

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Gizi merupakan salah satu faktor penentu kualitas sumber daya manusia. Masalah gizi rentan terjadi pada semua kelompok umur, terutama bayi dan anak yang sedang mengalami masa tumbuh kembang (Arisman, 2009). Anak usia sekolah dalam masa pertumbuhan dan perkembangan untuk mandiri, menyesuaikan dengan lingkungan, meningkatkan berbagai kemampuan dan berbagai perkembangan lain membutuhkan fisik yang sehat. Hal ini perlu ditunjang oleh status gizi yang baik untuk tumbuh kembang yang optimal (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Menurut Arisman (2009), masalah gizi pada anak secara garis besar merupakan dampak ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi (*nutritional imbalance*) berupa penyakit kronis, berat badan lebih, alergi, dan gizi kurang.

Kesehatan anak sekolah tidak terlepas dari pengertian kesehatan pada umumnya yang meliputi kesehatan badan, rohani dan sosial. Kesehatan anak yang terbentuk akan selalu diikuti dengan pertumbuhan dan perkembangan, misalnya perkembangan makan. Anak mulai memahami bahwa makanan yang bergizi sangat berguna untuk kesehatan dan pertumbuhan. Pemahaman ini dapat dicapai melalui proses pendidikan gizi (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Pengenalan pendidikan gizi di sekolah berarti memberikan materi gizi atau pelajaran gizi secara formal dalam proses belajar mengajar di sekolah kepada anak didik. Keberhasilan proses tersebut membutuhkan komunikasi yang baik (Suhardjo, 2003).

Suatu komunikasi diperlukan beberapa unsur yaitu sumber, pesan, media, sasaran, efek dan umpan balik. Efek adalah hasil suatu komunikasi yakni terjadinya perubahan pada diri sasaran. Perubahan dapat ditemukan pada pengetahuan, sikap dan perilaku. Terjadinya perubahan perilaku adalah tujuan akhir dari kegiatan komunikasi (Sulaeman, 2009). Salah satu upaya membentuk perubahan yakni dengan memberikan pelajaran gizi pada anak sekolah dasar.

Pendidikan gizi diperlukan untuk mempertahankan ataupun meningkatkan keadaan gizi supaya mencapai derajat kesehatan yang optimal (Sulistyoningsih, 2011).

Kemenkes RI (2014) menyebutkan bahwa konsumsi pangan masyarakat masih belum sesuai dengan pesan gizi seimbang. Hasil Riskesdas (2007) menyebutkan bahwa prevalensi nasional konsumsi serat yang di sumbangkan oleh sayuran dan buah pada usia 10 – 14 tahun masih kurang yaitu kurang dari 5 porsi/hari selama 7 hari dalam seminggu. Hasil Riskesdas (2010) menggambarkan bahwa konsumsi sayuran dan buah – buahan pada kelompok usia di atas 10 tahun masih rendah yaitu masing – masing sebesar 36,7 % dan 37,9 %. Hasil Riskesdas (2013) menunjukkan data prevalensi kurang konsumsi sayur dan buah untuk kelompok usia di atas 10 tahun mencapai 93,5 % sedangkan untuk Provinsi Jawa Timur menunjukkan prevalensi hampir mencapai 90 %.

*National Diet and Nutrition Survey United Kingdom* (2009) menyatakan bahwa asupan sayur dan buah pada anak usia 11 – 18 tahun masih rendah (sekitar 3 porsi/hari). Hanya 7,2 % anak perempuan dan 22,1 % anak laki – laki yang mencapai rekomendasi > 5 kali sehari. Tingkat asupan serat lebih rendah dibandingkan angka yang direkomendasikan (asupan rata – rata 18 g hari), anak perempuan rata – rata 10,6 g/hari lebih rendah dibandingkan anak laki – laki yaitu rata – rata 12,2 g/hari (Webster, 2012). Anak memiliki persepsi yang positif terhadap buah dan sayuran tetapi perilaku makan anak masih belum memenuhi standar. Makan buah dan sayur sebatas sebagai pelengkap saja bukan sebagai menu seimbang (Dewi, 2013).

