

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi kurang merupakan salah satu permasalahan gizi yang masih banyak dijumpai di Indonesia, terutama pada kelompok anak usia sekolah. Gizi kurang adalah kondisi di mana tubuh mengalami defisit asupan energi dan zat gizi dalam waktu lama sehingga tubuh memecah cadangan energi dari jaringan lemak (Adiningsih, 2013). Apabila tidak ditangani, kondisi ini dapat berkembang menjadi gizi buruk dan berdampak serius pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak (Setiawan, 2024). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (2023), di Provinsi Jawa Timur tercatat prevalensi anak usia 5–12 tahun dengan status gizi kurus (IMT/U) sebesar 6,7% dan sangat kurus (gizi buruk) sebesar 3%. Angka ini mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan data Riset Kesehatan Dasar (2018) yang menunjukkan angka kurus sebesar 5,8% dan sangat kurus sebesar 2,2% pada kelompok usia yang sama. Berdasarkan data Puskesmas Bululawang menunjukkan bahwa pada anak usia 9–10 tahun di MINU Bululawang, terdapat 9,8% anak dengan kategori kurus dan 3,7% dengan kategori sangat kurus.

Penyebab utama dari kekurangan gizi (kurus) pada anak usia sekolah adalah adanya penyakit infeksi yang dialami serta asupan makanan yang tidak mencukupi kebutuhan energi harian (Ramlah, 2019). Salah satu faktor yang memengaruhi asupan makanan adalah pola konsumsi harian, khususnya kebiasaan makan tiga kali sehari yang mencakup sarapan, makan siang dan makan malam (Hartoyo, 2015). Namun kenyataannya, banyak anak sekolah yang melewatkan sarapan atau hanya mengonsumsi makanan yang kurang bergizi di pagi hari. Menurut Kemenkes RI (2023) anak dan remaja yang tidak sarapan pagi sebesar 16,9 – 59%. Berdasarkan penelitian Meriska et al (2014) & Gemily et al (2017) menunjukkan persentase anak sekolah yang tidak sarapan pagi sebesar 47,2%, anak jarang sarapan (1-3 kali/minggu) sebesar 33,3% dan sebesar 61,9% anak sekolah memiliki kebiasaan sarapan yang buruk. Sarapan yang berkualitas adalah sarapan yang memperhatikan jenis makanan (makanan pokok, lauk pauk, sayur/buah) dan mampu memenuhi 20 – 30% kebutuhan zat gizi (Azizah, 2020).

Anak sekolah yang tidak membiasakan sarapan pagi akan mengalami penurunan fisik seperti mudah lemas, pusing, mengantuk, pingsan dan penurunan

konsentrasi yang berakibat pada menurunnya prestasi belajar (Saragi et al, 2015; Nindrea, 2017). Banyaknya anak yang tidak sarapan pagi menunjukkan bahwa kebiasaan makan pagi masih belum menjadi prioritas dalam pola konsumsi harian anak usia sekolah. Beragam alasan menjadi penyebabnya, seperti anak merasa tidak lapar, tidak selera makan, malas untuk sarapan, takut terlambat sekolah dan sulit dibangunkan pagi (Suraya et al, 2019; Hartini et al, 2017; Gemily et al 2017). Namun, faktor utama menjadi penyebab tidak sarapan pagi ialah rendahnya pengetahuan anak sekolah mengenai pentingnya sarapan pagi. Anak yang memiliki pemahaman rendah mengenai pentingnya sarapan pagi cenderung tidak menjadikan sebagai kebiasaan, terlebih jika di lingkungan keluarga juga tidak membiasakan untuk melakukan sarapan pagi (Hanim et al., 2022; Saragi et al., 2015). Semakin baik pengetahuan gizi anak sekolah, maka akan semakin tinggi kemungkinan mereka akan melakukan kebiasaan sarapan pagi (Meriska et al. 2016).

Upaya untuk meningkatkan kebiasaan sarapan pagi diperlukan melalui pendekatan yang mampu menjangkau akar permasalahan, seperti rendahnya pengetahuan dan kurangnya kesadaran akan pentingnya sarapan. Berbagai strategi dapat dilakukan untuk mendorong perubahan perilaku, dan salah satunya adalah edukasi. Edukasi merupakan segala bentuk usaha yang dirancang untuk memengaruhi individu, kelompok, atau masyarakat agar mereka bertindak sesuai dengan harapan pihak yang memberikan pendidikan (Notoatmodjo, 2010). Edukasi yang disampaikan dengan bantuan media dapat membantu memperjelas informasi serta mempermudah audiens dalam menerima dan memahami materi yang diberikan. Penggunaan media dalam kegiatan edukasi juga mempermudah edukator menyampaikan materi kepada audiens (Noer, 2023). Salah satu media edukasi gizi yang dapat digunakan untuk anak sekolah yaitu booklet.

Booklet merupakan sebuah media pembelajaran berbentuk buku kecil yang menyajikan materi dengan jelas, mudah dipahami dan disertai gambar yang menarik (Mulyani & Fadillah, 2024). Booklet adalah media pembelajaran yang praktis dengan bentuk sederhana, berisi materi dan gambar penting serta desain berwarna yang mampu menarik perhatian anak sekolah sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar mereka (Sundari, 2016; Choirina et al, 2023). Penelitian Nasution et al (2024) & Lubis et al (2022) menunjukkan bahwa penggunaan booklet sebagai media edukasi anak sekolah kelas IV & V efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap secara signifikan.

