

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas dapat terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara jumlah makanan yang masuk dan yang keluar¹. Obesitas tidak hanya terjadi di negara maju, tetapi juga semakin meningkat di negara berkembang seperti di Indonesia. Data Riskesdas pada tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dewasa obesitas sebesar 15,4%. Daerah Istimewa Yogyakarta juga termasuk dalam enam belas provinsi dengan prevalensi di atas nasional. Persentase obesitas di Yogyakarta berdasarkan kategori Indeks Masa Tubuh (IMT) diketahui sebanyak 15,76%². Begitu pula dengan persentase obesitas di kampus Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang diperoleh dari Klinik Pratama diketahui sebanyak 9,8%. Data tersebut menunjukkan banyaknya mahasiswa dengan status gizi obesitas di kampus Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Seseorang dengan obesitas akan mengalami beberapa dampak yang sangat merugikan seperti masalah ortopedik, nyeri punggung, bahkan menimbulkan berbagai macam penyakit tidak menular lain¹. Diketahui obesitas juga memiliki dampak dapat memperpendek usia harapan hidup rata-rata sebanyak sembilan tahun³. Obesitas juga menurunkan efisiensi kerja seseorang, mengurangi kemampuan untuk berpartisipasi dengan

berbagai kegiatan normal. Seseorang dengan obesitas juga seringkali memiliki berbagai gangguan emosi dan gangguan psikologi lain⁴.

Obesitas yang terjadi pada masyarakat dalam beberapa dekade terakhir sering disebabkan karena perilaku masyarakat yang dihadapkan pada banyak pilihan jenis makanan yang menimbulkan keinginan untuk makan menjadi lebih tinggi³. Beberapa faktor lain penyebab obesitas yaitu, faktor genetik (keturunan), faktor lingkungan, faktor psikososial, faktor kesehatan, faktor perkembangan dan faktor aktivitas fisik¹. Obesitas juga disebabkan karena profesi (kesibukan) yang membuat seseorang tidak memiliki waktu untuk melakukan olah raga. Seseorang dengan aktivitas fisik yang sedang (*sedentary*) tidak melakukan pengurangan energi yang dikonsumsi sesuai dengan keperluan energinya sehari-hari⁴.

Pemberian edukasi gizi kepada penderita obesitas adalah salah satu cara penanggulangan yang dapat dilakukan. Edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap perlu diberikan untuk menimbulkan kesadaran seseorang terhadap dampak dari obesitas⁵. Video merupakan salah satu media yang dapat digunakan dalam melakukan pemberian edukasi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliati, dkk (2014) didapatkan bahwa edukasi gizi menggunakan media video lebih efektif terhadap pemahaman tentang gizi seimbang pada remaja putri daripada komik yang diukur menggunakan rumus *N-Gain*⁶. Menurut Saputra, Mhd. Dahniman, dkk (2016) yang melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap

konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan mengenai konsumsi buah dan konsumsi sayur sebelum dan sesudah diedukasi dengan media video maupun media leaflet⁷.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Edukasi Gizi Konsumsi Makanan dan Aktifitas Fisik melalui Media Video terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta”, dimana dalam penelitian ini tidak hanya mengetahui seberapa besar pengetahuan mahasiswa yang menjadi responden penelitian tetapi juga melihat seberapa jauh mereka memberikan sikap dan berperilaku terhadap asupan makan dan aktivitas fisik pada diri mereka.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh edukasi tentang konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video terhadap pengetahuan mahasiswa obesitas?
2. Apakah ada pengaruh edukasi tentang konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video terhadap sikap mahasiswa obesitas?
3. Apakah ada pengaruh edukasi tentang konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video terhadap perilaku mahasiswa obesitas?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
 - a. Mengetahui pengetahuan mahasiswa obesitas dengan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktifitas fisik melalui media video.
 - b. Mengetahui sikap mahasiswa obesitas dengan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktifitas fisik melalui media video.
 - c. Mengetahui perilaku mahasiswa obesitas dengan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktifitas fisik melalui media video.
2. Tujuan khusus
 - a. Mengukur pengetahuan mahasiswa obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video.
 - b. Mengukur sikap mahasiswa obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video.
 - c. Mengukur perilaku mahasiswa obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi mengenai konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup dibidang gizi masyarakat dalam melakukan edukasi mengenai konsumsi makanan dan aktivitas fisik melalui media video untuk melihat perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian untuk penelitian lain dengan topik yang sama ataupun berbeda.

b. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan dibidang penelitian terutama mengenai tema edukasi mengenai konsumsi makanan dan aktifitas fisik pada penderita obesitas.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dengan adanya penelitian ini diharapkan terjadi perubahan pengetahuan dan sikap supaya mahasiswa dengan status gizi obesitas dapat berkurang.

b. Bagi mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mahasiswa khususnya yang memiliki status gizi obesitas dapat mengetahui dan menyadari pentingnya mengatur konsumsi makanan dan aktivitas fisik.

F. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Santi, Satri Mayu, Febriana Sabrian, dan Darwin karim (2014) yang berjudul “Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual terhadap Perilaku Pencegahan Filariasis”, hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media audiovisual sangat efektif dalam pencegahan filariasis dengan $p \text{ value} < \alpha$ ($0,00 < 0,05$). Data ini dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji t tidak berpasangan.

Perbedaan: penelitian yang dilakukan terletak variabel yang diteliti.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Cristianty, Dian H. (2014) yang berjudul “Pengaruh Media Video Tentang Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta Tahun 2014”, hasil penelitian menunjukkan jika ada peningkatan pengetahuan gizi siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta setelah diberikan tayangan media video gizi ditunjukkan oleh nilai probabilitas $0,000$ ($0,000 < 0,05$) dan selisih *mean* antara sebelum dan sesudah diberikan tayangan media video

sebesar 5,97. Analisa yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *paired sample t-test*.

Perbedaan: penelitian yang dilakukan terletak variabel yang diteliti.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Lingga, Nurul L. (2015) yang berjudul “Pengaruh Pemberian Media Animasi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat”, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum pemberian media animasi adalah $36,90 \pm 4,22$, sedangkan rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sesudah pemberian media animasi adalah $39,28 \pm 4,76$. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan ($p=0.003$). Rata-rata skor sikap gizi seimbang sebelum pemberian media animasi adalah 64.51 ± 4.26 , sedangkan rata-rata skor sikap gizi seimbang sesudah pemberian media animasi adalah 71.03 ± 5.82 . Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap sikap ($p=0.000$)

Perbedaan: penelitian yang dilakukan terletak pada waktu dan tempat penelitian.