

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Remaja

a. Pengertian Remaja

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah seseorang dengan rentang usia 10-18 tahun (Permenkes RI, 2014) menurut WHO, remaja merupakan penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2022). Remaja merupakan kelompok penduduk Indonesia dengan jumlah yang cukup besar. Pada masa remaja terjadi growth spurt atau pertumbuhan cepat dan pubertas. Pada fase ini terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, kognitif, psikis, dan tumbuh kembang reproduksi yang mengatur seksualitas. Usia remaja juga dapat dikatakan sebagai usia atau periode hidup yang paling sehat (Menkes, 2018). Penanganan gizi pada remaja sangat penting karena remaja merupakan periode *windows of opportunity* kedua dalam memperbaiki status gizinya terutama bagi remaja putri sebagai calon ibu (Mitra et al., 2020).

b. Status gizi remaja

Pencegahan stunting dimulai sejak remaja dengan membiasakan perilaku hidup sehat, memiliki status gizi yang baik serta menghindari pernikahan dini (Mitra et al., 2020). Status gizi remaja putri erat kaitannya dengan kehamilan, kesehatan, serta kelangsungan hidup ibu

dan anak (Mitra et al., 2020). Status gizi adalah gambaran tubuh remaja yang dipengaruhi oleh zat-zat gizi sebagai akibat dari asupan makan (Rahmat, 2022). Pada masa remaja, status gizi sangat dipengaruhi oleh kebiasaan pola konsumsi makan (Nuryani & Rahmawati, 2018). Menurut (Muchtar et al., 2022) status gizi menjadi indikator seorang remaja mengalami masalah gizi. Status gizi remaja khususnya remaja putri memiliki kontribusi besar terhadap penentuan kesehatan, keselamatan kehamilan serta kelahiran nantinya (Siswati, 2018). Remaja dengan status gizi yang baik akan mudah memenuhi kebutuhan gizi saat hamil dan menyusui. Untuk itu, remaja harus mengetahui status gizi agar mampu mengantisipasi dan mencegah terjadinya gizi kurang ataupun gizi lebih.

2. Pengetahuan

a. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan adalah pemahaman dari peserta mengenai topik yang diberikan (Moudy & Syakurah, 2020). Pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan manusia terhadap objek melalui indera yang dimiliki (Herawati et al., 2021). Remaja biasanya memiliki preferensi pada makanan tertentu berdasarkan pengalaman, pengaruh teman sebaya, *image*, iklan atau pengetahuan (Siswati, 2018). Penginderaan yang dapat menghasilkan pengetahuan dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap suatu objek. Intensitas atau tingkat pengetahuan suatu objek berbeda-beda di setiap orang.

b. Tingkatan pengetahuan

Menurut Notoadmodjo (2007) dalam (Retnaningsih, 2016) terdapat enam tingkat pengetahuan yaitu:

1) Tahu (*know*)

Adalah pengetahuan yang didapatkan oleh seseorang sebatas mengingat kembali materi sebelumnya. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan paling rendah.

2) Memahami (*comprehension*)

Kemampuan seseorang untuk menjelaskan dengan tepat mengenai topik yang diketahui. Pada tingkatan ini, seseorang dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, dan menyimpulkan mengenai materi yang telah dipelajari.

3) Aplikasi (*application*)

Kemampuan seseorang untuk menerapkan materi yang telah didapatkan pada kondisi sebenarnya.

4) Analisis (*analysis*)

Adalah kemampuan untuk menjelaskan materi.

5) Sintesis (*synthesis*)

Kemampuan seseorang dalam menghubungkan bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Pengetahuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi yang telah ada.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) dalam (Retnaningsih, 2016) terdapat enam faktor yang memengaruhi pengetahuan, yaitu:

1) Pendidikan

Pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan. Seseorang yang berpendidikan tinggi diharapkan memiliki pengetahuan yang luas pula. Namun, bukan berarti bahwa seseorang dengan pendidikan rendah mutlak memiliki pengetahuan yang rendah. Peningkatan pengetahuan tidak hanya melalui pendidikan formal, bisa juga melalui pendidikan nonformal. Pengetahuan mengenai suatu objek memiliki aspek positif dan negatif. Aspek inilah yang akan menentukan sikap seseorang.

2) Informasi atau media massa

Informasi dapat diperoleh dari berbagai sumber. Berkembangnya teknologi media massa akan menyediakan berbagai informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat.

