

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menerangkan bahwa obesitas termasuk masalah kesehatan utama di Indonesia bahkan di dunia. Prevalensi *overweight* dan obesitas pada kalangan anak-anak dan remaja mengalami peningkatan sebesar $\geq 14\%$ sejak tahun 1975 hingga tahun 2016 (WHO, 2018). Secara lebih spesifik, prevalensi obesitas pada remaja di Jawa Barat sebesar 4,5% dan di Depok sebesar 5,75% yang artinya lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional sebesar 4% (Kementerian Kesehatan RI, 2018a).

Salah satu penyebab kejadian obesitas pada remaja adalah kurangnya pengetahuan gizi. Hal ini berkaitan dengan penelitian Manalu (2014) yang mengatakan bahwa sebagian besar sampel yang berstatus gizi obesitas memiliki pengetahuan gizi yang kurang. Kurangnya pengetahuan gizi dan praktik gizi yang menyimpang akan berpengaruh pada pemilihan makan yang salah. Remaja dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung menyesuaikan pemilihan makanan dengan kebutuhan. Kajian perilaku gizi remaja perlu dilakukan untuk mengarahkan pengetahuan dan sikap ke arah lebih positif dan mencegah terjadinya penyakit degeneratif (Permaesih, 2003).

Pencegahan obesitas pada remaja salah satunya dilakukan melalui pendidikan gizi. Usia remaja menjadi sasaran strategis dalam melakukan pendidikan gizi karena sedang dalam proses belajar sehingga mudah memahami informasi yang diberikan dengan mudah (Rokhmawati, 2015). Pendidikan gizi akan lebih menarik dengan memanfaatkan media edukasi baik audio, visual, audiovisual, dan internet. Video animasi dan poster melalui WhatsApp merupakan salah satu media yang dapat digunakan dalam pelaksanaan edukasi.

Video animasi merupakan media audiovisual yang menayangkan gambar bergerak disertai dengan suara. Berdasarkan penelitian Riskita (2020), terdapat perbedaan nilai pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi gizi terkait

obesitas dengan menggunakan media video animasi. Oleh karena itu media video animasi dapat dijadikan alternatif pilihan media dalam melakukan edukasi gizi.

Poster merupakan media visualisasi yang menggabungkan antara pesan dan gambar berwarna sehingga dapat menarik minat orang yang melihat. Poster berisi pesan, informasi, saran, kesan, dan ide. Berdasarkan penelitian Wulandari (2019), terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi mengenai anemia pada remaja putri dengan menggunakan media poster. Oleh karena itu media poster dapat dijadikan alternatif pilihan media dalam melakukan edukasi gizi.

WhatsApp adalah aplikasi untuk berkomunikasi jarak jauh melalui pesan dan panggilan. Fasilitas yang memadai serta kemudahan dalam mengaksesnya membuat orang tertarik untuk menjadikan WhatsApp sebagai media edukasi. Salah satu fasilitas pada aplikasi WhatsApp yaitu *chat* grup yang dapat dijadikan media belajar mengajar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Utami (2020), terdapat perbedaan pengetahuan setelah diberikan edukasi mengenai asi dengan menggunakan media teks grup WhatsApp. Oleh karena itu media WhatsApp dapat dijadikan sebagai wadah dalam melakukan edukasi gizi.

Pemilihan lokasi penelitian tertuju pada SMAN 5 Depok. Hal ini didasari oleh penelitian dari Elyasari (2017) yang menyatakan bahwa sebagian besar status gizi siswa kelas XI di SMAN 5 Depok tergolong obesitas dan tingkat pengetahuannya tergolong kurang.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti memilih judul penelitian “Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video Animasi dan Poster melalui WhatsApp terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Obesitas di SMAN 5 Depok”. Penelitian tentang edukasi gizi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp tentang obesitas belum pernah dilaksanakan di SMAN 5 Depok, sehingga peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian ini.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, diketahui bahwa prevalensi obesitas pada remaja khususnya di Indonesia terus mengalami peningkatan. Obesitas pada remaja menjadi masalah gizi yang perlu diperhatikan sebab kejadian obesitas saat remaja

dapat meningkatkan risiko obesitas saat dewasa. Salah satu faktor terjadinya obesitas pada remaja yaitu karena kurangnya pengetahuan tentang obesitas. Pengetahuan dan sikap yang dimiliki seseorang dapat mendasari perilakunya. Cara mencegah obesitas pada remaja yaitu dengan meningkatkan pengetahuan dan sikap positif pada remaja terkait obesitas. Remaja akan lebih mudah menerima informasi dengan bantuan media audiovisual seperti video dan media visual seperti poster melalui WhatsApp. Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah yang dapat ditarik dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas di SMAN 5 Depok?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas di SMAN 5 Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini ialah :

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan orang tua, dan pendapatan orang tua pada remaja di SMAN 5 Depok
- b. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas di SMAN 5 Depok sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp
- c. Mengetahui perbedaan rata-rata nilai pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas di SMAN 5 Depok sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp
- d. Mengetahui perbedaan efektivitas edukasi gizi dengan media video animasi dan poster melalui WhatsApp terhadap pengetahuan dan sikap remaja di SMAN 5 Depok

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sikap siswa/i di SMAN 5 Depok terkait obesitas sehingga dapat menerapkan upaya pencegahan dan penanggulangan kejadian obesitas pada remaja.

I.4.2 Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi terkait kejadian obesitas pada remaja sehingga dapat menjadi masukan dalam pembentukan program atau kebijakan sekolah sebagai implementasi upaya pencegahan dan penganggulangan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 5 Depok.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmu pengetahuan khususnya terkait obesitas pada remaja dan dapat membantu dalam pengembangan media edukasi gizi sebagai sarana pembelajaran yang efektif dan inovatif. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti berikutnya dalam mencari sumber informasi di bidang terkait.