

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan generasi muda salah satunya anak sekolah merupakan hal yang sangat penting untuk masa depan negara⁽¹⁾. Proses pembinaan sumber daya manusia yang berkualitas idealnya dimulai sejak masa kanak-kanak, khususnya pada tahap sekolah⁽²⁾. Periode ini merupakan fase transisi yang krusial, ditandai dengan pertumbuhan pesat baik secara fisik, kognitif, maupun emosional⁽²⁾. Anak usia sekolah adalah masa dimana anak mendapatkan pengetahuan dasar untuk memiliki keterampilan tertentu dan keberhasilan dalam menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa⁽³⁾.

Anak yang mendapatkan nutrisi dengan baik akan lebih mudah dalam belajar dan beraktivitas⁽¹⁾. Kekurangan atau kelebihan asupan nutrisi dapat menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif anak, sehingga berdampak negatif pada kualitas sumber daya manusia dan pada akhirnya, menghambat pertumbuhan ekonomi bangsa⁽⁴⁾. Anak-anak usia sekolah, khususnya siswa sekolah dasar, pada umumnya belum mengerti bagaimana memilih makanan yang baik untuk kesehatan, sehingga dapat menimbulkan masalah kesehatan. Anak usia sekolah biasanya membeli makanan sesuai selera tanpa memikirkan kandungan gizinya. Selain itu, kebiasaan anak usia sekolah yang lebih sering beraktivitas di luar rumah dan kurangnya perhatian terhadap jam makan membuat lebih sering mengonsumsi jajanan cepat saji di sekolah⁽⁵⁾.

Anak-anak usia sekolah menghabiskan sebagian besar waktu di lingkungan sekolah, yang dapat memengaruhi pola makan dan kebiasaan jajan⁽⁶⁾. Anak usia

sekolah seringkali melewatkan waktu makan utama dan lebih memilih untuk mengonsumsi jajanan karena aktivitas belajar yang padat. Hal ini menyebabkan jajanan menjadi bagian penting dari asupan makanan anak sehari-hari⁽⁶⁾. Makanan jajanan menurut Food Agriculture Organization (FAO) adalah makanan dan minuman yang disiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan atau tempat keramaian umum lainnya, yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa perlu pengolahan atau persiapan lebih lanjut⁽⁷⁾. Menurut data FAO pada tahun 2007, anak-anak usia enam hingga sebelas tahun merupakan kelompok konsumen yang paling sering dan banyak mengonsumsi makanan jajanan⁽⁷⁾.

Daya tarik makanan jajanan terletak pada harganya yang murah, ketersediaannya yang mudah, tampilan yang menarik, dan variasi yang beragam, sehingga anak-anak seringkali tertarik untuk membelinya⁽⁷⁾. Namun, di balik daya tarik tersebut, keamanan pangan jajanan perlu menjadi perhatian utama. Makanan yang tidak aman dapat menyebabkan keracunan, yang berakibat pada gangguan kesehatan dan menghambat pertumbuhan optimal anak⁽⁸⁾. Menurut World Health Organization (WHO), setiap tahunnya diperkirakan terdapat sekitar 600 juta kasus keracunan pangan di seluruh dunia, yang berarti sekitar 1 dari 10 orang mengalami sakit akibat mengonsumsi makanan yang terkontaminasi. Dari jumlah tersebut, sekitar 420.000 orang meninggal setiap tahunnya⁽⁹⁾.

Kejadian keracunan pangan merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih sering terjadi di Indonesia dan dapat berdampak serius terhadap kelompok rentan, termasuk anak usia sekolah dasar. Masalah keracunan pangan sering menjadi ancaman bagi anak-anak yang masih berada di usia sekolah, terutama akibat Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang tidak terjamin keamanannya⁽⁸⁾. Berdasarkan data nasional, jumlah kejadian keracunan pangan pada

tahun 2022 tercatat sebanyak 3.514 kasus. Jumlah ini meningkat secara signifikan pada tahun 2023 yaitu terdapat 4.792 kasus, menunjukkan tren kenaikan yang mengkhawatirkan meskipun tahun belum berakhir⁽¹⁰⁾. Analisis Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) mencatat bahwa sebanyak 806 kasus keracunan yang terverifikasi pada tahun 2023 disebabkan oleh konsumsi makanan dan minuman⁽⁹⁾. Di tingkat provinsi, Sumatera Barat mencatat total 242 kasus keracunan pangan sepanjang tahun 2023, yang tersebar di berbagai kabupaten/kota dan melibatkan berbagai kelompok usia. Salah satu kelompok yang terdampak adalah anak usia sekolah dasar, dengan kasus paling terlihat terjadi di Kota Padang, di mana enam siswa SD mengalami gejala keracunan setelah mengonsumsi minuman yang diduga tercemar bahan kimia. Selain itu, Kota Pariaman juga mencatat tujuh kasus pada siswa SD akibat konsumsi permen dan minuman energi secara bersamaan⁽¹¹⁾. Kasus-kasus ini menunjukkan adanya risiko nyata terhadap keamanan pangan di lingkungan sekolah, terutama melalui jajanan yang dikonsumsi siswa tanpa pengawasan.

Data yang dikumpulkan oleh Balai Besar Pengawas Obat dan Makanan (BBPOM) Padang, menunjukkan adanya tren peningkatan kasus Kejadian Luar Biasa Keracunan Pangan (KLB KP) dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2023, tercatat 7 kasus keracunan pangan dengan 18 sampel yang diperiksa. Dibandingkan dengan tahun sebelumnya, angka tersebut termasuk lebih tinggi, yaitu pada tahun 2022 tercatat sebanyak 3 kasus dengan 5 sampel, dan tahun 2021 tercatat 2 kasus dengan 6 sampel⁽¹²⁾. Selain itu, hasil pengujian 38 sampel pangan jajanan anak sekolah yang dilakukan oleh BBPOM Padang pada tahun 2023 adalah sebanyak 89% memenuhi syarat dan 11% tidak memenuhi syarat. Sampel yang dinyatakan tidak memenuhi syarat karena mengandung Bahan Tambahan Pangan (BTP) melebihi persyaratan sebanyak 3 sampel dan mikroba melebihi persyaratan sebanyak 1 sampel⁽¹³⁾.

Peningkatan KLB KP dan masih ditemukannya pangan jajanan anak sekolah yang tidak memenuhi syarat ini menunjukkan bahwa adanya potensi resiko keracunan pangan yang semakin meningkat di wilayah Kota Padang.

Kebiasaan anak sekolah yang sering mengonsumsi makanan jajanan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. Salah satunya adalah turunnya nafsu makan anak, serta potensi munculnya berbagai penyakit akibat makanan yang tidak higienis salah satunya diare⁽¹⁴⁾. Diare merupakan salah satu penyebab utama tingginya angka kematian dan kesakitan pada anak-anak di seluruh dunia, yang umumnya disebabkan oleh konsumsi makanan dan air yang tercemar. Secara global, diperkirakan terdapat sekitar 1,7 miliar kasus diare yang menyerang anak-anak setiap tahunnya⁽¹⁵⁾. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi diare tercatat sebesar 2% pada semua kelompok umur, 4,9% pada balita, dan 3,9% pada bayi⁽¹⁴⁾. Diare merupakan salah satu dari 10 jenis penyakit terbanyak di Sumatera Barat pada tahun 2017 yaitu sebanyak 115.442 orang mengalami diare atau sekitar 4% penduduk mengalami diare. Pada tahun 2023, jumlah kasus yang berhasil ditangani di Kota Padang pada semua kelompok usia mencapai 6.938 kasus⁽¹⁶⁾. Dari seluruh wilayah kerja puskesmas yang ada di kota Padang, jumlah kasus yang berhasil ditangani di wilayah kerja Puskesmas Andalas pada semua kelompok usia pada tahun 2023 mencapai 511 kasus. Puskesmas Andalas menempati urutan ketiga terbanyak dari 24 puskesmas yang ada di kota padang. Angka ini menunjukkan bahwa masih banyak ditemukan kasus diare di wilayah kerja Puskesmas Andalas. Selain menjadi faktor penyebab kematian, diare juga memiliki peran besar dalam memperburuk status gizi, terutama pada anak-anak. Berdasarkan data dari dinas kesehatan Kota Padang, Puskesmas Andalas memiliki prevalensi gizi buruk tertinggi pada anak sekolah dasar

di Kota Padang, yaitu sebanyak 270 anak atau 3,4% anak sekolah dasar yang mengalami kondisi gizi buruk.