3) Sosial, budaya, dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh masyarakat tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Sehingga seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status sosial ekonomi memiliki pengaruh terhadap pengetahuan seseorang karena status ekonomi nantinya yang akan menentukan ketersediaan fasilitas.

4) Lingkungan

Lingkungan memiliki pengaruh terhadap pengetahuan seseorang karena terdapat interaksi yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh seseorang di suatu lingkungan.

5) Pengalaman

Pengalaman seseorang dapat mempengaruhi pengetahuan. Semakin banyak pengalaman yang dimiliki, maka semakin banyak pula pengetahuan seseorang.

6) Usia

Usia seseorang akan memengaruhi pola pikir dan daya tangkap sehingga pengetahuan yang dimiliki semakin baik. Dalam aspek psikologis semakin dewasa seseorang maka semakin matang pula taraf berpikirnya.

3. Sikap

a. Pengertian sikap

Sikap adalah suatu respon atau reaksi seseorang terhadap suatu objek atau topik. Sikap juga merupakan kecenderungan seseorang dalam bertindak, baik mendukung atau tidak mendukung pada suatu topik (Moudy & Syakurah, 2020). Sikap belum merupakan suatu tindakan, namun perodposisi tindakan suatu perilaku (Retnaningsih, 2016). Sikap merupakan kesiapan bereaksi terhadap objek di lingkungan Notoadmodjo, 2007 dalam (Retnaningsih, 2016).

b. Tingkatan sikap

Menurut (Notoatmodjo, 2007), tingkatan sikap dibagi menjadi 5 yaitu:

1) Menerima (*receiving*)

Tingkatan menerima adalah seseorang dapat mengembangkan untuk menerima perangsang tertentu, seperti menerima rangsangan faktor estetika dari pokok bahasan.

2) Merespon (*responding*)

Seseorang dapat menunjukkan perhatian aktif mulai dari tingkat rendah, seperti merasa tertarik pada suatu pokok bahasan.

3) Menilai (*valuing*)

Menangkap nilai dan mengutarakan tindakan yang konsisten dengan sikap tertentu.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

Pada tingkatan ini seseorang dapat mempertimbangkan semua aspek berdasarkan risiko yang diperoleh.

c. Faktor yang memengaruhi sikap

Menurut (Azwar, 2007 dalam (Retnaningsih, 2016)), pembentukan sikap dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya:

1) Pengalaman pribadi

2) Kebudayaan

3) Orang lain yang dianggap penting

4) Media massa

5) Lembaga

6) Faktor emosi

4. Pendidikan Kesehatan

a. Pengertian Pendidikan Kesehatan

Pendidikan adalah salah satu cara untuk menanggulangi dan mencegah permasalahan stunting. Penduduk dengan pendidikan yang tinggi memiliki peluang untuk mendapatkan dukungan sosial dari lingkungannya dan memiliki kontrol stress yang lebih stabil (Siswati, 2018). Pengetahuan yang kurang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang. Pengetahuan yang kurang akan mengurangi kemampuan seseorang dalam menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan gizi yaitu melalui pendidikan gizi. Pendidikan kesehatan dilandasi oleh motivasi dengan tiga faktor penentu perilaku, diantaranya sikap, pengaruh sosial dan kemampuan berkomunikasi.

Pendidikan atau penyuluhan gizi merupakan pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam meningkatkan perbaikan pangan dan status gizi (Suhardjo, 1989; Madanijah, 2004 dalam (Zulaekah, 2009)). Harapannya adalah seseorang dapat memahami pentingnya asupan makan dan gizi yang ada di dalamnya, sehingga mau bersikap dan bertindak mengikuti norma-norma gizi (Zulaekah, 2009).

b. Tujuan pendidikan kesehatan

Berdasarkan Undang-undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992, tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara kesehatan, baik fisik, mental, dan sosial sehingga masyarakat produktif baik secara ekonomi maupun sosial. Menurut (Ummah et al., 2021) terdapat beberapa poin penting yang menjadi tujuan pendidikan kesehatan, yaitu:

- a. Menjadikan kesehatan sebagai hal yang berharga
- b. Membantu individu untuk melakukan aktivitas secara mandiri atau berkelompok dalam mencapai tujuan hidup sehat
- c. Mendorong pengembangan dan penggunaan yang tepat dari pelayanan kesehatan yang ada.

