

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Usia sekolah merupakan masa pertumbuhan anak yang paling penting setelah masa balita. Anak usia sekolah merupakan anak berusia ≥ 6 tahun sampai sebelum 18 tahun (Kemenkes, 2014). Usia anak sekolah merupakan generasi penerus yang penting perkembangannya sehingga anak usia sekolah ini dapat dikatakan sebagai investasi bangsa. Anak usia sekolah ini merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah ketidakcukupan gizi sehingga perlu dibina dan ditingkatkan kesehatannya. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan anak adalah dengan memperbaiki gizi anak usia sekolah (Sabrul et al., 2021)

Salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada anak usia sekolah adalah ketidaksukaanya terhadap jenis sayur dan buah (Afif & Sumarmi, 2017). Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi pada penduduk umur >5 tahun di Sumatera Utara sebesar 95.9%. Selain itu pada rentang usia penduduk yang sama di Kabupaten Karo, menunjukkan hanya 8.85% yang mengonsumsi sayur dan buah sebanyak ≥ 5 porsi dalam seminggu. Persentase tersebut merupakan persentase terendah jika dibandingkan dengan kelompok usia remaja, dewasa dan lansia (Kemenkes RI, 2018)

Sayur dan buah merupakan sumber vitamin dan mineral yang berperan penting bagi kesehatan dan metabolisme tubuh. Vitamin dan

mineral pada sayur dan buah dibutuhkan anak untuk perkembangan fisik, sistem imun, sistem hormon, kecerdasan dan dapat mencegah penyakit degeneratif di usia dewasa (Azadirachta & Sumarmi, 2017). Menurut Pradini et al., (2021), meskipun kebutuhannya relatif kecil, fungsi vitamin dan mineral hampir tidak dapat digantikan, sehingga kebutuhan zat tersebut menjadi esensial.

Rendahnya pengetahuan gizi terhadap sayur dan buah dapat mempengaruhi konsumsi sayur dan buah pada anak. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Desi et al., (2019) bahwa pengetahuan berhubungan dengan sikap dalam mengonsumsi sayur dan buah. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap konsumsi sayur dan buah untuk mencapai status gizi yang optimal adalah dengan memberikan pendidikan gizi (Alawiyah et al., 2019).

Beberapa penelitian di Sumatera Utara menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak sekolah masih rendah. Salah satunya yaitu penelitian oleh Siregar (2021) di SD Swasta Al Fitriah Medan menemukan proporsi pengetahuan gizi yang kurang pada siswa yaitu sebesar 55%. Selain itu sebagian besar siswa di SDN 064975 Medan juga menunjukkan proporsi pengetahuan yang kurang baik yaitu sebesar 54,8% (Rahmadani, 2024).

Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan memberikan edukasi gizi dengan media dan metode yang tepat (Aditia et al., 2016). Berkaitan dengan itu, Tiara, (2020) dalam penelitiannya mengatakan bahwa pada anak sekolah dasar media yang digunakan haruslah inovatif dan kreatif dimana anak-anak

pada masa perkembangannya identik dengan aktifitas bermain. Bermain adalah unsur yang penting untuk perkembangan fisik, emosi, mental, intelektual, kreativitas dan sosial.

Ular tangga dapat diberikan kepada anak sekolah dasar karena mudah dimainkan, anak belajar untuk bekerja sama dan berkompetisi yang sehat, bersosialisasi dengan teman sebaya, serta bermain sambil belajar sehingga sangat efektif untuk digunakan dalam meningkatkan pengetahuan. Seiring perkembangan teknologi yang semakin pesat, media ular tangga yang awalnya berbentuk karton semakin berkembang menjadi lebih inovatif yang mengandung unsur teknologi (Adawiyah et al., 2020).

Salah satu media yang sudah terbukti layak yaitu media pendidikan gizi ular tangga yang dibuat menggunakan *software Adobe Flash CS6* dengan beragam fitur animasi dalam bentuk *game*. Pengembangan media tersebut dilakukan untuk membuat pendidikan gizi berupa permainan ular tangga lebih menarik, agar anak-anak bisa memahami maksud yang ditujukan, sehingga prosesnya bisa dilakukan dengan cara belajar sambil bermain (Andini, 2022). Hanya saja, media tersebut belum pernah diteliti lebih lanjut mengenai pengaruhnya terhadap pengetahuan, sehingga masih belum diketahui apakah media ini benar-benar dapat diaplikasikan untuk meningkatkan pengetahuan tentang sayur dan buah pada anak usia sekolah.

Penelitian dilakukan di MIS Ad-Dakwah Kecamatan Kabanjahe. Peneliti memilih lokasi ini dikarenakan hasil observasi pada 20 siswa kelas 5, ditemukan bahwa 20 siswa tersebut memiliki pengetahuan yang kurang

terkait sayur dan buah dengan persentase rata-rata pengetahuan 40,5%. Selain itu di sekolah tersebut juga belum pernah mendapatkan pendidikan gizi terkait manfaat sayur dan buah secara spesifik serta pendidikan gizi tentang sayur dan buah ini berhubungan dengan materi kelas V untuk mata pelajaran IPAS subjudul “Mengapa Kita Perlu Makan dan Minum”.

Berdasarkan seluruh uraian tersebut diatas, peneliti tertarik untuk melakukan pendidikan gizi dengan pengembangan media yang sudah dilakukan sebelumnya untuk melihat pengaruh media tersebut terhadap peningkatan pengetahuan sayur dan buah pada siswa sekolah dasar di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah, antara lain :

- a. Anak usia sekolah dasar salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah ketidakcukupan gizi.
- b. Rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak usia sekolah salah satunya diakibatkan oleh pengetahuan yang kurang.

1.3. Pembatasan Masalah

Untuk memberi ruang lingkup yang terarah dan memfokuskan penelitian, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada :

- a. Pendidikan gizi yang diberikan dibatasi dengan pendidikan tentang sayur dan buah di kelas 5 sekolah dasar.

- b. Pengetahuan siswa dibatasi dengan pengetahuan tentang sayur dan buah meliputi jenis, macam-macam, kandungan, dan manfaat.
- c. Media pendidikan gizi dibatasi dengan media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6*.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, beberapa hal yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

- a. Bagaimana pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe sebelum diberikan edukasi melalui media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6*?
- b. Bagaimana pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS AD-Dakwah Kabanjahe setelah diberikan edukasi melalui media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6*?
- c. Apakah ada pengaruh edukasi gizi dengan media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6* terhadap pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe?

1.5. Tujuan Penelitian

- a. Mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe sebelum diberikan pendidikan gizi dengan media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6*.

- b. Mengetahui bagaimana pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe setelah diberikan pendidikan gizi dengan media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6*.
- c. Menganalisis pengaruh pendidikan gizi dengan media *game* ular tangga berbasis *Adobe Flash CS6* terhadap pengetahuan sayur dan buah siswa di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi tentang pemanfaatan media untuk meningkatkan pengetahuan dan mendukung proses belajar siswa sekolah dasar khususnya di MIS Ad-Dakwah Kabanjahe.

1.6.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan, ilmu, dan pengalaman dalam memberikan pendidikan gizi bagi anak usia sekolah serta dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian yang lebih baik terkait pengaruh media pendidikan gizi terhadap pengetahuan siswa.

b. Bagi Institusi Sekolah

Sebagai sumber informasi dalam pengambilan kebijakan sekolah, khususnya dalam hal meningkatkan edukasi dan pendidikan tentang gizi pada anak sekolah.