BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi merupakan gambaran kondisi fisik atau kesehatan anak dalam keseimbangan tubuh. Keseimbangan gizi pada tubuh anak dapat diindikasikan dari berat badan serta tinggi badan yang secara signifikan menggambarkan asupan nutrisi dan pertumbuhan anak (Mouw et al., 2022). Salah satu kelompok yang rentan dengan terjadinya masalah gizi adalah anak usia sekolah dasar. Anak usia sekolah dasar yaitu anak yang memasuki umur kisaran 6 hingga 12 tahun (Permatasari et al., 2023). Anak-anak memerlukan asupan gizi yang cukup dan seimbang untuk menunjang aktivitas sehari-hari, prestasi akademik, dan kesehatan secara keseluruhan. Namun, masih banyak anak-anak di Indonesia yang rentan mengalami masalah gizi, baik itu gizi kurang maupun gizi lebih (Jusriani & Zulfitriwati, 2023).

Masalah gizi kurang dan gizi lebih pada anak usia sekolah dasar dapat menimbulkan masalah yang serius. Masalah gizi kurang memberikan dampak negatif seperti menurunnya fungsi kognitif, menghambat pertumbuhan fisik sehingga daya tahan tubuh cenderung melemah dan postur tubuh cenderung pendek. Sedangkan jika masalah gizi lebih akan mengakibatkan dampak negatif seperti meningkatnya risiko terjangkit penyakit degeneratif (Yuliana et al., 2022).

Data UNICEF (2023) menunjukkan gizi buruk pada anak di dunia masih sangat tinggi. Pada tahun 2021, sebanyak 148,1 juta anak (22,3%) mengalami

stunting, sebanyak 45 juta anak (6,8%) mengalami wasting dan sebanyak 37 juta anak (5,6%) mengalami kelebihan berat badan.

Data Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia yaitu status gizi sangat kurus (*severely thinnes*) sebanyak 3,5%, status gizi kurus (*thinnes*) sebanyak 7,5%, status gizi normal sebanyak 69,4%, status gizi gemuk (*overweight*) 11,9%, dan status gizi obesitas (*obesse*) sebanyak 7,8%. Sedangkan prevalensi status gizi berdasarkan TB/U pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia yaitu sangat pendek (*severely stunting*) 4,6%, pendek (*stunting*) 14,1%, dan normal 81,3%.

Data Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U pada anak umur 5-12 tahun di Jawa Timur yaitu status gizi sangat kurus (*severely thinnes*) sebanyak 3,0%, status gizi kurus (*thinnes*) sebanyak 6,7%, status gizi normal sebanyak 66,8%, status gizi gemuk (*overweight*) 13,8% dan status gizi obesitas (*obesse*) sebanyak 9,7%. Sedangkan prevalensi status gizi berdasarkan TB/U pada anak umur 5-12 tahun di Jawa Timur yaitu sangat pendek (*severely stunting*) 3,8%, pendek (*stunting*) 13,1%, dan normal 83,1%.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Pulorejo 2 terhadap 15 siswa dengan sampel acak berdasarkan IMT/U didapatkan 5 anak dengan status gizi sangat kurus, 3 anak dengan status gizi kurus, 6 anak dengan status gizi normal, dan 1 anak dengan status gizi obesitas.

Pemenuhan kebutuhan gizi dan nutrisi anak merupakan hal yang sangat penting agar anak memiliki status kesehatan yang baik, yang ditandai dengan

perkembangan fisik dan mental sesuai usia serta berat dan tinggi badan yang normal (Juliana et al., 2022). Pemerintah berupaya meningkatkan kualitas gizi anak sekolah melalui program makan siang gratis. Dengan memperbaiki gizi anak, diharapkan terjadi penurunan angka gizi buruk dan stunting, sehingga Indonesia dapat memiliki kualitas sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas untuk mencapai visi Indonesia Emas 2045 (Septiani et al., 2024).

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), melakukan aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan normal secara teratur (Amalia & Putri, 2022). Gizi seimbang yaitu apabila asupan makan cukup secara kuantitas, kualitas dan mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan tubuh (Eriana et al., 2023).

Kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang akan berpengaruh terhadap kemampuan untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menimbulkan masalah gizi (Afra et al., 2021). Oleh karena itu, edukasi gizi seimbang sejak dini terutama bagi anak kelas 4,5 dan 6 sekolah dasar sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan gizi karena mereka sedang dalam masa pertumbuhan yang pesat. Diharapkan mereka dapat membentuk kebiasaan makan yang sehat, memahami kandungan gizi setiap makanan dan meningkatkan prestasi belajar.

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan seseorang yang berhubungan dengan makanan dan kesehatan yang berperan penting dalam menentukan derajat kesehatan. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak

sekolah yaitu dengan cara memberikan edukasi gizi sedini mungkin (Novitasari et al., 2022).

Hasil penelitian Kurniasari & Rahmatunnisa (2021) di Karawang dengan jumlah sampel 40 orang didapatkan pada hasil pre-test sebanyak 26 (65%) siswa masuk kedalam kategori pengetahuan kurang. Begitupun pada penelitian lain yang dilakukan Tsania et al. (2023) di Kota Bandung dengan jumlah sampel 62 orang, menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan pre-test pada kelompok intervensi (31 orang) sebesar 50,10 dan kelompok kontrol (31 orang) sebesar 47,09 yang menunjukkan kategori pengetahuan kurang.

Edukasi gizi pada siswa sekolah dasar perlu sebuah metode dan media yang dapat menarik minat dan mempermudah anak untuk menerima informasi terkait gizi. Metode permainan merupakan salah satu metode yang cukup sering digunakan dalam promosi kesehatan. Permainan dirancang dengan memasukkan unsur-unsur edukatif untuk membantu meningkatkan pola berpikir, kreativitas, dan kemampuan anak mendapatkan informasi (Siti Azizzah et al., 2024).

Permainan edukatif yang dapat digunakan sebagai media dalam memberikan pendidikan kesehatan salah satunya adalah permainan dadu pintar, permainan dadu pintar merupakan alat bantu pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan karena dirancang untuk mengembangkan kognitif siswa terhadap suatu konsep atau topik (Puspitasari et al., 2023). Dalam permainan ini, dadu berfungsi sebagai alat pengacak pertanyaan, sehingga setiap putaran permainan akan menghadirkan tantangan baru bagi siswa. Selain permainan edukatif melalui dadu pintar, permainan edukatif

dengan kartu benar salah juga dinilai cocok untuk anak sekolah dasar karena permainan ini dapat mengasah pemikiran siswa dalam menentukan pilihan atau menjawab pertanyaan secara langsung dan memberikan umpan balik yang cepat mengenai suatu topik (Aini Zahra et al., 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Pulorejo 2 terhadap 15 siswa dengan sampel acak didapatkan hasil wawancara bahwa kebiasaan sarapan pagi dan membawa bekal makanan dan air putih dari rumah ke sekolah cukup beragam. Sebanyak 5 anak rutin sarapan pagi, dan 10 anak sering melewatkan sarapan pagi. Untuk bekal makanan ke sekolah, hanya 6 anak yang membawa dari rumah, sementara 9 anak lainnya tidak. Selain itu, peneliti juga membagikan kuesioner mengenai pengetahuan gizi seimbang dan didapatkan hasil 10 anak kategori pengetahuan cukup, dan 5 anak dengan kategori pengetahuan baik. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto”. Dengan meningkatkan pengetahuan gizi anak melalui permainan dadu pintar dan kartu benar salah, diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku makan yang lebih sehat dan pada akhirnya meningkatkan status gizi anak.

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini adalah edukasi gizi dengan media dadu pintar dan media kartu benar salah terhadap pengetahuan gizi seimbang.

Rumusan masalah berdasar latar belakang tersebut adalah “Apakah ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media dadu pintar pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media kartu benar salah pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media dadu pintar terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

- d. Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media kartu benar salah terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.
- e. Menganalisis perbedaan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan media dadu pintar dan media kartu benar salah pada siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi pada institusi dan sebagai bahan ajar tambahan terkait pendidikan kesehatan melalui media dadu pintar dan kartu benar salah terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam model pembelajaran yang lebih efektif untuk menyampaikan materi dengan media dadu pintar dan kartu benar salah.

b. Bagi Siswa SDN Pulorejo 2 Kecamatan Dawarblandong Kabupaten Mojokerto

Penelitian ini dapat memberikan manfaat pengetahuan tentang gizi seimbang melalui media media dadu pintar dan kartu benar salah.