5. Stunting

a. Pengertian stunting

Menurut Kementerian Kesehatan stunting atau balita pendek merupakan status gizi yang diukur berdasarkan indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U). Berdasarkan standar antropometri, kategori seorang anak dikatakan stunting ketika perhitungan status gizi berada pada ambang batas (z-score) dengan nilai <-2 SD hingga -3 SD (pendek /stunted) dan <-3 SD (sangat pendek / severely stunted). Stunting merupakan masalah gizi kurang hingga keadaan kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam kurun waktu lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi.

Sedangkan menurut WHO (2015), stunting adalah gangguan pertumbuhan fisik yang merupakan dampak utama dari kekurangan gizi atau dampak dari ketidakseimbangan faktor-faktor pertumbuhan. Stunting merupakan kondisi kronis anak yang menggambarkan keterlambatan pertumbuhan karena malnutrisi.

b. Penyebab Stunting

Stunting dapat dipengaruhi oleh faktor langsung dan faktor tidak langsung (Riskesdas, 2013). Faktor langsung yang menyebabkan masalah stunting diantaranya asupan gizi, status kesehatan, dan penyakit yang diderita. Sedangkan faktor tidak langsung meliputi fasilitas sanitasi, status sosial ekonomi, dan pendidikan dan tinggi ibu (Qodrina & Sinuraya, 2021).

Menurut (Kurniati & Sunarti, 2020) faktor penyebab stunting terdiri dari :

1) Pola asuh yang kurang baik

Pola asuh yang kurang baik dapat terjadi akibat pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi yang masih kurang.

2) Layanan kesehatan yang terbatas

Layanan kesehatan yang terbatas saat ini seperti layanan kesehatan untuk ibu selama kehamilan. Selain itu belum tersedianya akses yang memadai ke layanan imunisasi serta terbatasnya akses layanan pembelajaran dini yang berkualitas.

3) Kurangnya akses rumah tangga pada makanan bergizi

Makanan bergizi di Indonesia yang cukup mahal menjadi salah satu penyebab dari terjadinya stunting. Makanan yang mahal sulit dijangkau bagi masyarakat Indonesia dengan kondisi ekonomi yang masih kurang.

4) Akses air bersih dan sanitasi yang masih kurang

Akses air bersih dan sanitasi yang masih kurang menyebabkan 1 dari 5 rumah tangga di Indonesia masih buang air besar di tempat yang terbuka, serta 1 dari 3 rumah tangga belum memiliki akses untuk memiliki air bersih.

c. Tanda

Stunting atau balita pendek dapat diketahui bila seorang balita telah diukur panjang badan atau tinggi badan kemudian dibandingkan dengan standar. Balita stunting memiliki hasil pengukuran berada pada kisaran dibawah normal. Pemantauan pertumbuhan dilakukan dengan mengklasifikasikan berat badan dan tinggi badan ke dalam suatu kurva. Anak yang mengalami masalah stunting memiliki keterlambatan pertumbuhan, performa yang buruk, pubertas terlambat, anak menjadi pendiam, dan mudah mengalami penyakit infeksi (Agustina & Hoesin, 2022).

d. Akibat Stunting

Ibu hamil yang mengalami malnutrisi akan melahirkan bayi dengan ukuran yang lebih kecil daripada bayi dengan ibu yang tidak mengalami malnutrisi. Stunting pada balita akan menyebabkan

timbulnya penyakit-penyakit degenratif pada masa dewasa karena adanya peningkatan risiko sindrom metabolik. Peningkatan sindrom metabolik terjadi apabila balita yang stunting menerima kembali asupan yang cukup atau terjadinya percepatan berat badan di masa anak-anak (Siswati, 2018). Stunting merupakan masalah gizi yang memberikan risiko jangka panjang. Masalah gizi stunting dapat menyebabkan perkembangan otak mengalami keterlambatan, keterbelakangan mental, kemampuan belajar yang rendah, dan memiliki risiko serangan penyakit tidak menular seperti diabetes melitus, hipertensi dan obesitas (Nirmalasari, 2020).

e. Pencegahan stunting

Peningkatan peran remaja dapat menjadi upaya dalam pencegahan stunting. Remaja merupakan kelompok usia yang potensial dapat dilibatkan dalam program pencegahan stunting. Perlu peningkatan pengetahuan pada remaja dalam upaya pencegahan stunting. Untuk mengatasi stunting menurut Shekar, Eberwin dan Kakietek dalam (Siswati, 2018) dapat melalui intervensi gizi, yaitu: 1) Program gizi masyarakat dalam memperbaiki pertumbuhan, 2) Suplementasi vitamin A, 3) Penanggulangan diare, 4) Suplementasi gizi mikro, 5) Pengobatan dan pencegahan infeksi cacing, 6) Suplementasi zat besi dan asam folat, 7) Fortifikasi zat besi, 8) fortifikasi iodium, 9) Pemberian makanan tambahan pada bayi malnutrisi, 10) Melakukan pemberdayaan masyarakat sejak dini khususnya bagi remaja

Selain itu, stunting juga dapat diatasi melalui intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitive (Siswati, 2018).