Kekurangan gizi tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga dapat memicu berbagai masalah kesehatan seperti infeksi, gangguan perkembangan kognitif, dan penurunan kecerdasan⁽¹⁷⁾. Oleh karena itu, kesehatan anak sekolah dapat ditingkatkan dengan memperhatikan kualitas gizi makanan baik yang dikonsumsi di rumah maupun jajanan yang dipilih di sekolah⁽¹⁷⁾. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas gizi makanan pada anak sekolah baik yang dikonsumsi di rumah maupun di sekolah adalah dengan memberikan pendidikan gizi sejak dini, karena pada rentang usia 5-12 tahun merupakan waktu yang sangat krusial guna membentuk kebiasaan makan yang sehat dan mencegah timbulnya masalah kesehatan di kemudian hari⁽¹⁸⁾.

Pengetahuan tentang gizi memiliki peran yang sangat signifikan dalam upaya meningkatkan status kesehatan individu⁽¹⁹⁾. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai gizi seringkali menjadi faktor penyebab timbulnya masalah gizi dan pola konsumsi makanan yang tidak sehat^(19,20). Secara sederhana, pengetahuan gizi dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk memilih makanan yang kaya akan nutrisi dan mampu membedakan jajanan yang sehat⁽¹⁹⁾. Penelitian-penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap mengenai gizi dengan status gizi anak sekolah⁽²¹⁾. Selain itu, pola makan anak sekolah dasar juga terbukti memiliki korelasi yang kuat dengan status gizi⁽¹⁹⁾. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman yang baik tentang gizi, sikap yang positif terhadap makanan sehat, dan pola makan yang teratur memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak-anak usia sekolah.

Pemilihan jajanan yang kurang tepat dapat memengaruhi kesehatan anak, karena anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang rentan terhadap keracunan makanan⁽⁸⁾. Selain itu, hal ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan anak usia sekolah terkait gizi dan keamanan pangan. Pengetahuan anak sekolah dasar perlu ditingkatkan dengan memberikan edukasi gizi mengenai pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah dasar. Penelitian-penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa intervensi gizi memiliki dampak positif yang signifikan pada peningkatan pengetahuan dan sikap anak sekolah terkait gizi. Peneliti sebelumnya menemukan bahwa pengetahuan gizi yang awalnya kurang pada sebagian besar subjek (54,1%) dapat ditingkatkan menjadi cukup melalui intervensi yang tepat⁽²⁾. Peneliti lainnya juga mencatat peningkatan signifikan dalam pengetahuan (109,7%) dan sikap (5,2%) setelah intervensi⁽²²⁾. Hal ini menunjukkan bahwa program intervensi gizi yang terstruktur dan terarah dapat menjadi solusi efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku sehat pada anak-anak usia sekolah. Dengan demikian, investasi dalam program intervensi gizi di sekolah-sekolah memiliki potensi untuk memberikan dampak jangka panjang pada kesehatan dan kesejahteraan generasi muda.

Edukasi gizi bertujuan untuk memberikan informasi dan pemahaman kepada sasaran, sehingga anak usia sekolah dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan⁽²³⁾. Edukasi gizi pada anak sekolah perlu dilakukan penyesuaian metode dan media pembelajarannya agar edukasi gizi dapat memberikan dampak yang signifikan pada anak⁽²⁴⁾. Berbagai jenis media promosi, mulai dari media cetak hingga media elektronik, memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan. Dengan memilih media yang sesuai dengan karakteristik sasaran, pesan-pesan kesehatan dapat disampaikan secara efektif dan menarik, sehingga dapat mengubah perilaku individu⁽²³⁾. Media cetak, dengan

kombinasi teks, gambar, dan foto yang menarik, mampu menyajikan informasi secara visual dan memikat minat pembaca. Sifatnya yang statis memungkinkan pembaca untuk mencermati informasi secara lebih mendalam, sehingga memudahkan proses pemahaman⁽²²⁾.

