

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tujuan pembangunan kesehatan adalah untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Gizi yang baik, khususnya bagi generasi muda, merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Remaja adalah laki-laki dan perempuan yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa. Remaja adalah sekelompok orang yang berusia antara 10 sampai 19 tahun. Perubahan fisik yang berkaitan dengan pertumbuhan pada masa remaja mempengaruhi status gizi remaja. Menerapkan pola makan yang bergizi seimbang dan memenuhi kebutuhan gizi bagi remaja akan membantu mereka mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Apabila terjadi ketidakseimbangan antara asupan yang dikonsumsi dan kecukupan akan zat gizi nantinya akan menimbulkan masalah-masalah gizi di kemudian hari, baik gizi kurang maupun gizi lebih.

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat konsumsi makanan dan pemanfaatan zat-zat gizinya (Mardalena, 2017). Status gizi pada usia remaja sangat diperlukan terutama bagi remaja putri karena ini tentunya berhubungan langsung dengan peran mereka sebagai calon ibu. Remaja putri yang terpelihara status gizinya akan terpelihara kesehatan reproduksinya sehingga mereka akan menjadi wanita dewasa yang akan melahirkan generasi berikutnya dan penambahan berat badannya adekuat. ⁽¹⁾

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Dengan bertambahnya jumlah remaja di Indonesia, masalah gizi pada remaja memerlukan perhatian khusus karena mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik serta

gizi di masa dewasa. Masalah gizi yang dialami pada remaja rata-rata adalah kekurangan gizi yang mengakibatkan status gizi buruk pada remaja dan dapat menyebabkan penurunan berat badan pada remaja yang memicu terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK).⁽²⁾

Menurut data Riskesdas 2018, secara nasional prevalensi status gizi kurang/kurus pada remaja umur 13-15 tahun adalah 6.8%. Prevalensi status gizi kurang pada remaja umur 13-15 tahun untuk provinsi Sumatera Barat adalah 6.0%. Berdasarkan prevalensi status gizi menurut IMT/U usia 13-15 tahun menurut kabupaten/kota di Sumatera Barat pada data Riskesdas 2018, Kabupaten Pesisir Selatan termasuk ke dalam lima besar kabupaten/kota yang mempunyai angka remaja kurus tertinggi di Sumatera Barat. Prevalensi status gizi menurut IMT/U usia 13-15 tahun menurut kabupaten/kota yang tertinggi adalah Padang Pariaman (12.09%), Padang Panjang (9.41%), Pesisir Selatan (9.34%), Pariaman (9.28%) dan Sijunjung (8.34%).⁽³⁾

Masalah gizi yang terjadi pada usia sekolah khususnya remaja dipicu oleh beberapa faktor seperti kebiasaan makan yang buruk, pemilihan jajanan yang salah seperti mengandung penyedap ataupun pengawet, pemahaman gizi yang salah, kesukaan yang berlebihan terhadap satu jenis makanan, promosi yang berlebihan tentang produk makanan di media masa dan maraknya produk impor makanan. Pengetahuan pangan dan gizi juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi sehingga diperlukan pendidikan gizi secara formal maupun non formal.⁽¹⁾

Oleh karena itu terjadinya masalah gizi dapat diatasi secara langsung maupun tidak langsung dengan berbagai cara. Masalah gizi dapat diatasi secara langsung dengan mengatur asupan makanan, sedangkan masalah gizi dapat dicegah

secara tidak langsung dengan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi dan kesehatan.

Tingkat pengetahuan mempengaruhi sikap dan perilaku terhadap pilihan makanan dan selanjutnya mempengaruhi status gizi seseorang. Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan di sekolah maupun di rumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. ⁽⁴⁾

Menurut Kurniasih (2010), penyebab utama kekurangan ataupun kelebihan gizi adalah pola makan yang tidak seimbang. Dalam kurikulum Pendidikan dasar di Indonesia, ilmu terkait gizi belum diajarkan secara profesional. Pendidikan gizi anak saat ini hanya sebatas materi di buku pelajaran. Materi menu seimbang dalam buku lebih banyak membahas tentang menu 4 sehat 5 sempurna yang dikenal sejak jaman dahulu. Seiring berjalannya waktu, sejak tahun 1993, pemerintah mulai mensosialisasikan “Pedoman Umum Gizi Seimbang”, namun dampak dari kegiatan sosialisasi tersebut belum sampai ke masyarakat luas. Oleh karena itu perlu dilaksanakan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang gizi seimbang. ⁽⁵⁾

Pendidikan gizi yang dikenalkan pada tingkat SMP/MTS berupa upaya untuk mengubah sikap dan perilaku untuk mendukung pemenuhan gizi seimbang pada peserta didik. Pemenuhan gizi seimbang sangat penting untuk meningkatkan kinerja pertumbuhan dan perkembangan siswa yang optimal sehingga mereka dapat meningkatkan kecerdasan akademik mereka menjadi lebih baik. Contoh kegiatannya

adalah pemahaman akan gizi seimbang atau Isi Piringku dan Konsumsi tablet tambah darah. ⁽⁶⁾

Pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang dapat ditingkatkan dengan melakukan edukasi, metode yang dapat digunakan antara lain ceramah, *role playing*, demonstrasi dan sebagainya. Edukasi gizi sangat penting untuk menambah pengetahuan gizi remaja sehingga perlu diberikan edukasi gizi agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah dan tidak menimbulkan masalah gizi. ⁽⁷⁾⁽⁸⁾

