

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 1, Nomor 12, Halaman 200-207
Licenced by CC BY-SA 4.0
E-ISSN: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.10430905)
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10430905>

Pengembangan Media Gambar Komik Mengenai Masalah Gizi Yang Terjadi Pada Anak SD

Aflah Husnaini Matondang¹, Atikah Zahrani Purba², Hilda Melani Purba³, Irlanova Sabina⁴,
Miftahul Jannah⁵, Riska Fadhilah Hutasuhut⁶

¹⁻⁶Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: aflah6453@gmail.com¹, atikahzahrani74@gmail.com², hildapurba28@gmail.com³, irlnov.sbn@gmail.com⁴,
miftajnnh16@gmail.com⁵, riskafadhilahhutasuhut@gmail.com⁶

Abstrak

Dalam penelitian ini, peneliti akan membuat suatu media pengembangan pembelajaran yaitu sebuah komik, yang dimana akan membahas mengenai masalah gizi yang terjadi pada anak SD. Di Indonesia, pengetahuan tentang gizi seimbang terutama terhadap anak masih rendah. Yang dimana hal tersebut Indonesia masih menghadapi mengenai permasalahan gizi yang dapat mengakibatkan seperti kekurangan gizi, stunting, kelebihan gizi dan obesitas. Karena edukasi gizi harus diberikan dimulai dari sejak dini. Dalam memberikan sebuah edukasi gizi, peran media sangatlah penting untuk membantu cara penyampaian pesan kepada sasaran (peserta didik). Adapun media yang peneliti buat untuk menyampaikan edukasi gizi tersebut adalah media komik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui permasalahan atau gangguan gizi yang sering dialami oleh peserta didik. Seperti kebiasaan jajan di luar yang tidak sehat pada anak-anak sekolah dasar, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti sakit perut (diare), keracunan, dan sebagainya, kurangnya pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang dampak buruk dari kebiasaan jajan di luar, tidak adanya atau minimnya program edukasi dan pendidikan gizi yang terkait dengan bahaya jajan di luar pada anak-anak sekolah dasar. Tinjauan dengan menggunakan sistematik literatur review dilakukan untuk menganalisis informasi dari beberapa jurnal terpilih yang meneliti tentang gangguan gizi terhadap anak SD, dan pengaruh media komik untuk penyampaian edukasi mengenai gizi. Adapun media yang peneliti gunakan menurut peneliti sudah baik dan jelas, dan juga media yang dibuat oleh peneliti sudah valid/cocok dengan permasalahan yang diambil. Menurut peneliti, dengan menggunakan media komik, peserta didik akan lebih efektif dan antusias ketika sedang mendengarkan penjelasan dari permasalahan ini.

Kata kunci: gizi, gangguan, media, komik

Abstract

In this research, researchers will create a learning development media, namely a comic, which will discuss nutritional problems that occur in elementary school children. In Indonesia, knowledge about balanced nutrition, especially for children, is still low. This means that Indonesia is still facing nutritional problems which can result in malnutrition, stunting, excess nutrition and obesity. Because nutrition education must be provided starting from an early age. In providing nutrition education, the role of the media is very important to help convey the message to the target (students). The media that researchers created to convey nutrition education is comic media. The aim of this research is to find out nutritional problems or disorders that are often experienced by students. Such as the unhealthy habit of snacking out in elementary school children, which can cause health problems such as stomach ache (diarrhea), poisoning, and so on, the lack of understanding and awareness of children about the negative impacts of the habit of snacking out, the absence of or the lack of education and nutrition education programs related to the dangers of snacking outside for elementary school children. A review using a systematic literature review was carried out to analyze information from several selected journals that researched nutritional disorders in elementary school children, and the influence of comic media for delivering education about nutrition. According to the researcher, the media used by the researcher is good and clear, and also the media created by the researcher is valid/suitable for the problem being taken. According to researchers, by using comic media, students will be more effective and enthusiastic when listening to explanations of this problem.

Keywords: nutrition, disorders, media, comics

Article Info

Received date: 30 November 2023

Revised date: 12 December 2023

Accepted date: 25 December 2023

PENDAHULUAN

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan nutrire dalam bentuk variabel tertentu, status gizi optimal adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi. Masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi. Anak usia sekolah adalah masa remaja awal anak dalam rentang usia 6 sampai 12 tahun yang memasuki masa pubertas. Anak usia sekolah pada umumnya mempunyai kondisi gizi yang lebih baik daripada kelompok balita. Meskipun demikian, masih terdapat berbagai kondisi gizi anak sekolah yang tidak baik. Hal ini dapat disebabkan oleh kondisi yang berasal dari dalam diri individu, antara lain usia, jenis kelamin, dan penyakit infeksi. Anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi lebih banyak yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang menuju remaja. Anak laki-laki lebih banyak membutuhkan zat gizi sumber energi dibandingkan dengan anak perempuan karena anak laki-laki cenderung memiliki banyak aktifitas, namun jika tidak diimbangi dengan konsumsi makanan yang dapat menyebabkan masalah gizi. Konsumsi makanan yang baik namun keadaan anak sakit atau mengalami penyakit infeksi dapat menyebabkan anak mengalami status gizi yang tidak baik pula. Anak Sekolah Dasar (SD) adalah anak usia 6-12 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat membutuhkan gizi yang cukup agar tidak terjadi penyimpangan pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Gizi yang kurang juga akan membuat sistem imun pada anak lemah. Aktifitas yang cukup tinggi dan kebiasaan makan yang tidak teratur pada anak sering mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi. Ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi akan menimbulkan masalah gizi, baik itu masalah gizi lebih maupun gizi kurang. (Fauziyah, 2022)

Adapun penyebab terjadinya kekurangan gizi pada anak dikarenakan kebiasaan jajan di luar yang tidak sehat pada anak-anak sekolah dasar, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti sakit perut (diare), keracunan, dan sebagainya, kurangnya pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang dampak buruk dari kebiasaan jajan di luar, tidak adanya atau minimnya program edukasi dan pendidikan gizi yang terkait dengan bahaya jajan di luar pada anak-anak sekolah dasar. Yang dimana semua penyebab ini harus bisa diminimalkan, supaya akibat dari kekurangan gizi tidak semakin merajalela. Menurut peneliti, salah satu cara untuk meminimalisir kekurangan gizi pada anak, hendaklah memberikan sebuah edukasi mengenai pentingnya gizi dan menjaga pola makan. Ini bisa dilakukan melalui media, supaya anak juga lebih paham ketika menjelaskannya dengan media. Adapun media yang dibuat oleh peneliti adalah media komik yang menjelaskan pentingnya keseimbangan gizi dan akibat dari tidak menjaga pola makan yang sehat. (Fadhillah, 2023)

Komik adalah rangkaian gambar yang berurutan. Syarat media yang baik diantaranya menarik minat dan perhatian (*attention*), ada kesesuaian antara tujuan belajar, kebutuhan dan kondisi siswa (*relevance*) serta memberikan rasa senang dan percaya diri pada siswa untuk menerima materi (*confidence*). Komik adalah media yang dianggap memenuhi syarat-syarat tersebut. Isi dari komik akan lebih baik jika berhubungan dengan kegiatan sehari-hari pembaca. Membaca komik merangsang anak untuk memandang plot cerita sendiri dan merasa mengalami cerita itu sendiri. Hal tersebut yang membuat komik lebih menarik dibandingkan buku biasa. Selain itu komik juga memperjelas ide yang akan disampaikan melalui ilustrasi yang sesuai sehingga informasi yang diterima pembaca akan lebih mudah diingat. Menurut penelitian Marisa & Nuryanto, pembelajaran melalui media komik akan lebih efektif jika ada pendamping yang memandu atau memberikan penjelasan lisan. Hal ini selaras dengan penelitian Contento, IR., yang menyebutkan bahwa motivasi anak untuk menerima dan mengingat pesan dengan baik meningkat ketika menggunakan media visual dengan tambahan pesan verbal. (Resta Yuningsih, 2022)

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media gambar komik mengenai masalah gizi yang terjadi pada anak SD dengan model pembelajaran Inquiri. Adapun pembahasan didalam komik tersebut akan memuat beberapa sintact dari model pembelajaran Inquiri. Dan penelitian ini hanya sampai pada proses pengembangan medianya saja, tanpa diimplementasikan ke Sekolah Dasar atau lapangan.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* maupun studi pustaka. *Systematic literature review* adalah cara yang secara sistematis digunakan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menginterpretasi penelitian yang relevan dengan topik tertentu.

Tujuannya adalah untuk menyintesis bukti-bukti yang ada pada topik yang jelas dan menggunakan metode kritis untuk mengidentifikasi, mendefinisikan, dan menilai penelitian pada topik tersebut. Studi pustaka adalah kegiatan untuk mengumpulkan informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang menjadi objek penelitian. Ini melibatkan serangkaian kegiatan seperti pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, dan mengolah bahan penelitian dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, ensiklopedi, dan sumber-sumber lainnya baik secara offline maupun online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gizi pada anak mengacu pada zat makanan yang diperlukan oleh tubuh untuk pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan sumber energi. Status gizi anak ditentukan oleh keseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran gizi melalui berbagai variabel, seperti indikator status gizi dan antropometri. Kekurangan gizi dapat menghambat pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan anak, sementara kelebihan gizi juga dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang. Pengetahuan dan peran orang tua, terutama ibu, sangat penting dalam memastikan kebutuhan gizi anak terpenuhi. Manusia perlu memakan beragam makanan, agar kesehatan tubuh dapat tercapai secara optimal. Tidak ada satu jenis makananpun yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Jenis zat gizi yang terkandung dalam makanan kita adalah karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air. (Syafrizar, 2008)

Jadi, dari penjelasan diatas menyatakan bahwasanya gizi merupakan suatu zat makanan yang dibutuhkan oleh setiap manusia yang dipergunakan untuk sumber energi. Sumber energi didapat dari mengkonsumsi protein, karbohidrat, lemak, protein, vitamin, dan air. Setiap manusia membutuhkan gizi agar dapat menjalani aktivitas dengan baik. Apabila manusia mengalami kekurangan dan kelebihan gizi, maka aktivitas pun tidak akan berjalan dengan baik. Terutama pada anak SD, sebagai orang tua harus paham mengenai gizi untuk anak SD. Anak harus diberikan gizi yang seimbang, supaya anak tidak kekurangan maupun kelebihan gizi. Sebagai orang tua, jangan asal saja memberikan anak makanan dan juga harus mengawasi anak ketika anak di sekolah. Karena bisa saja anak di sekolah mengkonsumsi makanan yang tidak menyehatkan yang dimana itu dapat membuat anak tidak sehat dan kekurangan gizi sehingga menjadi permasalahan gizi pada anak SD. Adapun beberapa penyebab yang membuat permasalahan gizi kepada anak SD yaitu:

1. Kebiasaan jajan di luar yang tidak sehat pada anak-anak sekolah dasar, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti sakit perut (diare), keracunan, dan sebagainya.
2. Kurangnya pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang dampak buruk dari kebiasaan jajan di luar.
3. Tidak adanya atau minimnya program edukasi dan pendidikan gizi yang terkait dengan bahaya jajan di luar pada anak-anak sekolah dasar.

Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi seperti tingkat kemampuan keluarga untuk menyediakan makanan masih rendah. Perlu diingat juga bahwa ada faktor eksternal yang juga mempengaruhi status gizi anak yaitu ekonomi keluarga, pendidikan, pekerjaan dan faktor internal yaitu kondisi fisik.

1. Faktor Eksternal

a. Ekonomi keluarga

Masalah gizi karena kemiskinan indikatornya adalah taraf ekonomi keluarga yang hubungannya dengan daya beli yang dimiliki keluarga tersebut. Kondisi sosial ekonomi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi status gizi anak. Bila kondisi sosial ekonomi baik maka status gizi diharapkan semakin baik. Status gizi anak akan berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi orang tua, antara lain pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan pengetahuan ibu serta kondisi ekonomi orang tua secara keseluruhan.

b. Pendidikan

Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat untuk mewujudkan dengan status gizi yang baik. Pendidikan dan pengetahuan orang tua memiliki peran dalam mengerti pentingnya gizi anak, terutama terkait tentang gizi itu sendiri. Semakin baik tingkat pendidikan dan pengetahuan orang tua, semakin baik tingkat pemahaman tentang gizi yang ideal bagi tumbuh kembang anak.

c. Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarga, Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga

2. Faktor Internal

a. Kondisi fisik

Bayi atau anak-anak yang kesehatannya buruk, adalah sangat rawan karena pada periode hidup ini kebutuhan zat gizi digunakan untuk pertumbuhan. Sesuai dengan teori, masalah gizi anak secara garis besar merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi (*Nutritional imbalance*) yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, disamping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap. Faktor lain yang mempengaruhi status gizi anak dengan membekali pengetahuan yang memadai tentang gizi kepada orang tua, Terkait dengan hal ini, tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap dalam pemilihan kandungan gizi yang tersedia dalam makanan. Kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dan berbagai jenis makanan dapat berpengaruh pada masalah gizi, kecerdasan dan produktifitas. Tingkat konsumsi makanan ditentukan oleh kualitas dan kuantitas makanan. Baiknya pola makan keluarga dapat ditunjukkan dengan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh dalam susunan hidangan, lengkap tidaknya susunan makanan keluarga banyak Rendahnya pengetahuan ibu tentang status gizi serta masih hidupnya kepercayaan dan tabuh terhadap makanan tertentu termasuk faktor penghambat keberhasilan gizi. Pendidikan, pendapatan pola makan dan keadaan gizi masyarakat adalah suatu yang saling kait mengait.

Pendidikan yang rendah menyebabkan pengetahuan kurang sehingga menghasilkan pendapatan yang rendah sehingga masyarakat akan membatasi keperluan dasarnya termasuk makanan yang bergizi akibatnya anak menjadi kurang gizi. Gizi buruk merupakan permasalahan kesehatan yang disebabkan oleh penyebab langsung yaitu intake zat gizi dari makanan yang kurang dan adanya penyakit infeksi. Penyebab langsung dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu ketersediaan pangan keluarga yang rendah, perilaku kesehatan dan pelayanan kesehatan dilingkungan bergantung pada kemampuan keluarga untuk menyusun makanan, kemampuan untuk mendapat bahan makanan, adat kebiasaan dan pengetahuan dalam menyusun makanan. (Hamzah, 2022)

Pada penelitian ini, peneliti akan membuat sebuah edukasi mengenai masalah gizi pada anak SD dengan menggunakan media gambar komik. Komik adalah rangkaian gambar yang berurutan. Syarat media yang baik diantaranya menarik minat dan perhatian (*attention*), ada kesesuaian antara tujuan belajar, kebutuhan dan kondisi siswa (*relevance*) serta memberikan rasa senang dan percaya diri pada siswa untuk menerima materi (*confidence*). Yang dimana dibuatnya media ini agar ketika peneliti memberikan edukasi, siswa lebih gampang untuk memahami makna dari edukasi tersebut. Dengan adanya media, akan membuat siswa tidak menghayal apabila nantinya peneliti menjelaskan. Karena anak SD memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, namun penghayalan mereka masih kurang, sehingga dibutuhkannya media sebagai alat bantu. Apabila menggunakan media, pemberian edukasi akan berjalan lancar dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam penyusunan media gambar komik ini, kami akan menjelaskan apa-apa saja penyebab terjadinya masalah pada gizi. Dan juga dalam penyusunan media ini peneliti menggunakan model inkuiri, model inkuiri adalah cara mengajar yang menekankan pengalaman mengajar dan mendorong siswa untuk menemukan konsep dan prinsip sendiri. Model inkuiri adalah pembelajaran yang melibatkan siswa dalam menemukan pengetahuan atau pemahaman untuk menyelidiki, mulai dari melakukan pengamatan, mengajukan pertanyaan, merencanakan penyelidikan, mengumpulkan data atau informasi dan melakukan penyelidikan, menganalisis data, membuat kesimpulan dan mengkomunikasikan hasil penyelidikan, yang dimana ini merupakan langkah-langkah (*sintact*) dalam model pembelajaran inkuiri, siswa dituntut untuk melakukan, mencari tahu tentang masalah secara sendiri. Ini juga akan peneliti jelaskan di dalam media gambar komik nantinya. (Nurdyansyah, 2916).

Berikut hasil media koran yang kami buat:



(Gambar 1. diatas merupakan sampul komik)



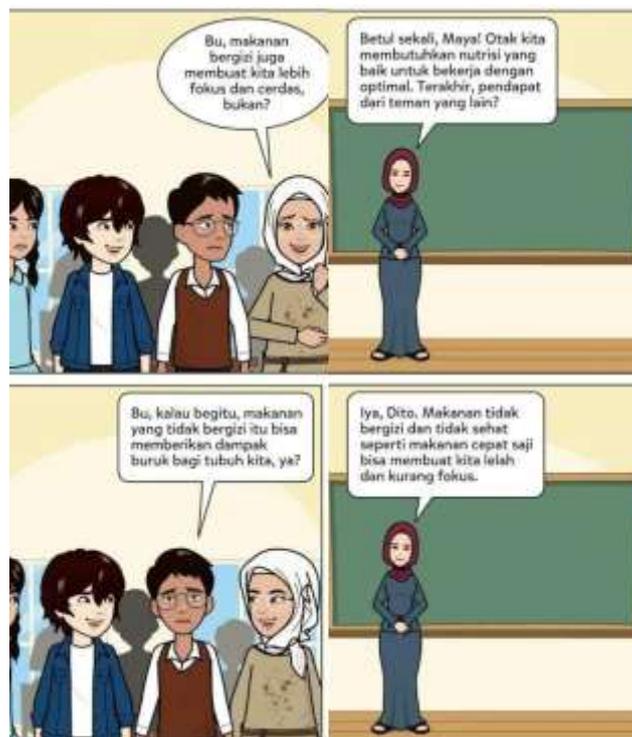
(gambar 2. dimana pada tahap ini guru dituntut untuk menciptakan suasana kondusif dan menyenangkan untuk belajar)



Merumuskan masalah: Pada tahap ini siswa diarahkan pada suatu masalah yang memerlukan pemecahan. Masalah dapat disajikan dengan cara yang menarik seperti demonstrasi unik ataupun dalam bentuk teka-teki sehingga siswa tertantang untuk mencari tahu apa yang terjadi)



(Merumuskan hipotesis: Pada tahapan ini siswa dilatih untuk membuat suatu hipotesis atau jawaban sementara dari masalah yang telah disaksikannya. Hipotesis belum tentu benar sehingga doronglah anak-anak untuk tidak takut dalam mengemukakan hipotesisnya. Guru juga dapat membantu siswa membuat hipotesis dengan memberikan beberapa pertanyaan yang jawabannya mengarah pada hipotesis siswa)



(Mengumpulkan data: Pada tahap ini melakukan aktivitas mengumpulkan informasi yang dibutuhkan untuk menguji hipotesis yang telah dibuatnya)



(Menguji hipotesis: Langkah ini merupakan langkah yang melatih kemampuan rasional siswa, dimana hipotesis yang telah dibuat kemudian diuji dengan cara dibandingkan dengan data yang ada lalu kemudian ditunjukkan. Pada tahap ini juga dilatih sikap jujur dan percaya diri pada siswa sehingga siswa dapat menguji hipotesis nya berdasarkan data dan fakta)



(Merumuskan kesimpulan: Pada langkah ini siswa dituntut untuk mendeskripsikan temuan yang telah diperoleh berdasarkan hasil pengujian hipotesis, sehingga dapat mencapai kesimpulan yang akurat)

Dan berikut link media komik yang telah kami buat:

https://read.bookcreator.com/A2IOGjHeOvQ44HKUQ1w25c16tBE3/ZiwS8XL0SASLia3Y_j5r1Q/8KGCIGBERG2EUpwHTXHiEg

SIMPULAN

Ternyata, di Indonesia masih banyak orang tua yang kurang memperhatikan gizi seimbang untuk anaknya, sehingga anak akan mengonsumsi makanan sembarangan yang dapat menjadi masalah bagi gizi anak. Disini peneliti membuat sebuah media pengembangan gambar komik sebagai alat bantu untuk memberikan edukasi masalah gizi pada anak SD dan cara mengatasinya. Yang dimana dengan menggunakan alat bantu, pemberian edukasi diperkirakan akan berjalan lancar dan tujuan yang ingin dicapai peneliti tercapai. Isi dari komiknya juga akan berarah kepada sintact dari model pembelajaran inkuiri.

REFERENSI

- Atika Nur Fauziah. Pengaruh antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Siswa dengan Pola Konsumsi Jajan Siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education*. (11)1.2022.
- Hamzah. Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 5(2). 2022.
- Nurdyansyah. (2016). *Inovasi Model Pembelajaran*, Sidoarjo: Nizamia Learning Center.
- Resta Yuningsih. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. (10)1.2022.
- Syafrizar. (2008). *Ilmu Gizi*, Malang: Wineka Media.
- Tri Martah Fadhillah. Edukasi Pendidikan Gizi Terkait Bahaya Jajan di luar pada Anak Sekolah Dasar di Pedesaan dan Perkotaan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. (7)3.2023.