BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dibahas tentang pendahuluan meliputi 4 bagian, yaitu (1) latar belakang, (2) rumusan masalah, (3) tujuan penelitian, dan (4) manfaat penelitian.

A. Latar Belakang

Pemenuhan gizi seimbang sejak usia dini menjadi fondasi penting dalam membentuk derajat kesehatan anak yang optimal. Anak usia sekolah dasar, khususnya pada rentang usia 7–12 tahun, sedang berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan pesat, baik secara fisik, kognitif, maupun sosial (Lisdayana et al., 2025). Pada masa ini, anak mulai membentuk pola hidup dan kebiasaan makan yang cenderung menetap hingga dewasa. Meskipun demikian, pada kenyataannya sebagian besar anak belum mampu memilih makanan yang sehat sesuai dengan prinsip gizi seimbang, karena kebiasaan anak masih dipengaruhi oleh rasa, tampilan kemasan, iklan, serta pengaruh teman sebaya, dengan sebagian besar asupan makanan berasal dari jajanan di lingkungan sekolah (Priawantiputri et al., 2019). Hal ini mencerminkan bahwa praktik pemilihan makanan sehat belum menjadi perilaku yang tertanam secara konsisten.

Rendahnya pengetahuan dan kemampuan siswa dalam menentukan makanan yang bergizi seimbang menunjukkan bahwa aspek edukasi gizi belum optimal diterapkan di lingkungan sekolah dasar. Kurikulum sekolah memang menyisipkan materi tentang pentingnya makanan bergizi, namun

penyampaiannya cenderung satu arah dan belum disesuaikan dengan karakteristik kognitif anak. Media pembelajaran yang kurang menarik, metode edukasi yang monoton, serta tidak adanya penguatan informasi secara visual dan interaktif menyebabkan siswa kurang tertarik dan kesulitan memahami materi secara mendalam (Nurahmadi & Dalimunthe, 2024).

Permasalahan ini bukanlah isu baru dan bersifat lokal, melainkan telah menjadi isu nasional. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023, tercatat bahwa 12,4% anak usia 5–12 tahun mengalami gizi kurang, sementara 19,7% mengalami kelebihan berat badan. Angka tersebut menunjukkan bahwa anak-anak Indonesia tidak hanya menghadapi tantangan kekurangan gizi, tetapi juga mulai menghadapi risiko gizi lebih yang sama membahayakannya. Kedua kondisi tersebut berkaitan erat dengan ketidakseimbangan asupan makanan yang dikonsumsi sehari-hari (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Fenomena ini memperlihatkan adanya kesenjangan antara pengetahuan gizi yang seharusnya dimiliki anak dan kebiasaan makan yang dilakukan, sehingga diperlukan pendekatan edukasi yang lebih efektif dan kontekstual.

Sebagai upaya intervensi, pemerintah melalui Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah serta bekerja sama dengan Badan Gizi Nasional (BGN) telah meluncurkan program Makan Bergizi Gratis (MBG) yang menyasar siswa sekolah dasar. Program ini bertujuan memberikan akses makan bergizi bagi peserta didik. Meski demikian, pelaksanaan MBG hanya mencakup satu kali waktu makan dalam sehari, sementara anak tetap harus mengatur

konsumsi pagi dan malam secara mandiri. Selain itu, program ini tidak secara langsung mengevaluasi pemahaman siswa dalam memilih makanan sehat di luar jam makan sekolah. Artinya, adanya program MBG belum sepenuhnya menjamin bahwa siswa memahami pentingnya gizi seimbang dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari secara konsisten.

Kondisi serupa ditemukan di SDN Dinoyo 2 Kota Malang, yang menjadi lokasi penelitian ini. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa sebagian besar siswa masih memiliki kebiasaan membeli jajanan di luar lingkungan sekolah, khususnya di pedagang kaki lima yang berada di depan gerbang sekolah. Jenis makanan yang dikonsumsi umumnya merupakan jajanan kemasan yang tinggi gula, garam, dan lemak, serta rendah kandungan gizi (Chairani et al., 2023). Selain itu, masih banyak siswa yang tidak suka makan sayur dan buah saat pembagian Makan Bergizi Gratis (MBG) karena jarang mengonsumsi sayur dan buah di rumah sehingga tidak terbiasa saat disajikan di sekolah serta belum mengetahui manfaat sayur dan buah bagi kesehatan sehingga tidak merasa perlu mengonsumsinya.