Penggunaan media permainan dianggap efektif dalam mendukung edukasi gizi pada anak sekolah, selain media visual. Permainan merupakan media edukasi yang interaktif dan menarik, terutama bagi anak-anak⁽²²⁾. Dengan perpaduan unsur menyenangkan dan edukatif, permainan dapat meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman anak terkait pengetahuan gizi^(20,22). Salah satu permainan yang bisa menjadi media edukasi gizi adalah permainan bingo edukatif. Permainan Bingo merupakan permainan berbentuk tabel persegi yang berisi angka-angka. Pemenang dalam permainan ini adalah peserta yang pertama kali mengisi tabel hingga membentuk garis lurus secara horizontal, vertikal, atau diagonal, lalu meneriakan kata "BINGO"⁽²⁵⁾. Permainan bingo edukatif adalah adaptasi dari permainan bingo tradisional yang digunakan sebagai alat pembelajaran. Permainan ini melibatkan siswa dalam kelompok atau individu untuk mencocokkan jawaban atau konsep yang benar dengan kotak pada kartu bingo. Hal ini mendorong keterlibatan aktif siswa, pengembangan keterampilan berpikir kritis, komunikasi interaktif, dan pemahaman materi secara lebih mendalam^(26,27). Permainan bingo yang dapat menjadi salah satu media edukasi gizi adalah *nutrition bingo*. *Nutrition bingo* adalah permainan edukasi yang bertujuan untuk memperkenalkan dan meningkatkan pengetahuan serta sikap anak-anak mengenai gizi⁽²⁵⁾.

Edukasi gizi menggunakan media *nutrition bingo* efektif dalam meningkatkan motivasi siswa untuk lebih aktif dalam pembelajaran. Penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, menunjukkan bahwa permainan bingo edukatif efektif dalam

meningkatkan pengetahuan dan sikap terkait gizi seimbang serta keanekaragaman pangan pada anak usia 10-12 tahun⁽²⁵⁾. Selain itu, pada penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa *nutrition bingo* efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat dan sikap gizi seimbang⁽²⁸⁾. Hal ini menunjukkan bahwa permainan edukatif dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan sikap positif terkait makanan sehat pada anak sekolah. Media permainan edukatif yang digunakan dalam penelitian ini merupakan media *nutrition bingo* yang fokus terhadap pembahasan pemilihan jajanan sehat yang terbagi menjadi lima kategori, yaitu tips dan syarat jajanan sehat, manfaat jajanan sehat, contoh jajanan sehat, dampak jajanan tidak sehat, serta tanda jajanan tidak sehat.

Permasalahan keracunan pangan dan diare masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, termasuk di Kota Padang. Berdasarkan data tahun 2023, Provinsi Sumatera Barat mencatat sebanyak 242 kasus keracunan pangan yang melibatkan berbagai kelompok usia, dengan sebagian kasus terjadi pada anak usia sekolah dasar. Di Kota Padang, menjadi salah satu lokasi yang terdampak, dengan enam siswa SD mengalami gejala keracunan akibat konsumsi minuman yang diduga tercemar. Selain itu, angka kejadian diare yang berhasil ditangani di wilayah kerja Puskesmas Andalas mencapai 511 kasus pada semua kelompok umur, menjadikannya sebagai wilayah dengan jumlah kasus tertinggi ketiga dari 24 puskesmas yang ada di Kota Padang. Kondisi ini diperburuk oleh tingginya prevalensi gizi buruk pada anak sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas, yaitu sebanyak 270 atau 3,4%, yang merupakan angka tertinggi di Kota Padang. Tingginya insiden keracunan pangan, kasus diare, serta prevalensi gizi buruk di kalangan anak sekolah dasar menunjukkan adanya kerentanan yang cukup serius terhadap konsumsi jajanan tidak sehat di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan upaya intervensi melalui edukasi gizi

