

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi yang paling sering ditemukan di Indonesia, salah satunya yaitu kekurangan asupan protein (Kemenkes, 2017). Seorang anak dengan gizi kurang akan mudah mengantuk dan kurang semangat sehingga dapat mempengaruhi proses belajar serta berfikir anak (Susilowati dan Hengky, 2019). Selain itu, masalah gizi pada anak dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, kematian pada ibu dan anak, serta berkurangnya produktivitas kerja (Kemenkes, 2017). Protein sangat diperlukan oleh tubuh karena berfungsi sebagai faktor pertumbuhan dan perkembangan serta tingkat kognitif seseorang (Hasanah, 2017).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa status gizi anak umur 5-12 tahun berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) di Indonesia, yaitu prevalensi gizi terdiri dari sangat kurus 3,5%, kurus 7,5%, gemuk 11,9% dan obesitas 7,8% dan Provinsi Jawa Barat mempunyai prevalensi gizi terdiri dari sangat kurus 2,6%, kurus 7,2%, gemuk 10,9% dan obesitas 7,5% dan status gizi anak umur 5-12 tahun (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) di Indonesia, yaitu prevalensi sangat pendek 6,6% dan pendek 17,5%. Sedangkan di Provinsi Jawa Barat, yaitu prevalensi sangat pendek 5,3% dan pendek 15%. Kabupaten

Tasikmalaya, prevalensi pendek 20,7%, sangat kurus 4%, kurus 10,1%, gemuk 3,9% (Kemenkes, 2023).

Terpenuhiya asupan protein dengan benar pada anak akan mempengaruhi status gizi dan proses tumbuh kembang anak. Asupan protein yang tidak seimbang masih menjadi masalah gizi yang dapat mempengaruhi peningkatan prevalensi gizi kurang dan gizi lebih di Indonesia (Sofianita *et al.*, 2018). Hasil penelitian Namira (2020) menunjukkan pengaruh dan juga hubungan dalam peningkatan pengetahuan gizi yang menjadi faktor penting dalam konsumsi pangan dan status gizi bagi anak sekolah dasar. Hasil tersebut dilihat dari nilai persentase yang tinggi yaitu 51,4%.

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh asupan zat gizi yang merupakan bagian penting. Gizi berpengaruh dalam kesehatan serta kecerdasan otak seseorang. Status gizi perlu diperhatikan terutama pada anak usia sekolah, jika status gizi anak kurang dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental, berpikir dan menurunkan produktivitas pada saat dewasa (Hikmawati, 2018). Zat gizi pada anak usia sekolah dibutuhkan sebagai pertumbuhan, perkembangan, energi, serta berpikir dalam kehidupan sehari-hari karena pada usia anak sekolah dasar yang sedang mengalami pertumbuhan serta perkembangan yang pesat (Chahyanto *et al.*, 2019).

Anak usia 10-12 tahun keatas adalah fase dimana anak sudah dapat memikirkan sesuatu yang mungkin akan terjadi atau sesuatu yang bersifat abstrak. Pada fase ini anak sudah berfikir secara kritis, aktif, dan penalaran tinggi (Wulandari *et al.*, 2022).

Pendidikan gizi pada anak sekolah harus diberikan dengan metode dan media yang sesuai agar menarik perhatian anak dan juga dapat memudahkan anak dalam menerima informasi mengenai gizi (Mahmudah, 2019). Pada proses pembelajaran, diperlukannya keterampilan dalam menciptakan suasana mengajar yang bervariasi dan tidak monoton, sehingga siswa tidak pasif. Penggunaan variasi metode dan variasi media dalam melaksanakan proses pembelajaran dapat memberikan dampak positif bagi aktivitas siswa. Penggunaan metode tanpa media pembelajaran menimbulkan sebagian siswa kurang merespon materi pelajaran dikarenakan faktor kognitif siswa dan proses pembelajaran kurang variasi. Penambahan penggunaan media dalam proses pembelajaran menimbulkan proses komunikasi antara guru dengan siswa menjadi dua arah dan menjadikan siswa lebih aktif (Rusiadi, 2020).

Menurut Kristanto (2016), video sebagai media pembelajaran merupakan media audio visual yang digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran yang bersifat informatif, edukatif dan instruksional. Dalam bidang pendidikan kesehatan, video merupakan media penyampaian pesan dan informasi yang mengarah pada sosialisasi program dalam bidang kesehatan. Penggunaan media video dalam proses pembelajaran dinilai dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian individu agar dapat mendorong terjadinya proses belajar yang disengaja, bertujuan dan terkendali (Jatmika *et al.*, 2019). Video dapat dibuat dengan mengkombinasikan sinyal audio dengan gambar yang bergerak atau dikemas dalam bentuk hiburan melalui bentuk animasi, cerita fiksi lainnya yang dapat mendorong seseorang untuk mendapatkan informasi

secara menarik tanpa merasa terbebani (Kristanto, 2016b).

Pemanfaatan media audio visual dalam pembelajaran juga membuka ruang bagi pembentukan keterampilan kritis dan analitis peserta didik. Mereka dapat diajak untuk berpikir kreatif, mengembangkan literasi media, dan memahami pesan-pesan yang disampaikan melalui berbagai bentuk visual dan suara (Sadiman *et al.*, 2014). Penggunaan media audio visual tidak dapat diabaikan karena media audio visual merupakan sumber pengetahuan yang digunakan untuk memberikan suatu dorongan atau motivasi dan rangsangan yang akan dapat membantu keberhasilan dalam meraih tujuan-tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan, dimana siswa dapat melihat, mengamati secara langsung materi yang diajarkan. (Sujono, 2022).

Penelitian tentang penggunaan media audio visual dalam proses pembelajaran bagi peserta didik telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Beberapa di antaranya yaitu penelitian oleh Iriyanti (2025) yang berjudul Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Pancasila Siswa Kelas V UPT SPF SD Inpres Borong Makassar, penelitian oleh Suhirno (2024) yang berjudul Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Audiovisual dalam Meningkatkan Pemahaman Siswa Kelas V SD N 1 Ternadi Kudus dalam Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam, serta penelitian oleh Mayang (2023) yang berjudul Penggunaan Media Audio Visual dalam Proses Pembelajaran bagi Peserta Didik. Hasil dari penelitian-penelitian tersebut menunjukkan adanya pengaruh positif berupa peningkatan pengetahuan yang terlihat dari skor *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian,

data dan informasi mengenai media audio visual dalam pembelajaran telah banyak tersedia dan dapat dijadikan rujukan dalam penelitian ini.

Dalam dunia pendidikan di era globalisasi sekarang ini pembelajaran memerlukan media untuk membantu pendidik dalam memberikan materi yang diajarkan. Salah satu media yang diperlukan ialah media audio visual. Pencapaian potensi maksimal dari penggunaan media audio visual, pendidik perlu memahami karakteristik peserta didik, materi pembelajaran, dan tujuan instruksional. Integrasi media harus dilakukan secara bijaksana dan sesuai dengan konteks pembelajaran agar dapat memberikan dampak yang positif. Oleh karena itu, dalam konteks pembelajaran modern, penerapan media audio visual menjadi sebuah kebutuhan yang tidak dapat diabaikan untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang dinamis dan inovatif.

Berdasarkan hal diatas pengambilan zat gizi yang akan diteliti yaitu hanya protein karena protein memiliki peran penting dalam tubuh dan fungsinya tidak bisa digantikan oleh zat gizi lain. Protein adalah nutrisi yang dibutuhkan untuk membangun dan memperbaiki jaringan, mendukung sistem kekebalan tubuh, dan berbagai fungsi lainnya. Serta pentingnya untuk anak sekolah dasar yang masih dalam pertumbuhan dan perkembangan sangat penting karena protein berperan dalam membentuk antibodi untuk melawan infeksi.

Penelitian terdahulu oleh Alkariema (2023), menggunakan media audio visual sebagai media edukasi zat gizi untuk melihat pengaruh pada peningkatan pengetahuan mengenai gizi. Ditemukan hasil yang positif dengan

angka 67% adanya pemahaman mengenai pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar.

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar IT Al-Fattah Kecamatan Rajapolah Kabupaten Tasikmalaya pemilihan lokasi berdasarkan data wilayah kerja Puskesmas Rajapolah pada bulan September 2024, hasil penjarangan yang menyatakan survei sekolah tersebut masih termasuk sekolah pratama. Sekolah pratama adalah sekolah yang masih memiliki nilai rata-rata status gizi baik dibawah nilai standar yaitu 65%. Hasil penjarangan yang didapat oleh sekolah yaitu 55%, nilai ini menyatakan bahwa sekolah dasar IT Al-Fattah masih belum memenuhi nilai standar status gizi baik dalam wilayah kerja puskesmas Rajapolah. Adapun kategori untuk sekolah yang telah memenuhi standar status gizi baik yaitu sekolah madya dan utama dengan hasil $\geq 65\%$. (Puskesmas Rajapolah, 2024)

Peneliti memilih kelas 4 dan 5 Sekolah Dasar (SD) sebagai subjek penelitian karena beberapa alasan. Pertama, siswa kelas 4 dan 5 umumnya sudah memiliki kemampuan dasar yang cukup baik dalam membaca, menulis, dan berhitung, namun masih dalam tahap perkembangan kognitif yang memungkinkan untuk dilakukan intervensi atau perbaikan dalam proses pembelajaran. Kedua, siswa kelas 4 dan 5 belum terlalu terbebani oleh kegiatan persiapan ujian akhir seperti yang mungkin terjadi pada siswa kelas 6, sehingga peneliti dapat lebih leluasa dalam mengumpulkan data dan melakukan penelitian.

Penelitian ini dilakukan untuk memberikan alternatif metode edukasi

yang lebih menarik dan sesuai dengan perkembangan kognitif anak usia 10–12 tahun. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk membantu sekolah dalam meningkatkan pengetahuan gizi siswanya, khususnya terkait pentingnya protein sebagai salah satu zat gizi utama yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah, puskesmas, maupun institusi pendidikan lainnya dalam merancang program intervensi gizi yang lebih efektif, berbasis media edukasi yang inovatif, serta menjadi rujukan bagi penelitian sejenis di masa mendatang.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi zat gizi protein dengan menggunakan media audio visual terhadap pengetahuan gizi siswa Sekolah Dasar IT Al-Fattah Kecamatan Rajapolah Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh edukasi zat gizi protein dengan menggunakan media audio visual terhadap pengetahuan gizi pada anak Sekolah Dasar IT Al-Fattah Kecamatan Rajapolah Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah penelitian ini adalah pengaruh edukasi zat gizi protein yang diberikan melalui media audio visual terhadap pengetahuan anak sekolah dasar.

2. Lingkup Metode

Metode dalam penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan rancangan *Pre-test Post-test Without Control Group Design*.

3. Lingkup Keilmuan

Keilmuan dalam penelitian ini adalah ilmu gizi masyarakat yaitu pendidikan gizi mengenai zat gizi protein pada anak sekolah dasar.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini akan dilakukan di salah satu sekolah dasar di Kecamatan Rajapolah, Kabupaten Tasikmalaya yaitu Sekolah Dasar IT Al-Fattah sebagai tempat yang akan dilakukan uji coba soal tes pengetahuan dan penelitian.

5. Lingkup Sasaran

Subjek dan responden dari penelitian ini adalah anak Sekolah Dasar IT Al-Fattah kelas IV dan V.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini telah dilaksanakan dari bulan Desember 2024 hingga bulan September 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Sebagai media penunjang tambahan pembelajaran yang dapat digunakan sekolah.

2. Bagi Responden

Menambah kesadaran dan memberikan informasi mengenai

pentingnya penerapan gizi khususnya protein untuk menciptakan generasi sehat dan berkualitas.

3. Bagi Peneliti

Mengembangkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan di kelas, praktek kerja lapangan dan tambahan wawasan tentang media Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) serta sebagai sarana pelatihan dan pembelajaran dalam melakukan penelitian di bidang gizi dan kesehatan.

4. Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan dan dapat menjadi masukan bagi para pembaca sebagai salah satu informasi dalam melakukan intervensi gizi mengenai protein bagi anak sekolah dasar.

5. Bagi Keilmuan Gizi

Menambah referensi keilmuan untuk peneliti selanjutnya terkait dengan edukasi gizi protein bagi anak sekolah dasar.

6. Bagi Peneliti lain

Sebagai bahan penerapan proses berpikir secara ilmiah dalam menganalisis masalah, media edukasi dan data penunjang bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian serupa.