- 1) Intervensi gizi spesifik
 - a) Intervensi pada ibu hamil
 - 1) Memberikan makanan tambahan yang kekurangan energi dan protein.
 - 2) Memberikan tablet tambah darah untuk mengatasi kekurangan zat besi dan asam folat
 - 3) Mengatasi kekurangan iodium
 - 4) Mengatasi ibu hamil yang mengalami kecacangan
 - 5) Melindungi dari malaria
 - 6) Memberikan edukasi mengenai gizi
 - b) Intervensi pada ibu menyusui dan anak usia 0-6 bulan.
 - 1) Melakukan inisiasi menyusui dini ketika bayi baru lahir
 - 2) Memberikan dorongan dalam pemberian kolostrum
 - 3) Promosi mengenai pemberian ASI Eksklusif
 - 4) Komunikasi, informasi, dan edukasi mengenai gizi
 - c) Intervensi pada ibu menyusui dan anak usia 7-23 bulan
 - 1) Memberikan edukasi mengenai pemberian ASI (Air Susu Ibu) hingga usia 2 tahun.
 - 2) Memberikan edukasi dalam pemberian MP-ASI sesuai dengan prinsip gizi seimbang.
 - 3) Memberikan edukasi seputar gizi

- 4) Memberikan obat cacing untuk anak
 - 5) Memberikan suplementasi zinc
 - 6) Fortifikasi Fe pada makanan
 - 7) Suplementasi vitamin A
 - 8) Melindungi dari malaria
 - 9) Memberikan imunisasi
 - 10) Pencegahan dan pengobatan pada diare.
- 2) Intervensi sensitif
- a) Akses terhadap ketersediaan air bersih ditingkatkan
 - b) Menyediakan fasilitas sanitasi yang memadai
 - c) Meningkatkan akses layanan kesehatan dan Keluarga Berencana (KB)
 - d) Tersedianya Jaminan Kesehatan Nasional (JKN)
 - e) Menyediakan Jaminan Persalinan Universal (Jampersal)
 - f) Memberikan edukasi pengasuhan dan gizi
 - g) Memberikan pendidikan anak usia dini.
 - h) Sinkronisasi batas usia pernikahan
 - i) Memberikan pendidikan kepada remaja mengenai kesehatan seksual dan reproduksi serta gizi.
 - j) Memberikan bantuan dan jaminan sosial kepada keluarga miskin
 - k) Meningkatkan ketahanan pangan dan gizi

- l) Promosi ekonomi kreatif, usaha mikro, kecil dan menengah, kursus keterampilan pengentasan kemiskinan dan peningkatan kemampuan ekonomi rumah tangga.
- m) Pelaksanaan Program Nasional Pemberdayaan Masyarakat (PNPM)
- n) Memetakan peluang lokal untuk meningkatkan pendapatan daerah
- o) Membuat nilai tukar menguntungkan petani
- p) Menyelenggarakan pelatihan PHBS dan gizi seimbang bagi guru PAUD/SD/SMP/SMA
- q) Memberikan pendidikan gizi dan kesehatan

6. Media

a. Pengertian media

Media merupakan suatu alat yang digunakan sebagai perantara atau penghubung dari pemberi informasi kepada penerima informasi dengan tujuan agar penerima dapat menerima informasi dengan baik. Menurut (Sadiman, dkk, 1996) dalam (Karo-karo & Rohani, 2018) media merupakan alat atau sarana komunikasi seperti koran, majalah, radio, film, televisi, poster, spanduk, dan internet. Media adalah alat atau sarana yang digunakan sebagai perantara dalam menyampaikan informasi dari pemberi informasi kepada penerima.

b. Manfaat media

Dalam pembelajaran, media dapat mengoptimalkan proses belajar mengajar. Media pembelajaran dapat membantu mengkonkritkan konsep atau gagasan dan dapat menyampaikan informasi dengan mudah. Media

juga dapat menjadi jembatan untuk berpikir kritis bagi seorang penerima informasi. Kemp dan Dayton (1985) dalam (Karo-karo & Rohani, 2018) menyampaikan manfaat media lebih rinci. Manfaat media diantaranya sebagai berikut :

