

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Zaman purba gizi terbatas pada kesadaran akan pentingnya makanan untuk kelangsungan hidup, kemudian berlanjut pada timbulnya tabu, magis, dan nilai makanan yang bisa memberikan kesembuhan. Abad 16 mulai muncul pendapat yang menyatakan bahwa makanan yang diatur dapat memperpanjang masa hidup seseorang. Memasuki abad 19, Megendie seorang ahli kimia berkebangsaan Prancis mulai dapat membedakan zat gizi dalam makanan, yaitu karbohidrat, lemak, dan protein. Ilmu gizi semakin berkembang ketika memasuki abad 20, seiring dengan mulai banyaknya penelitian yang dilakukan. Masa ini juga sudah mulai dapat diketahui komposisi karbohidrat, lemak protein, serat, air, dan abu pada sejumlah makanan.¹

Ilmu gizi di Indonesia baru berkembang pesat pada tahun 1975. Indonesia baru memiliki kebijakan nasional tentang perkembangan gizi pada tahun 1974, yang ditegaskan dalam Intruksi Presiden No. 14 tahun 1974. Sejak saat itu program gizi dilaksanakan secara nasional oleh Departemen Kesehatan dan dimulai dengan adanya program Upaya Perbaikan Gizi (UPGK). Tahun 1976/1977 pemerintah juga memulai kampanye pemberian vitamin A dosis tinggi pada 85 kecamatan di Pulau Jawa. Akhirnya semakin disadari bahwa perbaikan gizi memerlukan kerjasama dan keterkaitan lintas sector, sehingga dibentuklah Badan Perbaikan Gizi Daerah (BPGD) di seluruh provinsi.

¹ Hariyani Sulistyoningsih, *gizi untuk Kesehatan ibu dan anak*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012), 3-4

Pengembangan pendidikan tenaga gizi mulai dirintis Indonesia pada tahun 1976. Berbagai kerjasama lintas sektor juga mulai dirintis diantaranya dengan Departemen Penerangan, Departemen Pertanian, serta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Beberapa kebijakan yang diambil berkaitan dengan masalah gizi diantaranya adalah: mahasiswa perlu menerapkan penyuluhan gizi dalam program Kuliah Kerja Nyata (KKN), seluruh gubernur dan bupati harus mendukung Upaya Kesehatan Sekolah (UKS) yang kemudian dilengkapi dengan Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-ASI).

Sekarang ini Indonesia memiliki Jaringan Informasi Pangan Dan Gizi (JIPG) yang berfungsi sebagai pusat informasi perkembangan penyediaan dan konsumsi pangan yang berguna untuk perencanaan pengelolaan dan evaluasi program pangan dan gizi. JIPG ini melibatkan Departemen Kesehatan, IPB, FKMUI, Bappenas, LIPI, Departemen Pertanian, Meneg BULOG, serta Biro Pusat Statistik.

Konsumsi gizi sangat mempengaruhi status gizi kesehatan seseorang yang merupakan modal utama bagi kesehatan individu. Asupan gizi yang salah atau tidak sesuai akan menimbulkan masalah kesehatan. Istilah malnutrition (gizi salah) diartikan sebagai keadaan asupan gizi yang salah, dalam bentuk asupan yang berlebih ataupun kurang, sehingga menyebabkan ketidak seimbangan antara kebutuhan dengan asupan. Masalah kesehatan di Indonesia, yang muncul sebagai akibat asupan gizi yang kurang diantaranya adalah kekurangan Vitamin A, Gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), Anemia, Kekurangan Energi Protein (KEP).

Selain masalah gizi kurang akhir-akhir ini masih sering ditemukan juga dampak dari konsumsi berlebih seperti makan/jajan sembarangan tanpa memperhatikan nilai gizi yang baik. Hal ini tidak hanya muncul pada anak-anak melainkan pada orang dewasa juga. Selain itu gizi juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan otak dan perilaku anak, kemampuan belajar dan produktivitas serta daya tahan terhadap penyakit infeksi.²

Konsumsi gizi sangat mempengaruhi status kesehatan anak. Asupan gizi yang salah, baik berupa kelebihan ataupun kekurangan akan menimbulkan masalah kesehatan pada anak terutama pada masa sekolah PIAUD. Komponen penting yang menjadi pusat perhatian dalam lingkup gizi yaitu makanan dan kesehatan yang dapat berpengaruh pada system otak dan pemikiran anak dalam situasi, pembelajaran dan sikap yang membaik pada anak.