Permasalahan ini semakin relevan karena siswa kelas IV SDN Dinoyo 2 Kota Malang masih memiliki pengetahuan gizi yang rendah dan belum dibekali dengan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan kognitif siswa. Akibatnya, anak-anak cenderung mempertahankan kebiasaan konsumsi makanan yang tidak sehat dan berisiko membawa dampak jangka panjang seperti gangguan pertumbuhan, obesitas

dini, bahkan peningkatan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa (Chairani et al., 2023). Jika edukasi gizi yang efektif tidak segera diterapkan, maka generasi muda akan terus terpapar pola konsumsi yang buruk yang akan melemahkan kualitas kesehatan bangsa dalam jangka panjang. Maka dari itu, diperlukan tindakan preventif dan promotif yang dapat memperbaiki pemahaman sejak dini.

Untuk memperkuat dampak edukasi gizi di sekolah, diperlukan media pembelajaran yang tidak hanya informatif, tetapi juga menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak. Salah satu media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar adalah *pop-up book*, yaitu media cetak visual tiga dimensi yang dinilai efektif dalam menyampaikan pesan edukatif secara menarik dan interaktif.

Selain itu, *pop-up book* memiliki keunggulan dibandingkan media cetak biasa karena mampu menumbuhkan rasa penasaran, meningkatkan perhatian, dan membuat siswa lebih antusias. Beberapa penelitian menunjukkan media ini efektif meningkatkan pengetahuan dan motivasi belajar anak, khususnya dalam pembelajaran gizi dan kesehatan. Tampilan nyata membantu siswa sekolah dasar memahami konsep gizi seimbang karena sesuai dengan cara belajar mereka yang masih membutuhkan pengalaman konkret, yaitu belajar melalui bentuk, warna, dan gerak yang bisa dilihat langsung. *Pop-up book* memberikan pengalaman tersebut dengan menghadirkan gambar yang seolah-olah nyata sehingga lebih mudah dipahami dan diingat. Walaupun demikian, *pop-up book* juga memiliki

kelemahan, misalnya gambar atau tampilan bisa ditafsirkan berbeda oleh setiap anak sehingga berisiko menimbulkan pemahaman yang kurang tepat. Oleh karena itu, *pop-up book* sebaiknya tetap memerlukan pendampingan dari pendidik atau fasilitator agar pesan yang disampaikan jelas dan tepat.

Penelitian sebelumnya oleh Nurahmadi & Dalimunthe (2024) menunjukkan bahwa penggunaan media *pop-up book* berpengaruh positif terhadap peningkatan kebiasaan makan pagi siswa sekolah dasar. Sementara itu, Pratiwi & Herdhianta (2024) membuktikan efektivitas media serupa dalam meningkatkan pengetahuan konsumsi buah dan sayur pada anak usia dini. Namun, kedua penelitian tersebut belum secara khusus mengkaji pengaruh media *pop-up book* terhadap sikap anak dalam memilih makanan sehat secara keseluruhan, serta belum menitikberatkan pada aspek gizi seimbang yang mencakup seluruh komponen isi piringku.

Kondisi tersebut menegaskan pentingnya pengembangan metode edukasi yang mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai gizi seimbang secara lebih menyenangkan dan aplikatif. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media *pop-up book* tentang gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar dalam memilih makanan sehat. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam pengembangan strategi promosi kesehatan yang lebih efektif dan berkelanjutan di lingkungan sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

"Adakah pengaruh edukasi dengan menggunakan media *pop-up book* tentang gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan sehat pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Kota Malang?"

C. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan menggunakan media *pop-up book* tentang gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan sehat pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan dalam memilih makanan sehat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media *pop-up book* tentang gizi seimbang pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Malang.

b. Mengidentifikasi sikap dalam memilih makanan sehat sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media *pop-up book* tentang gizi seimbang pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Malang.

c. Menganalisis pengaruh edukasi dengan menggunakan media *pop-up book* tentang gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dalam memilih makanan sehat pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Malang.

d. Menganalisis pengaruh edukasi dengan menggunakan media *pop-up book* tentang gizi seimbang terhadap sikap dalam memilih makanan sehat pada siswa kelas IV di SDN Dinoyo 2 Malang.

D. Manfaat

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan literatur terkait promosi kesehatan di bidang pendidikan, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

b. Menambah wawasan tentang efektivitas promosi kesehatan dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat pada anak-anak, serta memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang hubungan antara edukasi gizi dan perubahan perilaku makan.

2. Manfaat Praktis

a. Memberikan masukan bagi pemerintah dan lembaga pendidikan dalam merancang dan mengimplementasikan program-program promosi kesehatan yang lebih efektif untuk siswa sekolah dasar.

b. Menjadi acuan bagi pengembangan kebijakan dan strategi pendidikan gizi yang lebih terintegrasi di sekolah, yang dapat memfasilitasi perubahan positif dalam pola makan anak-anak.

c. Memberikan informasi penting untuk pengelola sekolah dalam meningkatkan kualitas pendidikan kesehatan gizi dan menanamkan kebiasaan makan sehat pada siswa sejak dini.