

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Bangsa yang maju adalah bangsa yang memiliki tingkat kesehatan, kecerdasan dan produktivitas kerja tinggi yang dipengaruhi oleh gizi. Konsumsi gizi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu dan masyarakat. Pola makan masyarakat perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang, agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM) terkait gizi (Kemenkes, 2014). Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal, perkembangan fisik dan kecerdasan untuk semua kelompok umur. Gizi yang baik membuat berat badan normal atau sehat, tidak mudah kena penyakit, terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini. Asupan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas diperlukan agar tumbuh kembang optimal (Sediaoetama, 2008).

Anak usia sekolah merupakan masa peralihan dari anak menjadi dewasa. Terjadi pertumbuhan mental, fisik dan emosional yang cukup pada masa ini. Anak usia sekolah mulai serius untuk mengekspresikan ide menjadi lebih objektif dan mulai belajar menerima hal baru melalui penglihatan dan pendengarannya (Amrah, 2013). Pemerintah Indonesia telah menerapkan kebijakan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yaitu upaya perbaikan gizi masyarakat melalui penerapan gizi seimbang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang (Permenkes, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Renata & Dewajanti pada siswa SD Tarakanita Gading Serpong bahwa status gizi berpengaruh untuk pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dasar. Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi tersebut meliputi pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap gizi seimbang. Nilai signifikansi $p=0,032$ ($p<0,05$) maka menguatkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan status gizi siswa SD (Renata & Dewajanti, 2017).

Dampak dari kebijakan itu, dinilai belum seluruhnya mendapatkan banyak manfaat dikarenakan belum optimal dan terdapat berbagai masalah pada perilaku makan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta penyakit yang berkaitan dengan gizi sehingga diperlukan penyelenggaraan gizi seimbang berupa sosialisasi, penyuluhan, pelatihan, konseling, praktik gizi seimbang dan edukasi gizi. Pedoman Gizi Seimbang (PGS) merupakan pedoman susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, disertai prinsip gizi seimbang yang terdiri dari empat (4) pilar yaitu keanekaragaman pangan, beragam aktivitas fisik, perilaku hidup bersih sehat dan mempertahankan atau memantau berat badan normal (Kemenkes, 2014).

Salah satu pilar yang terdapat dalam pedoman gizi seimbang yaitu perilaku hidup bersih sehat, pesan yang disampaikan beragam seperti mencuci tangan menggunakan sabun dengan air bersih mengalir, menutup makanan yang disajikan, dll. Proporsi cuci tangan dengan baik dan benar barulah mencapai angka 47,2%, yang artinya belum mencapai setengah dari populasi masyarakat di Indonesia yang melakukan cuci tangan dengan benar (Balitbangkes, 2013). Sasaran promosi kesehatan mengenai perilaku hidup bersih sehat adalah anak sekolah terutama siswa kelas IV dan V SD/ sederajat. Sebab, mereka merupakan kelompok umur yang mudah menerima inovasi baru dan punya keinginan kuat untuk menyampaikan pengetahuan dan informasi yang diterimanya kepada orang lain. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Wati (2011) terdapat peningkatan pengetahuan menjadi baik setelah diberikan penyuluhan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Hasil *pretest* menunjukkan rata-rata nilai (*mean*) sebesar 82,62, setelah diberikan penyuluhan diperoleh nilai rata-rata *posttest* sebesar 91,45 (Wati, 2011).

