

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai generasi penerus, anak-anak memegang peranan penting dalam pembangunan suatu negara. Disamping itu, anak-anak memiliki resiko yang lebih tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, terutama dalam hal pemenuhan gizi (Fardi et al., 2022). Menurut Badan Pengawasan Obat dan Makanan tahun 2022, anak yang berada dalam usia sekolah adalah mereka yang berusia 7 hingga 12 tahun, di mana mereka memerlukan konsumsi pangan yang cukup dengan gizi seimbang (BPOM, 2022). Di masa itulah konsumsi jajanan menjadi kebiasaan yang umum dijumpai pada siswa sekolah dasar (Mulyawati et al., 2026). Konsumsi jajanan di sekolah rata-rata tinggi gula, lemak dan garam yang jika dikonsumsi berlebih akan menyebabkan masalah kesehatan.

Kesehatan gizi anak menjadi perhatian utama di seluruh dunia terutama di Indonesia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, sekitar 10,8% anak berusia 5 hingga 12 tahun mengalami kelebihan berat badan sedangkan 7,8% lainnya mengalami kekurangan gizi. Hal ini menunjukkan adanya masalah gizi ganda dalam satu generasi (Kemenkes RI, 2023). Kondisi tersebut kian parah akibat kebiasaan asupan kurang bergizi, saat si kecil lebih gemar mengonsumsi kudapan minim nutrisi sarat kandungan pemanis, minyak, dan natrium, ketimbang hidangan sehat kaya vitamin (Wahyuni et al., 2024).

Jajanan merupakan makanan yang umum dikonsumsi berbagai kelompok usia. Jajanan tidak sehat umumnya rendah zat gizi dan banyak ditemukan

dilingkungan sekolah (Arundhana & Masnar, 2021). Data penelitian menunjukkan bahwa sebesar 82% siswa SD memiliki perilaku jajan yang tidak sehat, sedangkan hanya sekitar 16% yang memilih jajanan sehat (Bila & Rahma, 2024). Pemilihan jajanan anak juga berhubungan signifikan dengan status gizi mereka (Hidayat et al., 2025).

Beragam hal memengaruhi cara murid SD saat menentukan kudapan mereka. Siswa yang paham nutrisi biasanya lebih selektif dalam memilih camilan, walaupun kenyataannya pemahaman gizi masih tergolong (Desyana et al., 2021). Selain itu, sikap anak dalam pemilihan jajanan juga belum optimal karena dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, lingkungan, serta preferensi terhadap rasa dan harga (Rahayuni et al., 2025). Ketersediaan kantin dan upaya edukasi melalui media kesehatan juga turut berperan dalam membentuk perilaku tersebut (Ismiati et al., 2021). Menurut Fentia (2021), pengetahuan siswa di tingkat sekolah dasar tentang pemilihan makanan ringan masih cukup minim, sehingga diperlukan upaya pendidikan yang terus-menerus untuk memperbaiki pemahaman mereka dalam memilih jajanan.

Keterkaitan antara jajanan sekolah dan kejadian keracunan pangan terlihat dari data KLB dan contoh kasus di sekolah. Berdasarkan data BPOM (2022), tercatat 72 kejadian KLB keracunan pangan dengan 5.505 orang terpapar yang paparan utama berasal dari jasa boga dan jajanan. Selain itu, kejadian KLB di sebuah SD (36 siswa) menggambarkan cepatnya dampak pangan tidak aman pada anak sekolah. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian mengenai program makanan jajanan di sekolah anak (PJAS) yang dilakukan pada sekolah sebagai

sasaeen untuk meningkatkan pengawasan dan keamanan pangan pada jajanan (Wulandari & Dwiraswati, 2022).

Menurut *World Health Organization* tahun 2024, *foodborne disease* adalah penyakit yang timbul akibat konsumsi makanan atau minuman yang tidak aman, baik karena terkontaminasi mikroorganisme patogen seperti bakteri, virus, dan parasit, maupun akibat paparan bahan kimia berbahaya (WHO, 2024). Gambaran kejadian *foodborne disease* di Indonesia dapat dilihat berdasarkan laporan Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang diterbitkan oleh BPOM. Hal ini dapat dilihat melalui pelaporan Aplikasi SPIMKer-KLB KP yang menggambarkan adanya 1.164 kasus keracunan yang memenuhi definisi (setelah pembersihan data), dan dari sebaran komoditas penyebab, mayoritas terkait makanan dan minuman yakni 806 kasus (BPOM, 2023).

