

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam Kehidupan sehari – hari manusia membutuhkan makan dan minum. Makan dan minum diperlukan oleh manusia sebagai makhluk hidup guna menjaga keberlangsungan hidupnya. Manusia membutuhkan makan dan minum untuk memenuhi kebutuhan energi dan berbagai zat yang diperlukan oleh tubuh. Makanan yang terbaik bagi tubuh adalah makanan yang sehat dan bergizi seimbang.

Makanan sehat dan bergizi adalah jenis makanan yang mengandung nilai gizi seimbang dan diperlukan oleh tubuh, seperti vitamin, mineral, karbohidrat, protein, serat, dan air. makanan sehat merupakan makanan yang higienis serta terdapat zat gizi seimbang di dalamnya yang diperlukan oleh tubuh (Kadoena et al., 2021). Makanan dikelompokkan berdasarkan kegunaannya menjadi 3 kelompok, yaitu: sumber tenaga yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, lemak dan protein; sumber zat pembangun yaitu makanan yang mengandung protein dan air, sumber zat pengatur yaitu makanan yang mengandung vitamin dan mineral.

Dalam jurnal kesehatan tahun 2013 yang dikutip oleh Firmansyah dikatakan Tingkat gizi buruk secara nasional pada anak umur 5-12 tahun masih tergolong tinggi hal ini dikarenakan anak sekolah memiliki kebiasaan jajan yang sulit untuk dihilangkan sehingga Angka kejadian penyakit akibat makanan jajanan yang terjadi di kalangan anak usia sekolah saat ini meningkat. Sebagaimana menurut Mustika dalam jurnal of health education menyebutkan bahwa siswa sekolah dasar masih belum dapat membedakan jenis makanan sehat dan tidak sehat terbukti sebanyak 56,9% siswa terjangkit penyakit seperti diare, apalagi di era modern ini makanan siap saji atau biasa disebut makanan junk food banyak bermunculan. Hal ini tentu dapat menimbulkan banyak penyakit karena makanan siap saji atau yang biasa disebut dengan makanan junk food yang memiliki sedikit kandungan gizi dan sangat berbahaya bagi tubuh. Makanan siap saji sekarang ini sudah menjadi gaya hidup karena selain harganya terjangkau serta mudah diolah, cepat, dan praktis (Firdaus, 2022).

Sekolah merupakan institusi media pendidikan yang memiliki berbagai latar belakang serta ruang dimensi yang saling berkaitan satu sama lain, sebagai wadah

pendidikan yang berkaitan serta saling menunjang yang mana di dalamnya terdapat kegiatan belajar mengajar untuk peningkatan kualitas dan pengembangan potensi peserta didik.

SDN 1 Kaliwungu merupakan Sekolah Dasar yang terletak di Kecamatan Kalirejo Kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di sekolah tersebut, Sebagian masih banyak siswa kelas 5 di SDN 1 Kaliwungu yang belum memahami akan pentingnya makanan sehat dan bergizi, Dalam dunia pendidikan terdapat banyak sekali metode pembelajaran yang bisa dipakai, salah satunya adalah dengan menggunakan permainan. Permainan membuat konsep belajar lebih menarik minat dan menyediakan ruang untuk pemikiran yang lebih kreatif. Permainan dalam pembelajaran mendukung kebiasaan kreatif dan keanekaragaman pola pikir.

Game edukasi adalah sebuah permainan yang digunakan dalam proses pembelajaran dan dalam permainan tersebut mengandung unsur mendidik atau nilai-nilai pendidikan (Kurniawan & Hermawan, 2019). Selaras dengan hal tersebut, (Sutarman et al., 2022) mengemukakan bahwa “Game edukasi memiliki beberapa kelebihan yang cocok diterapkan pada siswa sekolah dasar dikarenakan Game memungkinkan adanya partisipasi aktif dari siswa yang dapat meningkatkan motivasi belajar. Karena pada anak usia sekolah dasar cenderung lebih tertarik dengan permainan yang mudah dimainkan dengan warna-warni cerah serta gambar animasi yang menarik perhatian”.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis mempertimbangkan untuk membuat media pembelajaran yang menarik yaitu "healthy kids fun" game edukasi tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi. Dengan adanya game edukasi ini diharapkan siswa kelas 5 di SDN 1 Kaliwungu dapat dengan mudah untuk memahami tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi bagi tubuh.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan diatas, maka dapat diambil rumusan masalah penelitian ini adalah Bagaimana memperkenalkan makanan sehat dan bergizi melalui game edukasi kepada siswa kelas 5 di SDN 1 Kaliwungu ?

1.3. Batasan Masalah

Terdapat Batasan masalah pada penelitian ini adalah :

1. *Game* berbasis *single player*
2. *Game* ini hanya bisa dimainkan di *platform android*

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu memperkenalkan makanan sehat dan bergizi melalui game edukasi kepada siswa kelas 5 di SDN 1 Kaliwungu.

1.5. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang dijelaskan diatas, maka penulis berharap setelah tujuan tercapai akan memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat bagi guru dan siswa :
Membantu guru mempermudah dalam menyampaikan materi pembelajaran tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi melalui media game edukasi yang menarik kepada siswa. Selain itu, memberikan alat bantu kepada siswa untuk meningkatkan pemahaman terkait pentingnya makanan sehat dan bergizi melalui media game edukasi.
2. Manfaat bagi Sekolah Dasar :
Meningkatkan kualitas pembelajaran sekolah dalam penyampaian materi dengan media yang lebih interaktif dan inovatif.
3. Manfaat bagi penulis :
Menambah wawasan dan ilmu pengetahuan penulis lebih dalam lagi tentang pembuatan sebuah Game edukasi sebagai media pembelajaran