

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan salah satu unsur penting yang memiliki peran dalam pembentukan dan pengembangan kualitas pribadi bangsa. Pendidikan dapat mencakup seluruh proses hidup dan segenap bentuk interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal, nonformal, maupun informal, dalam rangka mewujudkan dirinya sesuai dengan tahapan tugas perkembangannya secara optimal, sehingga ia mencapai taraf kedewasaan tertentu. Sejalan dengan fungsi dan tujuan Pendidikan Nasional (Sisdiknas) RI No.20 BAB II Pasal 3 (2003, hlm.7) yaitu :

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermanfaat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokrasi serta bertanggung jawab.

Pendidikan hakikatnya merupakan usaha menciptakan seperangkat stimulus yang diharapkan menghasilkan pola-pola perilaku tertentu. Pola perilaku tersebut diantaranya adalah prestasi belajar dalam penalaran, sikap dan keterampilan merupakan manifestasi dari perubahan dan perkembangan perilaku. Para pakar bidang pendidikan secara singkat mengartikan bahwa pendidikan pada hakikatnya merupakan suatu proses perubahan perilaku demi terwujudnya perbaikan kehidupan masyarakat. Salah satu bentuk perilaku kehidupan tersebut adalah perilaku terhadap makanan dan kesehatan. Perilaku makanan untuk menunjang kesehatan merupakan salah satu bentuk mewujudkan masyarakat yang sehat sesuai dengan salah satu tujuan pendidikan nasional yang dikemukakan dalam undang-undang Sisdiknas diatas. Perilaku terhadap makanan dan kesehatan tersebut disebut dengan perilaku gizi.

Menurut Notoatmodjo (2003, hlm.98)

Perilaku terhadap makanan (*nutrition behavior*), yakni respon seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap dan praktik terhadap makanan serta unsur-unsur yang terkandung di dalamnya. Pengolahan makanan, dan sebagainya sehubungan dengan kebutuhan tubuh.

Notoatodjo (2012, hlm. 138) membagi perilaku kedalam tiga ranah yaitu, Pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*), dan praktik atau tindakan (*Practice*). Berdasarkan kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku gizi adalah perilaku seseorang terhadap makanan terkait dengan kesehatan yang meliputi pengetahuan gizi, sikap gizi dan praktik gizi.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang diperoleh dari respon terhadap suatu informasi. Menurut Almatsier (2009, hlm. 3) “pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dan hubungannya dengan kesehatan”. Pengetahuan seseorang tentang makanan dan kesehatan akan mempengaruhi pilihan tersebut sebagai bentuk penerapan pengetahuannya sehingga seseorang dapat memilih dan mengonsumsi makanan yang baik untuk kesehatan dirinya.

Pengetahuan gizi merupakan kepandaian dalam memilih makanan, yaitu dengan memilih makanan yang sehat dan seimbang yang mengandung zat gizi yang lengkap serta aman bagi kesehatan. Pengetahuan gizi pada anak sekolah dasar berdasarkan silabus mata pelajaran IPA kelas V SDIT Daarul Fikri yang dipelajari di semester genap, dengan tema makanan dan kesehatan yang berisi tentang kandungan gizi dalam makanan, dan menu makanan bergizi seimbang.

Pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap gizinya. Jika pengetahuan gizinya baik maka sikap gizinya pun akan baik. Karena sikap merupakan aplikasi terhadap pengetahuan mereka terhadap sesuatu yang mereka ketahui.

Sikap gizi merupakan kecenderungan seseorang untuk menyetujui atau tidak menyetujui terhadap suatu pernyataan yang diajukan terkait pangan dan gizi (Notoatmojo, dalam Maulana, Dkk, 2012). Sikap gizi sebagai respon terhadap

informasi terkait makanan dan kesehatan ditindaklanjuti dengan pernyataan sikap menyetujui akan pernyataan atas informasi yang diperoleh dari pengetahuan gizi. Informasi yang diperoleh dari pelajaran terkait gizi dan memilih makanan berdasarkan menu bergizi seimbang yang dipelajari siswa direspon dengan sikap penerimaan terhadap informasi tersebut. Sikap gizi merupakan perilaku tertutup atau kesiapan untuk bertindak namun belum dalam bentuk praktik. Sikap

Aspek praktik adalah sebuah perilaku yang dipengaruhi oleh wawasan, dan cara pandang seseorang tentang tindakan yang tepat atas sesuatu. “Setelah seseorang mengetahui suatu informasi, kemudian memberi penilaian dengan sikap, proses selanjutnya adalah dengan melakukan atau mempraktikkan apa yang diketahui dan disikapinya” (Notoatmodjo, 2012, hlm. 146). Berdasarkan informasi yang telah diterima oleh siswa terkait pelajaran mengenai gizi yang dipelajari pada mata pelajaran IPA mengenai zat gizi dalam makanan serta menu bergizi seimbang tersebut setelah dinilai dengan sikap kemudian dilakukan dalam bentuk praktiknya dalam memilih makanan sehari-hari berdasarkan apa yang telah mereka ketahui.

Pemilihan makanan sehari-hari diperlukan makanan bergizi lengkap yang terdiri dari unsur-unsur gizi diantaranya adalah karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi siswa. ‘Ketidaktahuan tentang bahan makanan dan dapat menyebabkan pemilihan makanan yang salah dan rendahnya pengetahuan gizi akan menyebabkan sikap masa bodoh terhadap makanan tertentu’ (Romdiatin, dalam Malik, hlm. 2).

Anak usia sekolah dasar adalah anak dengan usia 6-12 tahun yang sebagian waktunya dihabiskan di sekolah dan lingkungan luar rumah karena pada usia ini anak mulai menyukai kegiatan diluar rumah sehingga membutuhkan konsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi mereka agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Kebutuhan zat gizi tersebut dapat terpenuhi dari konsumsi makanan sehari-hari dari makan utama dan makan selingan.

Makanan yang umumnya beredar di masyarakat tidak selalu makanan yang sehat dan aman dikonsumsi akan tetapi terdapat makanan yang beredar berupa makanan yang bergizi rendah seperti *Fast food* atau *Soft Drink* yang

merupakan makanan yang kurang baik karena mengandung tinggi kalori, lemak dan sodium namun rendah serat, Vitamin A dan Vitamin C serta Zat gizi lainnya yang dibutuhkan oleh anak usia sekolah. Selain itu, banyaknya bahan tambahan makanan seperti zat pewarna, pengawet dan pemanis yang digunakan melebihi batas aman sehingga berbahaya untuk kesehatan seperti, bakso, mie, permen dan makanan jajanan lainnya (Almatsier, 2011, hlm. 308). Makanan yang mengandung zat berbahaya tersebut banyak beredar di lingkungan anak sekolah.

Sekolah Dasar Islam Terpadu Daarul fikri adalah sekolah dasar yang menyelenggarakan pembelajaran pendidikan gizi melalui melalui mata pelajaran IPA yang dipelajari di kelas V semester genap dengan tema hubungan makanan dan kesehatan sebagai pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi seimbang yang bermanfaat bagi kesehatan. Berdasarkan informasi yang diperoleh siswa tersebut diharapkan siswa mampu memilih memilih makanan bergizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pembelajaran yang telah dicapai oleh siswa dalam bentuk perilaku gizi meliputi pengetahuan, sikap dan praktik gizi pada pemilihan makanan sehari-hari.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa dalam pemilihan makanan sehari-hari. Penelitian ini penting dilakukan guna mengetahui bagaimana perilaku gizi siswa dalam pemilihan makanan sehari-hari mereka. Berdasarkan uraian di atas penulis sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Tata Boga tertarik untuk melakukan penelitian tentang *“Perilaku Gizi Pada Pemilihan Makanan Sehari-hari Siswa SD IT Daarul Fikri”*

#### **A. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan, penulis telah menfokuskan permasalahan yang akan dikaji serta merumuskan berbagai permasalahan penelitian yang akan dilakukan. Terdapat beberapa masalah yang dapat teridentifikasi berkaitan dengan penelitian yaitu:

1. Siswa pada umumnya sebagian waktunya dihabiskan di sekolah dan lingkungan luar rumah sehingga membutuhkan konsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan gizi mereka agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.
2. Pilihan makanan siswa sekolah dasar yang beredar di lingkungan sekolah maupun diluar sekolah tidak hanya makanan yang bergizi dan aman bagi kesehatan akan tetapi ada pula makan yang mengandung bahan tambahan pangan yang berbahaya bagi kesehatan seperti zat pewarna, penambah rasa, zat pengawet dan pemanis yang melebihi batas aman dan bahan yang berbahaya bagi kesehatan.
3. Sekolah Dasar Islam Terpadu Daarul fikri adalah sekolah dasar yang menyelenggarakan pembelajaran pendidikan gizi melalui melalui mata pelajaran IPA yang dipelajari di kelas V semester genap dengan tema hubungan makanan dan kesehatan sebagai pengetahuan siswa tentang makanan yang bergizi seimbang yang bermanfaat bagi kesehatan. Berdasarkan informasi yang diperoleh siswa diharapkan siswa mampu berperilaku gizi yang baik dalam memilih makanan bergizi seimbang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang serta identifikasi masalah yang telah dipaparkan sebelumnya maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana perilaku gizi pada pemilihan makanan sehari-hari siswa SD IT Daarul Fikri? Selanjutnya perumusan masalah tersebut dijadikan judul skripsi yaitu: “Perilaku Gizi Siswa Pada Pemilihan Makanan Siswa SD IT Daarul Fikri”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran umum tentang perilaku gizi pada pemilihan makanan sehari-hari siswa.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan Khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran aspek-aspek perilaku gizi siswa pada pemilihan makanan sehari-hari, adapun tujuan khusus tersebut yaitu untuk memperoleh gambaran mengenai:

- a. Pengetahuan gizi siswa tentang hubungan makanan dengan kesehatan yang meliputi jenis-jenis zat gizi, sumber dalam makanan dan fungsi zat gizi tersebut bagi tubuh, dan menu bergizi seimbang
- b. Sikap gizi siswa dalam pemilihan makanan sehari-hari berdasarkan menu bergizi seimbang.
- c. Keterampilan gizi siswa dalam pemilihan makanan sehari-hari berdasarkan menu bergizi seimbang

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan dapat memberi manfaat kepada berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi :

1. Pihak SD IT Daarul Fikri, dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah mengenai gambaran perilaku gizi siswa pada pemilihan makanan sehari-hari.
2. Peneliti, dapat menambah dan meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang perilaku gizi pada pemilihan makanan sehari-hari siswa.

#### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi yang dibuat sesuai dengan cakupan disiplin bidang ilmu di Universitas Pendidikan Indonesia yang terdiri dari :

1. BAB I tentang pendahuluan berisi latar belakang masalah yang akan diteliti, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi
2. BAB II memaparkan kajian pustaka berisi mengenai teori yang sedang dikaji dan kedudukan masalah penelitian dalam bidang ilmu yang diteliti
3. BAB III menjelaskan metodologi penelitian, berisi penjabaran rinci mengenai metode penelitian
4. BAB IV merupakan hasil penelitian dan pembahasan terdiri dari dua hal utama, yaitu pengolahan data atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, serta pembahasan atau analisis penemuan.

5. BAB V berisi kesimpulan dan saran menajikan penafsiran dan pemaknan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian
6. Daftar Pustaka memuat berbagai sumber literature seperti buku sumber, artikel, jurnal, dokumen resmi, atau sumber-sumber dari internet yang pernah digunakan dalam penulisan karya tulis ilmiah.
7. Daftar Lampiran, berisi semua dokumen yang digunakan dalam penelitian dan penulisan hasil-hasilnya menjadi satu karya ilmiah.