

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah didefinisikan sebagai anak yang berusia antara 6–12 tahun. Ketika berada diusia 5–10 tahun seorang anak dikatakan memasuki masa kanak-kanak pertengahan. Dalam fase pra-remaja, anak usia sekolah dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu anak perempuan yang berada pada usia 9–12 tahun dan anak laki-laki yang berusia 10–12 tahun. Seorang anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi yang lebih banyak untuk membantunya tumbuh menuju usia remaja, jika terjadi ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan kecukupan maka hal ini dapat mengakibatkan masalah gizi lebih atau gizi kurang (Seprianty, Tjekyan dan Thaha, 2015).

Pola konsumsi makan anak usia sekolah kurang sehat, ditandai dengan konsumsi buah dan sayur yang rendah, serta konsumsi *ultra processed food* dengan frekuensi yang sering (Rocha., *et al*, 2021 dalam Fadila, 2022). *Ultra Processed food* didefinisikan sebagai formulasi bahan yang berasal dari makanan dan bahan tambahan seperti zat pengawet, pewarna, perasa, pemanis, pengemulsi, dan sebagainya. *Ultra processed food* memiliki karakteristik berlemak, manis, dan asin, padat energi, rendah protein, serat, zat gizi mikro dan beberapa senyawa bioaktif. Selain itu, *Ultra processed food* mungkin mengandung formulasi baru yang berasal dari proses industri, serta zat dari bahan tambahan, makanan ini cenderung dikemas dengan menarik dan dipasarkan dengan berbagai strategi (Chen *et al.*, 2020). Meningkatnya konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah terjadi karena beberapa faktor diantaranya adalah keberadaan kantin sekolah, restoran cepat saji, pengaruh teman sebaya dan trend di media sosial (Fadila, 2022).

Sebuah studi penelitian (Chen *et al.*, 2020) mengamati prevalensi konsumsi harian *ultra processed food* yang tinggi di antara anak-anak sekolah dari Barbacena (MG) yaitu sebesar (69,6%). Pada anak usia 2–5 tahun, Survei Nasional Makanan dan Gizi Anak (Universidade Federal Do Rio De Janeiro, 2021) mengamati prevalensi konsumsi *ultra processed food* yang tinggi (93%) di Brazil. Studi lain yang dilakukan di Brazil dan Singapura menunjukkan bahwa

sebagian besar anak-anak tidak mengonsumsi sayuran dan buah-buahan atau makanan yang diproses minimal, seperti nasi, lauk hewani, dan kacang-kacangan (Mescoloto, Pongiluppi dan Domene, 2024). Sebaliknya, prevalensi konsumsi harian *ultra processed food* pada anak di Sao Paulo adalah 64%, dan soda 16,2% (Nicolau dan De Castro, 2018). Dalam studi yang dilakukan pada 44 anak di Diamantina negara bagian Minas Gerais, makanan *ultra proses* dominan dikonsumsi terutama yogurt (55,88%), susu coklat kotak (41,18%), kue sandwich (50%) dan makanan ringan (35,29%) (Nicolau dan De Castro, 2018). Pada sebuah studi juga menunjukkan bawa anak sekolah di *Primary Care* negara bagian Pernambuco mengonsumsi *ultra processed food* dengan prevalensi yang tinggi sebanyak 33% mengonsumsi hamburger atau daging beku, 63% mengonsumsi biskuit, permen, dan 83% mengonsumsi minuman manis (Mescoloto, Pongiluppi dan Domene, 2024).

Berdasarkan survey *Mondelez International* berjudul *The State of Snacking 2020*, tingginya konsumsi *ultra processed food* di Indonesia dapat dilihat dari rerata masyarakat mengonsumsi *ultra processed food* sebesar 2,7 poin sementara makanan berat 2,5 poin dimana seharusnya konsumsi *ultra processed food* harus lebih kecil dibanding makanan berat (Beniko, 2021). Menurut data PT. Indofood CBP Makmur, jenis *ultra processed food* yang paling banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia adalah mie instan (65,2%), Biskuit (42,1%), dan susu kemasan (37,8%) (Pahlevi, 2021). Didukung oleh sebuah penelitian yang dilakukan pada anak SD di Kota Semarang menunjukkan bahwa sebanyak 76% anak mengonsumsi *ultra processed food*, yang meliputi nugget, sosis, ciki, pop ice, biskuit, marimas, energen, dan bakso (Sulistiyani, 2018).

Meningkatnya asupan *ultra processed food* dapat berisiko terjadinya berat badan berlebih, sebab makanan tersebut meningkatkan total asupan kalori, gula dan lemak yang dapat menimbulkan penumpukan lemak di dalam tubuh. Berdasarkan data NHANES 2009-2010 mengungkapkan bahwa *ultra processed food* menyumbang 57,9% energi dan sekitar 90% berasal dari gula tambahan (Monteles., *et al*, 2019 dalam Fadila, 2022). Sebuah studi juga mengungkapkan bahwa mengonsumsi *ultra processed food* merupakan penyebab potensial terjadinya obesitas pada anak di Brazil, Australia, Inggris, Chili, Kolombia,

Argentina, Meksiko dan Amerika Serikat (Neri *et al.*, 2022). Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, menunjukkan bahwa prevalensi nasional anak usia sekolah (5–12 tahun) dengan status gizi gemuk (11,9%) dan obesitas (7,8%). Prevalensi Provinsi DKI Jakarta menunjukkan status gizi gemuk (14,6%), dan obesitas (12,7%) (Kemenkes RI, 2023). Angka tersebut menunjukkan bahwa prevalensi status gizi gemuk, dan obesitas di Provinsi DKI Jakarta lebih besar dibandingkan dengan prevalensi nasional. Menurut penelitian (Ramadhani, 2017) yang dilakukan kepada anak sekolah yang berusia 10 dan 11 tahun di Sekolah Dasar Negeri Kebon Pala 02 Pagi Jakarta Timur terdapat anak sekolah dasar yang memiliki status gizi lebih sebesar (14,3%) dan obesitas sebesar (14,3%). Berdasarkan data ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi lebih dan obesitas pada anak usia sekolah di DKI Jakarta masih cukup tinggi. Didukung oleh penelitian (Putri, Setyaningsih dan Nurzihan, 2023) yang mengungkapkan adanya hubungan antara konsumsi *ultra processed food* dengan status gizi lebih.

Konsumsi makanan *ultra proses (Ultra Processed Food)* juga mempunyai peran potensial dalam perkembangan penyakit tidak menular (PTM). Dalam sebuah studi menyatakan bahwa konsumsi *Ultra Processed Food* yang tinggi jelas berkaitan dengan peningkatan risiko semua penyebab kematian, diantaranya penyakit kardiovaskular, penyakit jantung koroner, penyakit serebrovaskular, hipertensi, sindrom metabolik, sindrom iritasi usus besar, diabetes melitus, dan kanker. Pola makan yang tidak sehat diakui sebagai faktor penentu utama terjadinya penyakit tidak menular, terutama konsumsi *Ultra Processed Food* dengan kualitas gizi yang buruk seperti tingginya kandungan gula bebas, lemak jenuh, kepadatan energi dan natrium, serta sedikitnya kandungan protein, serat, dan zat gizi mikro. Sebagian besar penyakit tidak menular diyakini dapat dicegah melalui perubahan pola makan, dan untuk mengurangi jumlah kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular, diperlukan pemahaman yang lebih baik mengenai potensi faktor resikonya (Chen *et al.*, 2020). Oleh karena itu untuk meningkatkan kesadaran anak sekolah akan resiko seringnya mengonsumsi *ultra processed food* dibutuhkanlah pengetahuan gizi.

