

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat, mempunyai sifat individual, serta aktif dan tidak bergantung dengan orang tua. Banyak ahli menganggap masa ini sebagai masa tenang atau masa latent, dimana masa yang telah terjadi dan dipupuk pada masa-masa sebelumnya akan berlangsung terus untuk masa-masa selanjutnya (Gunarsa, 2006). Disisi lain, dapat dikatakan bahwa anak sekolah dasar merupakan warisan atau generasi penerus bangsa.

Menurut Wong (2008), anak sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya dan orang lainnya. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu. Pada usia ini anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk berada di sekolah yaitu selama 8 jam atau lebih yang dimulai dari pukul 07.00-13.00 waktu setempat. Rata-rata anak sekolah menghabiskan 8 jam lebih dari waktu mereka untuk melakukan berbagai kegiatan belajar mengajar, kegiatan penunjang seperti ekstrakurikuler dan pelajaran tambahan. Kegiatan anak sekolah yang terlalu padat inilah yang menyebabkan anak sekolah sering meninggalkan sarapan mereka karena ingin segera pergi ke

sekolah. Terlalu seringnya meninggalkan sarapan akan dapat berdampak serius bagi anak sekolah sehingga memungkinkan seringnya anak sekolah yang menderita masalah gizi.

Masalah gizi yang banyak dijumpai pada anak sekolah dasar antara lain adalah Kurang Energi Protein (KEP) yaitu sebesar 17,9%, stunting sebesar 37,7%, dan wasting sebesar 34,9 (Riskesdas, 2013). Berdasarkan data Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa upaya yang telah dilakukan untuk menangani masalah gizi anak sekolah yang bertujuan untuk memperbaiki pertumbuhan anak sekolah di Indonesia dapat dikatakan belum optimal. Anak yang mengalami masalah gizi seperti KEP, stunting, dan wasting rata-rata mempunyai IQ yang rendah (Fahrudin, 2012).

Terjadinya masalah gizi ini dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti kurangnya perhatian orang tua kepada anak-anaknya yang sedang duduk di bangku sekolah, terutama anak sekolah dasar, konsumsi zat gizi yang kurang, dan tidak terbiasa melakukan sarapan. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 10 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal dengan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar di sekolah bagi anak sekolah, menurunkan aktifitas fisik, dan meningkatkan resiko jajan sembarangan yang tidak sehat (PUGS, 2015). Rendahnya angka sarapan, atau prevalensi tidak biasa sarapan pada anak sekolah dasar di Indonesia berkisar antara 16,9-59%. Sedangkan untuk di Bali diketahui bahwa sekitar 18,9%

anak sekolah dasar tidak pernah melakukan sarapan dan 11,2% anak sekolah dasar yang jarang melakukan sarapan (PERGIZI, 2013). Hasil peninjauan yang dilakukan di SDN 3 Delod Peken dapat diketahui bahwa sebanyak 56,25% atau 18 dari 32 siswa yang tidak melakukan sarapan.

Beberapa upaya telah dilakukan oleh pemerintah pusat atau pemerintah daerah untuk mengatasi masalah gizi yang ada pada anak sekolah. Upaya-upaya ini dilakukan agar masalah gizi yang terjadi pada anak sekolah dapat dicegah ataupun dikurangi, hal ini juga sesuai dengan isi Indonesia sehat tahun 2015 yang bertujuan untuk mensejahterakan rakyat dalam peningkatan kesehatan termasuk gizi. Salah satu upaya perbaikan gizi tersebut adalah dengan melakukan kebiasaan makan pagi (Edi Hartoyo, dkk, 2015). Sedangkan beberapa upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah pusat antara lain membentuk gerakan masyarakat hidup bersih dan sehat (GERMAS), pemberian makanan tambahan untuk anak sekolah (PMT-AS), membentuk dan melaksanakan program gerakan tuntas gizi buruk (Wijanarko, dkk,2013) mensosialisasikan pedoman umum gizi seimbang yang memuat 10 pesan gizi seimbang, salah satu diantaranya adalah membiasakan sarapan pagi.

Rendahnya masyarakat Indonesia yang tidak membiasakan sarapan disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya sarapan, tidak tersedianya sarapan di rumah, dan jam masuk sekolah yang terlalu pagi. Tingkat pengetahuan sangat berpengaruh terhadap penerapan kebiasaan makan yang dikonsumsi oleh seseorang (Ernawati, 2012). Pengetahuan tentang sarapan memegang peranan yang sangat penting dalam berperilaku

gizi sehat terutama perilaku untuk menerapkan sarapan pagi. Pengetahuan merupakan suatu domain penting untuk dapat membentuk suatu sikap dari seseorang, untuk itu diperlukan adanya upaya untuk meningkatkan pengetahuan dengan cara memberikan penyuluhan.

Menurut Notoadmodjo, pengetahuan seseorang dapat diubah dengan memberikan informasi atau melalui penyuluhan. Dengan dilakukannya penyuluhan, seseorang mendapatkan pengetahuan baru yang akan berpengaruh terhadap sikap orang tersebut. Dengan adanya penyuluhan, seseorang yang tidak tahu menjadi tahu, yang tidak mau menjadi mau, dan yang tidak mampu menjadi mampu. Dengan demikian penyuluhan dapat memberikan dampak terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang. Penyuluhan merupakan salah satu cara untuk dapat meningkatkan pengetahuan agar terbentuk suatu sikap yang lebih baik dalam usaha untuk meningkatkan kesehatan dalam melakukan aktivitas (Mardayanti, 2008). Dengan adanya penyuluhan tentang sarapan maka diharapkan dapat memotivasi masyarakat dalam bersikap dan menerapkan sarapan (Hapsari, dkk, 2009).

Penyuluhan dapat dilakukan dengan berbagai metode, salah satunya adalah metode simulasi. Metode simulasi adalah metode yang cocok dilakukan pada kelompok karena pada metode simulasi terjadi interaksi antar orang-orang yang terlibat dalam simulasi tersebut dan melibatkan emosi sehingga dapat merubah pengetahuan dan sikap.

Dari uraian diatas peneliti ingin meneliti tentang efektifitas penyuluhan dengan metode simulasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap sarapan pada murid sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Apakah penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi efektif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap sarapan murid di SDN 3 Delod Peken Tabanan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui efektivitas penyuluhan dengan menggunakan metode simulasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap sarapan murid di SDN 3 Delod Peken Tabanan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan tentang sarapan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan metode simulasi.
- b. Mengidentifikasi sikap tentang sarapan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan metode simulasi.
- c. Mengevaluasi efektivitas penyuluhan menggunakan metode simulasi dengan menganalisis perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.
- d. Mengevaluasi efektivitas penyuluhan menggunakan metode simulasi dengan menganalisis perbedaan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai efektivitas penyuluhan dengan metode simulasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap sarapan murid di SDN 3 Delod Peken Tabanan.

2. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam ilmu pengetahuan terutama sebagai bahan bacaan tentang efektivitas penyuluhan dengan metode simulasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap sarapan gizi murid sekolah dasar.