

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Remaja ialah orang yang mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Kesehatan pada remaja berpengaruh terhadap kesehatan saat dewasa. Kesehatan remaja dapat terganggu apabila remaja mengalami masalah gizi. Masalah gizi dapat terjadi karena perilaku kesehatan yang diterapkan remaja, seperti asupan melebihi kebutuhan dan aktivitas cenderung rendah. Salah satu masalah gizi yang dialami remaja ialah obesitas.

Obesitas dinyatakan sebagai epidemik global oleh WHO (*World Health Organisation*). Obesitas ialah akumulasi kelebihan lemak di jaringan adiposa, yang dapat mempengaruhi kesehatan (Hendra, 2016). Prevalensi obesitas remaja di Indonesia terus mengalami peningkatan. Berdasarkan data Riskesdas, prevalensi obesitas sentral umur ≥ 15 tahun sebesar 18,8% (2007), 26,6% (2013), dan 31% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018). Prevalensi obesitas remaja umur 16-18 tahun di kota Depok pada tahun 2017 sebesar 20,8% (Diskes Jabar, 2017).

Kejadian obesitas pada remaja merupakan hal yang sangat genting dan mengakibatkan bertambahnya angka kesakitan (penyakit kardiovaskular, muskuloskeletal, sindrom metabolik dan beberapa jenis kanker) dan kematian (Sandra, 2018). Oleh karena itu diperlukan penanganan untuk mencegah obesitas pada remaja. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu meningkatkan pengetahuan gizi. Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap. Pengetahuan dan sikap gizi sangat berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Sikap bukan merupakan tindakan tetapi penilaian terhadap sesuatu.

Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi dapat dilakukan melalui edukasi gizi. Edukasi gizi merupakan cara untuk menyebarkan informasi tentang gizi. Media dapat digunakan agar informasi yang disampaikan lebih mudah dipahami. Salah satu media yang digunakan saat edukasi ialah modul. Modul adalah bahan acuan yang ditata secara terstruktur memakai

bahasa yang mudah dimengerti. Penelitian Ardita tahun 2021 menunjukkan hasil bahwa edukasi dengan e-modul pada remaja kelompok intervensi terdapat peningkatan sikap dan pengetahuan (Ardita, 2021).

Sikap dan pengetahuan juga dapat ditingkatkan melalui proses belajar kelompok dengan teman sebaya (*peer group*). Teman sebaya merupakan orang yang memiliki tahap perkembangan yang sama. Penelitian yang dilakukan Nurhaedar Jafar, dkk (2018) menyimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang setelah dilakukan edukasi oleh teman sebaya. Hasil menunjukkan pengetahuan gizi seimbang responden kategori baik, semula 17,5% menjadi 70%. Penelitian lain yang dilakukan Wahyuningsih (2020) menunjukkan hasil skor pengetahuan sebelum intervensi teman sebaya sebesar 80,5 menjadi 87,5 sesudah diberikan intervensi, sehingga ada peningkatan pengetahuan gizi pada remaja.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Modul Edukasi Gizi Teman Sebaya Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Obesitas di SMAN 5 Kota Depok Tahun 2022”. Kota Depok dipilih karena prevalensi tertinggi obesitas remaja di Jawa Barat adalah Kota Depok. Dengan adanya edukasi gizi oleh teman sebaya diharapkan dapat menambah pengetahuan dan membentuk sikap positif untuk menghindari obesitas agar dapat meminimalisir resiko kesehatan yang terjadi di kemudian hari.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, diketahui prevalensi obesitas pada remaja tinggi dan memerlukan perhatian khusus. Sebab remaja obesitas akan memungkinkan menjadi orang dewasa obesitas. Kurangnya pengetahuan pada remaja terkait obesitas dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya obesitas pada remaja. Perilaku yang dilakukan seseorang dilandasi oleh pengetahuan dan sikap yang dimiliki orang tersebut. Obesitas pada remaja dapat dicegah salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan dan mengarahkan sikap positif pada remaja terkait obesitas. Remaja lebih mudah menerima informasi dari orang yang memiliki karakteristik yang sama yaitu teman sebaya. Oleh karena itu, peneliti ingin merumuskan masalah penelitian mengenai “Bagaimana Pengaruh

Modul Edukasi Teman Sebaya Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Obesitas di SMAN 5 Kota Depok Tahun 2022?"

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas pada siswa SMAN 5 Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :

- a. Untuk mengetahui gambaran karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan ayah dan pendidikan ibu) siswa SMAN 5 Depok
- b. Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap tentang obesitas sebelum diberikan edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul pada siswa SMAN 5 Depok.
- c. Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan sikap tentang obesitas sesudah diberikan edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul pada siswa SMAN 5 Depok.
- d. Untuk mengetahui perbedaan median pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul pada siswa SMAN 5 Depok.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai obesitas dan mampu membentuk sikap yang positif untuk menghindari obesitas agar meminimalisir resiko terkena penyakit tidak menular di masa depan.

I.4.2 Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian dapat memberikan gambaran mengenai pengetahuan siswa terkait obesitas dan juga sebagai masukan kepada sekolah tentang pentingnya pemberian edukasi gizi.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dapat memberikan gambaran peningkatan pengetahuan dan sikap tentang obesitas setelah mendapat edukasi gizi dari teman sebaya dan diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian berikutnya.