Pengetahuan gizi merupakan proses belajar untuk mengetahui zat gizi yang terkandung dalam makanan, mengetahui cara pengolahan sumber zat gizi agar

kandungannya tidak hilang dalam proses pengolahan, dan belajar bagaimana berperilaku hidup bersih dan sehat (Lestari, Haryani dan Igiyany, 2021). Cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada anak sekolah salah satunya yaitu dengan memberikan pendidikan gizi sebagai upaya dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya asupan gizi dalam kehidupan dan merubah kebiasaan makan menjadi lebih baik (Mahmudah, 2019). Pengetahuan gizi selain mempengaruhi perilaku, juga berpengaruh terhadap sikap. Sikap terhadap gizi berhubungan erat dengan pengetahuan gizi. Sikap seseorang atas makanan dibentuk sedari dini, dan bagaimana cara mereka bersikap terhadap suatu makanan itu dibentuk dari pengalaman mereka, menyenangkan atau tidak dan suka maupun tidak suka terhadap suatu makanan (Tennisa, 2020 dalam Shaliha, 2022). Anak-anak umumnya mempunyai keinginan tinggi untuk mengetahui dan mempelajari sesuatu lebih dalam oleh karena itu pendidikan gizi sebaiknya diberikan sedini mungkin. Anak usia sekolah ialah usia ideal untuk diberikan pendidikan gizi karena diusia tersebut anak mulai siap untuk belajar dan sangat tertarik dengan sesuatu yang baru sehingga pendidikan gizi harus diberikan melalui media yang menarik agar anak mudah dalam memahami penjelasan terkait gizi dan tertarik untuk memperhatikannya (Mahmudah, 2019).

Media pembelajaran audio visual dapat berpengaruh terhadap indera penglihatan dan pendengaran dalam menghidupkan kembali minat, kemampuan, serta membuat siswa lebih fokus saat memperhatikan pelajaran. Media audio visual menyatukan gambar dan suara yang dapat menampilkan beberapa objek bergerak seperti pada televisi, video dan lainnya (Setiyawan, 2021). Video animasi merupakan media yang menyatukan audio dengan visual yang bertujuan untuk menarik perhatian orang, video animasi ini dapat mempertunjukkan objek secara rinci sehingga dapat membantu seseorang untuk memahami pelajaran yang sulit dimengerti. Video animasi dianggap amat berpengaruh dalam proses pembelajaran karena terbukti dapat menarik perhatian, meningkatkan daya tangkap, dan dapat memvisualisasikan imajinasi serta hubungan-hubungannya (Lilis *et al.*, 2022). Penelitian (Goyena, 2019 dalam H *et al.*, 2024) mengungkapkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan setelah sampel diberikan perlakuan dengan media audio visual. Hal tersebut terjadi sebab

media audio visual mempertunjukkan gambaran yang lebih nyata, menarik dan mudah diingat, animasi dapat menarik perhatian responden hingga dapat mempengaruhi sikap dan tingkah lakunya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Andriyani dan Kurniasari, 2022) terhadap siswa SD di Kota Cikarang, menunjukkan adanya perubahan yang bermakna pada pengetahuan anak sekolah dasar ( $p < 0,05$ ) dari kategori baik (66,7%) menjadi sangat baik (86,7%) setelah diberikan perlakuan menggunakan media video animasi. Kemudian penelitian (Aprillya dan Putri, 2023) menyatakan bahwa penggunaan video animasi berpengaruh terhadap penguasaan pengetahuan dan perubahan sikap tentang konsumsi jajanan sehat pada siswa SDN 148 Gresik.