yang terarah dan berkelanjutan mengenai pemilihan jajanan sehat, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Andalas, guna meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif siswa terhadap konsumsi pangan yang aman dan bergizi. Hasil observasi di beberapa sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Andalas menunjukkan bahwa SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat memiliki beragam jenis jajanan yang belum memenuhi standar kesehatan. Jajanan yang dijual di sekitar lingkungan sekolah masih belum sepenuhnya memenuhi standar. Lokasi sekolah yang berada di pinggir jalan utama juga memudahkan akses pedagang kaki lima untuk menjual dagangannya, sehingga siswa dapat dengan mudah membeli jajanan tersebut saat jam istirahat atau sepulang sekolah. Selain itu, hasil wawancara pada pihak sekolah SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat mengungkapkan bahwa belum ada penyuluhan dari tenaga kesehatan setempat mengenai pemilihan jajanan sehat.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui **“Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan *Nutrition Bingo* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Sekolah Dasar Mengenai Pemilihan Jajanan Sehat Di SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat Tahun 2025”**.

1.2 Perumusan Masalah

Kesehatan anak sekolah sangat penting bagi masa depan bangsa, namun kebiasaan jajan yang tidak sehat dan kurangnya pengetahuan gizi menjadi masalah serius. Lingkungan sekolah berperan besar dalam membentuk pola makan anak, tetapi banyak jajanan yang dipilih tidak terjamin keamanannya. Kurangnya pemahaman tentang gizi membuat anak rentan terhadap keracunan makanan dan gangguan kesehatan. Data BBPOM Padang menunjukkan peningkatan kasus keracunan pangan akibat jajanan yang tidak memenuhi standar. Kebiasaan jajan yang buruk dapat

menyebabkan penurunan nafsu makan, penyakit, obesitas, dan kekurangan gizi. Oleh karena itu, edukasi gizi melalui metode interaktif seperti *nutrition bingo* penting untuk membentuk kebiasaan makan sehat dan mencegah masalah kesehatan di masa depan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana pengaruh pemberian edukasi gizi menggunakan *nutrition bingo* terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar mengenai pemilihan jajanan sehat di SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat Tahun 2025?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media *nutrition bingo* terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pemilihan jajanan sehat. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi tersebut terhadap sikap siswa dalam memilih jajanan sehat di SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat tahun 2025.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian sebagai berikut :

1. Diketahui rerata skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan dan sikap terkait pemilihan jajanan sehat pada kelompok intervensi.
2. Diketahui rerata skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan dan sikap terkait pemilihan jajanan sehat pada kelompok kontrol.
3. Diketahui perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar terkait pemilihan jajanan sehat pada kelompok intervensi.
4. Diketahui perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar terkait pemilihan jajanan sehat pada kelompok kontrol.

5. Diketahui perbedaan selisih skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
6. Diketahui efektivitas edukasi gizi dengan media permainan *nutrition bingo* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang edukasi gizi pada anak sekolah dasar. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi literatur ilmiah bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian serupa.

1.4.2 Manfaat akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan kesehatan. Khususnya, penelitian ini berkaitan dengan penggunaan media pembelajaran yang beragam untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku masyarakat..

1.4.3 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pemerintah daerah dan dinas kesehatan dalam merancang program-program peningkatan status gizi anak yang lebih efektif dan menjadi sumber informasi yang kredibel untuk meningkatkan kesadaran masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mempraktikkan secara langsung ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan, khususnya dalam merancang dan melaksanakan program edukasi kesehatan menggunakan media permainan *nutrition bingo*.

1.5 Ruang lingkup penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan permainan *nutrition bingo* terhadap pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar mengenai pemilihan jajanan sehat di SDN 03 Simpang Haru dan SDN 22 Andalas Barat. Waktu pelaksanaan penelitian ini pada bulan Juni hingga Agustus 2025. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasy experiment* dalam bentuk *pre-test post-test with non-equivalent control group*. Variable independen dari penelitian ini adalah edukasi gizi menggunakan permainan *nutrition bingo* sedangkan variable dependen dari penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar.

