

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan sasaran yang strategis untuk pelaksanaan program kesehatan, karena jumlahnya yang besar, selain itu mereka juga sasaran yang mudah dijangkau dan terorganisir dengan baik. Oleh karena itu maka pendidikan kesehatan akan lebih mudah dilaksanakan, mengingat masalah kesehatan pada kelompok umur ini, terutama masalah gizi masih tergolong kedalam masalah kesehatan masyarakat di Indonesia <sup>(1)</sup>.

Beberapa tahun terakhir permasalahan gizi di Indonesia semakin kompleks. Selain kasus malnutrisi seperti Kurang Energi Protein ( KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Kurang Vitamin A ( KVA), dan Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) juga muncul masalah baru seperti kegemukan dan obesitas. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 sebanyak 11,2 % anak usia 5-12 tahun menderita KEP, 30,7% berstatus gizi pendek dan sangat pendek dan 27,7 % menderita Anemia. Sebaliknya Kelebihan berat badan dan obesitas juga mulai menjadi masalah kesehatan masyarakat dimana sekitar 18,8% anak usia 5-12 tahun di Indonesia menderita kelebihan berat badan dan obesitas <sup>(2,3)</sup>.

Data Riskesdas tahun 2010, di Sumatera Barat diketahui bahwa terdapat anak usia sekolah yang mengalami status gizi lebih (menurut IMT/U) 3,8%. Sementara itu Anak Usia Sekolah yang mengalami gizi kurang (menurut IMT/U ) yang tergolong kedalam kelompok kurus sebanyak 7,6% dan sangat kurus 3,4% <sup>(4)</sup>.

Ada beberapa faktor yang dapat menimbulkan masalah gizi, secara langsung adalah kurangnya konsumsi makanan yang sehat, bergizi dan berimbang. Disamping

terdapatnya penyakit terutama penyakit infeksi. Adapun penyebab tidak langsung adalah tidak tercukupinya ketersediaan dan daya beli keluarga anak sekolah terhadap makanan sehat, kurangnya interaksi antara anak sekolah dan ibunya, buruknya sanitasi lingkungan dan tidak memadainya pelayanan kesehatan pada anak sekolah (5,6).

Masalah gizi di atas secara tidak langsung juga disebabkan oleh rendahnya pengetahuan anak tentang gizi dan kesehatan. Pengetahuan yang rendah berdampak pada sikap negatif terhadap perilaku gizi seimbang yang nantinya berujung pada asupan gizi yang tidak seimbang. Kekurangan atau kelebihan asupan secara bersamaan akan memicu beban ganda masalah gizi. Keadaan ini tentu saja menghasilkan sejumlah konsekuensi kesehatan yang menurunkan kualitas hidup perorangan dan prospek untuk kemajuan sosial. Penurunan kualitas hidup ini seperti kerentanan terhadap penyakit, resiko penyakit tidak menular yang bahkan sampai menyebabkan timbulnya kematian (7,8).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai gizi adalah melalui pendidikan (9). Namun kurikulum pendidikan di Indonesia belum mengajarkan ilmu gizi secara profesional. Lain halnya dengan di negara maju anak-anak telah mendapatkan pendidikan gizi di kelas melalui pembelajaran. Anak didik agar paham dan menerapkan perilaku gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari (6). Melalui institusi pendidikan, pemahaman tentang gizi seimbang diharapkan lebih efektif dan lestari sehingga meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku (PSP) tentang gizi seimbang masyarakat sekolah yang pada gilirannya akan meningkatkan status gizi anak sekolah (2).

Seperti yang kita ketahui, didalam pendidikan tidak terlepas dari kegiatan belajar dan mengajar yang dalam prosesnya dibutuhkan alat bantu atau media yang

berguna untuk mempermudah penyampaian pesan. Media yang dipilih dalam memberikan pendidikan gizi haruslah media yang menarik dan menyenangkan sehingga mudah diserap oleh anak. Media permainan sangat cocok dalam memberikan pendidikan gizi di Sekolah Dasar terutama pengenalan gizi seimbang pada anak karena masa anak-anak merupakan masa bermain dan pada masa ini juga mereka mulai belajar untuk membuat keputusan sendiri. Permainan yang mudah, menyenangkan, dan bermanfaat merupakan kunci terpenting dalam mendisain jenis permainan. Sehingga, pemberian pengetahuan melalui permainan akan sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan anak mengenai gizi seimbang <sup>(8)</sup>. Menurut Pérez-Rodrigo & Aranceta yang dikutip dari hermina <sup>(9)</sup>, bila edukasi itu akan dilakukan perlu mempertimbangkan kebutuhan dan ketertarikan murid, guru, dan sekolah <sup>(6)</sup>.

Keuntungan dari pendidikan gizi berbasis permainan yang menyenangkan antara lain anak-anak mempunyai hasrat yang besar untuk ingin tahu dan mau mempelajari lebih jauh. Hal ini didukung oleh pemikiran yang terbuka dibandingkan orang dewasa. Dengan adanya pendidikan kesehatan diharapkan dapat menambah pengetahuan kesehatan anak yang diharapkan akan berpengaruh kepada perilaku sebagai hasil jangka menengah dari pendidikan kesehatan. Selanjutnya perilaku akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran (*outcome*) pendidikan kesehatan <sup>(2)</sup>.

Penelitian Fikri, dkk tahun 2013 mengatakan bahwa pengetahuan tentang gizi seimbang anak SD di Lingkungan Birena Alhuriyah meningkat dimana > 75% anak mampu menjawab soal dengan benar setelah diberikan edukasi gizi berupa permainan Nutri Roll. Beberapa penelitian lain seperti yang dilakukan oleh Hermina tahun 2010 menggunakan edukasi gizi berbasis komputer, demikian juga hasil penelitian Dewi tahun 2011 yang menggunakan media permainan ular tangga dalam

memberikan pendidikan gizi terhadap anak sekolah terbukti meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah secara signifikan<sup>(2,10,11)</sup>.