- 1) Penyampaian informasi dapat diseragamkan
- 2) Proses penyampaian informasi menjadi lebih jelas dan menarik
- 3) Proses penyampaian materi atau edukasi menjadi lebih interaktif
- 4) Efisiensi waktu dan tenaga
- 5) Meningkatkan kualitas penerimaan informasi
- 6) Dengan media, proses penyampaian informasi dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.
- 7) Media dapat menumbuhkan sikap positif terhadap materi yang disampaikan
- 8) Bagi seorang guru, media dapat mengubah peran guru menjadi lebih positif dan produktif.

c. *Website*

World Wide Web (www) disebut juga *web*, *site*, *website* atau situs merupakan aplikasi layanan internet yang mencakup sumber daya multimedia. *Website* juga dapat dikatakan sekumpulan halaman yang terdiri dari beberapa halaman tentang informasi tertentu dalam bentuk data digital seperti gambar, video, teks, audio dan animasi melalui layanan internet (Maharani et al., 2021). Pada tahun 2017, diketahui pengguna internet mencapai angka tertinggi jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya.

Pengguna internet tertinggi pada usia remaja 13-18 tahun yang mencapai angka 75,5%. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa media internet memiliki potensi untuk membantu edukasi gizi terkait dengan stunting pada kalangan remaja.

d. *Facebook*

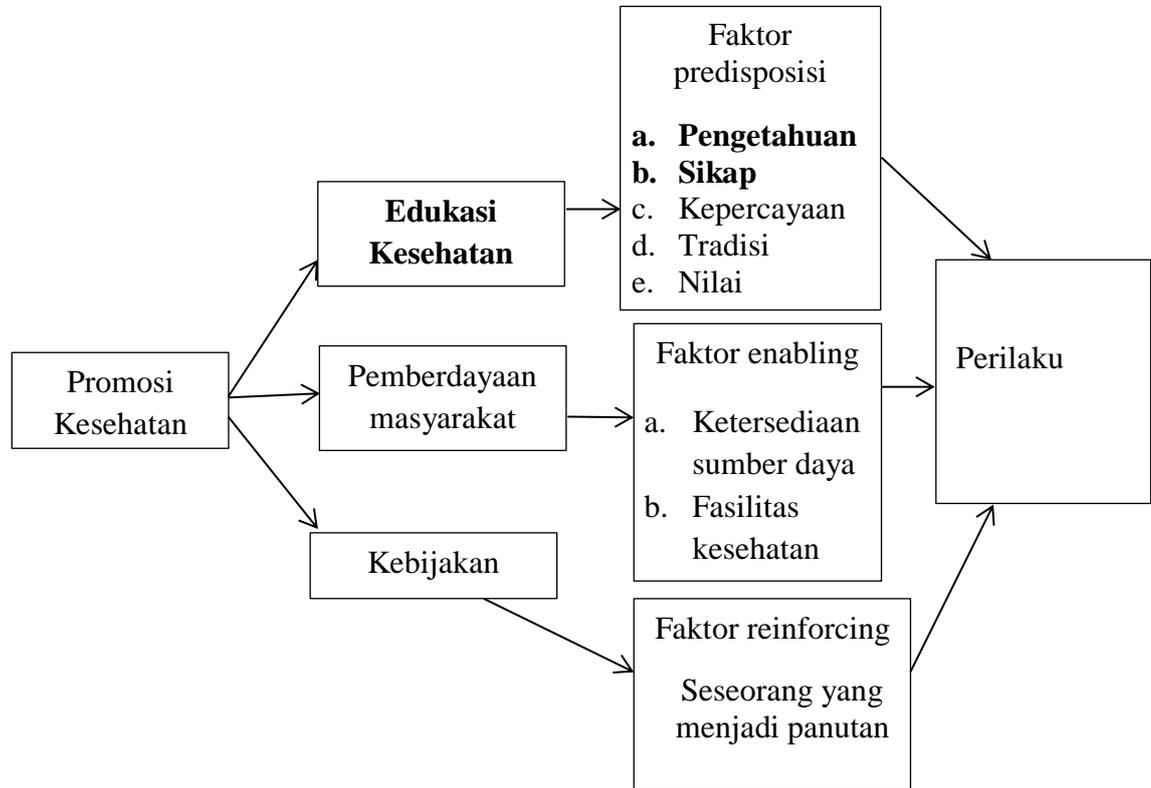
Media sosial *facebook* merupakan media yang digunakan untuk mengunggah konten, seperti profil, aktivitas atau pendapat pengguna (Minin, Setiyawati & Dewi, 2021). Media *facebook* juga digunakan sebagai ruang bagi komunikasi dan interaksi dalam jejaring sosial diruang siber. Pemanfaatan media sosial sebagai salah satu sarana belajar dapat memberikan kualitas belajar dengan memanfaatkan berbagai kemudahan berkomunikasi dan berbagi informasi yang dimiliki oleh media dalam pendidikan (Sari, Amaluddin, & Andrias, 2023). Penyampaian materi melalui media *facebook* dengan suatu pokok bahasan sebuah pembelajaran dapat melalui *share link*, unggahan foto atau video, dan membuat unggahan status yang relevan dengan pokok bahasan (Luthfiyanti, 2015).