Konsumsi buah dan sayuran merupakan komponen penting bagi kesehatan. Kemenkes RI (2014) menyebutkan bahwa konsumsi buah dan sayuran yang cukup merupakan salah satu indikator gizi seimbang karena sayuran dan buah – buahan merupakan sumber vitamin, mineral dan serat pangan yang berperan sebagai antioksidan, sumber fruktosa dan glukosa, menjaga kenormalan tekanan darah, gula darah, risiko sulit buang air besar atau

sembelit dan kegemukan. Permenkes RI Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia, mengatur angka kecukupan serat untuk anak usia 7 – 9 tahun sebesar 26 gram/hari dengan anjuran konsumsi buah dan sayur untuk anak usia 7 – 9 tahun baik laki laki maupun perempuan yaitu sebesar 3 porsi. Satu porsi sayuran setara dengan 100 gram atau 25 kkal sedangkan 1 porsi buah setara dengan 50 gram atau 50 kkal.

Pendidikan gizi yang diberikan kepada anak akan berdampak pada pemikiran yang terbuka dan pengetahuan yang diterima menjadi dasar bagi kebiasaan pola makan yang baik (Suhardjo, 2003). Rata - rata skor pengetahuan pada anak sekolah dasar di Kota Depok sebesar 67,81 poin, sedangkan di wilayah perkotaan dan pedesaan Banten menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut-turut sebesar 69,57 poin dan 70,65 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah (Achadi *et al.*,2010).

Upaya pendidikan gizi akan berhasil sesuai dengan tujuan yang diharapkan jika didukung dengan alat peraga yang tepat untuk memperjelas pesan dan meningkatkan efektivitas proses pendidikan gizi (Supariasa, 2013). Sejauh ini pendidikan gizi yang kerap dilakukan kepada anak – anak menggunakan alat peraga poster maupun leaflet. Sulistyoningsih (2011) menyatakan film merupakan salah satu alat peraga yang efektif. Televisi, video kaset, VCD (*video compact disc*) merupakan alat bantu yang banyak digunakan dalam melakukan pendidikan gizi. Almatsier (2011) menyatakan bahwa anak –anak banyak menghabiskan waktunya di depan media elektronik sehingga berpengaruh terhadap perilaku anak termasuk pola makannya. Penelitian Safriana (2012) menunjukkan bahwa 64 % anak sekolah dasar mengaku terpengaruh dengan media elektronik (televisi) sebagai media iklan dan menunjukkan hubungan yang bermakna antara pengaruh media dengan perilaku memilih jajanan anak sekolah dasar. Hasil penelitian Nurmasita (2013) menyebutkan bahwa film kartun sebagai media dapat meningkatkan pemahaman anak terhadap pentingnya konsumsi buah dan sayur pada siswa di Sekolah Dasar

Negeri Tulungrejo 04 Kelurahan Tulungrejo Kecamatan Bumiaji Kota Batu, Jawa Timur.

Contento (2007) menyatakan bahwa penggunaan warna dan gambar dapat meningkatkan motivasi anak dalam menerima pesan. Media kartun memanfaatkan perkembangan teknologi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga diharapkan dapat mempermudah dalam penyampaian informasi. Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan gizi, sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah :

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan gizi, sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan gizi pada anak sekolah dasar;
- b. Menganalisis perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap sikap gizi pada anak sekolah dasar;

- c. Menganalisis perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti empirik adanya perbedaan pengaruh pelajaran gizi menggunakan media animasi dan ceramah terhadap pengetahuan gizi, sikap, dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

##### **2. Manfaat Praktis**

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh :

###### **a. Bagi Instansi Pendidikan (sekolah dasar)**

Manfaat penelitian bagi instansi pendidikan Sekolah Dasar dapat sebagai masukan tentang aspek penggunaan alat peraga berupa media animasi terhadap pengetahuan gizi, sikap dan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.

###### **b. Bagi Anak Sekolah Dasar**

Melalui penelitian ini diharapkan dengan penggunaan media berupa video animasi dapat meningkatkan minat untuk meningkatkan perilaku konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar.