BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi merupakan salah satu permasalahan yang masih dihadapi di Indonesia pada saat ini. Masalah gizi bisa terjadi kepada seluruh kalangan usia, termasuk anak usia sekolah. Menurut *World Health Organization* (WHO), anak usia sekolah adalah anak yang berusia 7 - 15 tahun. Prevalensi status gizi menurut IMT/U pada anak usia 13 - 15 tahun di Indonesia sebanyak 1,9% mengalami status gizi yang sangat kurus, 5,7% kurus, 76,1% normal, 12,1% *overweight*, dan 4,1% mengalami obesitas. Sedangkan prevalensi gizi buruk di Jawa Barat tahun 2022 adalah 2,3% berada di kategori sangat kurus, 6,1% kurus, 74,6% normal, 11,8% *overweight*, dan 5,2% obesitas. (Survey Kesehatan Indonesia, 2023)

Fase anak usia sekolah merupakan usia rentan yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan sehingga banyak masalah kesehatan yang dialami oleh anak usia sekolah, salah satunya adalah masalah terkait gizi. Masalah gizi pada anak usia sekolah merupakan salah satu masalah kesehatan yang bisa memengaruhi masa depan serta kecerdasan anak. Penyebab masalah gizi pada anak salah satunya adalah tidak menerapkan gizi seimbang pada kehidupan sehari-hari, seperti mengonsumsi makanan yang melebihi kebutuhan tubuh atau mengonsumsi makanan kurang dari kebutuhan tubuh. (Ramlan, 2021)

Dampak dari tidak menerapkan gizi seimbang pada anak usia sekolah dalam kehidupan sehari-hari adalah pertumbuhan serta

perkembangan yang terganggu, seperti mengalami gizi kurang dan gizi lebih sehingga akan berpengaruh pada penurunan prestasi dan semangat belajar anak. (Ramlan, 2021). Hal ini dapat terjadi salah satunya karena kurangnya pengetahuan anak usia sekolah terkait gizi seimbang.

Cara yang dapat dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki status gizi anak adalah dengan menerapkan gizi seimbang. Gizi seimbang merupakan susunan pangan setiap hari yang mengandung zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip pangan yang beranekaragam, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan memperhatikan berat badan agar tetap normal untuk mencegah masalah gizi. (Kemenkes, 2022)

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah kebiasaan pada anak usia sekolah tentang gizi seimbang dapat dilakukan dengan pemberian penyuluhan. Pemberian penyuluhan pada anak usia sekolah dapat dilakukan dengan media yang menarik, agar materi dapat diterima dengan lebih mudah dan menghindari kejenuhan pada anak.

Media yang dapat digunakan untuk melakukan peningkatan media dan penyuluhan salah satunya adalah *Pop Up Book*. Media *Pop Up Book* merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan informasi dalam bentuk buku yang menampilkan gambar timbul dan akan bergerak saat buku dibuka serta mengandung elemen tiga dimensi, hal ini dapat membuat rasa penasaran anak meningkat untuk membaca informasi yang terdapat dalam buku tersebut. (Pratiwi & Herdhianta, 2024)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Syadz'a dan Dhimas (2024) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan kepada anak usia sekolah menggunakan media *Pop Up Book* dapat meningkatkan pengetahuan. Dilihat dari skor pengetahuan *pre-test* dengan kategori baik sebanyak 8 subjek (25%), kategori cukup terdapat 17 subjek (53%), dan kategori kurang terdapat 7 subjek (22%). Setelah dilakukan *post-test*, skor pengetahuan menjadi meningkat, kategori baik sebanyak 27 subjek (84,4%), kategori cukup terdapat 5 subjek (15,6%), dan kategori kurang terdapat 0 subjek. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh media *Pop Up Book* dalam penyampaian materi untuk meningkatkan pengetahuan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan menggunakan media *Pop Up Book* pada MTs Al Anwar Talun. Alasan penelitian dilakukan di MTs Al Anwar Talun Kabupaten Cirebon karena setelah dilakukan peninjauan, belum pernah diadakan kegiatan penyuluhan terkait gizi seimbang.

B. Rumusan Masalah

Masalah gizi bisa terjadi pada anak usia sekolah, salah satu penyebab masalah gizi pada anak adalah tidak menerapkan gizi seimbang pada kehidupan sehari-hari. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah kebiasaan anak usia sekolah salah satunya dengan pemberian penyuluhan tentang gizi seimbang disertai penggunaan media *Pop Up Book* yang menarik agar penyampaian materi dapat mudah diterima pada saat melakukan intervensi.

Pertanyaan pada penelitian ini adalah “Bagaimana peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan dengan menggunakan media *Pop Up Book* pada siswa MTs Al Anwar Talun Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang melalui penyuluhan menggunakan media *Pop Up Book* pada anak usia sekolah di MTs Al Anwar Talun tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah dilakukan intervensi penyuluhan menggunakan media *Pop Up Book* pada MTs Al Anwar Talun.
- b. Mengetahui perubahan peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan setelah dilakukan intervensi penyuluhan menggunakan media *Pop Up Book* pada MTs Al Anwar Talun.
- c. Mengetahui kejelasan materi dan ketertarikan terhadap media *Pop Up Book* menurut siswa MTs Al Anwar Talun.

D. Manfaat Penelitian

1. Prodi D3 Gizi Cirebon

Menjadi bahan referensi bagi institusi pendidikan dan peneliti lain mengenai peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak usia sekolah setelah diberikan penyuluhan menggunakan media *Pop Up Book*.

2. MTs Al Anwar Talun

Penelitian ini dapat dijadikan informasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi MTs Al Anwar Talun terkait gizi seimbang sehingga dapat melahirkan generasi yang lebih baik.

3. Responden

Mendapat informasi dan meningkatkan pengetahuan terkait gizi seimbang dan diharapkan dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.