

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gizi merupakan hal yang berkaitan dengan faktor utama terpenting dalam sebuah pengukuran kesehatan pada individu. Seseorang yang memiliki gizi yang kurang seimbang maupun kelebihan dalam hal gizi maka akan menyebabkan penurunan pada kualitas sumber daya manusia (Depkes, 2014). Pada hal ini, pengaruh pada pengetahuan gizi mempunyai kedudukan yang utama terhadap derajat kesehatan pada masyarakat. Berbagai macam permasalahan mengenai gizi dan masalah kesehatan yang lain muncul dikarenakan kurangnya seseorang akan pengetahuan mengenai gizi. Arisman (2010), berpendapat bahwa timbulnya masalah gizi dikarenakan rendahnya pengetahuan mengenai gizi kemudian dapat mengakibatkan kesalahan dalam pemilihan makan. Masalah gizi ini akan berdampak kepada semua golongan usia, salah satunya pada Anak Usia Sekolah (AUS) (Almatsier, 2011).

Anak usia sekolah merupakan suatu keadaan yang akan terjadi pada sebuah perubahan yang bermacam-macam pada tumbuh dan kembang pada anak hal ini akan berpengaruh kepada karakteristik dan kepribadian seseorang. Salah satu golongan anak usia sekolah yaitu remaja (Diyantini, et al. 2015). Hal yang dimaksud dengan remaja yaitu masa perpindahan yang bermula dari masa anak-anak mengarah menjadi masa dewasa. Hal tersebut didukung dengan adanya perbedaan atau perubahan pada tingkah laku yang sukar dimengerti (Suwarno, 2010). Rentang waktu usia pada masa remaja dibagi menjadi tiga macam, yakni usia 12 – 15 tahun dikenal sebagai masa remaja awal, selanjutnya pada usia 15 – 18 tahun dikenal sebagai masa remaja tengah dan pada usia 18 – 21 tahun dikenal sebagai masa remaja akhir (Desmita, 2009). Pada masa remaja ini akan terjadi perubahan pada mental, emosional serta sosial. Pada masa ini dapat memunculkan sebuah masalah yang kurang baik terhadap kesehatan dan gizi pada remaja sehingga

dapat memunculkan status gizi pada remaja yang cenderung gizi kurang ataupun terjadinya masalah obesitas (gizi lebih).

Terdapat faktor yang memberikan pengaruh terhadap gizi pada remaja yaitu pada pengetahuan mengenai gizi. Pengetahuan gizi akan membantu dalam seseorang dalam memilih bahan makanan dan kualitas konsumsi makanan yang sesuai maka akan mencapai tercapainya gizi yang seimbang (Handayani, 2016). Selanjutnya, Hockenberry (2017) berpendapat bahwa semakin tinggi seseorang mengetahui mengenai pengetahuan gizi maka seseorang memacu untuk memikirkan mengenai jenis dan kualitas pada makanan yang akan dipilih untuk dikonsumsinya. Hal tersebut dapat ditingkatkan dengan cara pemberian edukasi gizi. Hal ini dilakukan guna memberikan peningkatan terhadap pengetahuan gizi sehingga akan mengubah kebiasaan pada pola makan yang salah.

Edukasi gizi merupakan pendekatan secara mendidik guna memberikan peningkatan terhadap pengetahuan dan perilaku remaja terhadap gizi. Dengan meningkatnya pengetahuan gizi maka dapat memberikan perubahan pada kebiasaan terhadap konsumsi makanan (Claire, 2010). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hayda (2017), menyimpulkan bahwa adanya perubahan pengetahuan setelah melakukan pemberian intervensi seperti pendidikan gizi dengan memanfaatkan media *power point*. Pada hasil uji *Wilcoxon* berdasarkan skor *pre-test* dan skor *post-test* bahwa menunjukkan ada perbedaan yang signifikan ($0.000 < 0.05$). Dalam hal ini, media *power point* sebagai salah satu media yang dapat dipergunakan untuk memberikan peningkatan pada pengetahuan perihal gizi dan kesehatan. Selain itu, penelitian ini sejalan dengan Anindita (2014), bahwa pemberian intervensi kepada siswa SMP dengan penggunaan bantuan media slide *power point* mampu meningkatkan pengetahuan yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan karena terdapat perubahan sebelum dan setelah pemberian intervensi.