Menurut studi pendahuluan yang telah dilakukan pada anak sekolah di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman, terdapat 6 dari 10 (60%) siswa dengan status gizi lebih dan obesitas, dan berdasarkan wawancara yang dilakukan untuk mengetahui pola makan siswa sehari-hari ditemukan 8 dari 10 (80%) siswa sering mengkonsumsi *ultra processed food* seperti es krim, coklat, permen, sosis, mi instan, serta makanan dan minuman ringan lainnya dengan frekuensi lebih dari 2 kali dalam seminggu. Alasan siswa tersebut sering konsumsi *ultra processed food* karena rasanya yang lezat, manis, asin, gurih, menarik, serta mudah didapat di lingkungan sekolah maupun di rumah. Berdasarkan uraian di atas peneliti memutuskan untuk mengukur tingkat pengaruh edukasi gizi menggunakan media terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi *ultra processed food* pada anak usia sekolah di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Jakarta Timur Provinsi DKI Jakarta Tahun 2024.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Meningkatnya asupan *ultra processed food* dapat berisiko terjadinya berat badan berlebih sebab makanan tersebut meningkatkan total asupan kalori, gula dan lemak yang dapat menimbulkan penumpukan lemak di dalam tubuh (Fadila, 2022). Prevalensi Provinsi DKI Jakarta menunjukkan status gizi anak usia sekolah (5–12 tahun) sangat pendek (2,6%), pendek (7,7%), sangat kurus (3,0%), kurus (6,7%), gemuk (14,6%), dan obesitas (12,7%) (Kemenkes RI, 2023). Angka tersebut menunjukkan bahwa prevalensi status gizi gemuk, dan obesitas di Provinsi DKI Jakarta lebih besar dibandingkan dengan prevalensi nasional.

Menurut studi pendahuluan yang telah dilakukan pada anak sekolah di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman, terdapat 6 dari 10 (60%) siswa dengan status gizi lebih dan obesitas, dan ditemukan 8 dari 10 (80%) siswa sering mengkonsumsi *ultra processed food* seperti es krim, coklat, permen, sosis, mi instan, serta makanan dan minuman ringan lainnya dengan frekuensi lebih dari 2 kali dalam seminggu. Upaya yang dilakukan dalam memberikan edukasi tentang *ultra processed food* kepada anak sekolah berfokus pada dampak jika sering mengkonsumsi *ultra processed food* dan memberikan contoh makanan sehat gizi seimbang dengan menggunakan media sebagai alat untuk menyampaikan informasi kepada siswa. Berdasarkan kesimpulan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Pengaruh media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024”.

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran pengetahuan *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
2. Bagaimana gambaran sikap konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
3. Bagaimana pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
4. Bagaimana pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
5. Bagaimana perbedaan rerata skor pengetahuan *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen

maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?

6. Bagaimana perbedaan rerata skor sikap konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Menganalisis pengaruh media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran pengetahuan *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.
2. Mengetahui gambaran sikap konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.
3. Menganalisa pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.
4. Menganalisa pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap sikap sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.
5. Menganalisa perbedaan rerata skor pengetahuan *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun

kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.

6. Menganalisa perbedaan rerata skor sikap konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Responden**

Memperoleh pengetahuan tentang *ultra processed food* dan meningkatkan kesadaran anak dalam menerapkan dan mengkonsumsi makanan sehat pada kehidupan sehari-hari

### **1.5.2 Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai sumber data sekaligus masukan kepada pihak sekolah untuk melakukan program edukasi gizi terstruktur melalui program UKS di sekolah, mengenai *ultra processed food* untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap konsumsi *ultra processed food* agar anak sekolah dapat menerapkan konsumsi makanan sehat dalam kehidupan sehari-hari

### **1.5.3 Bagi Prodi S1 Gizi**

Penelitian ini dapat dijadikan sumber acuan untuk penelitian selanjutnya, dan menjadi sumber informasi bagi para pembaca dalam konsumsi *ultra processed food*

### **1.5.4 Bagi Peneliti**

Dapat mengembangkan ilmu pengetahuan serta wawasan dari apa yang didapat selama perkuliahan, menambah pengalaman, memperluas relasi serta dapat menjadi sumber acuan untuk penelitian selanjutnya.