

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan salah satu aset sumber daya manusia di masa depan yang perlu mendapat perhatian khusus. Salah satu upaya penting bagi kelangsungan hidup suatu bangsa adalah peningkatan dan perbaikan kualitas hidup anak. Kualitas hidup anak dapat dilihat melalui keadaan status gizi yang baik dan kualitas hidup anak yang baik yang merupakan salah satu indikator pembangunan yang harus dicapai dalam pembangunan negara.¹

Pada masa ini anak-anak baru belajar memilih makanan yang disukai dan mana yang tidak. Seringkali anak memilih makanan yang salah terlebih lagi jika tidak dibimbing oleh orang tuanya.² Selain itu anak lebih sering menghabiskan waktu diluar rumah sehingga anak lebih sering menemukan aneka jajanan atau makanan baik yang dijual disekitar sekolah, lingkungan bermain ataupun pemberian teman. Untuk itu anak-anak cenderung memiliki kebiasaan makan yang kurang baik sehingga banyak kebutuhan zat gizi yang tidak dapat terpenuhi dengan optimal. Anak usia sekolah yang kekurangan gizi maupun kelebihan gizi dapat terhambat produktivitasnya. Beberapa gejala yang ditimbulkan diantaranya mudah mengantuk, kurang bergairah sehingga mengganggu proses belajar. Asupan makanan akan mempengaruhi status gizi pada anak.³ Kekurangan dan kelebihan asupan makanan sama-sama memiliki dampak yang tidak baik bagi kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan asupan gizi seimbang yang harus dipenuhi agar status gizi anak tergolong normal.⁴

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Sumatera Barat tahun 2023, diketahui prevalensi status gizi (TB/U) pada anak usia 5-12 tahun yang sangat pendek sebesar 5,6%, pendek (stunting) 15,7%, dan normal sebesar 78,7%.

Hasil lain dari data SKI 2023 untuk prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun di Sumatera Barat yaitu sangat kurus sebesar 4,7%, kurus sebesar 8,0%, normal sebesar 70,7%, gemuk sebesar 7,84%, dan obesitas sebesar 10,9%.⁵ Data tersebut menunjukkan bahwa upaya dalam mencegah masalah gizi perlu dilakukan mengingat target penurunan belum tercapai. Berdasarkan data penjarangan oleh Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023 pada anak usia sekolah dasar kelas 2 – 6 di Kota Padang diketahui kejadian prevalensi status gizi (IMT/U) yaitu sangat kurus sebesar 1,17%, kurus sebesar 8,43%, normal sebesar 82,34%, gemuk sebesar 5,62%, dan obesitas sebesar 2.38%.

Pengetahuan gizi berperan penting dalam meningkatkan derajat kesehatan. Menurut Apriliani et al (dalam Asnia et al 2024) mengatakan bahwa pengetahuan gizi menjadi landasan penting dalam mempengaruhi konsumsi anak. Tingkat pengetahuan gizi dapat berpengaruh pada pemilihan bahan makanan yang tepat, beragam, serta terhindar dari penyakit.⁵ Pada penelitian Dea (dalam Ningrum 2024) mengatakan bahwa pengetahuan gizi yang rendah dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi dan konsumsi pangan yang bergizi, dimana Anak dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung memberikan dampak yang baik pula pada status gizinya. Bila pengetahuan gizi anak tinggi, maka kemampuan dalam memilih makanan dan membeli makanan akan cenderung baik.⁶

Salah satu hal yang dapat dilakukan sebagai upaya dalam meningkatkan kualitas status gizi anak adalah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang. Pola makan yang sehat dan bergizi seimbang merupakan fondasi utama dari gaya hidup sehat dan kesejahteraan manusia. Dalam konteks gaya hidup modern yang sering kali dipenuhi dengan makanan olahan, cepat saji, dan pilihan makanan yang kurang sehat, pentingnya pemahaman akan makanan sehat menjadi

semakin menonjol.⁷ Makanan yang tepat juga berperan penting dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan emosional. Makanan yang baik tidak hanya memberikan energi, tetapi juga menyediakan nutrisi penting yang diperlukan untuk menjaga fungsi tubuh yang optimal.

