

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi pada hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, namun penanggulangannya tidak dapat dilakukan dengan pendekatan medis dan pelayanan kesehatan saja. Penyebab timbulnya masalah gizi disebabkan oleh beberapa faktor sehingga penanggulangannya harus melibatkan berbagai sektor tertentu. Masalah gizi di Indonesia dan dinegara berkembang pada umumnya masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), Anemia Besi, Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), Kurang Vitamin A (KVA), dan masalah gizi lebih terutama di kota-kota besar. Menurut Widia Karya Pangan dan Gizi pada tahun 1993, bahwa Indonesia mengalami gizi ganda dimana gizi kurang belum dapat diatasi secara menyeluruh, sudah muncul masalah baru yaitu gizi lebih.⁽¹⁾

Gizi lebih merupakan kelebihan berat badan akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Gizi lebih dapat terjadi pada siapa saja dan bisa terjadi mulai dari bayi hingga usia lanjut, baik pria maupun wanita. Salah satu kelompok umur yang berisiko terjadinya gizi lebih adalah kelompok umur usia sekolah. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan terhadap gizi lebih dan obesitas sejak dini (usia sekolah).⁽²⁾

Gizi lebih pada remaja dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius.⁽³⁾ Gizi lebih juga dapat berdampak menimbulkan penyakit degeneratif lainnya yaitu resistensi insulin, hipertensi, peningkatan kadar kolesterol, stroke, serangan jantung, dan kanker.⁽⁴⁾

Data hasil *Global School-based Student Health Survey* (GSHS) tahun 2014 menyatakan persentase siswa umur 13- 15 tahun yang mengalami kegemukan di Republik Maldives sebesar

23,1% dimana laki-laki mengalami kegemukan sebesar 29,2% dan perempuan sebesar 17,4%. Sedangkan prevalensi obesitas pada siswa umur 13-15 tahun 2014 menurut GSHS sebesar 7,6%.⁽⁵⁾

Berdasarkan hasil Riskesdas 2007, prevalensi gizi lebih pada remaja usia 13-15 tahun secara nasional sebesar 10,3%.⁽⁶⁾ Data Riskesdas tahun 2010 pada tingkat nasional prevalensi obesitas pada anak umur 13-15 tahun adalah sebesar 2,5%.⁽⁷⁾ Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki prevalensi obesitas diatas nilai rerata nasional yaitu 2,7%. Sedangkan menurut Riskesdas tahun 2013 prevalensi gemuk pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 10,8% yang terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5 % obesitas.⁽⁸⁾

Gizi lebih dapat terjadi akibat mengkonsumsi kalori lebih banyak dari yang diperlukan oleh tubuh. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi terjadinya kejadian gizi lebih yaitu faktor genetik, gaya hidup, obat-obatan, faktor kesehatan, aktivitas fisik, dan perilaku makan.⁽⁹⁾ Pada umumnya remaja lebih suka mengkonsumsi makanan ringan/*snack* dengan frekuensi yang sering. Kebanyakan *snack* yang dikonsumsi mengandung garam dan kalori yang tinggi yang tentunya kurang baik bagi kesehatan remaja. Survei Penelitian terhadap anak sekolah di Denpasar menunjukkan bahwa 75% konsumsi energi anak-anak tersebut berasal dari makanan jajanan, hanya 25% konsumsi energi dari makanan pokok berupa nasi, lauk-pauk, sayuran dan pelengkapanya..⁽¹⁰⁾

Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Di sisi lain, perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi.⁽⁴⁾

Pemilihan makanan jajanan pada remaja dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih jajanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kemampuan dalam memilih jajanan yang sehat. Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih jajanan. Sikap merupakan respon evaluatif yang dapat berbentuk positif maupun negatif. Dari sikap positif remaja terhadap kesehatan kemungkinan berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan akan berdampak pada perilakunya.⁽¹¹⁾

Peningkatan pengetahuan tentang pemilihan makanan jajanan dapat dilakukan dengan cara penyuluhan gizi dengan menggunakan media. Pemilihan media yang tepat diharapkan, dapat menarik dan efektif untuk penyampaian pesan. Salah satu media pendidikan yang menarik dan efektif adalah *booklet*. *Booklet* adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku baik tulisan maupun gambar. *Booklet* merupakan salah satu media cetak yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan.⁽¹²⁾

Penyuluhan gizi dalam rangka meningkatkan pengetahuan gizi menjadi hal yang penting untuk dilakukan pada anak-anak. Penyuluhan gizi tersebut merupakan upaya pembangunan kesehatan yang mengacu pada paradigma sehat, yaitu pembangunan kesehatan harus menekankan pada upaya promosi dan preventif. Penyuluhan gizi sebagai bagian dari pendidikan gizi di sekolah dapat dilakukan karena anak mempunyai pemikiran terbuka dibandingkan dengan orang dewasa diantaranya pengetahuan yang diterima dapat menjadi dasar bagi pembinaan kebiasaan makannya.⁽¹¹⁾

Berdasarkan laporan penjarangan anak sekolah dalam program upaya pelayanan kesehatan sekolah tahun 2014 pada tingkat sekolah menengah pertama didapat sebesar 8,1% anak sekolah Padang Panjang mengalami kegemukan.⁽¹³⁾ Anak sekolah Padang Panjang mengalami gizi lebih. Tingkat kejadian gizi lebih yang paling tinggi terdapat di SMPN4 Padang Panjang yaitu sebesar 21,89% pada gizi lebih dan obesitas 8,75%.⁽¹⁴⁾

Hasil penelitian Sudawarman tahun 2013 terdapat hubungan antar pengetahuan dan sikap mengenai pemilihan makanan jajanan dengan perilaku anak memilih makanan jajanan dengan hasil signifikan probabilitas 0,0027.⁽¹⁵⁾

Hasil penelitian Pardela tahun 2015 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan pretest dan post test di kedua kelompok, dan ada perbedaan pengetahuan anak gizi lebih diantara kedua kelompok setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media leaflet dimana nilai Gain skor 1,74.⁽¹⁶⁾

Hasil penelitian Nurul Lolona Lingga tahun 2015 dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian media animasi audiovisual yang berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada siswa SD.⁽¹⁷⁾

Penelitian yang dilakukan AR, Power, et al (2005) juga mendapatkan hasil bahwa pendidikan gizi disekolah di Alabama pada siswa kelas dua dan tiga sekolah dasar dapat meningkatkan pengetahuan anak dan perilaku anak. Pendidikan gizi kepada anak sekolah dapat menanamkan kebiasaan hidup sehat agar anak dapat bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif di dalam usaha-usaha kesehatan.

SMPN 4 Padang Panjang merupakan salah satu sekolah negeri di Padang Panjang. Sekolah ini tidak terlalu jauh dari pusat kota. Pada tingkat sekolah menengah pertama ini tidak terdapat mata pelajaran yang berkaitan langsung dengan pembelajaran kesehatan dan gizi,

sehingga para siswa belum mendapatkan pengetahuan lebih terkait gizi remaja. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan di SMPN 4 Padang Panjang diketahui banyak siswa yang membeli makanan jajanan dari penjual yang datang disekitar sekolah. Makanan jajanan yang sering mereka konsumsi umumnya mengandung gula tinggi, berlemak dan tinggi karbohidrat seperti teh gelas, pop ice, bakso tusuk, goreng-gorengan. Para siswa kebanyakan beralasan memilih makanan tersebut karena rasanya enak, harga murah dan mengenyangkan walaupun sebagian dari mereka tahu bahwa makanan tersebut tidak baik untuk kesehatan. Kebiasaan jajan dapat terjadi karena siswa tidak memiliki kebiasaan sarapan pagi dan hanya sebagian siswa yang membawa bekal kesekolah.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti mengenai “pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan dan perubahan sikap dalam pemilihan makanan jajanan pada remaja gizi lebih di SMPN 4 Padang Panjang tahun 2016”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada pengaruh penyuluhan gizi dengan menggunakan terhadap tingkat pengetahuan dan perubahan sikap dalam pemilihan makanan jajanan pada remaja gizi lebih di SMPN 4 Padang Panjang tahun 2016.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan dan perubahan sikap dalam pemilihan makanan jajanan pada remaja gizi lebih di SMPN 4 Padang Panjang tahun 2016.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik remaja gizi lebih berdasarkan umur, jenis kelamin dan status gizi.
2. Mengetahui distribusi rata-rata skor tingkat pengetahuan remaja gizi lebih dalam pemilihan makanan jajanan sebelum dan setelah penyuluhan
3. Mengetahui distribusi rata-rata skor sikap remaja gizi lebih dalam pemilihan makanan jajanan sebelum dan setelah intervensi
4. Mengetahui perbedaan rata-rata skor sikap remaja gizi lebih dalam pemilihan makanan jajanan sebelum dan setelah intervensi

1.4 Manfaat Penelitian

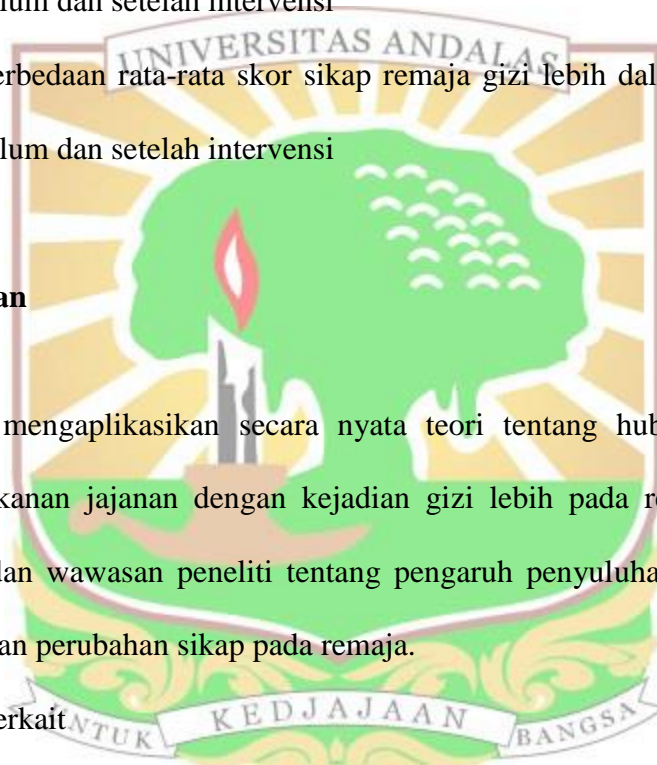
1. Bagi peneliti

Dapat mengaplikasikan secara nyata teori tentang hubungan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan dengan kejadian gizi lebih pada remaja serta menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan dan perubahan sikap pada remaja.

2. Bagi instansi terkait

Memberikan informasi tentang pengaruh penyuluhan dalam pemilihan makanan jajanan agar dapat menjadi bahan masukan dalam perencanaan dan penyusunan program lintas sektoral dalam pencegahan kejadian gizi lebih pada remaja di Puskesmas yang ada di kota Padang Panjang.

3. Bagi masyarakat



Diharapkan masyarakat dapat menyadari bahwa gizi lebih dapat dipengaruhi oleh konsumsi makanan jajanan yang salah. Dengan begitu masyarakat dapat melakukan tindakan pencegahan.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah melihat tingkat pengetahuan dan perubahan sikap dalam pemilihan makanan jajanan remaja gizi lebih antara sebelum dan sesudah penyuluhan gizi. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan, dan sikap. Populasi penelitian adalah seluruh remaja gizi lebih kelas VII dan VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Padang Panjang tahun 2016 .