Pendidikan gizi adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah anak dari paparan jajanan tidak sehat. Pendidikan gizi yang diberikan sejak usia sekolah dapat berkontribusi pada perbaikan perilaku makan dan pencegahan masalah gizi di kemudian hari (Darabi et al., 2025). Program pendidikan gizi yang dapat dilaksanakan adalah pendidikan yang disesuaikan dengan tahap perkembangan anak-anak di sekolah dasar. Penting untuk memilih metode edukasi yang interaktif agar dapat meningkatkan minat anak-anak sekolah dasar dalam memahami materi pelajaran (Desi et al., 2025).

Salah satu jenis alat pendidikan yang sering dipakai untuk anak-anak di sekolah dasar adalah kartu. Kartu adalah salah satu jenis media gambar yang sangat berguna dalam mendukung proses belajar karena bisa merangsang penglihatan.

(Priawantiputri et al., 2019). Kartu bergambar adalah salah satu alat pembelajaran yang menggunakan visual yang mudah digunakan dan meningkatkan keterlibatan siswa (Puteri & Endah, 2021). Keunggulan media ini antara lain mudah digunakan, sederhana, serta mampu meningkatkan daya ingat siswa (Maeswaty et al., 2023).

Penerapan cara mengajar tentang gizi di kalangan anak-anak di sekolah dasar telah menjadi subjek yang signifikan untuk diteliti. Studi yang dilakukan oleh Nuka dan rekan-rekannya (2024) mengungkapkan bahwa memakai *flashcard* dapat membantu meningkatkan nilai pengetahuan siswa. Selain itu, studi oleh Indrawiananda & Ratih (2025) menyatakan bahwa *flashcard* lebih efektif dibandingkan media lain seperti leaflet dan video berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan pandangan siswa mengenai pedoman gizi yang seimbang, karena dapat menyajikan informasi dengan cara yang sederhana dan mudah dimengerti, sehingga bisa memengaruhi cara makan anak (Indrawiananda & Ratih, 2025).

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu, sebagian besar penggunaan media *flashcard* dalam edukasi gizi masih menggunakan media yang sudah tersedia dan belum banyak dikembangkan secara mandiri sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik sasaran. Selain itu, perbedaan metodologis juga terlihat dimana sebagian penelitian belum menggunakan desain kuasi eksperimen yang kuat atau masih mengombinasikan intervensi dengan media edukasi lain pada kelompok kontrol. Karena itu, studi ini bertujuan untuk menciptakan *flashcard* secara mandiri yang diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dampak

flashcard terhadap pengetahuan dan sikap terkait pemilihan makanan sehat di kalangan siswa sekolah dasar.

Hasil dari penyelidikan awal di SD Negeri 101767 dan SD Negeri 101768 menunjukkan bahwa banyak siswa masih kurang memahami dan memiliki sikap yang tidak baik terhadap pilihan jajanan yang sehat. Di kelompok intervensi yang terdiri dari 36 siswa, mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang rendah (58,3%) dan sikap yang cukup (55,6%). Sementara itu, pada kelompok kontrol yang berjumlah 34 siswa, sebagian besar juga masuk ke dalam kategori pengetahuan yang rendah (52,9%) dan sikap yang kurang baik (55,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman dan penerapan siswa di kedua sekolah mengenai pilihan jajanan sehat masih belum memadai.

Berdasarkan penjelasan tentang masalah ini, perlu ada usaha untuk menyampaikan informasi tentang pilihan makanan ringan yang sehat dan aman kepada anak-anak di sekolah dasar dengan cara yang efektif dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Dengan demikian, peneliti berkeinginan untuk melakukan studi dengan judul **“Pengaruh Media Edukasi Gizi Berbasis Flashcard Terhadap Pengetahuan dan Sikap Jajan Sehat pada Anak SD di SDN 101768 dan 101767 Tembung.”**

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut dasar dari penelitian ini, permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Pengetahuan anak di usia sekolah dasar mengenai jajan sehat masih rendah.

