

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pengembangan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas merupakan salah satu tujuan utama dari pembangunan. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melalui pendidikan yang diharapkan mampu memberikan sumbangan besar dalam meningkatkan kualitas SDM sebagai tenaga pengisi pembangunan, karena pendidikan dalam pembangunan merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan dan saling berkaitan yang berlangsung secara bersamaan.

Pendidikan dapat diartikan sebagai perolehan pengetahuan, pembentukan sikap, penguasaan keterampilan sebelum memasuki dunia yang baru sesuai dengan kemampuan. Pernyataan ini dipertegas dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1, yaitu :

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan dibagi menjadi pendidikan formal, nonformal dan informal. Pendidikan formal yaitu pendidikan yang dilakukan di sekolah, pendidikan nonformal yaitu berupa pelatihan, kursus-kursus, bimbingan belajar, dan lain sebagainya, sedangkan pendidikan informal yaitu pendidikan yang dilakukan

di lingkungan keluarga. Ditetapkan dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab 1 Pasal 1, yaitu :

1. Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.
2. Pendidikan nonformal adalah jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.
3. Pendidikan informal adalah jalur pendidikan keluarga dan lingkungan.

Berlangsungnya proses pendidikan tidak terlepas dari adanya pedoman. Sebagai pedoman berlangsungnya proses pendidikan formal di sekolah disusunlah sebuah kurikulum. Kurikulum menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (2006 : 13) yaitu : "Seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu." Kurikulum disusun untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional dengan memperhatikan tahap perkembangan peserta didik dan kesesuaiannya dengan lingkungan, pembangunan nasional, perkembangan ilmu dan teknologi dengan berpedoman pada kurikulum nasional. Selain itu kurikulum disusun untuk membantu mempermudah dalam proses belajar mengajar. Berhasil tidaknya disusunnya sebuah kurikulum dapat dilihat dari hasil pendidikan melalui proses belajar mengajar. Kurikulum yang disusun selanjutnya diimplementasikan dalam suatu kegiatan belajar mengajar. Belajar menurut Syah (1995 : 91) ialah : "Tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif," sedangkan mengajar menurut Nasution (1997 : 39) ialah "Mengorganisasikan dan mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan peserta

didik sehingga terjadi proses belajar mengajar.” Proses belajar mengajar pada hakekatnya berlangsung secara bersamaan yaitu proses mengajar yang dilakukan oleh guru dan proses belajar yang dilakukan oleh siswa.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu jenjang pendidikan formal sebagai lanjutan dari pendidikan Sekolah Dasar (SD). Salah satu mata pelajaran yang dipelajari yaitu Keterampilan yang dibagi dalam beberapa jenis diantaranya : Kerajinan, Teknologi Rekayasa, Teknologi Budidaya, dan Teknologi Pengolahan. Mata pelajaran keterampilan merupakan mata pelajaran yang mengarahkan peserta didik untuk dapat mengembangkan kecakapannya, sebagaimana sesuai dengan penjelasan Badan Standar Nasional Pendidikan, bahwa : ”Mata pelajaran Keterampilan diarahkan agar peserta didik dapat mengembangkan kecakapan hidup (*life skill*) yang meliputi keterampilan personal, vokasional, dan akademik.” Pelajaran keterampilan merupakan substansi dari Muatan Lokal sebagai mata pelajaran wajib yang tercantum dalam kurikulum. Muatan lokal merupakan kegiatan kurikuler untuk mengembangkan kompetensi dengan penentuan jenis keterampilan tersebut tergantung kepada ketentuan dan kebutuhan di setiap sekolah yang disesuaikan dengan ciri khas dan potensi daerah yang dimiliki.