Memahami pentingnya gizi bagi kesehatan dan pentingnya menerapkan konsep gizi seimbang pada anak sekolah, lari estafet ini didisain semenarik dan sekreatif mungkin agar menjadi permainan yang menyenangkan dan mudah dimainkan dimana saja. Pada dasarnya lari estafet adalah cabang atletik. Atletik sebagai aktivitas fisik sangat baik untuk kesegaran jasmani. Sejalan dengan prinsip gizi seimbang bahwa melakukan aktivitas fisik / olah raga teratur adalah termasuk perilaku gizi seimbang. Dengan alasan tersebutlah maka lari estafet yang dimodifikasi ini sangat cocok dalam mengenalkan gizi seimbang kepada anak usia sekolah<sup>(12)</sup>.

Selain alasan diatas hal ini juga diperkuat dengan studi awal yang dilakukan. Studi awal ini memberikan gambaran bahwa rendahnya pengetahuan murid kelas V Sekolah Dasar Negeri (SDN) 19 Kecamatan Luhak Nan Duo tentang Gizi Seimbang, dimana 7 dari 10 (70%) anak tidak mengetahui apa itu Gizi seimbang, 6 dari 10 (60%) anak tidak mengetahui apa itu makanan sehat dan bergizi, dan 4 dari 10 (40%) anak tidak tahu jenis makanan yang bergizi.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk mengembangkan sebuah metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah. Sebagai langkah awal peneliti menerapkan metode lari estafet ini pada murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupten Pasaman Barat, sehingga dapat diketahui pengaruh pendidikan gizi metode lari estafet terhadap peningkatan pengetahuan murid sekolah dasar kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat Tahun 2016.

## 1.2 Perumusan Masalah

Pengetahuan gizi anak usia sekolah di Indonesia masih rendah. Hal ini dibuktikan dari beberapa penelitian sebelumnya. Oleh karena itu untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak peneliti tertarik mengembangkan suatu metode berbentuk permainan yang peneliti sebut lari estafet gizi. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah pendidikan gizi metode lari estafet memberikan pengaruh terhadap pengetahuan murid kelas V tentang gizi seimbang di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupten Pasaman Barat tahun 2016.

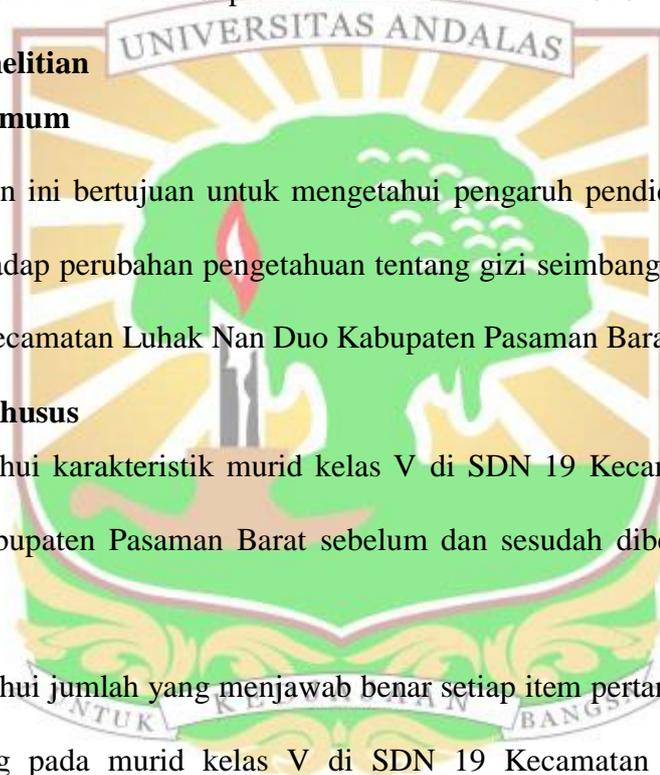
## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi metode lari estafet terhadap perubahan pengetahuan tentang gizi seimbang pada murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat tahun 2016.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
2. Mengetahui jumlah yang menjawab benar setiap item pertanyaan tentang gizi seimbang pada murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
3. Mengetahui distribusi rata-rata pengetahuan murid kelas V tentang gizi seimbang di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
4. Mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan murid kelas V tentang gizi seimbang di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.



5. Mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan murid kelas V tentang makanan yang beraneka ragam di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
6. Mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan murid kelas V tentang memantau berat badan secara teratur di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
7. Mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan murid kelas V aktivitas fisik di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.
8. Mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan murid kelas V tentang pola hidup sehat di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Bagi masyarakat (Pihak Sekolah) penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak usia sekolah tentang gizi seimbang sehingga akan berpengaruh terhadap perilaku gizi seimbang yang nantinya dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.
2. Bagi Pemerintah (Dinas Kesehatan) penelitian ini dapat memberi masukan bahwa betapa pentingnya pendidikan gizi di sekolah, dengan demikian program-program kesehatan untuk sekolah dasar teraplikasi sesuai target.
3. Bagi peneliti lain penelitian ini dapat berguna sebagai bahan masukan dalam penelitian selanjutnya.

#### **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah pengaruh pendidikan gizi metode lari estafet terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupten Pasaman Barat tahun 2016. Penelitian ini

bersifat kuantitatif dengan metode penelitian quasi eksperimen memakai rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Penelitian ini melibatkan murid kelas V di SDN 19 Kecamatan Luhak Nan Duo Kabupaten Pasaman Barat tahun 2016.