Terdapat beberapa cara dalam memberikan peningkatan pengetahuan pada masyarakat serta pada golongan anak sekolah, salah satunya bisa dilakukan dengan memberikan program Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE). Pada program ini dapat yang diterapkan mengenai pengetahuan gizi kepada anak usia sekolah guna memberikan peningkatan pengetahuan mengenai gizi dan proses belajar mengajar di sekolah. Program ini akan lebih mudah dilakukan dengan

menggunakan alat bantu sebagai perantara dalam memberikan informasi mengenai pengetahuan gizi. Salah satunya berupa media cetak karena media ini dapat membantu dalam menyampaikan informasi dengan menyisipkan gambaran sejumlah kata, gambar atau foto serta mengatur tata warna sehingga akan menarik perhatian pembaca. Media cetak ini dapat terdiri dari beberapa macam seperti poster, leaflet, brosur, majalah, modul, dan buku saku.

Hasil penelitian Zulaekah (2012), yang memperlihatkan bahwa pada pemberian intervensi pendidikan gizi yang dilaksanakan setiap dua minggu sekali dengan menggunakan media cetak sebagai alat yang dapat membantu dalam penyuluhan seperti *booklet* yang diberikan secara langsung kepada responden (siswa) dengan bantuan wali kelas dan pihak orangtua hal ini memberikan peningkatan terhadap pengetahuan gizi mengenai anemia pada anak dari nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi sebesar 54,11% menjawab benar dan setelah diberikan intervensi menggunakan media *booklet* rata-rata skor sebesar 71,56 % yang menjawab benar. Sehingga skor rata-rata pada peningkatan pengetahuan yang dilakukan pada sampel sebesar 17,44 point.

Gizi seimbang adalah sebuah susunan makanan pada keseharian yang mengandung beberapa zat gizi dengan jumlah dan jenis yang akan dibutuhkan sesuai keadaan tubuh, dengan menerapkan berbagai prinsip diantaranya pangan yang beranekaragam, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes RI 2014). Terdapat visualisasi yang akan memberikan gambaran mengenai gizi seimbang, yaitu Tumpeng Gizi Seimbang dan Piring Makanku. Pada gambaran Piring Makanku dimaksudkan untuk panduan yang memperlihatkan jumlah sajian dari makanan serta minuman pada tiap kali makan (misal sarapan, makan siang dan makan malam). Status gizi yang kurang akan berpengaruh dalam tumbuh kembang remaja antara lain kurangnya konsentrasi dalam proses belajar sehingga berpengaruh pada hasil belajar disekolah antara lain nilai rapor yang kurang, nilai ujian sekolah yang kurang bagus, dan nilai ujian nasional yang dibawah rata-rata dari sekolah-sekolah yang lainnya.

Dari latar belakang masalah yang telah di uraikan diatas peneliti melakukan penelitian pada sekolah MTs Hayatul Ilmi yang dilandaskan dengan hasil rata-rata

nilai Ujian Nasional. Hal ini didukung dengan data Dinas Pendidikan Kota Depok pada MTS Hayatul Ilmi memperoleh rata-rata nilai Ujian Nasional sebesar 43,58 dengan jumlah siswa 80 orang. Peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Media *Brosur* dan *Power point* Terhadap Tingkat Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) pada Siswa Kelas VII MTs Hayatul Ilmi Kota Depok”

I.2 Rumusan Masalah

Didasari dari latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu : “Apakah ada pengaruh pada edukasi gizi menggunakan media *brosur* dan *power point* terhadap pengetahuan pedoman gizi seimbang (PGS) siswa kelas VII MTs Hayatul Ilmi?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini guna mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media *brosur* dan *power point* terhadap tingkat pengetahuan pedoman gizi seimbang (PGS) siswa MTs Hayatul Ilmi.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian edukasi.
- c. Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media *brosur* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa di MTs Hayatul Ilmi.
- d. Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media *power point* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa di MTs Hayatul Ilmi.
- e. Membandingkan efektivitas media *brosur* dan *power point* terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa di MTs Hayatul Ilmi.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis media *brosur* dan *power point* terhadap tingkat pengetahuan gizi seimbang pada siswa MTs Hayatul Ilmi.

I.4.2 Bagi Institusi

Memberikan informasi terhadap pihak sekolah terkait pengetahuan gizi seimbang pada siswa MTs Hayatul Ilmi dan diharapkan adanya pengaruh yang diberikan setelah pemberian intervensi dengan menggunakan media terhadap tingkat pengetahuan mengenai gizi pada siswa.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Memberikan data untuk penelitian selanjutnya dan memberikan informasi mengenai pengaruh pemberian edukasi gizi berbasis *brosur* dan *power point* untuk melihat adanya perubahan tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang (PGS) pada remaja.