2. Sikap anak sekolah dasar terhadap jajan sehat belum terbentuk secara optimal.
3. Masih terdapat anak-anak yang lebih memilih jajanan yang tidak sehat.
4. Upaya edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap jajan sehat masih belum optimal.

1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menjadikan penelitian ini lebih fokus dan tidak terlalu luas, berikut adalah batasan-batasan masalah dalam penelitian ini:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada anak kelas V sekolah dasar.
2. Penelitian ini dilakukan pada dua sekolah dasar yang ditetapkan sebagai kelompok intervensi (SDN 101768) dan kontrol (SDN 101767).
3. Variabel independen dalam penelitian ini dibatasi pada media edukasi gizi berupa *flashcard*.
4. Variabel dependen dalam penelitian ini dibatasi pada pengetahuan dan sikap jajan sehat.
5. Pengukuran tingkat pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dibatasi pada materi yang terdapat dalam *flashcard* yang meliputi ciri-ciri jajanan sehat dan tidak sehat, kandungan gizi pada jajanan, dampak konsumsi jajanan terhadap kesehatan, serta jenis jajanan yang dianjurkan dan perlu dibatasi.
6. Pengukuran sikap siswa mengenai jajanan sehat dibatasi pada materi yang terdapat dalam media *flashcard* yang meliputi ciri-ciri jajanan sehat dan

tidak sehat, kandungan gizi pada jajanan, dampak konsumsi jajanan terhadap kesehatan, serta jenis jajanan yang dianjurkan dan perlu dibatasi.

7. Penelitian ini tidak membahas faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku jajan anak seperti lingkungan keluarga, kondisi sosial ekonomi maupun pengaruh teman sebaya.

1.4 Perumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang isu yang telah diungkapkan, maka dirumuskan sejumlah masalah penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimanakah karakteristik anak SD kelas V di SDN 101768 dan SDN 101767 Tembung?
2. Bagaimanakah tingkat pengetahuan jajan sehat pada anak SD kelas V sebelum diberikan *flashcard*?
3. Bagaimanakah tingkat sikap jajan sehat pada anak SD kelas V sebelum diberikan *flashcard*?
4. Bagaimanakah tingkat pengetahuan jajan sehat pada anak SD kelas V sesudah diberikan *flashcard*?
5. Bagaimanakah tingkat sikap jajan sehat pada anak SD kelas V sesudah diberikan *flashcard*?
6. Bagaimanakah pengaruh pemberian *flashcard* terhadap pengetahuan tentang jajan sehat pada anak SD kelas V?
7. Bagaimanakah pengaruh pemberian *flashcard* terhadap sikap tentang jajan sehat pada anak SD kelas V?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui karakteristik anak SD kelas V sekolah dasar pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
2. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan jajan sehat pada anak SD kelas V sebelum diberikan *flashcard*.
3. Untuk mengetahui tingkat sikap jajan sehat pada anak SD kelas V sebelum diberikan *flashcard*.
4. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan jajan sehat pada anak SD kelas V sesudah diberikan *flashcard*.
5. Untuk mengetahui tingkat sikap jajan sehat pada anak SD kelas V sesudah diberikan *flashcard*.
6. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *flashcard* terhadap pengetahuan jajan sehat pada anak SD kelas V.
7. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *flashcard* terhadap sikap jajan sehat pada anak SD kelas V.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas

Diharapkan bisa memberikan sumbangan kepada pihak universitas dalam kemajuan pengetahuan, terutama dalam bidang gizi.

2. Bagi Siswa

Hasil dari studi ini diharapkan bisa memberikan pelajaran dan saran bagi

siswa di SDN 101767 dan 101768 tentang betapa pentingnya memiliki pengetahuan yang memadai serta sikap yang baik saat memilih jajanan.

3. Bagi Institusi

Diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada institusi pendidikan dalam kemajuan ilmu, terutama di bidang gizi.

4. Bagi Peneliti

Peneliti bisa meningkatkan pemahaman dan mendapatkan pengalaman baru serta memberi pengetahuan tambahan bagi penulis mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pilihan makanan jajanan pada siswa kelas V di SDN 101767 dan 101768.