

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan periode penting dalam kehidupan anak, pada usia ini sebagian besar waktu dan aktifitas anak dihabiskan di sekolah (Eileen & Marotz, 2010). Anak memerlukan makanan yang mengandung karbohidrat protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam pola makan yang teratur (Aries H, 2012). Asupan gizi yang salah atau tidak sesuai akan menimbulkan masalah seperti kekurangan atau kelebihan berat badan. (Almatsier, 2010).

Salah satu cara untuk menghasilkan gizi yang baik salah satunya dengan sarapan (Sulistyoningsih, 2011). Kementerian Kesehatan RI (2014) memasukan sarapan kedalam 10 pesan gizi seimbang. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan saat bangun pagi sampai jam 9.00 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif (Kementriaan Kesehatan RI, 2014).

Sarapan sangat diperlukan untuk mengisi tubuh yang berpuasa saat tidur malam selama 8-10 jam (Dietitians Association of Australia, 2009). Menurut Wesnes, dkk (2012) sarapan sangat penting sebagai keperluan energi dan nutrisi anak untuk memulai hari sehingga tercapai kesehatan fisik dan mental yang optimal.

Sarapan yang dikonsumsi anak usia 7-9 tahun harus mengandung energi sebesar  $\pm 460$  kkal, dan pada anak usia 10-12 tahun setidaknya memerlukan energi sebesar 500-525 kkal setiap sarapan. Susunan menu sarapan beragam dan seimbang yakni 50% dari total jumlah makanan setiap kali makan adalah sayur dan buah, dan 50% lagi adalah makanan pokok dan lauk pauk (Kementriaan Kesehatan RI, 2014).

Didunia rata-rata anak sering melewatkan sarapan seperti Amerika dan Eropa sekitar 10% sampai 30% anak melewatkan sarapan setiap hari (Vanhala, 200). Sedangkan angka kejadian anak melewatkan sarapan di Kolombo sekitar 70% dan Nigeria sekitar 52% anak. Hal ini sejalan dengan Kemenkes RI (2014) menyatakan sekitar 40% anak Indonesia melewatkan sarapan sebelum berangkat sekolah.

Banyak manfaat yang ditimbulkan bagi anak yang sarapan seperti terhindar dari rasa lapar, meningkatkan kemampuan belajar, menaikkan kadar gula darah, menjaga keseimbangan berat badan, dan meningkatkan fungsi kognitif, daya ingat, ataupun konsentrasi (Zaidi,dkk, 2013).

Selain manfaat dari sarapan, melewatkan sarapan juga dapat menyebabkan berbagai masalah seperti anak mengonsumsi makanan berlebih perhari, obesitas, gangguan pencernaan, dan dapat menurunkan konsentrasi belajar (Sard, dkk, 2016).

Anak yang tidak sarapan sering mengalami penurunan konsentarsi saat belajar. Menurut penelitian Fatmawati dan Sundari (2016) terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan konsentarsi belajar siswa.

Sejalan dengan penelitian Verdiana dan Muniroh (2017) sekitar 7,6 % siswa yang tidak sarapan memiliki konsentrasi buruk dalam belajar. Penelitian telah dilakukan penyebaran kuesioner tentang kosentrasi belajar siswa kelas tiga SDN 16 Anduring, Kota Padang, sekitar 40% siswa memiliki tingkat konsentrasi cukup dan 35% siswa kurang berkonsentarsi saat belajar belajar.

Menurut Boschloo, dkk (2012) mengatakan anak yang melewati sarapan pagi akan mengalami gangguan komsentrasi sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar. Penelitian lain di Surabaya menyebutkan siswa yang tidak sarapan sehat akan memiliki prestasi belajar yang buruk (Rahma, 2016). Menurut Adolphus, Lawton dan Dye, (2013) menyimpulkan terdapat hubungan positif antara frekuensi sarapan dengan prestasi belajar siswa.

Menghindari dampak buruk dari melewati maka dicanangkan gerakan sarapan bersama dikelas, sarapan bersama dikelas merupakan alternatif agar siswa tidak melewati sarapan setiap pagi. Sarapan bersama dikelas merupakan cara terbaik untuk meningkatkan partisipasi siswa dan dapat mencapai keberhasilan akademik disekolah (Nea Fondation School, 2013).