Pelajaran Keterampilan Muatan Lokal yang diajarkan di SMP, diantaranya yaitu mata pelajaran Tata Boga yang termasuk ke dalam Keterampilan Teknologi Pengolahan yang didalamnya mempelajari tentang pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan dasar tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan. Sesuai dengan yang diungkapkan oleh Madaniyah dalam Baliwati

(2006 : 115) ”Bahwa melalui pendidikan pengetahuan gizi diharapkan terjadi perubahan perilaku ke arah perbaikan konsumsi pangan dan status gizi.” Pendapat tersebut menegaskan bahwa pengetahuan gizi dapat menimbulkan perubahan perilaku gizi pada seseorang sehingga memberikan manfaat kepada siswa khususnya dalam pemilihan makanan sehat sehari-hari. Pendidikan gizi perlu dimiliki oleh anak remaja yaitu antara usia 10 – 19 tahun yang terdiri dari kelompok remaja awal yaitu usia 10 – 12 tahun, kelompok remaja menengah yaitu usia 13 -15 tahun, dan remaja lanjut yaitu usia 16 – 19 tahun.

Siswa SMP yang termasuk kategori usia remaja awal perlu memperhatikan kebiasaan komposisi makan dengan memperhatikan pemilihan makanan yang sehat serta kebutuhan gizinya sebagai bekal pertumbuhan dan perkembangannya. Sebagaimana dijelaskan oleh Sayogo (2006 : 1), yaitu :

Anak yang sehat menunjukkan gejala dan tanda pertumbuhan dan perkembangan yang memuaskan, yaitu dapat mencapai potensi genetik secara optimal, jika diberikan lingkungan fisikopsikologis yang adekuat. Salah satu agar tumbuh kembang anak berlangsung secara optimal adalah zat gizi yang harus dicukupi oleh makanan sehari-hari.

Pemilihan makanan di kalangan remaja memiliki ciri tinggi lemak, tinggi kalori, dan tinggi gula. Remaja sebagai siswa yang sebagian aktivitasnya berada di sekolah dituntut mampu melakukan pemilihan makanan yang sehat sehingga aman untuk dikonsumsi serta makanan tersebut tentunya mengandung nilai gizi yang dibutuhkan oleh tubuh sehingga tubuh dapat melakukan fungsinya dengan normal. Makanan yang diujakan di sekolah tidak menjamin termasuk ke dalam makanan sehat, siswa diharapkan selektif dalam memilih makanan tersebut, baik makanan di kantin sekolah maupun makanan jajanan yang sebagian besar menggunakan bahan tambahan makanan guna meningkatkan kualitas makanan

tersebut. Selain itu faktor kesehatan makanan sangat dipengaruhi oleh kebersihannya, meliputi kebersihan di sekitar tempat berjualan, kebersihan penyajian, maupun kebersihan alat makan yang digunakan.

Kurangnya perhatian terhadap pemilihan makanan sehat terlebih lagi pada anak remaja sebagai siswa sekolah akan berakibat pada pola makan yang salah yang pada akhirnya dapat menimbulkan penyakit pencernaan, seperti : anemia, disentri, muntaber, typus dan kegemukan. Oleh karena itu dipandang perlu untuk mengarahkannya agar dapat memilih makanan yang sehat melalui pembelajaran pengetahuan gizi yang tepat dan terarah di sekolah, selain itu didukung juga dengan penambahan wawasan secara mandiri melalui, buku, majalah, ataupun tayangan televisi yang berkaitan dengan peningkatan pengetahuan gizi.

Latar belakang inilah yang mendorong ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian tentang manfaat hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP. Penelitian dilakukan pada siswa SMP di wilayah Bandung Barat yang melaksanakan pembelajaran pengetahuan gizi di Bandung Barat, yaitu siswa kelas 1 SMP *Lab School* UPI dan SMP Kartika Bandung. Penulis sebagai mahasiswa Jurusan PKK Program Studi Pendidikan Tata Boga yang mempelajari mata kuliah Ilmu Gizi, Dasar Boga, Pengetahuan Bahan Makanan dan sebagai calon guru yang tertarik mengajar di SMP maka penulis tertarik meneliti permasalahan di atas.

## B. Rumusan Masalah

Masalah pokok dalam penelitian ini adalah “Seberapa besar manfaat hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat oleh siswa SMP”. Perumusan masalah di atas dapat dijadikan judul skripsi yaitu : “Manfaat Hasil Belajar Pengetahuan Gizi pada Pemilihan Makanan Sehat di Sekolah oleh Siswa SMP”. Selanjutnya masalah pokok ini dijabarkan menjadi pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut :

1. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan kognitif yang meliputi pengertian makanan bergizi dan makanan sehat, macam-macam zat gizi dan sumbernya, dan akibat kekurangan zat gizi bagi tubuh.
2. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan afektif yang meliputi sikap siswa dalam memilih makanan sehat di sekolah dan menambah wawasan pengetahuan gizi.
3. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan psikomotor, yang meliputi keterampilan siswa memilih makanan sehat di lingkungan sekolah, berupa makanan jajanan dan makanan sepinggan.