Dunia pendidikan saat ini memasuki era dunia media, di mana kegiatan pembelajaran menuntut dikurangnya metode ceramah dan diganti dengan pemakaian banyak media. Lebih-lebih pada kegiatan pembelajaran saat ini yang menekankan pada keterampilan proses dan *active learning*, maka kiranya peranan pembelajaran, menjadi semakin penting. Pemanfaatan media dalam pembelajaran dapat membangkitkan keinginan dan minat baru, meningkatkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan berpengaruh secara psikologis kepada siswa (Hamalik, 1986).

Biasanya dalam bentuk buku dimana tiap lembar (halaman) berisi gambar peragaan dan dibaliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi berkaitan dengan gambar tersebut.

² Ibid, 7-9

Pengetahuan gizi memberikan bekal pada anak bagaimana memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan. Dalam proses pembelajaran guna meningkatkan pengetahuan gizi dapat di sampaikan melalui media *booklet* dimana media ini merupakan penyampaian pesan atau informasi-informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik.

Berdasarkan hasil observasi pendahuluan yang dilakukan di PAUD Asy-Syuhada ditemukan bahwa pengetahuan gizi anak masih rendah. Dari jumlah anak 19, ada 17 anak yang tidak bisa menyebutkan makanan yang mengandung karbohidrat, protein dan vitamin, ada 2 anak yang bisa menyebutkan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, dan vitamin. Lembaga ini bisa meningkatkan pengetahuan gizi anak dengan berbagai cara salah satunya yaitu upaya guru itu sendiri, hal ini bisa dilaksanakan pada saat kegiatan pembelajaran dikelas. Masalah yang sering terjadi pada anak yaitu kurangnya pengetahuan gizi pada anak yang biasanya dilakukan anak dengan meniru pola makan orang lain yang mungkin kurang baik. Hal ini dapat menyebabkan anak kurang mengetahui jenis makanan-makanan yang dapat dikonsumsi dengan gizi yang baik atau dengan gizi yang kurang baik. Di paud Asy-Syuhada anak masih kurang memperhatikan konsumsi makanan yang bergizi dan masih tergiur dengan jajanan sembarangan. Maka dari itu peran guru dalam pengetahuan gizi anak sangat berperan penting berkaitan dengan masalah gizi yang terjadi di PAUD asy-syuhada. Untuk memecahkan masalah tersebut, diperlukan media yang tepat, salah satu mediana adalah media *booklet*.

Media *booklet* adalah sebuah buku yang biasanya digunakan sebagai media untuk menampilkan berbagai catatan dengan tulisan dan gambar dengan tampilan menarik. Anak usia dini akan merasa cepat jenuh dan kehilangan konsentrasi bila pembelajaran hanya tentang tulisan-tulisan yang dijelaskan . Karena rentang

konsentrasi untuk anak usia dini tergantung pada usianya. Yaitu, pada Usia 0-1 tahun kemampuan konsentrasinya berkisar 1-3 menit. Usia 2 tahun kemampuan konsentrasinya berkisar 3-5 menit. Untuk usia 3 Kemampuan konsentrasinya 5-10 menit. Dan di usia 4-5 Tahun kemampuan konsentrasinya 10-15 menit.

Media *booklet* dapat berperan penting dalam pengetahuan gizi anak. Anak akan lebih memahami dan mengetahui apa saja makanan yang akan dikonsumsi dan mengandung gizi yang baik serta makanan apa saja yang harus dihindari agar gizi pada anak seimbang. Sehingga dalam proses ini anak dapat menumbuhkan motivasi tentang perubahan pengetahuan tentang gizi yang baik dan benar. Media ini diharapkan meningkatkan pengetahuan gizi anak. Berdasarkan uraian di atas mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian dengan judul " Upaya guru dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi pada Anak Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Makanan bergizi di PAUD Asy- Syuhada".