Untuk meningkatkan efektivitas edukasi maka dibutuhkan media dalam edukasi tersebut. Menurut Notoatmodjo (2014), media promosi kesehatan adalah semua alat, sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada sasaran, baik melalui media cetak, elektronik maupun media luar ruang, sehingga sasaran individu atau kelompok dapat meningkatkan pengetahuan dan sikapnya, yang pada akhirnya akan mengubah perilakunya ke arah yang positif menuju kesehatan. ⁽⁹⁾

Salah satu media edukasi yang mempunyai variasi dalam penyajian ilmu adalah media elektronik, contohnya adalah pemutaran video animasi. Media video animasi yang berisi gambar yang bergerak dan disertai suara akan lebih menarik dan mudah dimengerti. Namun media video animasi mempunyai kekurangan contohnya setiap peserta edukasi memiliki kemampuan mengingat materi yang berbeda sehingga materi tersebut tidak tersampaikan secara menyeluruh. Hal ini berbeda dengan *leaflet*, dimana peserta edukasi dapat membaca berulang kali *leaflet* tersebut sehingga meningkatkan kesempatan untuk mengingat materi yang disajikan. Di sisi lain, penggunaan *leaflet* juga memiliki kelemahan yaitu pesan yang disampaikan tidak selengkap media video. ⁽¹⁰⁾

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suprpto (2022), didapatkan bahwa dengan menggunakan media video terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Hal itu dibuktikan dengan adanya peningkatan pada nilai pengetahuan maupun sikap. Hasilnya didapatkan bahwa dengan menggunakan media video terjadi peningkatan pengetahuan dengan nilai dari 52,29% menjadi 78% dan sikap tentang gizi seimbang dari 71,29% menjadi 83,16% dan dengan media *leaflet* terjadi peningkatan pengetahuan dari 55,68% menjadi 74,00% dan sikap dari 72,23% menjadi 78,24% tentang gizi seimbang pada anak sekolah dasar. ⁽¹¹⁾

Penelitian Erviana dkk (2012), menyatakan bahwa responden yang diberikan penyuluhan dengan video memiliki pengetahuan baik karena informasi yang disampaikan lebih mudah dipahami. Penyuluhan menggunakan media video mulai sering digunakan seiring dengan perkembangan teknologi karena dinilai efektif untuk penyampaian pesan kepada masyarakat dibandingkan dengan penyuluhan kesehatan tanpa media atau hanya dengan media ceramah, seminar, diskusi, *power point* yang sifatnya masih konvensional.

SMP Negeri 1 Lengayang merupakan sekolah menengah pertama yang berada di Kambang, Kenagarian Kambang Barat, Kecamatan Lengayang, Kabupaten Pesisir Selatan, Provinsi Sumatera Barat. Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dengan guru SMP N 1 Lengayang pada tanggal 29 Maret 2023, program gizi yang dilakukan pihak UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) yang bekerja sama dengan tenaga gizi di Puskesmas Kambang, Kecamatan Lengayang adalah melakukan kegiatan sosialisasi dan pembagian tablet tambah darah secara berkala selama 1 tahun sekali, Namun untuk sosialisasi khusus tentang pedoman gizi seimbang atau Isi Piringku sangat jarang dilakukan.

Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Shoumi, Vegya R. (2019) di SMP N 1 pada tanggal 30 April 2018 terhadap 20 orang siswa, 65% siswa memiliki status gizi kurang dan 80% siswa memiliki pengetahuan rendah tentang gizi. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi itu sendiri. ⁽¹²⁾

Kemudian juga didukung berdasarkan uji pendahuluan yang dilakukan pada siswa kelas VII hingga kelas IX di SMP N 1 Lengayang pada tanggal 3 April 2023 kepada 20 siswa didapat sebanyak 65% siswa memiliki pengetahuan yang rendah, dan 55% siswa memiliki sikap dengan kategori kurang terkait gizi seimbang. Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa, mereka juga menyampaikan bahwa di sekolah belum pernah mendapatkan penyuluhan dari tenaga kesehatan tentang pedoman gizi seimbang.

Dari uraian latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana efektivitas penggunaan media video animasi dan *leaflet* sebagai media edukasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMP N 1 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan tahun 2023.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka peneliti merumuskan masalah yaitu manakah yang lebih efektif antara edukasi dengan media video animasi atau dengan media *leaflet* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang di SMP N 1 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan video animasi dan *leaflet* sebagai media edukasi terhadap tingkat

pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMP N 1 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Diketuainya rata-rata skor pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video animasi pada siswa di SMP 1 Lengayang tahun 2023.
- b. Diketuainya rata-rata skor pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media *leaflet* pada siswa di SMP 1 Lengayang tahun 2023.
- c. Diketuainya rata-rata skor pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang pada kelompok kontrol di SMP 1 Lengayang tahun 2023.
- d. Diketuainya perbedaan pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video animasi, *leaflet*, dan pada kelompok kontrol pada siswa di SMP 1 Lengayang tahun 2023.
- e. Diketuainya perbedaan perubahan pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video animasi, *leaflet*, dan pada kelompok kontrol pada siswa di SMP 1 Lengayang tahun 2023.
- f. Diketuainya efektifitas edukasi gizi dengan media video animasi atau *leaflet* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa di SMP 1 Lengayang tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Mendapatkan pengalaman berharga dan menambah pengetahuan dalam mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Sebagai informasi bagi masyarakat terkait pengaruh edukasi dengan media video animasi dan *leaflet* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang.

1.4.3 Bagi Fakultas

Sebagai informasi dan masukan mengenai pengaruh edukasi kesehatan dengan media video animasi dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang gizi seimbang.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini meneliti tentang efektivitas penggunaan media video animasi dan *leaflet* sebagai media edukasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMP N 1 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest with non-equivalent control group design*.