Definisi operasional dalam penelitian diperlukan untuk menghindari kesalahan antara pembaca dan penulis sebagai peneliti dalam menafsirkan istilah yang digunakan dalam penelitian ini. Definisi operasional yang digunakan untuk istilah sebagai berikut :

#### 4. Hasil Belajar Pengetahuan Gizi

- a. Hasil belajar diartikan sebagai perubahan tingkah laku yang mencakup ranah kognitif, afektif dan psikomotor (Nana Sudjana 2001 : 3)
- b. Pengetahuan gizi menurut Almtsier (2003 : 3) mendefinisikan ilmu gizi “Sebagai ilmu yang mempelajari segala sesuatu tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal.”

Hasil Belajar Pengetahuan Gizi mengacu pada beberapa pengertian istilah di atas adalah adanya perubahan tingkah laku yang mencakup ranah kognitif (pengetahuan), afektif (sikap) dan psikomotor (keterampilan) setelah mempelajari segala sesuatu tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal.

#### 5. Pemilihan Makanan Sehat di Sekolah oleh Siswa SMP

- a. Pemilihan adalah Teknik, cara dalam memilih (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2002 : 800)
- b. Makanan sehat menurut Oetoro (2007 : 1) yaitu ”Makanan sesuai kebutuhan dan gizi yang seimbang.”
- c. Siswa SMP merupakan siswa yang menempuh jenjang pendidikan formal menengah pertama.

Pemilihan Makanan Sehat oleh Siswa SMP mengacu pada pengertian istilah di atas adalah cara dalam memilih makanan sesuai dengan kebutuhan dan gizi yang seimbang yang dilakukan oleh siswa di sekolah yang menempuh jenjang pendidikan formal menengah pertama dengan penelitian terbatas dilakukan di SMP *Lab School* UPI dan SMP Kartika Bandung dengan ketentuan keadaan SMP tersebut mempelajari Keterampilan Tata Boga yang didalamnya dipelajari pengetahuan gizi.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum penelitian ini adalah memperoleh data dan informasi mengenai seberapa besar manfaat hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP. Selanjutnya tujuan tersebut dijabarkan secara lebih khusus sebagai berikut :

1. Memperoleh data tentang bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan kognitif yang meliputi pengertian makanan bergizi dan makanan sehat, macam-macam zat gizi dan sumbernya, dan akibat kekurangan zat gizi bagi tubuh.
2. Memperoleh data tentang bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan afektif yang meliputi sikap siswa dalam memilih makanan sehat di sekolah dan menambah wawasan pengetahuan gizi.
3. Memperoleh data tentang bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan psikomotor, yang meliputi keterampilan siswa memilih makanan sehat di lingkungan sekolah, berupa makanan jajanan dan makanan sepiringan.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Secara khusus penelitian ini memberikan manfaat kepada :

1. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang memperoleh pembelajaran Pengetahuan Gizi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan



dan upaya meningkatkan penguasaan materi sehingga mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari dalam pemilihan makanan sehat, khususnya pemilihan makanan sehat di sekolah.

2. Guru mata pelajaran Keterampilan sebagai tenaga pengajar, khususnya guru mata pelajaran Keterampilan Tata Boga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana dalam upaya pengembangan dan peningkatan kemampuan siswa dalam penguasaan materi serta terus mengembangkan teori dan praktek pembelajaran pengetahuan gizi
3. Penulis, dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis dalam bidang penelitian khususnya tentang hasil belajar Pengetahuan Gizi pada Pemilihan Makanan Sehat di Sekolah oleh Siswa SMP.

#### **E. Asumsi**

Asumsi menurut Arikunto (1992 : 17) mengemukakan asumsi atau anggapan dasar, yaitu : “Sesuatu yang diyakini kebenarannya oleh peneliti yang akan berfungsi sebagai hal-hal yang akan dipakai untuk tempat berpikir bagi peneliti dalam melaksanakan penelitiannya.” Adapun yang menjadi asumsi dalam penelitian ini, yaitu :

1. Hasil belajar pengetahuan gizi merupakan gambaran penguasaan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor pada kebiasaan pemilihan makanan sehat sebagai hasil pengalaman individu. Asumsi tersebut didukung oleh Nasution. (1997 : 25) adalah : “Perubahan tingkah laku yang mencakup ilmu pengetahuan, keterampilan, dan sikap setelah melalui proses tertentu sebagai hasil pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungan.”

2. Pengetahuan gizi diberikan kepada siswa sebagai pengetahuan dasar tentang asupan makanan untuk pencapaian kesehatan yang optimal. Asumsi ini ditunjang oleh pendapat Almtsier (2003 : 3) bahwasannya “Ilmu gizi adalah ilmu yang mempelajari segala sesuatu tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal.”
3. Kebiasaan memilih makanan sehat dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, dan keterampilan seseorang, sebagaimana diungkapkan oleh Khomsan (2006 : 171) bahwa : ”Perilaku untuk memilih makanan sehat atau aman (lahir dan batin) terbentuk karena adanya salah satu atau lebih alasan berikut :1) pengetahuan, 2) motivasi, 3) keterampilan, 4) kemampuan, 5) kesempatan (ketersediaan), dan 6) dukungan sosial.
4. Pemilihan makanan oleh siswa kecenderungan lebih memilih makanan jajanan, sebagaimana diungkapkan dalam Media Indonesia (2004), bahwa “Sering kali anak-anak tertarik dengan jajanan sekolah karena warnanya yang menarik, rasanya yang menggugah selera, dan harganya terjangkau. Makanan ringan, sirup, bakso, mi ayam dan sebagainya menjadi makanan jajanan sehari-hari di sekolah.”
5. Pemilihan makanan pada seseorang akan mempengaruhi terhadap kebiasaan pola makan yang kemudian akan berdampak pada kesehatan. Asumsi ini ditunjang oleh pendapat Baliwati dkk (2006 : 42) bahwa ”Ekspresi individu dalam memilih makanan akan berbeda satu sama lain. Ekspresi tersebut akan membentuk pola perilaku makan yang disebut kebiasaan makan.”

6. Manfaat hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat oleh siswa SMP mempengaruhi terhadap perubahan ke arah perbaikan keadaan status gizi. Asumsi ini ditunjang oleh pendapat Madanijah dalam Baliwati dkk (2006 : 115) bahwa “Melalui pendidikan pengetahuan gizi diharapkan terjadi perubahan perilaku ke arah perbaikan konsumsi pangan dan status gizi.”

#### **F. Pertanyaan Penelitian**

Selanjutnya masalah pokok ini dijabarkan menjadi pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan kognitif yang meliputi pengertian makanan bergizi dan makanan sehat, macam-macam zat gizi dan sumbernya, dan akibat kekurangan zat gizi bagi tubuh.
2. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan afektif yang meliputi sikap siswa dalam memilih makanan sehat di sekolah dan menambah wawasan pengetahuan gizi.
3. Bagaimana hasil belajar pengetahuan gizi pada pemilihan makanan sehat di sekolah oleh siswa SMP dilihat dari kemampuan psikomotor, yang meliputi keterampilan siswa memilih makanan sehat di lingkungan sekolah, berupa makanan jajanan dan makanan sepinggan.

### **G. Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis deskriptif yaitu penelitian yang dilakukan pada masa sekarang, sedangkan dalam teknik pengumpulan data diperoleh dari kuestioner dan wawancara.

### **H. Lokasi dan Sampel Penelitian**

Lokasi penelitian adalah SMP *Lab School* UPI dan SMP Kartika Bandung. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMP di Bandung Barat. Sedangkan sampel menggunakan purposive sampel merupakan siswa SMP di Bandung Barat yang telah menerima pembelajaran pengetahuan gizi yaitu siswa kelas 1a SMP *Lab School* UPI sebanyak 32 orang dan siswa kelas 1a SMP Kartika Bandung sebanyak 30 orang.