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Makanan Bergizi Di PAUD Asy-Syuhada?
2. Bagaimana Hasil Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Makanan Bergizi Di PAUD Asy-Syuhada?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang diharapkan adalah :

1. Untuk Mengetahui Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Makanan Bergizi Di

PAUD Asy-Syuhada

2. Untuk mengetahui Hasil Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Dengan Menggunakan Media *Booklet* Tentang Makanan Bergizi Di PAUD Asy-Syuhada.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini disusun dengan harapan agar dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis

1. Secara Teoritis :

Sebagai bahan menambah ilmu pengetahuan dan memperluas pengetahuan tentang pengetahuan gizi pada anak dengan menggunakan media *booklet* tentang makanan bergizi dan juga dapat menjadi bahan referensi studi lebih lanjut bagi pihak-pihak yang membutuhkan dan minat pengetahuan gizi pada anak.

2. Secara Praktis :

- a. Manfaat Bagi Anak Usia Dini

Dengan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi pada anak usia dini menggunakan media *booklet*.

- b. Manfaat Bagi Guru

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi guru untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada anak menggunakan media *booklet* yang diajarkan oleh guru.

- c. Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai penambah wawasan atau ilmu pengetahuan tentang pengetahuan gizi pada anak menggunakan media *booklet*.

d. Manfaat Bagi Peneliti Berikutnya

Sebagai penambah wawasan dan referensi atau acuan bagi bidang yang berbeda.

E. Ruang Lingkup

Adapun ruang lingkup penelitian adalah :

1. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan pada anak PAUD di PAUD Asy-Syuhada.
2. Penelitian Tindakan kelas ini dilakukan di PAUD Asy-Syuhada.
3. Dalam penelitian ini dilaksanakan pada semester tahun ajaran 2022 di PAUD Asy-Syuhada.

F. Definisi Istilah

1. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi merupakan pengetahuan gizi yang pasti berkaitan dengan makanan, zat gizi, dan sumber-sumber zat gizi pada makanan. Makanan yang bergizi aman untuk dikonsumsi sehingga tidak dapat menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik dan benar agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana menerapkan hidup sehat. Gizi berasal bahasa Arab *giza* yang berarti zat makanan, dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *nutrition* yang berarti bahan makanan atau zat gizi. Zat gizi adalah zat tata senyawa yang terdapat dalam pangan yang terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, serat, air, dan komponen yang lain yang dapat memberikan energi, diperlukan untuk pertumbuhan dan Kesehatan. Gizi yang kurang ataupun lebih dapat menyebabkan perubahan

karakteristik biokimia dan fisiologis tubuh.³ Pengetahuan gizi yang dimaksud oleh peneliti ini adalah mengenalkan makanan yang bergizi yang mengandung karbohidrat, protein, dan vitamin.

2. Media Booklet

Booklet adalah media untuk menyampaikan informasi dalam bentuk buku dengan ukuran yang lebih kecil. *Booklet* digunakan sebagai media promosi sebuah produk yang ingin disampaikan dalam pembelajaran. Pembuatan isi *booklet* sebenarnya tidak berbeda dengan pembuatan media lainnya. Hal yang perlu diperhatikan dalam membuat *booklet* adalah bagaimana kita Menyusun materi semenarik mungkin. Apabila seorang melihat sekilas kedalam *booklet*.⁴ *Booklet* ialah salah satu wujud inovasi media pembelajaran dalam bentuk media cetak. Media ini memuat materi pelajaran dalam wujud fisik yang unik, menarik, serta fleksibel. Dikatakan unik sebab bentuk fisik yang kecil lengkap dengan desain full color yang akan meningkatkan rasa ketertarikan dalam proses pembelajarannya.

