

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah Gizi di Indonesia semakin kompleks. Pola hidup sehat, termasuk didalamnya Pola Makan dengan Gizi Seimbang merupakan salah satu faktor utama pada kompleksnya permasalahan gizi di Indonesia. Oleh karena itu, masyarakat perlu mendapatkan informasi yang jelas dan memadai tentang Pola Makan dengan Gizi Seimbang, termasuk makan beraneka ragam (makan sayur dan buah), perilaku hidup bersih, melakukan aktifitas fisik, serta rutin menimbang berat badan sebagai komponen Pola Hidup Seimbang (Mulyani, dkk. 2016).

Anak usia sekolah dasar (6 – 12 tahun) adalah kelompok usia yang masih mengalami tumbuh kembang dan memerlukan kebutuhan zat gizi yang cukup dan sesuai untuk menunjang tumbuh kembang mereka, namun pada masa ini anak - anak memiliki kebiasaan makan yang kurang baik sehingga banyak kebutuhan zat gizi yang tidak dapat terpenuhi dengan optimal. Asupan zat gizi yang tidak tepat pada masa kanak - kanak dapat mengakibatkan berbagai permasalahan gizi dan akan berdampak pada prestasi belajar mereka (Setiawan Yahmin dan Dharmawan A.C., 2012).

Beberapa masalah gizi dijumpai pada anak sekolah antara lain. Prevalensi kurus menurut IMT/U ditemukan sebanyak 11,2% pada anak usia 5-12 tahun yang terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus. Disamping gizi kurus dan sangat kurus terdapat masalah kegemukan yaitu sebanyak 18,8% pada anak usia 2-15

tahun terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 10,8% (Riskesdas, 2013).

Masalah gizi anak sekolah erat kaitannya dengan asupan atau konsumsi zat gizi yang kurang memenuhi kebutuhan dan perilaku makan yang salah pada anak usia sekolah. (Riskesdas, 2010) menemukan 40,6% penduduk mengonsumsi kurang dari 70% Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan dan sebanyak 41,2% adalah anak usia sekolah dasar. Di Sumatera Utara ditemukan tentang perilaku cuci tangan secara benar yaitu sebesar 32,9%, untuk proporsi aktifitas fisik tergolong kurang aktif secara umum yaitu 23,5%, proporsi perilaku makan sayur dan buah yaitu 93,5% namun untuk proporsi pola konsumsi makanan beresiko mendapat proporsi tertinggi yaitu 62,5%. (Riskesdas, 2013).

Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2010). Menurut Rosa masalah gizi ini akan berdampak pada semakin menurunnya kualitas sumber daya manusia (SDM) Indonesia di masa sekarang dan mendatang. Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi (Rosa, 2011).

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan gizi. Tujuan penyuluhan gizi adalah meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktek tentang gizi seimbang. Keberhasilan suatu

penyuluhan sangat dipengaruhi oleh penggunaan media yang tepat. Penelitian (Suirakka, 2010) menunjukkan bahwa penyuluhan dengan menggunakan media memberikan hasil yang signifikan.

Media poster tentang gizi seimbang dan media leaflet gizi seimbang mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar, karena poster mempunyai kelebihan seperti dapat mempermudah dan mempercepat pemahaman terhadap pesan yang disajikan, dapat dilengkapi dengan warna-warna sehingga lebih menarik perhatian siswa, bentuknya sederhana tanpa memerlukan peralatan khusus dan mudah penempatannya, sedikit memerlukan informasi tambahan dan pembuatannya mudah dan harganya murah dan media leaflet mempunyai kelebihan seperti tahan lama, mencakup orang banyak, biaya tidak tinggi, tidak perlu listrik, dapat dibawa kemana-mana, dapat mengungkit rasa keindahan, mempermudah pemahaman dan, meningkatkan gairah belajar.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelusuran pustaka mengenai penyuluhan gizi seimbang dengan media poster dan leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, rumusan masalah dalam penelusuran pustaka ini adalah “Bagaimanakah penyuluhan gizi seimbang dengan media poster dan leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar ?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap melalui penyuluhan gizi seimbang dengan media poster dan leaflet pada siswa sekolah dasar.

2. Tujuan khusus

- a. Mengkaji perubahan pengetahuan yang terjadi melalui penyuluhan dengan menggunakan media poster.
- b. Mengkaji perubahan pengetahuan yang terjadi melalui penyuluhan dengan menggunakan media leaflet.
- c. Mengkaji perubahan sikap yang terjadi melalui penyuluhan dengan menggunakan media poster.
- d. Mengkaji perubahan sikap yang terjadi melalui penyuluhan menggunakan dengan media leaflet.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan dapat digunakan untuk memberi informasi mengenai penyuluhan gizi seimbang dengan media poster dan leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar.

2. Manfaat teoristis

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan nantinya dapat memberikan kontribusi terhadap IPTEK mengenai penyuluhan gizi seimbang dengan media poster dan leaflet terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar.