

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan sebuah kegiatan jiwa raga untuk memperoleh perubahan dari tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendapat para ahli menyebutkan bahwa dalam belajar selalu melibatkan dua unsur yaitu jiwa dan raga. Gerak raga yang dilakukan harus sejalan dengan proses jiwa yang pada akhirnya mendorong perubahan yang mempengaruhi tingkah laku seseorang (Djamarah & Saiful Bahri, 2011).

Belajar pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses mengatur siswa dan mengatur lingkungan sekitar siswa, menjadikannya tumbuh dan memotivasi siswa untuk belajar. Belajar juga dianggap sebagai proses memberikan bimbingan atau bantuan kepada siswa untuk proses belajar. Peran guru sebagai pembimbing menjadi pengalih perhatian bagi banyak siswa bermasalah. Dari segi pembelajaran tentunya banyak perbedaannya, misalnya ada siswa yang dapat mencerna materi dengan lebih baik, sedangkan yang lain dapat mencerna teks dengan lebih lambat. Dua perbedaan ini memungkinkan guru untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan situasi masing-masing siswa. Oleh karena itu, jika hakikat belajar adalah “perubahan”, maka hakikat belajar adalah “pengaturan” (Djamarah, Syaiful, & Aswan, 2006).

Belajar merupakan sebuah proses perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Perubahan perilaku menuju hasil belajar bersifat berkelanjutan, fungsional, positif, proaktif, dan terarah. Menurut para ahli pendidikan dan psikologi, proses perubahan perilaku dapat terjadi dalam berbagai situasi. Sementara itu, pembelajaran adalah suatu proses dimana siswa dan pendidik berinteraksi dengan materi pembelajaran, metode komunikasi, strategi pembelajaran dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar. Keberhasilan belajar dan proses belajar kemudian dilihat dari derajat keberhasilan pencapaian

tujuan pendidikan. Dengan terpenuhinya tujuan pembelajaran, guru dapat dikatakan berhasil mengajar. Oleh karena itu, proses pembelajaran dan efektifitas pembelajaran bergantung pada interaksi antara komponen-komponen tersebut (Aprida, 2017).

Pembelajaran adalah sebuah proses interaksi antara siswa dengan lingkungannya, sehingga terjadinya perubahan perilaku kearah yang lebih baik (Yektyastuti, 2016). Dalam hal ini perlunya ada proses pembelajaran agar siswa mengetahui jenis-jenis dan bahayanya zat penambah pada makanan yang biasa disebut zat aditif, yang diharapkan setelah siswa memahami materi tersebut timbulnya perubahan ke arah yang lebih baik.

Belajar dan pembelajaran bertujuan guna menimbulkan perubahan sikap, hal ini bisa disebut hasil belajar. Hasil belajar adalah perubahan perilaku yang terjadi setelah mengikuti pembelajaran sesuai dengan tujuan pendidikan pada ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Dalam domain kognitif, itu dibagi menjadi kemampuan memori, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pada ranah afektif, hasil belajar meliputi tingkat penerimaan, keterlibatan, evaluasi, organisasi, dan representasi. Ranah psikomotor meliputi tingkat persepsi, kesiapan, gerak terbimbing, gerak kebiasaan, gerak kompleks, dan kreativitas (Djamarah & Saiful Bahri, 2011).

Hasil belajar merupakan tujuan dari proses pembelajaran yang meliputi tiga ranah yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor. Ranah kognitif berkaitan dengan kecerdasan siswa yang merupakan kunci keberhasilan dalam proses pembelajaran. Ranah afektif berkaitan dengan sikap, nilai, minat, motivasi, dan apresiasi siswa. Domain psikomotor berkaitan dengan keterampilan yang dimiliki setiap individu. Dari ketiga ranah tersebut, ranah kognitiflah yang paling menonjol dan unggul karena merupakan wujud sesaat yang menunjukkan kemampuan siswa dalam menguasai suatu mata pelajaran.

Seiring berkembangnya waktu konsumsi makanan siap saji di Indonesia mengalami perembangan yang sangat pesat baik di perkotaan maupun di pedesaan, baik di kalangan anak-anak maupun dewasa (Hadi, 2019). PJAS atau bisa diketahui sebagai jajanan sekolah merupakan pangan siap saji yang ditemui

pada lingkungan sekolah dan umumnya dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah. Hasil dari uji sampel yang diambil 866 sekolah yang tersebar di 30 kota seIndonesia selama tahun 2011 diketahui 34,46% sampel tidak memenuhi persyaratan dari keamanan atau mutu pangan (BPOM, 2012)

Hal tersebut mengindikasikan tingkat keamanan pangan dari jajanan anak sekolah masih rendah. Dalam kondisi ini merupakan masalah yang serius karena terganggunya asupan gizi pada anak dapat memperburuk status gizi anak. Kurangnya selektif dalam memilih jajanan yang dikonsumsi juga merupakan bagian dari rendahnya pola makan yang sehat pada anak. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang efek bahaya dari zat aditif yang ditambahkan pada makanan yang sering dikonsumsi.

Anak muda jaman sekarang suka atau tertarik dengan makanan dengan rasa yang unik dan menantang, seperti mie instan rasa baru, kemudian menggunakan sumpit terbang atau makanan dengan tingkat kepedasan yang berbeda, minuman yang unik dan warnanya menarik untuk diambil foto dan diunggah ke sosial mediana. Remaja tidak hanya datang ke restoran atau kafe untuk nongkrong dan ngobrol, tanpa disadari remaja juga memperhatikan cita rasa makanan.

Faktor pengetahuan mempengaruhi siswa pada pemilihan makanan yang hendak dia konsumsi. Pengetahuan secara khusus mencakup pengetahuan gizi, pengetahuan intelektual, pengetahuan perseptual, pengetahuan emosional dan pengetahuan motivasi dari dunia luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari penggunaan bahan ajar yang baik melalui pendidikan.

Oleh karena itu, submateri zat aditif sangat penting untuk dipelajari oleh siswa karena berkaitan dengan apakah makanan itu aman untuk dikonsumsi oleh tubuh. Submateri zat aditif mencakup bahan tambahan alami dan buatan yang ada dalam makanan dan minuman. Zat aditif alami menggunakan bahan alami yang aman bagi tubuh sebagai tambahan dalam makanan dan minuman, sedangkan zat

aditif buatan menggunakan bahan sintetis yang berbahaya bagi tubuh sebagai tambahan dalam makanan.

Zat aditif makanan, juga dikenal sebagai zat tambahan makanan, adalah bahan yang ditambahkan ke dalam makanan, baik saat diproses, diolah, dikemas, atau disimpan. Zat aditif berfungsi sebagai pewarna, penyedap rasa dan aroma, pemanis, pengawet, pengasam, antioksidan, pengembang adonan, dan sekuestran, yang merupakan zat pengikat logam. Dengan menambahkan zat aditif, tujuan utama adalah untuk mempertahankan nilai gizi makanan karena gizi dapat hilang atau rusak selama proses pengolahan. Ini juga membantu makanan menjadi lebih menarik, menjaga kualitas dan kestabilan, memungkinkan orang yang mengikuti diet untuk mengonsumsinya, dan membuat makanan lebih tahan lama disimpan (Susanto, 2014). Setelah diberikan pengetahuan tentang zat aditif tersebut diharapkan dapat memberikan pengaruh pada sikap siswa khususnya terhadap perilaku konsumsi makanan sehat, karena dari pemilihan makanan menentukan asupan gizi seseorang, yang dimana jika kekurangan asupan gizi dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fungsi biologis dan biokimiawi dalam tubuh (Tejasari, 2005).

Ketika berbicara tentang makanan, perilaku terhadap makanan, yang juga dikenal sebagai *nutritionbehavior*, mengacu pada bagaimana seseorang melihat dan mengelola makanan, bagaimana mereka bersikap, dan bagaimana mereka menggunakannya. Perilaku ini mencakup semua hal yang berkaitan dengan makanan, termasuk zat gizinya, komponennya, dan bagaimana mereka dikonsumsi (Notoatmojo, 2002). Pada dasarnya manusia memerlukan makanan untuk hidup, baik sebagai sumber energi maupun sebagai nutrisi bagi tubuh. Sehingga manusia memerlukan makanan dan minuman yang sehat. Namun hal ini sering kali terabaikan, seseorang lebih cenderung memilih makan dan minuman berdasarkan penampilannya. Sangat pentingnya untuk para siswa mempelajari materi yang membahas tentang bahan makanan tambahan agar ada rasa hati-hati dalam memilih makanan yang hendak akan dikonsumsi.

Salah satu SMP di kota Bandung bagian Timur dipilih sebagai lokasi penelitian karena lokasinya dekat dengan pusat perbelanjaan, yang tentunya

memiliki banyak makanan cepat saji, siswanya memiliki kegiatan yang cukup padat, dan banyaknya makanan cepat saji di sekitar sekolah yang membuatnya mudah makan makanan cepat saji. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perilaku konsumsi makanan dipengaruhi hasil pengetahuan siswa SMP di wilayah Bandung Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif observasional. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, yang berarti setiap subjek hanya melakukan pengamatan satu kali selama penelitian.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengidentifikasi rumusan masalah diantaranya sebagai berikut :

1. Bagaimana perilaku konsumsi makanan sehat pada siswa?
2. Bagaimana tingkat hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif?
3. Bagaimana hubungan antara perilaku konsumsi makanan sehat dengan hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif?

C. Tujuan

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Menjelaskan perilaku konsumsi makanan sehat pada siswa.
2. Menjelaskan tingkat hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif.
3. Mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi makanan sehat dengan hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif

D. Manfaat

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang masalah yang diteliti yaitu tentang hubungan antara perilaku konsumsi makanan sehat dengan tingkat pengetahuan zat aditif.

2. Bagi Siswa

Untuk dijadikan sebagai sumber informasi mengenai pentingnya pengetahuan sehingga diharapkan siswa selalu memperhatikan pola makan yang sehat.

3. Bagi sekolah dan guru

Untuk dijadikan bahan tambahan informasi dan referensi di perpustakaan.

E. Batasan Masalah

Peneliti bermaksud untuk penelitian ini lebih terfokus dan jelas, oleh karena itu dibuat batasan masalah antara lain :

1. Penelitian berfokus pada tingkat pengetahuan siswa terhadap zat-zat aditif pada makanan.
2. Hasil yang diukur dalam penelitian ini adalah ranah kognitif yang diambil dari hasil pemberian soal tes mengenai zat aditif dan angket.

F. Kerangka Pemikiran

Makanan adalah suatu kebutuhan pokok yang diperlukan makhluk hidup untuk pertumbuhan dan perkembangan, terlebih khususnya bagi remaja apabila remaja kekurangan zat yang diperlukan oleh tubuh dalam makanan yang dikonsumsinya, baik secara kuantitas maupun kualitas, maka akan menyebabkan gangguan proses metabolisme tubuh, sehingga dapat mengarah pada resiko timbulnya penyakit (Adriani, M. & Wirjatmadi, B. 2012).

Perilaku konsumsi makanan adalah cara mengatur jumlah porsi atau jenis makanan yang dimakan setiap hari yang mengandung zat gizi seperti karbohidrat, lemak, mineral, protein, vitamin, kadar air, atau zat gizi lainnya. Pola makan seimbang mengacu pada susunan bagian-bagian makanan yang meliputi gizi seimbang dalam tubuh, selain itu juga mengandung dua zat yaitu zat pengatur dan zat pembangkit. Pangan seimbang mengacu pada pangan yang mengandung gizi dan asupan dalam jumlah besar pada pangan pokok, lauk pauk, sayurann dan buah-buahan (Depkes, 2014). Indikator perilaku atau pola makan sehat diantara lain, banyak meminum air putih paling sedikit 8 gelas dalam sehari atau kirang lebih 2 liter sehari, banyak mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan

setiap hari, memilih sumber makanan yang segar untuk dikonsumsi dan masak dengan cara di rebus atau di kukus, membatasi atau mengurangi konsumsi kecap; saos; serta penyedap rasa terutama bahan tambahan seperti pemanis, pewarna, pengawet dan perasan yang tidak alami dan yang terakhir membaca label pada kemasan makanan sebelum mengonsumsi makanan kemasan atau siap saji (Kemenkes, 2014).

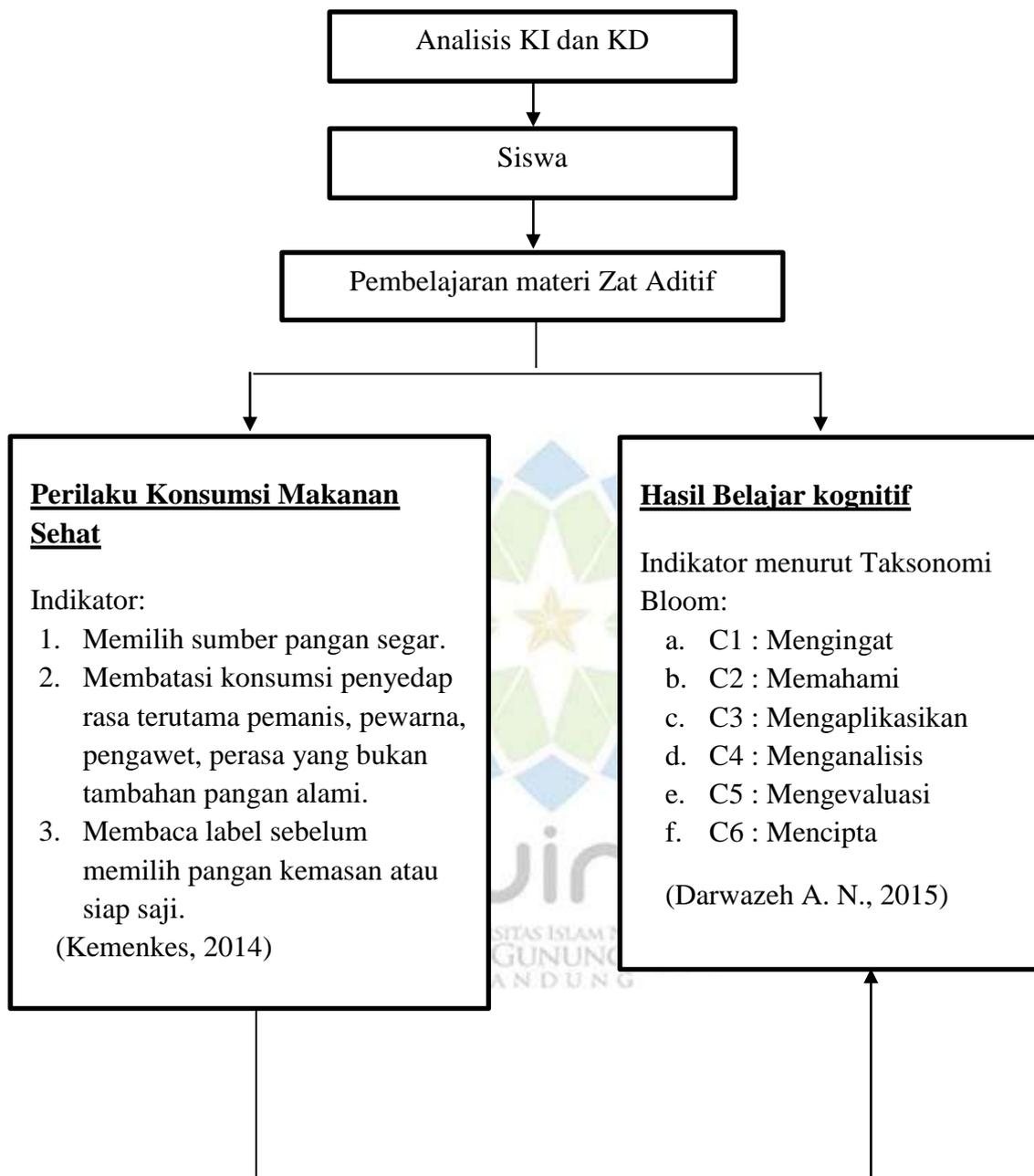
Prilaku konsumsi makanan adalah cara hidup sehat bebas dari penyakit. Menurut Kementerian Kesehatan, pola makan yang benar adalah pola makan seimbang yang terdiri dari komponen-komponen yang kurang lebih sama, yaitu cukup jumlah dan mutunya, mengandung energi, protein, vitamin, dan golongan mineral yang diperlukan untuk menjaga kesehatan dan menjalankan aktivitas sehari-hari (Nathaniel, 2018). Kebiasaan makan dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi ketersediaan pangan, status sosio-ekonomi dan kesadaran akan gizi. Faktor internal meliputi jenis kelamin, usia, citra tubuh, preferensi makanan dan tingkat kemandirian pola mengonsumsi makanan yang terus berubah-ubah (Roberts, 2000).

Zat aditif adalah zat yang ditambahkan dengan sengaja ke dalam makanan atau minuman dalam jumlah kecil selama proses pembuatan makanan dengan tujuan meningkatkan tampilan, cita rasa, tekstur, aroma, dan daya simpan. Selain itu, penambahan zat aditif dapat membantu makanan dan minuman menjadi lebih bergizi dengan menambah protein, mineral, dan vitamin. Menurut fungsinya, zat aditif pada makanan dan minuman dapat diklasifikasikan menjadi zat aditif alami dan zat aditif buatan. Kategori lain dari zat aditif pada makanan dan minuman dapat terdiri dari pewarna, pemanis, pengawet, penyedap, pemberi aroma, pengental, dan pengemulsi. Dalam menggunakan zat aditif alami lebih aman dibandingkan menggunakan zat aditif buatan yang harus menggunakan bahan yang diizinkan oleh pemerintah dan jumlah penggunaannya harus sesuai aturan yang telah ditentukan dan harus sesuai dengan fungsinya, jika zat tersebut digunakan secara berlebihan dan tidak sesuai dengan fungsinya maka akan berbahaya bagi kesehatan yang mengonsumsinya (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).

Pengetahuan mendapatkan awalan dan akhiran *pe* dan *an*. Imbuhan ‘pe-an’ berarti menunjukkan adanya proses, berasal dari kata dasar ‘tahu’. Jadi menurut susunan katanya, pengetahuan merupakan proses dari tidak tahu menjadi tahu, dan menghasilkan sesuatu yang disebut pengetahuan (Suhartono, 2005).

Pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan manusia atau hasil seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Dengan sendirinya, saat penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh banyaknya perhatian dan persepsi terhadap objek yang di ingin tahu. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui dari indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2003).

Ada banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa terbagi dalam dua kategori, yaitu faktor internal dan eksternal (Slameto, 2010). Menurut Anderson & Krathwohl dalam (Darwazeh A. N., 2015) dalam jurnalnya bahwa dalam suatu pembelajaran dikatakan berhasil dilihat dari hasil belajar yang dicapai, dalam sistematika pendidikan nasional rumusan tujuan pendidikan di ranah kognitif menggunakan Taksonomi Bloom yang dijabarkan yakni : mengingat (C1), memahami (C2), mengaplikasikan (C3), menganalisis (C4), mengevaluasi (C5) dan mencipta (C6). Kemampuan kognitif ini memperlihatkan perjenjangan dari proses kognitif yang fleksibel.



Tabel 1.1 Kerangka Pemikiran

G. Rumusan Hipotesis

Hipotesis adalah suatu hipotesis atau hipotesis yang dibuat untuk menjelaskan sesuatu, dan biasanya perlu dibuktikan kebenarannya (Sudjana, 2011). Oleh karena itu, hipotesis ini merupakan tanggapan sementara terhadap pertanyaan penelitian sampai diverifikasi oleh data yang terkumpul (Arikunto,2010). Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

H_0 : $\rho > 0,05$ maka tidak terdapat hubungan positif dan signifikan antara perilaku konsumsi makanan sehat dengan hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif kelas VII SMP Triyasa Bandung.

H_a : $\rho < 0,05$ maka terdapat hubungan positif dan signifikan antara perilaku konsumsi makanan sehat dengan hasil belajar kognitif siswa pada materi zat aditif kelas VII SMP Triyasa Bandung.