3. Makanan Bergizi

Makanan bergizi adalah makanan yang berisi semua zat gizi yang penting dalam jumlah cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Makanan bergizi juga makanan yang memberikan manfaat bagi tubuh, yaitu sebagai sumber energi, pembangun tubuh, dan pelindung tubuh.⁵

³ Rambu, *Ilmu Gizi Olahraga* (Jawa Tengah: Anggota IKAPI, 2020), hlm. 2-3

⁴ Lailatul Fitriyah & Zaini Gunawan, *Pengembangan Booklet Sebagai Sarana Edukasi Tumbuh Kembang Anak Berbasis Masyarakat* (Pasuruan: Lembaga Akademik & Research Institute, 2020), hlm. 9-10

⁵ Nisa'el Amala, dkk, *Parenting* (Sumatera Barat: CV Azka Pustaka, 2022) hlm. 95

4. Anak Usia Dini

Anak Usia Dini merupakan anak yang berada pada usia 0-8 tahun. Pada masa tersebut merupakan proses pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek dalam rentang kehidupan manusia. Anak usia dini yang dimaksud dalam penelitian ini adalah anak dari umur 2-4 tahun.⁶

G. Penelitian Terdahulu

Untuk menghasilkan pemahaman dan ilmu yang lebih luas lagi, dalam penelitian ini penulis perlu memaparkan terlebih dahulu mengenai beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Herni Dwi Herawati, Fakultas Ilmu- ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta , Tahun 2021, Yang berjudul “ Edukasi Gizi Menggunakan Media *booklet* dengan atau tanpa konseling terhadap pengetahuan orangtua dan konsumsi sayur dan buah anak pra sekolah di wilayah urban. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media *booklet* dengan konseling dan tanpa konseling terhadap pengetahuan orangtua, serta jumlah dan frekuensi konsumsi sayur dan buah dalam memberikan makanan pada anak. Metode penelitian ini menggunakan quasi experimental dengan desain pre and post test with control grup.⁷

Pada skripsi ini memiliki persamaan sama-sama membahas

⁶ Ahmad Susanto, *Pendidikan Anak Usia Dini* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017) hlm. 1

⁷ Herni Dwi Herawati, dkk, “Edukasi Gizi Menggunakan Media *Booklet* dengan atau tanpa konseling terhadap pengetahuan orang tua dan konsumsi sayur dan buah anak pra sekolah di wilayah urban”, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, Vol. 18 No. 1 (Juli 2021), 48-50

tentang gizi menggunakan media *booklet*. Sedangkan perbedaannya pada skripsi ini menggunakan penelitian kualitatif bukan penelitian tindakan kelas.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Fernaliza Rizona, Universitas Sriwijaya, Tahun 2022, Yang berjudul “ Pendampingan Guru dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Penilaian Status Gizi ”. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan guru sekolah dasar dalam mengukur status gizi anak.⁸ Pada skripsi ini memiliki persamaan yaitu melihat upaya guru dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada anak. Sedangkan perbedaannya yaitu pada skripsi ini menggunakan penelitian kualitatif, sedangkan penelitian saya menggunakan penelitian tindakan kelas.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Yarni Fajar Mantiri, Universitas Negeri Manado, Tahun 2022, Yang berjudul “ Studi Gambaran Pengetahuan Guru PAUD Tentang Gizi Anak dalam Pendidikan Anak Usia Dini di PAUD Kecamatan Remboken”.⁹ Penelitian ini bertujuan menggambarkan pengetahuan guru tentang gizi anak dalam pendidikan anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasil penelitian memperlihatkan presentase pengetahuan guru tentang gizi dalam Pendidikan anak usia dini mencapai 50%,

⁸ fernaliza Rizona, dkk, “Pendampingan Guru dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Penilaian Status Gizi”, *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 4 No. 1 (Juni 2022), 229-231

⁹ Yarni Fajar Mantiri, Universitas Negeri Manado, Tahun 2022, Yang berjudul “ Studi Gambaran Pengetahuan Guru PAUD Tentang Gizi Anak dalam Pendidikan Anak Usia Dini di PAUD Kecamatan Remboken”, *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* (Agustus 2022), 3-4

artinya guru harus menaikkan pengetahuan tentang gizi anak. Pada skripsi ini memiliki persamaan meningkatkan pengetahuan gizi pada anak dengan peran guru, perbedaannya skripsi ini menggunakan penelitian kuantitatif, penelitian saya menggunakan metode PTK.