

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Indikator kualitas SDM menurut Myrnawati (2015) salah satunya adalah keadaan gizi yang baik. Hal yang mempengaruhi status gizi yang baik ialah salah satunya pengetahuan terkait pangan dan gizi. Hal ini menyebabkan perlunya pendidikan gizi, secara formal maupun tidak. Dirjen Kemenkes RI (2017) menyatakan bahwa dalam rangka penyiapan SDM yang berkualitas, gizi adalah komponen utama. Kesehatan masyarakat dinilai melalui pengetahuan tentang gizi. Beban gizi ganda muncul akibat kekurangan dan atau kelebihan asupan yang terjadi secara bersamaan dan dapat menyerang semua kelompok usia, terutama Anak Usia Sekolah. (Almatsier dkk, 2011).

Istiany (2013) menuturkan remaja ialah individu pada masa antara anak-anak dan dewasa dan mempunyai rentang umur menurut WHO, 12 sampai dengan 24 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan tubuh pada usia remaja tergolong cepat dan akibatnya remaja memerlukan energy lebih besar dan saat remaja banyak kecenderungan merubah *lifestyle* dan salah satu tindakan yang sering terjadi adalah gemar mencoba makanan dan mengakibatkan ketidakseimbangan asupan zat gizi (Marmi, 2013). Almatsier (2010) berpendapat bahwa ada tiga alasan remaja masuk dalam kelompok rentan, karena yang pertama, pertumbuhan yang cepat mengakibatkan memerlukan energi yang besar. Kedua, *lifestyle* dan *eating habit* remaja akan memerlukan penyesuaian masuk dan keluarnya energy dan zat gizi lainnya. Dan yang ketiga, olah raga, dan kecanduan barang terlarang akan menyebabkan kebutuhan energi dan zat gizinya meningkat. Arisman (2010) menyebutkan penyebab masalah gizi pada remaja adalah salah satunya diakibatkan kurangnya pengetahuan gizi dan akan menyebabkan salah untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi karena menurut Sediaoetama (2000) keputusan dalam memilih makanan, salah satunya dipengaruhi oleh derajat pengetahuan. Sehingga pengetahuan gizi lewat penyuluhan amat dibutuhkan guna menambah ilmu remaja

agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah.

Status gizi mempunyai beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan terkait pangan dan gizi. Maka dari itu, pendidikan gizi secara formal maupun non formal sangat diperlukan untuk remaja (Sulistyoningsih, 2012). Contoh proses komunikasi yang diutarakan oleh Waryana (2016) adalah penyuluhan. Media yang digunakan sebagai penunjang penyuluhan, salah satunya ialah audiovisual karena bisa memberikan rangsangan nyata karena memuat gambar bergerak dan suara dengan durasi waktu yang singkat (Notoatmodjo, 2010). Media audio visual salah satunya adalah video, penyerapan materinya lewat penglihatan dan pendengaran sehingga dapat membuat siswa menerima pengetahuan dengan maksimal. Penelitian Erviana (2012) mengungkapkan ketika subyek diberikan informasi lewat video, tingkat pengetahuan subyek tersebut termasuk kategori baik disebabkan karena informasi yang diutarakan lebih mudah dimengerti. Berdasarkan penelitian Anestya (2018) pada siswa SMP di Solo, ada penurunan dari 27.3% menjadi 4.5% anak yang mempunyai pengetahuan gizi seimbang yang kurang.

Sedangkan *leaflet* menurut Notoatmodjo (2010) adalah salah satu media promosi kesehatan yang berfungsi untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan. Media *leaflet* memiliki keunggulan yaitu kalimatnya singkat, padat dan jelas dan dapat diberikan gambar atau ilustrasi yang dapat menarik minat untuk membacanya. Pada penelitian Fatimah (2017), didapatkan hasil pengetahuan gizi seimbang yang kurang setelah perlakuan menggunakan media *leaflet* mengalami kenaikan dari 54.54% menjadi kategori baik sebesar 60.61%. Pada hasil penelitian Latif (2018) terdapat penurunan setelah perlakuan menggunakan media *leaflet* terhadap pengetahuan gizi kurang pada siswa SMP 1 Patampanua yaitu dari 15.8% menjadi sebesar 9.03%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Saputra (2016) menunjukkan hasil setelah di berikan edukasi melalui video terjadi peningkatan rata – rata atau *mean* pengetahuan dari 7.72 menjadi 11,31. Sedangkan pada edukasi melalui leaflet terjadi peningkatan dari 8.03 menjadi 10,72. Namun, pada penelitian Fitriani (2019), tidak ada perbedaan tingkat pengetahuan menggunakan leaflet maupun video.

Menu seimbang menurut Almtsier (2010) adalah konsumsi makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang. Pemberian makanan yang mengikuti pedoman gizi seimbang bisa mengatasi kurang zat gizi pada salah satu makanan. Maka dari itu, guna memenuhi zat gizi, diberikan menu dengan menerapkan gizi seimbang serta beranekaragam sangat dibutuhkan. Dalam pedoman gizi terkini (Kemenkes RI, 2014) ada dua panduan pangan yang disempurnakan, salah satunya adalah Piring Makanku yang digunakan sebagai visualisasi panduan makan setiap kali makan dan menyarankan sayuran lebih besar daripada buah, dan makanan pokok lebih besar daripada lauk (Kemenkes, 2014)

Penelitian ini dilakukan secara *online* melalui *WhatsApp group*, *Google Form*, dan *YouTube* dengan subyek yaitu siswa kelas VII SMP Negeri 14 Kota Bekasi yang beralamat di Jl. Bintara 8, Kota Bekasi, Jawa Barat. Sekolah ini mempunyai rata-rata UN sebesar 59,41 dan mempunyai *track record* menurut pengulangan siswa pada kelas 7 sebesar 66 siswa. Warsito (2004) menuturkan bahwa anak yang mempunyai status gizi yang baik memiliki tingkat kognitif yang baik. Seperti penelitian Sefaya, dkk (2017) untuk memperbaiki asupan dan status gizi remaja perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan gizi melalui pendidikan gizi.

I.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang, ialah “Apakah ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet* terhadap pengetahuan gizi seimbang siswa SMPN 14 Kota Bekasi?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media video dan *leaflet* terhadap pengetahuan gizi seimbang di SMPN 14 Kota Bekasi.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik umum subjek, yaitu umur, dan jenis kelamin.
- b. Melihat gambaran pengaruh edukasi gizi berbasis video terhadap

pengetahuan gizi siswa di SMPN 14 Kota Bekasi.

- c. Melihat gambaran pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis leaflet terhadap pengetahuan gizi siswa di SMPN 14 Kota Bekasi.
- d. Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis video terhadap pengetahuan gizi siswa di SMPN 14 Kota Bekasi.
- e. Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis leaflet terhadap pengetahuan gizi siswa di SMPN 14 Kota Bekasi.
- f. Membandingkan pengaruh antara media video dan leaflet terhadap pengetahuan gizi siswa SMPN 14 Kota Bekasi.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media video dan leaflet terhadap pengetahuan gizi di SMPN 14 Kota Bekasi

I.4.2 Bagi Institusi

Memberi informasi terhadap sekolah terkait pengetahuan gizi siswa di SMPN 14 Kota Bekasi dan mengharapkan adanya pengaruh yang sama antar dua media yang digunakan terhadap pengetahuan gizi pada siswa.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Menambah penelitian dan referensi penelitian, dan dapat memberikan informasi mengenai media yang efektif dalam pemberian pengetahuan gizi untuk siswa SMPN 14 Kota Bekasi.