Salah satu faktor yang menyebabkan anak tidak sarapan yaitu kurang pengetahuan, terdapat hubungan antara pengetahuan anak dengan kebiasaan sarapan. Anak yang kadang-kadang melakukan sarapan memiliki pengetahuan gizi rendah (Sofianita, Arini dan Meyetriani, 2015).

Meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswa untuk mengonsumsi sarapan diperlukan penyuluhan gizi berupa komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) (Sediaoetama, 2010).

Menurut Sartika (2012) anak usia sekolah memerlukan media yang sesuai dan memadai untuk menambah pengetahuan serta pengembangan sikap dan norma tentang kesehatan. Anak usia sekolah cenderung aktif, senang bermain, dan banyak bertanya sehingga metode yang dipilih memungkinkan anak berperan secara penuh dalam belajar sehingga anak menghargai pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh atas usaha sendiri.

Media pendidikan kesehatan merupakan cara menyampaikan pesan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan sikap dan ketrampilan (Fitriani, 2011). Ceramah dan tanya jawab adalah metode yang cukup efektif sebagai penyampaian pesan (Sukanto, 2000).

Salah satu media penyuluhan yang dapat digunakan untuk menarik perhatian siswa adalah gambar. Gambar dapat menimbulkan kreatifitas siswa yang beragam dalam membahasakannya. Keunggulan media gambar ini yaitu dapat memperjelas suatu permasalahannya dengan melihat gambar yang jelas dan sesuai dengan pokok bahasan. Siswa akan lebih jelas terhadap suatu pokok bahasan atau materi yang disampaikan guru (Februhartanty, 2004).

Menurut penelitian Briawan, dkk, (2013) adanya peningkatan pengetahuan pendidikan kesehatan sarapan sehat menggunakan media

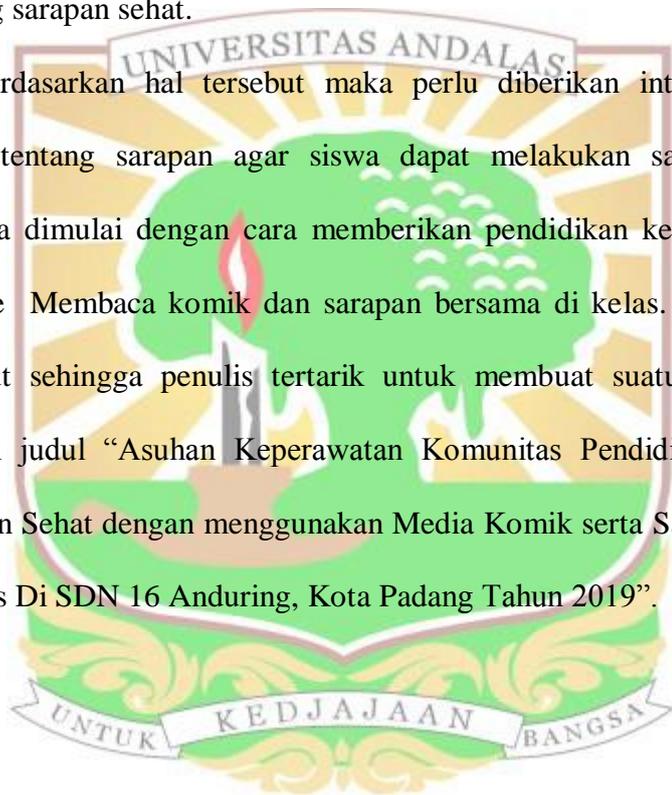
gambar dibandingkan media lain seperti power poin, wayang, dan drama. Komik merupakan salah satu media yang digunakan untuk meningkatkan pendidikan gizi dikalangan anak sekolah (Mc Nicol, 2017). Menurut Mediawati (2011), media pendidikan yang efektif untuk menimbulkan minat belajar dan meningkatkan hasil belajar siswa adalah media komik, karena dengan media komik akan tercipta suasana yang menyenangkan dan tidak membosankan baik bagi pengajar maupun peserta didik.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan hamidah (2012) tentang pengaruh media komik terhadap pengetahuan anak sekolah dasar dengan peningkatan pengetahuan kelompok yang diberi komik, hal ini dikarenakan media komik dapat menarik minat anak sekolah, dapat meningkatkan motivasi membaca anak, meningkatkan rasa ingin tahu yang tinggi dan menyukai hal-hal yang berwarna dan menarik. Media komik terbukti mampu meningkatkan hasil belajar siswa sebesar 75% (Wahyuningsih, 2012).

Berdasarkan hasil survey pada tanggal 22- 25 Januari 2019 yang dilakukan oleh penulis di SDN 16 Anduring, Kota Padang, didapatkan data bahwa terdapat 100 responden siswa yang terbagi dalam 6 kelas. Persentase pengetahuan dan sikap anak terhadap sarapan pagi sekitar 13 % siswa tidak sarapan pagi dan 30 % siswa kadang-kadang melakukan sarapan pagi. Akan tetapi dari semua kelas yang mengikuti kelas 3 memiliki presentas paling rendah yaitu sekitar 37% siswa kadang-kadang melakukan sarapan pagi dan 26% siswa jarang melakukan sarapan pagi.

Sehubungan dengan itu, berdasarkan hasil wawancara dengan walikelas mengatakan bahwa 14 orang anak mengeluh tidak sarapan sebelum berangkat sekolah sehingga saat pelajaran anak sering menguap, tidak dapat berkonsentrasi saat belajar, merasa lapar sehingga anak sering mengganti dengan jajanan yang tidak sehat saat istirahat. Selain itu siswa belum pernah diberikan pendidikan kesehatan dan mata pelajaran khusus tentang sarapan sehat.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu diberikan intervensi kepada siswa tentang sarapan agar siswa dapat melakukan sarapan sebelum pelajaran dimulai dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dengan metode Membaca komik dan sarapan bersama di kelas. Latar belakang tersebut sehingga penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Komunitas Pendidikan Kesehatan Sarapan Sehat dengan menggunakan Media Komik serta Sarapan Bersama Di kelas Di SDN 16 Anduring, Kota Padang Tahun 2019”.



## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang diatas, maka penulis rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah pendidikan kesehatan dengan metode membaca komik dan sarapan bersama dikelas dapat meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan siswa mengenai sarapan?.
2. Apakah pendidikan kesehatan dengan metode membaca komik dan sarapan bersama dikelas dapat membantu perawat dalam memberikan pendidikan kesehatan pada anak usia sekolah?.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Menggambarkan pelaksanaan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap anak usia sekolah dengan Kesiapan Peningkatan Pengetahuan Tentang Sarapan Sehat Di SDN 16 Anduring, Kota Padang.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada anak usia sekolah tentang pengetahuan dan sikap mengenai sarapan sehat di SDN 16 Anduring, Kota Padang.
- b. Merumuskan intervensi keperawatan anak usia sekolah dengan kesiapan peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai sarapan sehat di SDN 16 Anduring, Kota Padang.

- c. Menetapkan intervensi keperawatan pendidikan kesehatan mengenai sarapan sehat pada anak menggunakan dengan metode membaca komik dan sarapan bersama dikelas yang diberikan kepada anak dengan kesiapan peningkatan pengetahuan dan sikap di SDN 16 Anduring, Kota Padang.
- d. Melakukan implementasi tindakan keperawatan pendidikan kesehatan mengenai sarapan sehat pada anak menggunakan dengan metode membaca komik dan sarapan bersama dikelas yang diberikan kepada anak dengan kesiapan peningkatan pengetahuan dan sikap di SDN 16 Anduring, Kota Padang.
- e. Melakukan evaluasi terhadap implementasi pendidikan kesehatan sarapan sehat pada anak yang sudah dilakukan pada anak sekolah.
- f. Melakukan analisa kasus anak sekolah dengan kesiapan peningkatan pengetahuan dan sikap anak terhadap sarapan sehat pada anak di SDN 16 Anduring, Kota Padang.

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

##### **1. Bagi Pelayanan Keperawatan**

Menjadi bahan masukan bagi tenaga keperawatan sebagai pilihan intervensi dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak usia sekolah dengan masalah kebiasaan sarapan pagi.

##### **2. Pendidikan Keperawatan**

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi informasi dan referensi yang berguna bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan

keperawatan terhadap anak usia sekolah dengan masalah kebiasaan sarapan pagi.

### 3. Pihak sekolah

Sebagai bahan masukan meningkatkan pengetahuan dan sikap pentingnya sarapan sehat bagi siswa.