Hasil pengumpulan data di Sekolah MI-NU Bululawang ditemukan bahwa sebanyak 30% dari 20 anak kelas IV tidak mengonsumsi sarapan pagi, 66,6% anak sekolah ber alasan tidak sarapan karena di sekolah tersedia makan siang gratis, 33,4% anak sekolah ber alasan tidak suka sarapan dan 20% anak sekolah memiliki sarapan yang tidak berkualitas. Waktu istirahat di sekolah dimulai pada pukul 09.20, sehingga anak-anak yang tidak sarapan di rumah tidak memiliki kesempatan untuk sarapan di sekolah sebelum kegiatan belajar dimulai. Selain itu, sebanyak 65% anak kelas IV memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup dan 70% menunjukkan sikap pada kategori cukup tentang sarapan pagi. Sehingga diperlukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya sarapan pagi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi menggunakan media booklet terhadap tingkat pengetahuan dan sikap anak kelas IV MINU Bululawang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penggunaan booklet sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa kelas IV MINU Bululawang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan anak sekolah sebelum dan sesudah edukasi tentang sarapan pagi menggunakan media booklet
- b. Mengetahui sikap anak sekolah sebelum dan sesudah edukasi tentang sarapan pagi menggunakan media booklet
- c. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan anak sekolah sebelum dan sesudah edukasi tentang sarapan pagi menggunakan media booklet
- d. Menganalisis perbedaan sikap anak sekolah sebelum dan sesudah edukasi tentang sarapan pagi menggunakan media booklet.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai penggunaan media booklet sebagai salah satu media edukasi tentang sarapan pagi bagi anak sekolah di MINU Bululawang

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas pengetahuan serta wawasan tentang pentingnya sarapan pagi bagi anak usia sekolah dan wawasan tentang media edukasi.

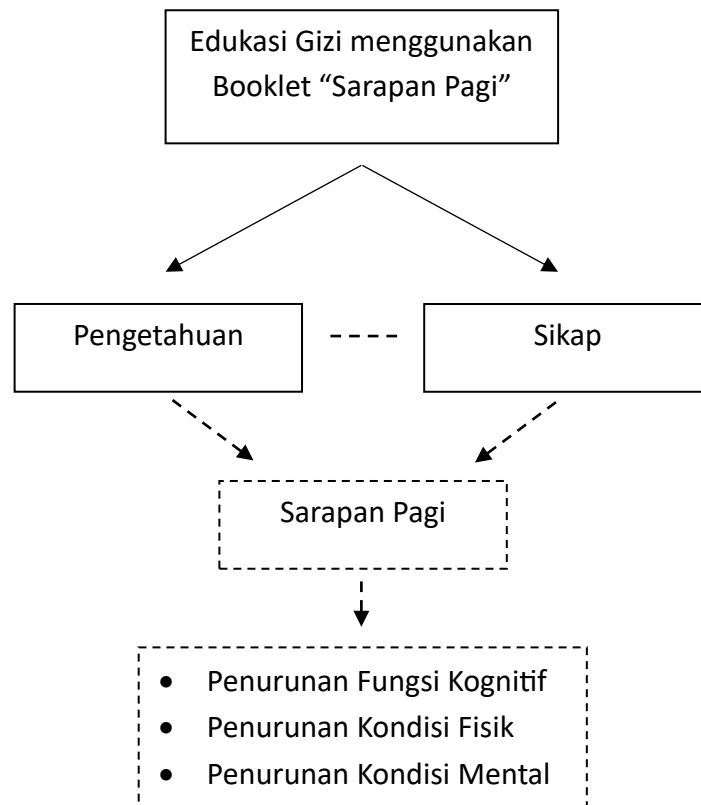
b. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang media alternatif lain yang dapat digunakan sebagai metode pembelajaran bagi anak sekolah.

c. Bagi anak sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memudahkan anak sekolah dalam memahami materi pelajaran yang disampaikan dengan menggunakan booklet.

E. Kerangka Konsep



Keterangan :

—————> : Pengaruh antar variabel yang diteliti

□ : Diteliti

□ (dashed) : Tidak diteliti

Penjelasan:

Edukasi gizi menggunakan booklet "Sarapan Pagi" berperan sebagai intervensi utama yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pentingnya sarapan. Peningkatan pengetahuan dan sikap ini diharapkan akan memengaruhi kebiasaan sarapan pagi siswa, baik dari segi frekuensi maupun kualitas asupan makanannya. Kebiasaan sarapan yang buruk secara tidak langsung berdampak kepada penurunan fungsi kognitif (susah berkonsentrasi, lambat memahami pelajaran), penurunan kondisi fisik (lemas, lesu, kurang bertenaga saat belajar) dan penurunan kondisi mental (mudah marah dan gelisah). Namun pada penelitian ini, yang menjadi fokus kajian adalah pengaruh edukasi terhadap pengetahuan dan sikap siswa.

F. Hipotesis Penelitian

1. Terhadap pengetahuan
 - a) H0: Tidak terdapat pengaruh edukasi menggunakan media booklet tentang sarapan pagi terhadap tingkat pengetahuan anak sekolah MINU Bululawang
 - b) H1: Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan booklet tentang sarapan pagi terhadap tingkat pengetahuan anak sekolah MINU Bululawang.
2. Terhadap sikap
 - a) H0: Tidak terdapat pengaruh edukasi menggunakan media booklet tentang sarapan pagi terhadap sikap anak sekolah MINU Bululawang
 - b) H1: Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan booklet tentang sarapan pagi terhadap sikap anak sekolah MINU Bululawang.