e. Pembelajaran berbasis *web*

Website dapat dimanfaatkan sebagai media dalam pembelajaran atau edukasi (Maharani et al., 2021). Edukasi menggunakan *website* dapat berupa *search engine*, *blog*, *web* portal serta web perusahaan yang bersifat dinamis maupun statis. *Website* dapat digunakan sebagai pembelajaran dengan menuangkan materi didalamnya. Penyampaian menggunakan media *web* dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja.

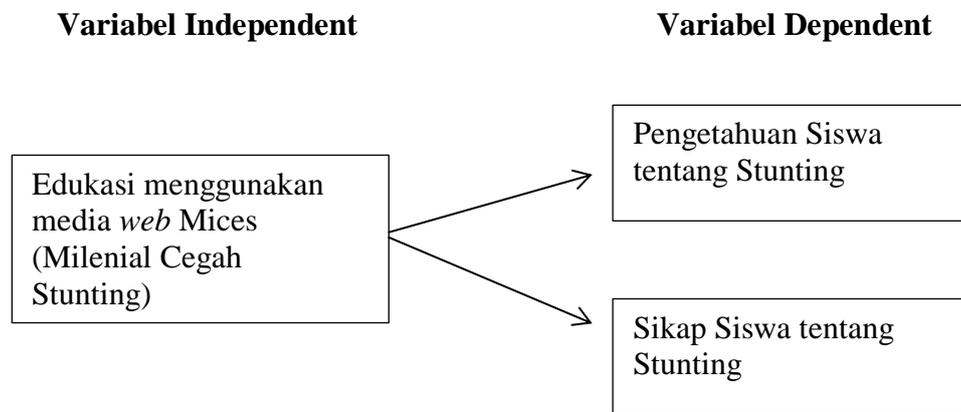
Edukasi menggunakan *website* akan memberikan kemudahan dalam pencarian informasi terkait dengan kesehatan, menghemat waktu dan biaya, tersedianya fitur penelusuran terhadap informasi, dapat berdiskusi dan bertukar informasi dengan pengguna lainnya, memberikan kemudahan dalam mencari kebutuhan seperti obat, resep, gaya hidup sehat, dan rujukan rumah sakit (Maharani et al., 2021). Situs *web* kesehatan yang menyediakan informasi terkini, informasi mengenai penulis dan artikel akan memberikan dampak positif terhadap persepsi kualitas informasi (Boon-Itt, 2019). Meningkatkan kepercayaan situs *web* kesehatan juga dapat mengarah pada kegunaan yang dirasakan untuk mencari informasi seputar kesehatan (Boon-Itt, 2019). Penggunaan website dapat diakses dengan mudah, membutuhkan sedikit ruang penyimpanan, dan dapat diakses menggunakan *desktop* atau *mobile* (Lolita et al, 2023).

B. Kerangka Teori



Gambar 1: Kerangka Teori
Sumber : Lawrence Green dalam Notoadmodjo (2007)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2 : Kerangka Konsep

3) Hipotesis Penelitian

1. Ada pengaruh pemberian edukasi menggunakan media *web* Mices terhadap pengetahuan siswa MAN 3 Ngawi mengenai stunting
2. Ada pengaruh pemberian edukasi menggunakan media *facebook* terhadap pengetahuan siswa MAN 4 Ngawi mengenai stunting.
3. Ada pengaruh pemberian edukasi menggunakan media *web* Mices terhadap sikap siswa MAN 3 Ngawi mengenai stunting.
4. Ada pengaruh pemberian edukasi menggunakan media *facebook* terhadap sikap siswa MAN 4 Ngawi mengenai stunting.
5. Edukasi dengan media *web* Mices lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai stunting pada siswa.