Status gizi pada anak sekolah dirasa cukup kompleks dengan indikator seperti pendek, sangat pendek, kurus, sangat kurus, gemuk dan sangat gemuk (obesitas) (Balitbangkes, 2013). Prevalensi masalah gemuk pada anak usia 5–12 tahun masih tinggi secara nasional yaitu 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2013

tersebut, dapat disimpulkan bahwa prevalensi status gizi pada anak usia 5–12 tahun dengan indikator gemuk dan sangat gemuk di DKI Jakarta cukup tinggi. Kegemukan dan obesitas terjadi akibat asupan energi yang masuk kedalam tubuh lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Asupan energi tinggi dapat disebabkan oleh konsumsi makanan sumber energi dan juga lemak tinggi tanpa disertai pengeluaran energi yang seimbang karena kurangnya aktifitas fisik (Balitbangkes, 2013). Rahmadhani pada tahun 2013 melakukan penelitian mengenai hubungan pola konsumsi, aktifitas fisik dan keturunan dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 41 responden yang melakukan aktifitas fisik 92,7% tidak mengalami obesitas sedangkan dari 13 responden yang belum melakukan aktifitas fisik 46,2% mengalami obesitas. Dari uji *chi square* didapat nilai *p-value* = 0,004 dan ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar. Dilihat dari nilai OR 10,857 maka dapat diartikan bahwa aktifitas fisik yang baik memiliki peluang 11 kali tidak mengalami obesitas daripada anak dengan aktifitas yang tidak baik (Rahmadhani, 2013).

Hasil observasi serta wawancara yang peneliti lakukan dengan Kepala Sekolah SDN 07 Cilandak Barat bahwa belum pernah dilakukan promosi kesehatan mengenai pilar pedoman gizi seimbang kepada siswa-siswi dan juga peneliti menemui beberapa anak kelas V untuk bertanya mengenai pengetahuan tentang salah satu pilar pedoman gizi seimbang. Peneliti juga sempat menanyakan dan meminta informasi data mengenai rekap berat badan dan tinggi badan siswa-siswi yang berdasarkan informasi dari kepala sekolah bahwa ini rutin dijalankan. Pada saat observasi pun ditemukan beberapa penemuan, seperti fasilitas tempat cuci tangan yang belum memiliki sabun cuci tangan, ruang UKS yang kurang terkini mengenai informasi kesehatan terbaru, kemudian siswa yang menjadi dokter kecil pun belum mengetahui tujuan untuk apa mereka tiap hari jumat melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan secara teratur, untuk itulah peneliti bertujuan untuk melakukan promosi kesehatan mengenai pilar pedoman gizi seimbang dan menganalisis pengaruh penyuluhan kesehatan.

I.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan permasalahan untuk skripsi ini adalah “bagaimana pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan mengenai pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat, Jakarta Selatan Tahun 2018 ?”

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan mengenai pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta .

I.3.2 Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini antara lain :

- a. Mengetahui karakteristik responden (usia, jenis kelamin, urutan kelahiran dalam keluarga dan kelas)
- b. Menilai pengetahuan sebelum dan sesudah pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta Tahun 2018
- c. Mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat, Jakarta, Tahun 2018
- d. Mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan mengenai pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat, Jakarta, Tahun 2018

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Siswa-siswi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan serta wawasan kepada siswa mengenai pilar pedoman gizi seimbang dan dapat memulai menerapkan pengetahuan tersebut di lingkungan sekolah, rumah dan lingkungan masyarakat.

I.4.2 Bagi SDN 07 Cilandak Barat Jakarta

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan untuk disampaikan pada siswa mengenai pentingnya pedoman gizi seimbang, khususnya dalam menjaga keseimbangan gizi yang masuk dalam tubuh dan gizi yang keluar dari tubuh.

I.4.3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini sebagai pengaplikasian ilmu-ilmu yang telah didapat selama perkuliahan berlangsung di Perguruan Tinggi dan dapat meningkatkan wawasan serta pengetahuan tentang penyuluhan kesehatan khususnya pengetahuan tentang pilar pedoman gizi seimbang.

I.4.4 Bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional Jakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dokumentasi data penelitian untuk dijadikan sebagai referensi mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan dengan pengetahuan mengenai pilar pedoman gizi seimbang di sekolah dasar.

I.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini tentang pengetahuan pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta, meliputi membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktifitas fisik, mempertahankan dan memantau berat badan ideal. Penelitian ini dimulai dengan memberikan *pretest*, kemudian dilakukan penyuluhan kesehatan dan terakhir pemberian *posttest*.