

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak usia sekolah ialah generasi penerus bangsa dan berpotensi menjadi pendorong kemajuan dimasa depan. Anak-anak masa kini akan menentukan kualitas masa depan negara ini (Febriyanto, 2016). Siswa sekolah dasar ialah anak berusia 7 hingga 13 tahun yang memahami aturan, berpartisipasi dalam masyarakat, dan memiliki keinginan untuk belajar lebih banyak (Fudyartanta, 2012).

Tumbuh kembang merupakan suatu proses yang terjadi dalam kehidupan kita. Pertumbuhan anak, terutama anak usia dini, perlu dipantau dan diperhatikan. Meskipun pertumbuhan dan perkembangan nilai-nilai dan pola asuh tersebut belum tepat, namun orangtua masih belum memahami bagaimana cara menanamkan nilai-nilai dan pola asuh yang ketinggalan jaman pada anaknya yang seringkali kurang optimal (Saraswati & Muwakhidah, 2018).

Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh faktor gizi dan stimulasi. Stimulasi dan nutrisi yang baik untuk tumbuh kembang dicapai melalui pengetahuan orangtua yang terinformasi (Fitriahadi & Priscila, 2020). Berat badan lahir, tinggi badan, dan faktor genetik (Kuswanti *et al*, 2022). Pemberian makan sehat pada anak memiliki dampak positif yang signifikan pada perkembangan kesehatannya salah satunya penyebabnya adalah obesitas.

Masalah kesehatan yang dialami anak sekolah sangat beraneka ragam diantaranya yaitu permasalahan kesehatan gigi, cacangan, diare, dan salah satunya ketidakseimbangan gizi (Indrasari, 2021). Gizi berlebih atau obesitas merupakan salah satu masalah ketidakseimbangan gizi yang saat ini masih menjadi permasalahan gizi di indonesia (Masyitoh, 2023). Obesitas terjadi akibat banyak makanan yang mengandung kalori, lemak, dan kolesterol sehingga anak-anak lebih menyukai makanan atau jajanan yang tidak sehat (Mauliza, 2022).

Obesitas didefinisikan saat berat badan seseorang melebihi 120% median atau indeks tubuh yang melebihi 25% dari median. Obesitas di Indonesia telah meningkat ke tingkat yang belum pernah terlihat sebelumnya. Lebih dari 30% orang

dewasa di Indonesia dianggap kelebihan berat badan atau obesitas, menempati Indonesia di peringkat teratas di Asia Tenggara, menurut *World Health Organization* (WHO). Data Riskesdas Depkes RI 2018 menunjukkan bahwa 21,8 persen orang obesitas dan 13,6 persen orang berlebihan berat badan. Ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga orang Indonesia berlebihan berat badan, dengan mayoritas perempuan. Tingkat obesitas Kota Yogyakarta adalah 26,9% di Provinsi DIY, lebih tinggi dari rata-rata nasional. Infeksi lebih mungkin menyerang anak-anak, seperti yang ditunjukkan oleh fakta bahwa hampir sepertiga penduduk Indonesia memiliki berat badan berlebih, dengan mayoritas perempuan, dan Kota Yogyakarta memiliki prevalensi obesitas tertinggi 26,9% di Provinsi DIY, lebih tinggi dari rata-rata nasional. Anak yang kelebihan berat badan, terutama di negara-negara berkembang, mengalami banyak transisi, baik dari aspek ekonomi maupun non ekonomi (Li dan Bour 2017).

Faktor yang mempengaruhi obesitas pada masa kanak-kanak disebabkan oleh lingkungan, terutama pola makan yang tidak seimbang. Fokusnya ialah pada dampak konsumsi jajanan tidak sehat yang justru menyebabkan obesitas pada anak usia sekolah. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada anak mengenai pola makan sehat (Nisak dan Mahmudiono, 2017). Pola makan juga merupakan faktor pencetus terjadinya obesitas karena mengkonsumsi makanan dalam porsi besar, makanan tinggi energy, dan makanan lemak tinggi. Selain pola makan, kurangnya aktivitas fisik juga merupakan factor penyebab obesitas pada anak. Adanya perubahan gaya hidup yang menyebabkan penurunan aktivitas pada anak (Permatasari & Wulaningsrum, 2022).

