

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas merupakan modal dasar pembangunan bangsa sehingga dalam membentuk manusia yang sehat, cerdas dan produktif, gizi dan kesehatan mempunyai andil yang sangat besar. UU Kesehatan No. 36 Tahun 2009 menyebutkan bahwa pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomis. Gizi merupakan dasar pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, sehingga pada masa mendatang merupakan komponen kritis kualitas SDM Indonesia. Dalam pembangunan nasional tersebut, Anak Usia Sekolah (AUS) merupakan kelompok yang perlu mendapat perhatian, karena kelompok usia ini merupakan investasi sumber daya dan tenaga kerja sehingga pembinaannya perlu dimulai sedini mungkin^(1,2).

Pembinaan dalam bentuk pendidikan gizi menjadi sangat penting sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi anak didik maupun orang tuanya. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang. Salah satu masalah yang muncul adalah pandangan masyarakat tentang gizi yang keliru yaitu panutan praktek pola makan “Empat Sehat, Lima Sempurna”. Slogan yang diciptakan oleh Prof.Purwo Soedarmo tahun 1950 ini berisikan lima kelompok makanan, yaitu : (1) Makanan pokok, (2) Lauk pauk, (3) Sayur-sayuran, (4) Buah-buahan, dan (5) Susu. Kini slogan itu dianggap tidak lagi memenuhi prinsip asupan gizi yang baik. “Lima sempurna” menggiring pada pemahaman bahwa komposisi menu tanpa susu tidak sempurna. Slogan

tersebut juga hanya menekankan keanekaragaman makanan, tetapi tidak menonjolkan aspek proporsi, kecukupan atau berlebihan (*moderation*) setiap jenis makanan. Porsi sayur, nasi, buah dan lauk diasumsikan sama, tetapi nyatanya tidak sama⁽³⁾.

Selain itu masalah yang kerap muncul akibat kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang adalah adanya ketidakseimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu “ beban ganda masalah gizi ” di masyarakat terutama pada kelompok umur anak usia sekolah. Anak pada usia ini cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa⁽⁴⁾.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, diketahui bahwa status gizi anak usia sekolah umur 6-12 tahun di Indonesia, yaitu prevalensi sangat kurus sebesar 4.6% kurus sebesar 7.6%, dan gemuk sebesar 9.2%. Permasalahan lain yang sering dihadapi oleh anak usia sekolah di Indonesia adalah masih rendahnya konsumsi energi dan protein dibawah kebutuhan minimal, yaitu sebesar 44.4% dan 30.6%. Selain itu, kurang makan buah dan sayur pada kelompok umur 10-14 tahun masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 93.6% dan aktifitas fisik yang dilakukan oleh Anak Usia Sekolah juga masih tergolong rendah, yaitu sebesar 66.9%^(5,6).

Di Sumatra Barat berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, diketahui bahwa terdapat anak usia sekolah yang mengalami status gizi lebih (menurut IMT/U) 3.8%. Sementara itu AUS yang mengalami gizi kurang (menurut IMT/U) kurus sebanyak 7.6% dan sangat kurus 3.4%.^(5,7).

Melihat data status gizi pada anak usia sekolah di atas maka salah satu faktor yang mempengaruhi konsumsi makan terutama pola konsumsi anak usia sekolah adalah pengetahuan anak tentang gizi seimbang. Pada tahun 2003 dan 2005 Departemen Kesehatan RI telah mengeluarkan buku mengenai pedoman gizi seimbang namun

kurangnya sosialisasi dan publikasi mengenai hal ini membuat masyarakat kurang mengenal pedoman gizi seimbang⁽⁸⁾.

Rendahnya pengetahuan anak tentang gizi seimbang mempengaruhi perilaku konsumsi makan terutama dalam memilih makanan jajanan. Pada umumnya sikap kritis dan hati-hati dalam soal makan belum dimiliki anak Indonesia. Banyak alat dan cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, kewaspadaan, dan perilaku makan anak. Salah satunya yaitu melalui permainan edukatif untuk memberikan pendidikan gizi kepada anak sedini mungkin. Tugas rumah yang dibawa ke rumah merupakan cara yang efektif untuk orang tua dan keluarga dalam memotivasi dan menggali pengetahuan anak⁽⁸⁾.

Program anak yang efektif dan bermanfaat membutuhkan kemampuan yang spesifik dari para pengembang kurikulum sekolah, guru dan orang tua. Intervensi melalui kelas dapat menjadi benteng bagi anak untuk meningkatkan keamanan dan sanitasi anak dalam makan di rumah. Kurikulum pendidikan dasar di Indonesia belum mengajarkan ilmu gizi secara profesional. Sejak kecil anak-anak di negara maju telah mendapatkan pendidikan gizi secara teratur melalui pembelajaran di kelas dan program makan siang di sekolah (*school lunch*), anak-anak di didik supaya memahami dan mempraktikkan pedoman gizi seimbang. Adanya pedoman tersebut, hampir setiap hari mereka diingatkan agar menyukai beragam jenis makanan, terutama jenis sayur dan buah-buahan. Mereka juga diajarkan cara menjaga kebersihan dan memperhatikan label pembungkus atau kaleng makanan untuk menghindari makanan tercemar ataupun kadaluwarsa⁽⁹⁾.