Dalam beberapa dekade terakhir, tren pola makan telah berubah secara signifikan. Masyarakat sering kali tergoda oleh makanan cepat saji yang kaya akan lemak jenuh, gula tambahan, dan garam.⁸ Akibatnya, masalah kesehatan seperti obesitas, diabetes, penyakit jantung, dan penyakit terkait pola makan tidak sehat semakin meningkat. Oleh karena itu, penting bagi individu dan masyarakat untuk memahami pentingnya makan makanan sehat dan bergizi seimbang. Dengan pemahaman yang tepat, setiap individu dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik untuk mendukung kesehatan dan kesejahteraan.⁹

Jenis media pembelajaran yang ada sangat bervariasi. Guru perlu untuk memilih jenis media pembelajaran yang dapat mendukung tujuan pembelajaran. Alat pendidikan yang digunakan dapat membantu peserta didik mencapai tujuan belajarnya dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik.¹⁰ Oleh karena itu, baik menggunakan media pembelajaran tipe audio, visual diam, visual gerak, audio visual gerak, atau jenis media lainnya, pemilihan media harus disesuaikan dengan informasi yang akan diberikan.¹¹

Dalam upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki pemahaman gizi di lingkungan institusi pendidikan, diperlukan desain media pendidikan yang menarik sehingga pesan yang hendak disampaikan dapat dengan mudah diterima oleh siswa-siswi sekolah dasar. Oleh karena itu strategi dan metode penyampaian pendidikan harus sesuai dengan minat anak yaitu dengan cara bermain dan belajar.

Salah satu media yang dapat meningkatkan mutu proses belajar dan prestasi belajar siswa dengan cara bermain yaitu dengan kartu kuartet. Kartu kuartet merupakan suatu permainan yang terdiri dari beberapa jumlah kartu bergambar yang didalamnya berisi keterangan berupa tulisan yang menerangkan gambar dalam tersebut. Metode kartu kuartet yang digunakan yaitu memberikan pengetahuan dengan cara bermain game. Tujuan dari metode ini untuk melatih kemampuan otak kanan anak agar dapat mengingat gambar dan kata kata, sehingga kosa kata dan kemampuan membaca anak dapat ditingkatkan.¹² Media kartu kuartet adalah cara agar siswa bisa bermain dan belajar dikarenakan anak usia sekolah adalah masa dimana mereka senang bermain, ingin tahu dan mudah mengambil keputusan.¹² Beberapa penelitian menyebutkan bahwa kartu kuartet dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai gizi seimbang, kebiasaan dan gizi sarapan, serta perilaku hidup bersih dan sehat.^{1 13 14}

Berdasarkan data penjarangan oleh Dinas Kesehatan Kota Padang, didapatkan wilayah Puskesmas Kuranji merupakan wilayah yang siswanya paling banyak mengalami gizi kurang, dimana di wilayah Puskesmas Kuranji yaitu gizi buruk sebesar 0,19%, gizi kurang sebesar 39,4%, gizi baik sebesar 55,07%, gizi lebih sebesar 5,07%, dan obesitas sebesar 0,19%. Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Adzkia 2 Padang merupakan salah satu sekolah yang berada di kecamatan kuranji yang merupakan daerah dengan kejadian status gizi rendah berdasarkan data penjarangan sekolah wilayah puskesmas kuranji tahun 2024 dengan prevalensi gizi kurang 22,01%, gizi lebih 9,51% dan obesitas 8,96%. Sehingga perlu dilakukan edukasi gizi seimbang pada anak usia sekolah di SDIT Adzkia 2 Padang untuk menambah pengetahuan terkait gizi seimbang.