Pengetahuan adalah kemampuan untuk mengingat informasi yang dipelajari sebelumnya. Ini mencakup kemampuan untuk mengingat informasi tertentu dari rangsangan atau materi yang dipelajari (Cambridge, 2020). Pengetahuan tentang makan sehat juga sangat penting bagi anak untuk mengetahui kebutuhan gizinya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan anak tentang makan sehat, diantaranya adalah kurangnya pengetahuan anak. Media pembelajaran untuk anak sekolah sangat beraneka ragam seperti video, buku, media cerita naratif, media VR dan AR, dan salah satunya adalah media gambar. Media gambar yaitu media yang

menggunakan gambar, foto grafik, ilustrasi, dan diagram untuk memvisualisasikan informasi, oleh karena itu dibutuhkan media yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan, salah satunya yaitu media edukasi *flashcard*, kenapa peneliti memilih *flashcard* karena *flashcard* merupakan media edukasi yang menggabungkan dua unsur gambar dan unsur teks, media ini adalah media belajar yang bervariasi, kreatif dan praktis sehingga dapat menambah motivasi serta lebih menarik untuk digunakan sebagai media edukasi (Komah,2021).

Kelebihan dari *flashcard* sendiri ialah mudah dibawa, praktis karena ukuran tidak terlalu besar, mudah diingat oleh siswa karena pesan yang disampaikan singkat dan mudah dipahami (Susilana *et al.*, 2022). Kekurangan dari media ini ialah gambarnya hanya menekankan pengenalan visual dan ukuran yang sangat terbatas untuk kelompok besar (Emilsa, 2019). Berdasarkan hasil survei Milenia & Herdhianta tahun 2022, pengetahuan tentang media *flashcard* adalah 59,98% sebelum pemberian *flashcard* dan 82,72% setelah pemberian media *flashcard*.

Berdasarkan dari studi pendahuluan di SDN Margomulyo 1 data yang didapatkan oleh peneliti adalah dari 20 siswa yang diambil dari kelas IV terdapat 7 anak yang sudah mengetahui makanan sehat dan 13 siswa belum mengetahui definisi, jenis, dan manfaat dari makanan sehat. Selama dilakukan studi pendahuluan, peneliti juga melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan, dan ditemukan bahwa terdapat 5 siswa mengalami kelebihan berat badan atau obesitas.

Berdasarkan dari latar belakang di atas, maka penulis tertarik meneliti lebih dalam mengenai “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Flashcard* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Tentang Makanan Sehat Di SDN Margomulyo 1”.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *flashcard* terhadap peningkatan pengetahuan anak tentang makanan sehat ?

## **C. Tujuan Penelitian**

## 1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *flashcard* terhadap peningkatan pengetahuan anak tentang makanan sehat di SDN Margomulyo 1.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui pengetahuan tentang makanan sehat sebelum diberikan edukasi menggunakan *flashcard* di SDN Margomulyo 1.
- b. Diketahui pengetahuan anak tentang makanan sehat setelah diberikan edukasi menggunakan *flashcard* di SDN Margomulyo 1.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran keperawatan anak dengan pengembangan pendidikan kesehatan dengan media *flashcard* untuk meningkatkan pengetahuan tentang makanan sehat pada anak sekolah dasar.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Siswa  
Diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswa/i kelas IV dan V dan meningkatkan pengetahuan anak mengenai makanan sehat.
- b. Bagi Guru  
Dapat memberikan informasi kepada guru terkait dengan pembelajaran menggunakan media *flashcard* tentang makanan sehat.
- c. Bagi Perawat  
Dapat menjadi tambahan informasi bagi mahasiswa keperawatan terkait dengan media *flashcard* untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat.
- d. Bagi peneliti selanjutnya  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh peneliti yang akan melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor lain yang berkontribusi pada pola makan yang sehat.