

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi sangat dibutuhkan bagi tubuh manusia terutama pada anak usia remaja, pemenuhan gizi yang baik dan seimbang sangat perlu untuk tumbuh kembangnya remaja dalam meningkatkan kemampuan belajar yang baik serta memberikan dampak yang baik untuk perkembangannya di masa depan. Seorang individu remaja dikategorikan menjadi dua yaitu kategori remaja awal berusia 12 - 16 tahun sedangkan remaja berusia akhir 17 - 25 tahun (Hakim, 2020).

Munculnya permasalahan gizi yang terjadi di kalangan remaja dapat disebabkan karena pola konsumsi yang salah, yaitu dengan adanya ketidakseimbangan antara jumlah makanan yang masuk dengan kebutuhan gizi yang diperlukan oleh tubuh. Status gizi merupakan kondisi tubuh yang dihasilkan akibat dari mengonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi serta ketidakseimbangan asupan gizi yang berdampak pada terjadinya permasalahan gizi yaitu gizi kurang maupun gizi lebih (Dsar *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) provinsi Jawa Timur tahun 2018 prevalensi status gizi menurut IMT/U pada anak remaja usia 13-15 tahun yakni sangat kurus sebesar 1,5%, kurus sebesar 5,7%, berat badan lebih (*overweight*) sebesar 13,3% dan obesitas sebesar 5,1% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 diketahui bahwa dalam kurun waktu 5 tahun, adanya peningkatan prevalensi konsumsi jajanan sehingga hal ini menyebabkan obesitas pada usia remaja cukup tinggi. Pada tahun 2018, prevalensi obesitas meningkat menjadi 21%, dari yang *overweight* menjadi obesitas sebesar 10,4%, sedangkan yang tetap obesitas sebesar 9,4%, dan yang *overweight* menjadi normal hanya 2,1%. Hal ini disebabkan karena remaja sering mengonsumsi makanan jajanan yang tinggi kalori dan kurang zat gizi lainnya (Alid, S. 2020).

Status gizi memiliki kaitan yang erat dengan kebiasaan makan pada remaja sehingga menimbulkan masalah makan yang dapat bervariasi dari cara memilih

makanan tertentu, membatasi jumlah asupan, makan berlebihan, sampai terjadinya gangguan makanan yang berimbas pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Nida *et al*, 2021). Anak remaja sangat menyukai *fast food* hal ini karena rasanya yang enak, penyajiannya cepat dan lebih praktis. Selain itu karena desain tempat-tempat penjualan fast food lebih modern, maka hal ini menjadi salah satu alasan yang membuat para remaja senang makan bersama dengan teman sebayanya dibandingkan makan bersama keluarga di rumah (Tanjung *et al.*, 2022).

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa status gizi berkaitan erat dengan kebiasaan makan. Pada penelitian di salah satu sekolah SMP di Jawa Timur menyatakan bahwa kebiasaan makan dan sarapan pada remaja sangat berkaitan dengan status gizi. Kebiasaan makan dan jajan 76,8% masuk dalam kategori tidak baik dengan status gizi berlebih sebesar 52,1%, adapun salah satu penyebabnya diantaranya seperti sering meninggalkan sarapan yang nantinya akan berdampak pada asupan gizi, sehingga menyebabkan siswa sering mengonsumsi makanan jajanan secara berlebihan. Kurangnya asupan gizi karena meninggalkan sarapan menyebabkan siswa kekurangan asupan energi, sehingga anak usia remaja terutama siswa atau santri akan merasa lemas, mengantuk, kurang konsentrasi dan bahkan pingsan. Oleh sebab itu kebiasaan makan seperti sarapan yang baik sangat penting sebelum melakukan aktivitas belajar ataupun kegiatan lain siswa di sekolah. Akan tetapi kebiasaan makan yang berlebihan juga dapat mempengaruhi asupan energi anak usia remaja sehingga dapat menyebabkan kegemukan pada usia remaja (Rohmah *et al.*, 2020).

Menurut *Food and Agricultural Organization* (FAO) makanan jajanan merupakan makanan yang tersedia di dalam maupun di luar sekolah yang dapat diperoleh atau dibeli di kantin, toko, pedagang kaki lima, mesin penjual otomatis dan lainnya. Makanan jajanan yang dijual langsung dikonsumsi tanpa memperhatikan pengetahuan dan persiapan lebih lanjut. Kebiasaan mengonsumsi jajanan secara sembarangan ini turut memberikan kontribusi dalam pemenuhan kecukupan energi bagi anak usia remaja (FAO, 2019). Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat seperti pewarna makanan kimia, pemanis buatan maupun pengawet kimia pada makanan

atau minuman yang dijual oleh produsen pangan jajanan merupakan salah satu contoh tingkat rendahnya pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik hygiene yang masih rendah pula merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (Angraini, W. et al. 2019).