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti ingin mengetahui Pengaruh Penggunaan Kartu Kuartet Terhadap Perubahan Pengetahuan Gizi

Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di SDIT Adzkia 2 Padang Tahun 2025

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Penggunaan Kartu Kuartet Terhadap Perubahan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di SDIT Adzkia 2 Padang Tahun 2025?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Penggunaan Kartu Kuartet Terhadap Perubahan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di SDIT Adzkia 2 Padang Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi karakteristik responden anak usia sekolah di SDIT Adzkia 2 Padang.
2. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan anak usia sekolah Di SDIT Adzkia 2 Padang sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi menggunakan kartu kuartet.
3. Diketahui perbedaan rata-rata skor pengetahuan anak usia sekolah Di SDIT Adzkia 2 sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi menggunakan kartu kuartet.
4. Diketahui Pengaruh Penggunaan Kartu Kuartet Terhadap Perubahan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di SDIT Adzkia 2 Padang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan anak usia sekolah serta sebagai rujukan literatur ilmiah yang dapat digunakan oleh peneliti lainnya yang tertarik dengan topik pengaruh edukasi gizi menggunakan kartu kuartet terhadap pengetahuan anak usia sekolah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat membantu pihak sekolah dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih kreatif dan efektif. Media kartu kuartet yang digunakan dapat dijadikan sebagai alternatif alat bantu pembelajaran yang mendukung peningkatan pengetahuan siswa tentang gizi seimbang, sehingga dapat mendorong terciptanya generasi yang lebih peduli terhadap kesehatan.

2. Bagi Peneliti

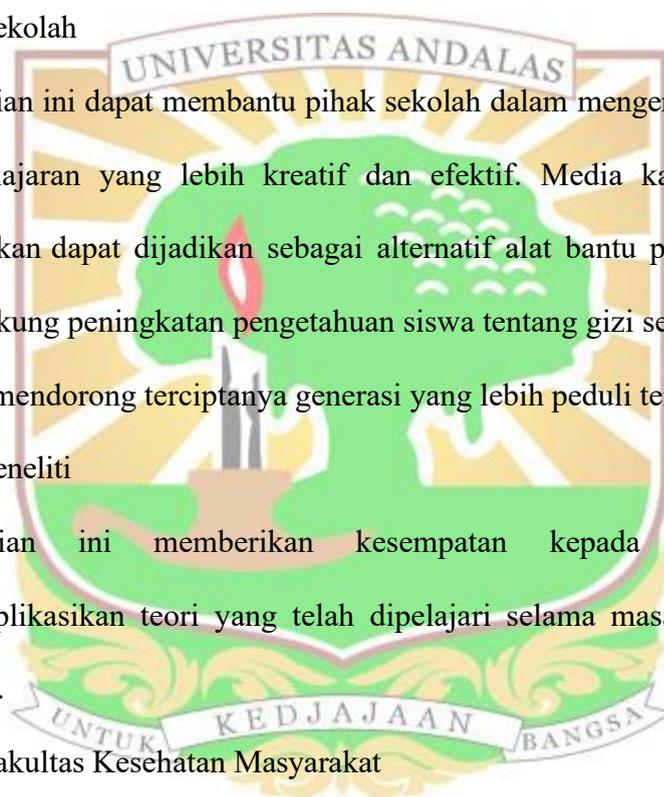
Penelitian ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengaplikasikan teori yang telah dipelajari selama masa studi ke dalam praktik.

3. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat dalam mengembangkan media edukasi gizi yang dapat menjangkau banyak sasaran.

1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh Penggunaan Kartu Kuartet Terhadap Perubahan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Sekolah Di SDIT Adzki 2 Padang Tahun 2025. Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif



dengan studi *Pra Eksperimen* yang disajikan dalam *One Group Pre - Post Test*. Penelitian ini hanya dilakukan 1 kelompok yang diteliti yaitu kelompok intervensi. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDIT Adzkie 2 Padang. Variabel penelitian terdiri dari variabel dependen yaitu perubahan pengetahuan serta variabel independen yaitu edukasi gizi menggunakan kartu kuartet. Pengumpulan data pengetahuan dilakukan dengan pengisian angket.

