

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi ganda masih menjadi permasalahan utama bagi sebagian besar penduduk di Indonesia, salah satunya adalah anak usia sekolah. Masalah gizi ganda ini meliputi masalah gizi kurang dan gizi lebih. Masalah gizi ganda dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang salah pada anak sekolah (Nuryanto et al., 2014). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Jawa Tengah menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun adalah terdiri dari 6,5% kategori kurus dan 2,1% sangat kurus. Prevalensi status gizi gemuk 11,1% dan 9,1% gemuk. Pada Kota Semarang prevalensi sangat kurus 3,11% dan prevalensi kurus 7,61% sedangkan prevalensi gemuk 15,57% dan prevalensi obesitas 12,30%.

Anak usia Sekolah Dasar (SD) adalah anak yang memasuki usia 6 hingga 12 tahun. Pada usia 9-12 tahun adalah akhir dari masa perkembangan kanak-kanak (*late childhood*). Dalam masa ini mereka gunakan untuk bermain dengan teman sebayanya diluar rumah. Interaksi sosial yang anak lakukan ini menjadi lebih luas dengan teman karena sering menerima *feedback* dari lingkungan atau teman berupa kritik dan evaluasi, sehingga membantu anak semakin mempunyai konsep diri yang positif (Sarayati, 2016). Anak-anak yang tergolong usia 9-12 tahun biasanya duduk di bangku kelas 4, 5, dan 6 sekolah dasar. Ciri khas dari anak dalam masa kanak-kanak akhir adalah munculnya rasa ingin tahu yang besar, ingin belajar, realistis, dan suka membentuk kelompok dengan sebayanya. Pada tahap ini cara anak bermain dengan menggunakan nalar dan logika yang bersifat objektif.

Anak usia sekolah menjadi salah satu segmen penting di masyarakat dalam upaya peningkatan pemahaman dan kesadaran gizi sejak dini. Fase anak usia sekolah merupakan fase dimana anak sangat membutuhkan asupan makanan yang bergizi untuk menunjang masa pertumbuhan dan perkembangan (Lestari, Emilia, & Restaunti, 2016). Pada instrument indeks gizi seimbang yang dikembangkannya menunjukkan bahwa anak Indonesia memiliki mutu konsumsi pangan dan kualitas asupan gizi yang tidak seimbang (Hardiansyah et al., 2015). Pola makan anak usia sekolah cenderung tinggi makanan jajanan, rendah buah dan sayuran (Amalia et al., 2016). Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi masalah status gizi tersebut yaitu dengan mengkampanyekan Isi Piringku (Fadhilatul Karimah, 2014). Isi Piringku merupakan panduan konsumsi makanan sehari-hari yang terdiri dari $\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring makanan pokok, $\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring lauk pauk sumber protein hewani dan nabati, $\frac{1}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring buah-buahan, dan $\frac{2}{3}$ dari $\frac{1}{2}$ piring sayuran. Gizi yang optimal sangat diperlukan pada anak usia sekolah karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian sumber daya manusia yang berkualitas (Rohmah et al., 2016).

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi (Hamida & Zulaekah, 2012). Kurangnya pengetahuan tersebut juga akan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sedini mungkin.

Edukasi juga disebut dengan pendidikan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka dapat melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidik. Edukasi merupakan proses belajar dari tidak tahu tentang nilai kesehatan menjadi tahu (Suliha, 2002). Edukatif adalah suatu kondisi yang memberikan pengetahuan, memberi pemahaman, dan memberikan pengajaran

(Abibakrin, 2015). Segala sesuatu yang bersifat mendidik dan memberikan pembelajaran. Maka dari itu edukasi sangat erat hubungannya dengan pendidikan.

Pemberian pendidikan gizi pada anak sekolah harus menggunakan cara dan metode yang tepat agar dapat menarik perhatian anak sehingga anak dapat dengan mudah menyerap informasi yang diberikan (Nuryanto et al., 2014). Salah satu metode yang digunakan dalam pendidikan gizi adalah dengan metode permainan. Metode permainan dalam pembelajaran dapat merangsang anak untuk belajar sesuatu yang baru dan memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi anak. Permainan merupakan salah satu alat belajar utama bagi anak. Menurut NAEYC (*National Association for The Education of Young Children*), bermain merupakan kegiatan yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual dan spiritual anak sekolah dasar, karena dengan bermain anak dapat mengenal lingkungan, berinteraksi serta mengembangkan emosi dan imajinasi dengan baik. Menurut penelitian Eka, R. dkk (2021) yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan paling tinggi pada 2 kelompok intervensi yaitu kelompok permainan roda putar sebesar 20% dan kelompok leaflet sebesar 10% yang bermakna bahwa permainan roda putar lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap daripada leaflet. Penggunaan media permainan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang lebih signifikan jika dibandingkan dengan menggunakan media audio visual. Sejalan dengan penelitian Alfin, N dkk (2022) menunjukkan setelah diberikan edukasi gizi dengan metode permainan Quaterd terjadi peningkatan pengetahuan dari 69,10% menjadi 73,33% yang berarti permainan Quaterd mempunyai pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden. Media permainan lebih banyak menggunakan indra pendengar dan indra penglihatan, serta melibatkan secara langsung keikutsertaan anak sehingga informasi dapat mudah dicerna. Game edukasi sangat menarik untuk dikembangkan. Ada beberapa kelebihan dari game edukasi dibandingkan dengan

metode edukasi konvensional. Salah satu kelebihan utama game edukasi adalah pada visualisasi dari permasalahan nyata (Vitianingsih, 2017).

Penelitian ini akan dilakukan di *SOS Children's Village* Semarang yang merupakan organisasi non pemerintah (*Non-Government Organization*) yang bergerak dalam bidang penanganan anak-anak terlantar. Organisasi ini di Indonesia mempunyai cabang diberbagai kota, salah satunya yaitu di kota Semarang tepatnya di Kecamatan Banyumanik Kelurahan Pedalangan.

B. Rumusan Masalah

Maka dari itu peneliti ingin melihat bagaimana pengaruh penyuluhan gizi disertai permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku” terhadap pengetahuan gizi isi piringku pada anak sekolah dasar di Yayasan *SOS Children's Village* Semarang ?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh penyuluhan gizi disertai permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku” terhadap meningkatnya pengetahuan gizi isi piringku pada anak sekolah dasar di Yayasan *SOS Children's Village* Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pengetahuan isi piringku anak sekolah dasar di Yayasan *SOS Children's Village* Semarang sebelum dilakukan penyuluhan gizi menggunakan media permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku”.
- b. Menggambarkan pengetahuan isi piringku anak sekolah dasar di Yayasan *SOS Children's Village* Semarang sesudah dilakukan penyuluhan gizi menggunakan media permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku”.

- c. Pengaruh penyuluhan gizi isi piringku menggunakan media permainan “Cocok Gambar Berengklek Ria Isi Piringku” terhadap pengetahuan anak sekolah dasar di Yayasan *SOS Children's Village* Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Dinas Kesehatan Kota Semarang, sebagai masukan untuk dijadikan program alternatif media edukasi anak sekolah dasar dengan permainan dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi.
2. Bagi peneliti, memperoleh pengetahuan, pengalaman serta dapat dijadikan sebagai dasar referensi untuk penelitian selanjutnya.
3. Bagi responden, memperoleh pengetahuan, pengalaman belajar dan bermain hingga dapat menerapkan pesan isi piringku pada kehidupan sehari-harinya.