Pondok pesantren menurut Sari dan Deliana (2017) merupakan salah satu lembaga pendidikan agama yang mempunyai peran penting dalam pengembangan sumber daya manusia untuk menerima pelajaran agama Islam sekaligus tempat berkumpul serta tempat tinggalnya para santri selama melakukan kegiatan belajar. Pada umumnya santri yang belajar di pondok pesantren yaitu anak-anak yang akan menuju dewasa atau anak usia remaja, yakni antara umur 11 tahun sampai 19 tahun.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti yang dilakukan pada tanggal 22 September 2023 dengan melakukan pemberian kuesioner pengetahuan tentang jajanan sehat kepada 25 santriwati didapatkan hasil persentase sebesar 55,44%. Angka persentase tersebut menandakan bahwa tingkat pengetahuan atau pemahaman santriwati tentang jajanan sehat masih tergolong kurang. Pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti sebelumnya oleh Khumaisaroh (2020) pada tanggal 17 Juli 2019 di Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Jember yang berjudul “Pembuatan *Booklet* Jajanan Sehat sebagai Media Edukasi Gizi pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Jember”, didapatkan hasil seperti gizi kurang yang dilihat dari penilaian status gizi kepada 10 santri yakni 5 santri mengalami gizi kurang dan 1 santri mengalami gizi lebih. Aktivitas santri di pondok dimulai dari subuh jam 04.00 pagi hingga malam hari sekitar jam 22.00 malam, serta adanya aktivitas lain di luar pondok seperti sekolah. Santriwati mendapatkan makanan dari pondok sebanyak 2 kali, dan beberapa santriwati sering tidak menghabiskan makanan yang sudah disediakan oleh pihak pondok sehingga mereka lebih sering membeli makanan dan camilan di luar dan di dalam pondok. Waktu siang mereka mengonsumsi makanan dan jajanan yang dibeli di luar pondok seperti bakso, mie instan, mie ayam, gorengan, sempol, cilok, ataupun makanan ringan dan minuman kemasan yang hampir dikonsumsi setiap hari dengan frekuensi 1-3x per

hari. Harga yang ditawarkanpun relatif murah dan sesuai kantong santriwati sehingga para santriwati sangat senang jajan di luar pondok.

Jajanan yang ada di sekitar Pondok Pesantren Darussalam Jember yang didapat dari hasil studi lapang oleh peneliti menunjukkan bahwa makanan jajanan yang berada di sekitar pondok masih kurang memperhatikan hygiene dan sanitasinya. Hal ini ditandai dengan masih banyaknya penjual jajanan tidak memakai sarung tangan ketika mengolah makanan jajanan, dan ada beberapa makanan atau minuman yang tidak ditutup sehingga makanan atau minuman tersebut rentan terkontaminasi debu maupun cemaran lainnya seperti lalat atau semut. Santriwati pun tidak terlalu menghiraukan masalah tersebut, hal ini dikarenakan masih minimnya pengetahuan santri tentang jajanan sehat (Data primer, 2023).

Makanan jajanan dan minuman yang sering dikonsumsi para santriwati merupakan jajanan tidak sehat, hal ini dikarenakan santriwati belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat dan hanya membeli jajanan atau minuman yang menurut mereka suka dan mengenyangkan tanpa memperhatikan nilai gizi dan kebersihannya. Seringnya mengonsumsi jajanan yang tidak sehat tersebut apabila terus diabaikan dapat mengakibatkan berbagai permasalahan kesehatan seperti keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk (Khumaisaroh, 2020). Maka dari itu berdasarkan hal tersebut peneliti perlu melakukan upaya untuk memberikan informasi dan edukasi kepada santriwati tentang jajanan sehat melalui pemberian media *Booklet*, dengan harapan upaya tersebut dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan dalam pemilihan jajanan sehat pada santriwati Pondok Pesantren Darussalam Jember.

Upaya pengenalan jajanan sehat melalui pendekatan pendidikan dengan menggunakan media dapat meningkatkan motivasi, keinginan dan minat baru. Agar diperoleh hasil yang efektif dalam proses pendidikan kesehatan diperlukan adanya alat bantu atau media pendidikan (Notoadmojo, 2012). Fungsi media kesehatan sendiri adalah untuk menyampaikan pesan gizi melalui salah satu media kesehatan yang telah dibawa peneliti seperti media cetak contohnya *booklet*, *leaflet*, buku saku, *flip chart*, dan poster. Dari hasil analisis kebutuhan diperoleh bahwa media

booklet lebih diminati oleh para santriwati, hal ini karena media *booklet* lebih menarik, praktis dan mudah disimpan serta bisa dibawa kemana-mana sehingga dapat dibaca berulang-ulang (Ma'munah, 2015). Sebelumnya santriwati di Pondok Pesantren Darussalam Jember sudah pernah mendapatkan penyuluhan tentang pencegahan narkoba dan DBD, namun belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi, dan media yang digunakan saat penyuluhan hanya menggunakan *slide power point* (Khumaisaroh, 2020)

Penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian Khumaisaroh pada tahun 2020 bertempat di Pondok Pesantren Darussalam Jember yang berjudul "Pembuatan *Booklet* Jajanan Sehat sebagai Media Edukasi Gizi pada Santri Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Jember". Namun pada penelitian sebelumnya peneliti hanya melakukan sampai pada penilaian validasi ahli materi dan ahli media, sehingga pada penelitian sebelumnya tidak ada hasil dari uji daya terima media. Oleh sebab itu perlu dilakukan penelitian lanjutan berupa uji daya terima media *booklet* jajanan sehat pada santriwati Pondok Pesantren Darussalam Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana daya terima media *booklet* tentang jajanan sehat pada santriwati Pondok Pesantren Darussalam Jember?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui daya terima media *booklet* tentang jajanan sehat pada santriwati Pondok Pesantren Darussalam Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk menguji Uji Daya Terima Media Booklet tentang Jajanan Sehat pada Santriwati Pondok Pesantren Darussalam Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan masyarakat khususnya di bidang gizi berupa jajanan sehat untuk remaja santriwati.

1.4.2 Manfaat Praktis

1 Bagi santriwati Pondok Pesantren Darussalam Jember

Sebagai referensi dan ilmu pengetahuan baru tentang media edukasi jajanan sehat berupa *booklet*, serta diharapkan mampu untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat sebagai acuan referensi untuk memperkuat penelitian selanjutnya dan dikembangkan lebih luas.

3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan keterampilan peneliti. Serta dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya terkait jajanan sehat.