

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengetahuan gizi merupakan salah satu indikator yang memegang peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan gizi, terutama mengenai gizi seimbang. Salah satu masalah yang sering muncul ialah adanya ketidakseimbangan asupan makanan (Almatsier *et al.*, 2011). Kekurangan maupun kelebihan asupan makanan dapat memicu terjadinya tiga beban malnutrisi atau *Triple Burden of Malnutrition* (TBM). Indonesia saat ini tengah menghadapi permasalahan gizi tersebut yang terjadi pada berbagai kelompok usia, tidak terkecuali pada anak usia sekolah (Khusun *et al.*, 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi anak pendek usia 5-12 tahun ($TB/U \geq -3$ s/d < -2) yaitu sebesar 16,9%, anak dengan status gizi lebih atau obesitas ($IMT/U > 2$) sebanyak 9,2%, serta anak yang memiliki gizi kurang atau sangat kurus ($IMT/U < -3$) sebesar 2,4% (Kemenkes RI, 2018a). Prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun di Kabupaten Cirebon, pendek (15,03%), obesitas (10,49%), dan sangat kurus (4,48%) (Kemenkes RI, 2018b).

Permasalahan gizi pada anak usia sekolah biasanya diawali dengan kurangnya asupan energi dan protein di bawah kebutuhan minimal (Kemenkes RI, 2010). Prevalensi makan buah dan sayur yang masih tergolong rendah, serta kebiasaan memilih-milih makanan yang cenderung hanya mengonsumsi

makanan yang disukai, mengakibatkan kurang terpenuhinya variasi makanan yang dikonsumsi (Marisa dan Nuryanto, 2014). Sejalan dengan pendapat Almatsier *et al* (2011) yang menyatakan bahwa, pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa.

Salah satu penyebab terjadinya permasalahan gizi pada anak usia sekolah ialah karena kurangnya pengetahuan gizi, terutama pengetahuan tentang gizi seimbang. Hasil penelitian pada anak sekolah dasar di kota Medan menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi sebesar 10,96 poin (Siregar dan Tinah, 2021). Penelitian lain di Kota Bogor menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak sekolah dasar sebesar 50,30 poin (Anggraeni dan Fransiske, 2018). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak usia sekolah dasar di beberapa daerah di Indonesia masih tergolong rendah.

Berbagai cara telah banyak ditempuh dalam meningkatkan pengetahuan mengenai gizi, salah satunya yaitu melalui pendidikan gizi (Soekirman, 2011). Penelitian yang telah dilakukan Soekirman (2011) terhadap lebih dari 300 responden yang berasal dari berbagai kalangan, diperoleh hasil sebanyak 54% responden menyatakan bahwa cara yang paling efektif untuk dilakukan sosialisasi gizi adalah melalui lembaga pendidikan. Berdasarkan penelitian tersebut, mayoritas responden yakni sebanyak 91% menyatakan bahwa sekolah dasar (SD) adalah target terbaik dalam melakukan sosialisasi gizi.

Pendidikan gizi dapat diartikan sebagai suatu tindakan yang dapat mengubah perilaku masyarakat dalam menerapkan pola makan yang sehat dan tepat dalam kehidupan sehari-hari (Sukraniti *et al.*, 2018). Pendidikan gizi dalam pelaksanaannya tidak terlepas dari adanya proses belajar mengajar. Selain menggunakan metode pembelajaran yang tepat, dalam proses belajar juga dibutuhkan media atau alat bantu yang dapat digunakan untuk mempermudah menyampaikan pesan kepada sasaran. Begitu pun dengan pendidikan gizi yang diberikan pada anak usia sekolah dasar diupayakan dapat diberikan melalui media yang menarik agar penyampaian materi dapat diterima dengan lebih mudah (Salma dan Mardiana, 2019).