Oleh karena itu, pendidikan gizi sangat diperlukan bagi anak usia sekolah. media yang dipilih haruslah media yang menarik dan menyenangkan agar mudah diserap oleh anak. Salah satu media yang telah dikembangkan oleh *US Departement of Agriculture* (USDA) dalam mendesain permainan edukatif untuk anak melalui instrumen *My Pyramid For Kids*. Permainan ini menerapkan konsep yaitu membantu anak untuk makan baik dan

olahraga yang menyenangkan. Tujuan dari permainan ini adalah memperkenalkan kepada anak cara makan yang sehat dan mengajarkannya cara makan yang baik dan aktifitas fisik seperti olahraga teratur⁽¹⁰⁾.

Gagasan baru untuk permainan edukatif anak dengan metode tradisional tanpa perangkat komputer menjadi keunggulan tersendiri. Permainan yang mudah, bermanfaat dan menyenangkan merupakan kunci terpenting dalam mendesain permainan anak. Media yang dipilih dan mudah diterapkan kepada anak usia sekolah yaitu menggunakan media ular tangga, dikarenakan anak usia sekolah masih tertarik pada permainan. Konsep ini merujuk pada konsep “bermain sambil belajar”.

Metode permainan ular tangga dipilih dikarenakan dapat digunakan sebagai media belajar sambil bermain. Selain itu, sifat ular tangga yang dimainkan setidaknya oleh dua orang atau lebih, akan mengajarkan siswa untuk bersosialisasi dengan teman dan *fairplay*. Materi yang dicantumkan dalam ular tangga meliputi 4 pilar gizi seimbang yaitu, makan makanan yang beragam, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), aktifitas fisik, dan pentingnya memantau berat badan.

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi, Kabupaten Solok. Pemilihan lokasi berdasarkan survey data BPS (Badan Pusat Statistik) Kabupaten Solok tahun 2010, yang menyatakan bahwa masih banyak penduduk miskin dengan angka kecukupan gizi yang rendah. Jumlah Rumah Tangga Miskin (RTS) di Kecamatan Bukit Sundi sebesar 4.234 (92.57%) kepala keluarga dengan sebagian besar penduduk bermata pencaharian sebagai petani. Pada pengamatan kondisi umum anak-anak sekolah dasar di SD N 08 Kinari diperoleh gambaran bahwa masih banyak anak-anak yang kurang asupan gizi terlihat adanya gangguan pertumbuhan pada anak usia baru masuk sekolah. Ukuran tinggi anak-anak yang baru memasuki usia sekolah tergolong pendek dan belum

berperannya Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di sekolah dasar tersebut. Berdasarkan pertimbangan tersebut maka dipilihlah SD N 08 Kinari sebagai lokasi penelitian.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas, rumusan masalah penelitian yaitu” Bagaimanakah Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) Pada Siswa Sekolah Dasar Di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) Pada Siswa Sekolah Dasar di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui perbandingan skor pengetahuan gizi seimbang setelah dilakukan edukasi gizi dengan media ular tangga pada siswa Sekolah Dasar SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.
2. Mengetahui perbandingan perolehan skor pengetahuan gizi antara kelompok perlakuan edukasi gizi dengan media ular tangga dengan kelompok perlakuan ceramah gizi seimbang pada siswa Sekolah Dasar di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.
3. Mengetahui perbandingan perolehan skor pengetahuan gizi antara kelompok perlakuan edukasi gizi dengan media ular tangga dengan kelompok yang tidak



diberi perlakuan pada siswa Sekolah Dasar di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat untuk pengkayaan literatur tentang edukasi gizi dengan media ular tangga.
2. Untuk menambah pengetahuan peneliti dalam menemukan pengaruh edukasi gizi dengan media ular tangga terhadap pengetahuan tentang pedoman gizi seimbang (PGS) pada siswa sekolah dasar di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.
3. Untuk menambah pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang dan mampu menerapkannya dalam konsumsi sehari-hari.
4. Sebagai bahan tambahan literatur dan masukan bagi penelitian selanjutnya sehingga dapat diperoleh media yang lebih baik dan efektif untuk digunakan dalam penelitian.

1.4.2 Manfaat Praktis

Sebagai solusi nyata bagi pihak sekolah SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan pesan-pesan mengenai gizi seimbang dengan media edukasi ular tangga.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang (PGS) Pada Siswa Sekolah Dasar di SD Negeri 08 Kinari Kecamatan Bukit Sundi Kabupaten Solok Tahun 2015.