

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Generasi selanjutnya akan memiliki kesempatan untuk melihat pertumbuhan yang lebih baik di lingkungan sekolah dasar. Anak-anak tumbuh secara fisik, intelektual, mental, dan emosional dengan sangat cepat pada usia ini. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa anak-anak sekolah berusia antara 7 dan 15 tahun, namun anak-anak di Indonesia biasanya berusia antara 7 dan 12 tahun. Masa kanak-kanak usia sekolah adalah masa yang tenang atau laten, menurut Gunarsa (2008), dan apa yang dipupuk selama masa ini akan berlanjut ke masa depan. Meningkatkan kebiasaan makan yang seimbang secara nutrisi merupakan komponen kunci dalam mencapai hal ini (Lestari and Thisrty 2021).

Asupan nutrisi yang baik dan status gizi dipengaruhi oleh pola makan seimbang dan kaya nutrisi yang memenuhi kebutuhan dan memilih makanan yang tepat. Agar anak-anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, pola makan sehat baik dari segi kuantitas maupun kualitas sangat penting. Konsumsi berlebihan dapat menyebabkan obesitas dan penyakit lainnya. Di sisi lain, malnutrisi, yang dapat memengaruhi penyakit lain, khususnya prevalensi status gizi, dapat disebabkan oleh asupan makanan yang tidak memadai (-, Anugerah Humairah, and Shelly Puspa Anggraini 2023).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, siswa sekolah dasar berusia 7 hingga 15 tahun memiliki status gizi sebagai berikut: 18,7% mengalami stunting, 11,9% obesitas, 7,8% sangat gemuk, dan 11% kurus. Prevalensi stunting di Indonesia turun dari 24,4% menjadi 21,6%, menurut data Survei Status Gizi Indonesia 2022, meskipun hal ini tidak berarti bahwa masalah kekurangan gizi di negara ini telah teratasi (Valentin Valling and Mahmudiono Trias 2024).

Kurangnya pemahaman dan sikap terhadap nutrisi seimbang merupakan salah satu masalah yang memengaruhi nutrisi seseorang. Pengetahuan tentang nutrisi seimbang berkaitan dengan sikap terhadapnya. Pendidikan kesehatan adalah salah satu cara untuk mempromosikan sikap positif dan meningkatkan pengetahuan tentang diet seimbang (Safitri dkk., 2021). Karena dapat memperoleh berbagai kemampuan, sekolah mendorong pertumbuhan dan perkembangan alami anak.

Selain itu, kegiatan yang berkaitan dengan sekolah dapat meningkatkan pemahaman anak-anak tentang diet seimbang, yang dapat mengurangi masalah-masalah ini (Sapil and Hardianti 2024).

Masalah gizi secara tidak langsung disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang. Kurangnya pemahaman tentang gizi seimbang merupakan akar penyebab masalah gizi seimbang dan perilaku gizi yang buruk, terutama di kalangan siswa sekolah dasar (Kusbandiyah et al. 2022).

Perilaku baik tidak selalu mengikuti pengetahuan dan sikap yang baik. Dalam upaya meningkatkan gizi, sikap terhadap gizi seimbang dapat memengaruhi ketersediaan makanan sesuai dengan kebutuhan tubuh dalam konsumsi sehari-hari. Pilihan makanan berkualitas juga dapat dipengaruhi oleh sikap, tindakan, dan pemahaman gizi. Dengan menawarkan pendidikan gizi yang komprehensif, upaya dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait gizi (Namira, Nadila Siti 2020).

Pendidikan gizi seimbang, menurut Notoatmodjo (2018), adalah strategi pendidikan untuk mendorong perilaku individu atau komunitas yang diperlukan untuk meningkatkan atau mempertahankan gizi seimbang. Selain itu, kelompok sasaran menjadi fokus pendidikan gizi seimbang, yang bertujuan untuk mengubah sikap, perilaku, dan pengetahuan tentang makan (Teesen et al. 2024).

Pengetahuan, sikap, dan perilaku anak sekolah harus ditingkatkan melalui pengajaran nutrisi seimbang. Pendidikan dapat mendorong pertumbuhan praktik, sikap, dan pengetahuan ini. Media baru yang inovatif telah dikembangkan untuk membangkitkan minat dan rasa ingin tahu anak-anak tentang pentingnya pengajaran nutrisi seimbang bagi anak usia sekolah (Brebes et al. 2023).

Pop-up book adalah bentuk media yang paling menarik dan diminati di kalangan anak-anak usia sekolah. Menurut Rubin E. (2005), *pop-up book* adalah buku yang menampilkan bentuk timbul atau tiga dimensi ketika dibuka. Anak-anak banyak mendapat manfaat dari media ini dalam hal menyerap dan memahami isinya (Tasya and Sunarti 2020).

Sebuah studi pendahuluan di SD Negeri Galang 105382 mengungkapkan bahwa 70% dari 24 murid dalam sampel memiliki pengetahuan rendah dan 30% memiliki sikap rendah, termasuk ketidaktahuan tentang praktik diet seimbang.

Peneliti tertarik untuk melakukan studi yang diberi nama “Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang melalui Media Pop Up-Book terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Anak di SD Negeri 105382 Galang”.

B. Rumusan Masalah

Adakah “Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang melalui Media Pop Up-Book terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Anak di SD Negeri 105382 Galang?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang melalui Media Pop Up-Book terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Anak di SD Negeri 105382 Galang.

2. Tujuan khusus

- a) Untuk mengevaluasi pemahaman siswa tentang nutrisi seimbang bagi siswa di SD Negeri 105382 Galang baik sebelum maupun sesudah sekolah.
- b) Untuk menentukan bagaimana perasaan siswa di SD Negeri 105382 Galang tentang nutrisi yang cukup untuk anak-anak baik sebelum maupun sesudah sekolah.
- c) Untuk mengevaluasi bagaimana perilaku siswa di SD Negeri 105382 Galang terkait pola makan seimbang bagi siswa baik sebelum maupun sesudah sekolah.
- d) Untuk meneliti bagaimana anak-anak sekolah di SD Negeri 105382 Galang terpengaruh oleh pengajaran nutrisi seimbang melalui *pop-up book*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Memberikan keahlian dalam menerapkan media pembelajaran melalui *pop-up book* untuk meningkatkan minat siswa dalam memperoleh pengetahuan gizi seimbang bagi anak usia sekolah.

2. Manfaat bagi institusi

Hasil dari kreasi tersebut dapat dipertimbangkan saat membuat materi pendidikan untuk anak-anak usia sekolah di klinik kesehatan masyarakat dan sekolah dasar.

3. Manfaat bagi siswa

menggunakan materi pembelajaran *pop-up book* untuk meningkatkan kesadaran akan nutrisi seimbang.