Metode ceramah merupakan metode yang sering digunakan dalam pemberian pendidikan gizi dan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak sekolah (Wulandari, 2007). Pada metode ini penyuluh lebih dominan memberikan materi sedangkan responden lebih dominan mendengarkan. Dalam pelaksanaannya, metode ceramah juga dapat menggunakan media pembelajaran sebagai alat bantu agar sasaran dapat lebih jelas memahami informasi yang disampaikan (Harsono *et al.*, 2009). Media pembelajaran yang sering digunakan sebagai alat bantu dalam menunjang keberhasilan proses pendidikan gizi adalah media cetak (Muwakhidah *et al.*, 2021). Menurut Gafur (2010), media cetak banyak dipilih sebagai media pendidikan karena memiliki sifat yang fleksibel, mudah digunakan, awet, serta murah dalam pemeliharannya.

Booklet adalah salah satu media cetak untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku berukuran kecil yang berisi tulisan dan gambar (Fitria, 2012). Hasil penelitian Muwakhidah *et al* (2021) menyatakan bahwa media *booklet* lebih efektif dibandingkan media cetak lainnya seperti *leaflet* dan poster dalam meningkatkan pengetahuan gizi siswa tentang anemia. Hasil penelitian lain menyatakan bahwa adanya perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan siswa tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberi intervensi media *booklet* (Diba *et al.*, 2020).

Survei pendahuluan yang telah dilakukan pada 32 siswa SDN 1 Cempaka dengan kisaran usia 9-11 tahun pada tahun ajaran 2022/2023, menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan gizi seimbang yang diperoleh sebesar 37,08 poin (37%). Hal ini menunjukkan tingkat pengetahuan gizi seimbang siswa masih tergolong rendah, dimana menurut Khomsan (2000) pengetahuan gizi dapat dikatakan baik jika perolehan skor pengetahuan >80%, sedang 60-80%, dan kurang <60% (Yurni dan Sinaga, 2017). Adapun berdasarkan data kunjungan perpustakaan SDN 1 Cempaka, persentase kunjungan siswa kelas IV lebih tinggi dibandingkan dengan kelas tinggi lainnya per bulan Januari-Maret tahun 2023, yakni sebesar 75%. Selain itu, persentase pinjam buku oleh siswa kelas IV yaitu sebesar 61% dari total pengunjung siswa kelas tinggi lainnya (kelas V dan kelas VI). Hal ini dapat diasumsikan bahwa siswa kelas IV memiliki minat yang lebih tinggi dalam membaca dibandingkan siswa kelas V dan IV.

Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berfokus pada pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi siswa sekolah dasar tentang gizi seimbang. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas IV SDN 1 Cempaka di Kelurahan Cempaka, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa di SDN 1 Cempaka Kabupaten Cirebon tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

Menganalisis pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa sekolah dasar.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Batasan masalah penelitian ini berfokus pada penggunaan metode ceramah dengan media *booklet* sebagai metode pemberian pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini menggunakan metode Quasi Eksperimen dengan desain *Pre-Post Test One Group Design*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk ke dalam keilmuan di bidang ilmu gizi masyarakat tentang pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang siswa sekolah dasar.

4. Lingkup Tempat

Tempat penelitian dilakukan di SDN 1 Cempaka Desa Cempaka, Kecamatan Plumbon, Kabupaten Cirebon.

5. Lingkup Sararan

Sasaran dalam penelitian ini ialah siswa kelas IV dengan usia berkisar 9 – 10 tahun.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari – Desember 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat memperkenalkan kepada siswa media pendidikan gizi melalui media *booklet* dalam memperoleh informasi terkait gizi seimbang dan diharapkan siswa dapat mengaplikasiakannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya nyata yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan

pesan pedoman gizi seimbang guna mendukung program “Gizi untuk Prestasi” untuk anak usia sekolah.

3. Bagi Program Studi Gizi

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah kepustakaan dan studi pendahuluan terkait pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

4. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan referensi khususnya keilmuan gizi terkait pengaruh pendidikan gizi menggunakan metode ceramah dengan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang.

5. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi pengalaman yang bermanfaat serta menambah wawasan baru bagi peneliti dalam menganalisis secara ilmiah suatu permasalahan dengan mengaplikasikan teori-teori yang ada dan teori-teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan di Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi.