

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah (SD) adalah anak-anak yang berusia antara 6 dan 12 tahun (Saeed Jadgal, 2020). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menganggap anak-anak ini berusia antara 7 dan 15 tahun. Anak-anak di usia sekolah sangat membutuhkan makanan yang bergizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Nutrisi sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberian nutrisi yang tepat dalam jumlah dan kualitas akan mempengaruhi pertumbuhan optimal anak (Damayanti et al., 2019)

Masalah gizi adalah kondisi di mana asupan nutrisi tidak seimbang, baik karena kekurangan maupun kelebihan zat gizi. Kondisi ini dapat mengganggu kesehatan dan perkembangan seseorang, dan dapat menyebabkan berbagai penyakit dan gangguan seperti malnutrisi, obesitas, kekurangan vitamin dan mineral, serta penyakit kronis terkait gizi. Kekurangan gizi atau obesitas adalah masalah gizi yang paling umum pada anak sekolah dasar. Kelebihan dan kekurangan gizi, terutama pada anak-anak, akan berdampak pada potensi pertumbuhan ekonomi negara (Maharani et al., 2022).

Masalah gizi pada anak sekolah dasar masih cukup besar saat ini. Ini masih merupakan masalah gizi nasional dan global. Disebut sebagai masalah epidemi global, gizi telah meningkat di banyak negara. Dibandingkan dengan underweight, obesitas dan obesitas merupakan penyebab kematian tertinggi di dunia. Lebih dari 340 juta anak menghadapi masalah gizi, termasuk obesitas dan kegemukan (WHO, 2022). Seperti yang dilaporkan oleh Riskesdas pada tahun 2018, status gizi anak berusia 5 hingga 12 tahun di Indonesia jumlah anak gemuk di Indonesia terus meningkat, dengan prevalensi 18.8%, terdiri dari gemuk 10.8% dan sangat gemuk (obesitas), dan prevalensi pendek adalah 30.7%, terdiri dari 12.3% sangat pendek dan 18.4% pendek (Supiyah & Aprizal Ponda, 2022).

Kurang pengetahuan, sikap, dan tindakan tentang masalah gizi adalah salah satu penyebab masalah gizi pada anak sekolah dasar. Ini karena pengetahuan dapat mempengaruhi perilakunya, termasuk pola hidup dan kebiasaan makan (Janah, 2020). Anak-anak yang kekurangan pengetahuan gizi akan dipengaruhi oleh cara mereka memilih makanan yang mereka konsumsi (Pramono et al., 2018).

Pengetahuan adalah hasil dari "tahu", yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pendengaran, penglihatan, penciuman, perasa, dan indra peraba manusia terdiri dari panca indra. Telinga dan mata bertanggung jawab atas sebagian besar pengetahuan yang diterima manusia (Hendrawan, 2019).

Sikap adalah kecenderungan seseorang dalam merespons suatu objek, baik secara positif maupun negatif yang terbentuk dari pengetahuan, perasaan dan pengalaman (Pramono et al., 2018).

Tindakan merupakan perwujudan nyata dari pengetahuan dan sikap seseorang dalam bentuk perilaku atau aktivitas yang dapat diamati. Tindakan seseorang terhadap ransangan tertentu sangat bergantung pada apa yang mereka pikirkan dan rasakan tentang ransangan tersebut (Ilmiah & Kesehatan, 2020).

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah dasar adalah dengan mengajarkan mereka tentang pentingnya menerapkan pola makan sehat dan seimbang. Penyuluhan adalah upaya atau kegiatan yang dilakukan untuk memberi orang informasi, pengetahuan, atau keterampilan dengan tujuan meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan perubahan perilaku dalam berbagai aspek kehidupan. Tujuan dari penyuluhan adalah untuk memberikan pemahaman yang benar dan menyeluruh kepada masyarakat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup mereka (Smartcards et al., 2020)

Penyuluhan anak sekolah bergantung pada komponen pembelajaran. Menurut Bandung (2019), media penyuluhan merupakan salah satu elemen yang mendukung proses pembelajaran. Media cetak,

media elektronik (seperti komputer, TV, radio, dll.) adalah contoh media promosi Kesehatan (Ratnasari & Arnisam, 2023)

Untuk penyuluhan gizi, berbagai macam media dapat digunakan. Salah satunya adalah video animasi, yang berfungsi sebagai bahan belajar dengan output gambar dan suara. Video animasi berdurasi sekitar 3 menit dan dilengkapi dengan musik untuk mencegah responden bosan selama intervensi (Silvani & Kurniasari, 2022).

Gizi seimbang adalah serangkaian makanan yang dikonsumsi yang berisi berbagai jenis dan jumlah zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing. Pola susunan makanan yang seimbang biasanya berbentuk piramida atau mengerucut termasuk makanan pokok, diikuti oleh sayuran, buah-buahan, protein nabati dan hewani, konsumsi gula, garam dan minyak (Nuzrina, 2020).

Terdapat 4 pilar utama dalam gizi seimbang yaitu mencakup konsumsi makanan yang bervariasi, menjalani pola hidup sehat, rutin beraktivitas fisik, dan menjaga berat badan tetap ideal. Keempat aspek ini menjadi pedoman penting dalam menerapkan gaya hidup sehat serta memastikan asupan gizi yang mencukupi, terutama selama masa pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. (A. Y. Damayanti 2018).

Isi Piringku adalah program edukasi gizi yang diperkenalkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai panduan bagi masyarakat untuk menerapkan pola makan sehat dan seimbang. Program ini menggantikan konsep "4 Sehat 5 Sempurna" dengan pendekatan yang lebih komprehensif dan mudah dipahami, menggunakan piring makan sebagai visualisasi pembagian makanan yang ideal (Ridhani et al., 2021). Panduan Isi Piringku membagi piring menjadi tiga bagian dan diisi dengan makanan yang mengandung gizi seimbang. Setengah piring diisi dengan buah dan sayur, setengahnya lagi dibagi menjadi dua dan digunakan untuk lauk pauk yang kaya protein, baik hewani maupun nabati, dan setengah lagi digunakan untuk karbohidrat. (Kemenkes, 2014)

B. Perumusan Masalah

Bagaimana pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara

2. Tujuan khusus

- a. Menilai pengetahuan anak sekolah sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara
- b. Menilai sikap anak sekolah sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.
- c. Menilai tindakan anak sekolah sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.
- d. Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap pengetahuan anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.
- e. Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap sikap anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.
- f. Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap tindakan anak sekolah di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman peneliti tentang penyuluhan gizi seimbang dengan media video animasi terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan anak sekolah.

2. Bagi Responden

Meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan dengan memberikan penyuluhan tentang gizi seimbang kepada anak sekolah melalui media video animasi di SD Negeri 04 Laut Tador Kabupaten Batu Bara Sumatera Utara.

3. Bagi Sekolah

Sebagai informasi bahwa pentingnya pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan melalui media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan anak sekolah.