

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan secara fisik, mental, dan aktifitas sehingga kebutuhan makanan yang mengandung zat gizi sangat diperlukan. Asupan zat gizi yang kurang tepat dapat menimbulkan potensi masalah gizi pada remaja (Marmi, 2013). Salah satu masalah gizi pada remaja adalah kegemukan atau obesitas yang ditandai dengan berat badan relatif berlebihan bila dibandingkan dengan usia atau tinggi badan remaja sebaya, sebagai akibat penimbunan lemak yang berlebihan dalam jaringan lemak tubuh (Sulistyoningsih, 2012).

Obesitas dikenal dengan gizi lebih atau kegemukan yang terjadi apabila total asupan kalori yang terkandung dalam makanan melebihi jumlah kalori yang dibakar dalam proses metabolisme (Hasdiana, 2014). Faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas yaitu peningkatan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), rendahnya aktifitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia dan jenis kelamin. Obesitas sudah menjadi masalah kesehatan diseluruh dunia yang harus segera ditangani.

Prevalensi gizi lebih (*Overweight*) di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 mengalami peningkatan dibandingkan dengan Riskesdas 2013. Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi status gizi lebih (*Overweight*) pada usia 16-18 tahun sebanyak 7,3% yang terdiri dari gemuk 5,7% dan 1,6% obesitas (Kemenkes, 2013). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi status gizi lebih (*Overweight*) menurut Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U) pada usia 16-18 tahun sebesar 18,1% sedangkan, prevalensi obesitas sebesar 8,1% yang terdiri dari remaja laki-laki 3,6% dan perempuan 4,5%. Prevalensi gizi lebih (*Overweight*) di Jawa Timur tahun 2018 sebesar 16,1% yang terdiri dari 11,3% gemuk dan obesitas 5,1% (Kemenkes, 2018). Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Timur Tahun 2017 prevalensi obesitas berusia >15 Tahun di kabupaten Lumajang pada laki-laki sebesar 4,01% dan perempuan 5,55% data

ini diambil dari jumlah pengunjung puskesmas dan jaringannya yang melakukan pemeriksaan obesitas (Kemenkes, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 23 Maret 2020 yang diperoleh dari data sekunder diketahui bahwa SMA Negeri 1 Pasirian memiliki siswa dengan status gizi lebih berdasarkan Indeks Massa Tubuh per Umur (IMT/U) sebanyak 78 siswa dari total keseluruhan siswa 913 (8,54%).

Dampak negatif dari obesitas berupa gangguan psikososial yang berakibat pada rasa rendah diri, depresi, dan menarik diri dari lingkungan sosial serta dapat mengganggu pertumbuhan fisik, gangguan pernafasan, dan gangguan endokrin. Obesitas yang tidak segera ditanggulangi akan menimbulkan berbagai masalah fisik maupun psikis. Masalah fisik seperti ortopedik sekaligus meningkatkan resiko terjadinya sejumlah penyakit seperti Diabetes Melitustipe-2 (timbul pada masa remaja), tekanan darah tinggi, stroke, dan serangan jantung. Asupan kalori yang berlebih diubah menjadi glikogen, glikogen yang berlebihan dalam tubuh akan dirubah menjadi lemak. Lemak berlebih akan tertimbun dalam tubuh dan menyumbat pembuluh darah sehingga menimbulkan penyakit degeneratif yang berujung pada penurunan kualitas hidup dan peningkatan beban perekonomian keluarga dan Negara (Khasanah, 2012).

Berdasarkan penelitian Puriantini (2010) menyatakan tingkat pengetahuan siswa berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan jajanan yang dikonsumsi, dengan pengetahuan dan sikap yang baik diharapkan siswa memilih makanan sehat dan bergizi seimbang sehingga dapat menuju status gizi lebih baik serta mencegah terjadinya obesitas. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang maka semakin memperhitungkan jenis dan jumlah makanan yang dipilih dan dikonsumsi. Rendah cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan akan berpengaruh terhadap status gizi.

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku (Notoatmodjo, 2012). Metode penyuluhan dapat berupa metode ceramah atau metode ceramah disertai media pembelajaran. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap adalah menggunakan media pembelajaran. Media pembelajaran dapat berupa media cetak, audio, audio-

visual, dan komputer. Video adalah gambar-gambar yang tersusun dalam sebuah frame dan diproyeksikan melalui lensa proyektor secara mekanis sehingga pada layar terlihat gambar hidup (Arsyad, 2011). Video animasi yang digunakan dalam penelitian ini merupakan video edukasi tentang obesitas pada remaja yang dibuat oleh mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Video animasi efektif menyampaikan informasi tentang obesitas diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja serta membantu tenaga kesehatan lainnya terkait pemberian informasi tentang obesitas yang efisien pada remaja dalam memberikan pengetahuan tentang obesitas.

Menurut pendapat Hasibuan (2009) metode ceramah tanpa media pembelajaran cenderung kurang menarik dan membosankan bagi pendengar sehingga menyebabkan pesan kurang tersampaikan. Pemberian media pembelajaran lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap. Akan tetapi, pengaruh metode edukasi ini terhadap tingkat pengetahuan dan sikap perlu dibuktikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian media video animasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja status gizi lebih di SMA Negeri 1 Pasirian.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimanakah pengaruh pemberian media video animasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja status gizi lebih di SMAN 1 Pasirian”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari kegiatan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian media video animasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja status gizi lebih di SMAN 1 Pasirian.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan tentang obesitas pada remaja sebelum dan sesudah diberikan media video animasi .
2. Menganalisis perbedaan sikap tentang obesitas pada remaja sebelum dan sesudah diberikan media video animasi.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat bagi peneliti

Adapun manfaat bagi peneliti dalam kegiatan penelitian ini adalah :

- a. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan dalam penyusunan skripsi pengaruh pemberian media video animasi terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja status gizi lebih di SMAN 1 Pasirian.
- b. Dapat menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama di bangku kuliah kedalam kegiatan penelitian.

1.4.2 Manfaat bagi objek penelitian

Adapun manfaat bagi objek penelitian ini adalah hasil penelitian ini sebagai masukan bagi remaja SMAN 1 Pasirian untuk menambah wawasan mengenai obesitas sehingga kasus gizi lebih yang terjadi di sekolah tersebut dapat diminimalisir.

1.4.3 Manfaat bagi institusi

Adapun manfaat bagi institusi adalah hasil penelitian dapat menjadi acuan referensi untuk penelitian selanjutnya.