

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa transisi epidemiologi di Indonesia saat ini mengakibatkan pergeseran beban penyakit dari penyakit menular (PM) ke penyakit tidak menular (PTM). Transisi epidemiologi menjadikan penyakit tidak menular (PTM) meningkat signifikan. Gaya hidup tidak sehat atau faktor risiko perilaku penyakit tidak menular (PTM) memberikan dampak bagi kesehatan. Salah satu dampak gaya hidup tidak sehat adalah terjadinya obesitas (Litbangkes, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar Nasional Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas sebesar 16% pada remaja usia 13-15 tahun. Data Laporan Riskesdas Jawa Tengah 2018 menunjukkan rata-rata prevalensi remaja usia 13-15 tahun obesitas Kabupaten/Kota di Jawa Tengah sebesar 4,54%, sedangkan Kabupaten Kebumen memiliki prevalensi remaja usia 13-15 tahun obesitas sebesar 5,27%. Data Riskesdas tahun 2018 tersebut menunjukkan bahwa prevalensi remaja obesitas di Kabupaten Kebumen lebih tinggi dari rata-rata obesitas menurut Kabupaten/Kota di Jawa Tengah (Dinkes Kebumen, 2018).

Dampak dari permasalahan obesitas yaitu dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular (PTM), mengganggu pertumbuhan dan perkembangan serta mengganggu psikologis remaja. Bila kelebihan energi terjadi dalam jangka waktu lama, tidak diimbangi dengan aktivitas yang cukup untuk membakar kelebihan energi, lambat laun kelebihan energi ini akan diubah menjadi lemak dan ditimbun di dalam sel lemak bawah kulit. Akibatnya orang tersebut

menjadi gemuk. Obesitas juga menjadi penyumbang utama beban Penyakit Tidak Menular (PTM) terutama terkait dengan perkembangan penyakit seperti diabetes mellitus, hipertensi, stroke dan kardiovaskular (Kementerian PPN/Bappenas, 2019).

Obesitas disebabkan oleh ketidakseimbangan antara energi yang masuk ke tubuh dengan energi yang dikeluarkan tubuh (Sugihantono, 2018). Menurut Akhsani (2019) obesitas terjadi karena konsumsi makanan yang melebihi kebutuhan angka kecukupan gizi (AKG) per hari. Kebiasaan konsumsi makanan dan minuman remaja saat ini cenderung makanan yang instan/*fastfood* tinggi kalori, gula, garam dan lemak. Ini menunjukkan bahwa tingkat obesitas remaja akan terus meningkat.

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah dalam pencegahan obesitas pada remaja adalah memperkenalkan gaya hidup sehat “CERDIK”. Hidup “CERDIK” merupakan slogan perilaku hidup sehat yang digalakan oleh Kemenkes untuk mencegah penyakit PTM. Hidup CERDIK yaitu akronim dari Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktifitas fisik, Diet yang baik dan seimbang, Istirahat yang cukup, Kelola stress. Akan tetapi, nampaknya tidak semua remaja saat ini paham dan tahu dalam memilih gaya hidup sehat yang benar agar terhindar dari obesitas (Akbar, 2021).

Menurut Riskita upaya dari pemerintah untuk memberikan informasi tentang bagaimana upaya pencegahan obesitas memiliki hambatan. Beberapa hambatan yang terjadi adalah masyarakat apatis dengan informasi yang diberikan pemerintah. Hambatan lain yaitu persepsi keseriusan masalah

obesitas pada remaja dianggap tidak serius, masih banyak yang menganggap keluarga yang gemuk biasa memiliki anak gemuk, anak yang obesitas bisa kurus sendiri kalau sudah dewasa. Hambatan seperti persepsi itu yang harus dirubah dari masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap remaja tentang bahaya obesitas (Riskita, 2018).

Pengetahuan dan sikap remaja dapat ditingkatkan dengan diadakannya pendidikan gizi. Pendidikan gizi merupakan upaya untuk membuat seseorang mengerti akan pentingnya gizi. Penyampaian pesan-pesan gizi sangat penting untuk meningkatkan status gizi masyarakat melalui pendidikan gizi. Penyuluhan tentang upaya penanggulangan obesitas diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya melakukan penanggulangan obesitas. Melalui penyuluhan diharapkan sikap remaja berubah menjadi lebih peduli terhadap kesehatannya untuk menghindari obesitas terjadi (Wuri, 2019).

Penyuluhan gizi mengenai pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat kepada remaja dapat dibantu dengan suatu media yang menarik dan mudah dipahami. Media merupakan jembatan yang dapat menyampaikan pesan lebih menarik sehingga sasaran dapat mempelajari isi pesan di dalamnya dengan baik. Media yang digunakan sebagai penunjang dan alat bantu untuk metode penyuluhan adalah media visual yang dapat menyalurkan pesan yang berupa simbol-simbol komunikasi visual yang perlu dipahami dalam bentuk *leaflet* dan media audiovisual yaitu film pendek yang dapat memberikan stimulasi secara nyata berisi gambar gerak dan unsur suara dengan durasi

waktu relatif pendek yang ditayangkan dalam bentuk video (Notoatmodjo, 2014).

Media film merupakan media audio visual yang memiliki berbagai efek seperti efek suara, gambar yang bergerak di mana hal tersebut mampu membuat sasaran tertarik dan antusias guna memaksimalkan penyampaian informasi dalam edukasi gizi dengan memaksimalkan penyerapan materi melalui penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2014). Menurut Pasal 1 Ayat 1 UU Nomor 33 Tahun 2009 film adalah karya seni budaya yang merupakan pranata sosial dan media komunikasi massa yang dibuat berdasarkan kaidah sinematografi dengan atau tanpa suara dan dapat dipertunjukkan. Media *leaflet* merupakan media visual sebagai perantara materi dan penyerapannya melalui selembar kertas dengan ukuran tertentu yang. *Leaflet* disajikan dalam bentuk lembaran kertas berlipat dan tanpa lipatan. Penyebarannya dengan cara dibagikan kepada audien.

Hasil penelitian Wuri (2019) didapatkan bahwa edukasi gizi melalui video berpengaruh signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang konsumsi makanan dan aktivitas fisik pada mahasiswa obesitas. Hasil penelitian yang dilakukan Herman et al (2020) dapat diketahui bahwa edukasi gizi menggunakan *leaflet* ternyata mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja. Penelitian serupa milik Ma'mum(2018) menunjukkan ada perbedaan efektivitas peningkatan pengetahuan siswa SMP tentang Pedoman Gizi Seimbang menggunakan media *leaflet* dan video. Media video lebih

efektif digunakan dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah menengah pertama jika dibandingkan dengan media *leaflet*.

Berdasarkan survei pendahuluan di SMP N 1 Kebumen dengan observasi dan wawancara didapatkan hasil bahwa  $\geq 30\%$  siswa kelas 7 dan 8 belum menerapkan gaya hidup sehat, belum mengonsumsi makanan sesuai gizi seimbang, sangat sering makan jajanan pinggir jalan dan menyukai makanan *fastfood*. Siswa sering membeli jajanan pinggir jalan dan *fastfood* karena akses menuju tempat jajanan dan restoran *fastfood* sangat mudah dijangkau oleh siswa, lokasi sekolah strategis berada di tengah kota.

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penggunaan media edukasi film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja”. Agar remaja tidak bosan dan mengerti pesan yang disampaikan perlu adanya penyuluhan menggunakan media yang menarik. Diharapkan dengan terciptanya media ini dapat meningkatkan kepedulian sikap remaja dalam pencegahan obesitas dengan menerapkan gaya hidup sehat agar terhindar dari kejadian obesitas.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang maka dapat disusun rumusan masalah yang akan diteliti yaitu “Apakah penggunaan media edukasi film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” dapat berpengaruh meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan obesitas yang lebih efektif dibandingkan dengan media *leaflet*?”

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh penggunaan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK terhadap efektifitas peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan obesitas.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” terhadap pengetahuan remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
- b. Mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” terhadap sikap remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
- c. Mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat CERDIK.
- d. Mengetahui pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap sikap remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
- e. Mengetahui efektivitas penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” dibandingkan dengan *leaflet* terhadap pengetahuan remaja.
- f. Mengetahui efektivitas penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” dibandingkan dengan *leaflet* terhadap sikap remaja.

#### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian termasuk dalam ruang lingkup di bidang gizi dengan cakupan penelitian gizi masyarakat khususnya tentang media dalam kegiatan penyuluhan gizi.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis

##### 1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan dan wawasan dalam peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup CERDIK.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi remaja

Sebagai alternatif referensi bagi remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup CERDIK.

###### b. Bagi pihak sekolah

Sebagai alternatif media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup CERDIK.

## F. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian tentang media edukasi di bidang gizi yang telah dilakukan diantaranya :

Tabel 1. Penelitian Tentang Media Edukasi di Bidang Gizi

No.	Peneliti/Judul	Jenis Penelitian	Variabel	Perbedaan
1.	Rima Fitri Akhsani, (2019) Edukasi Konsumsi Buah dan Sayur Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.	Jenis penelitian <i>quasi experimental</i> dengan desain <i>pretest-posttes without control group</i> .	1. Variabel Bebas : Edukasi konsumsi buah dan sayur melalui video. 2. Variabel Terikat : Pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang konsumsi buah dan sayur.	Topik, variabel, subjek penelitian
2.	Santira Cahyaningtyas, (2021) Penggunaan Video Animasi Germas dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja	Jenis penelitian <i>quasi experimental</i> dengan desain “ <i>one group pretest and posttest</i> ”	1. Variabel Bebas : Pembelajaran Gizi dengan Media Video Animasi Germas 2. Variabel Terikat : Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Germas.	Topik peneitian, media edukasi, variabel penelitian
3.	Safika Kurnia Farastuti, (2021) “Pengaruh Penggunaan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Puren Depok Sleman Yogyakarta”	Jenis penelitian <i>quasi experimental</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest</i> .	1. Variabel bebas : penggunaan media video animasi gizi seimbang. 2. Variabel Terikat : pengetahuan dan sikap responden mengenai gizi seimbang	Jenis dan desain penelitian, media edukasi, variabel penelitian

4. Muftin Annisa (2022) Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pentingnya Konsumsi Sayur dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar.	Jenis penelitian <i>quasi experimental</i> dengan desain “ <i>one group pretest and posttest</i> ”	1. Variabel Bebas : Penggunaan Media Video dan <i>leaflet</i> tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah 2. Variabel Terikat : Pengetahuan dan Sikap siswa SD
--	--	--

Berdasarkan Tabel 1. Penelitian Tentang Media Edukasi di Bidang Gizi yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa penelitian yang akan diteliti mengenai Pengaruh Penggunaan Media Edukasi Film Pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja belum pernah dilakukan. Terdapat persamaan jenis penelitian dengan penelitian yang digunakan oleh Rima Fitri Akhsani, (2019) yaitu eksperimental semu (*quasi experimental*). Terdapat perbedaan dari segi tujuan penelitian, media dan variabel penelitian.

#### G. Spesifikasi Produk

1. Nama produk : Film Pendek berjudul “Cegah Obesitas dengan CERDIK”
2. Jenis Media : Audio visual
3. Durasi : ±8 menit
4. Fungsi : Memberikan edukasi terkait pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat “CERDIK”
5. Sasaran : Remaja