

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi adalah salah satu penentu kualitas sumber daya manusia, makanan yang diberikan sehari-hari harus mengandung zat gizi sesuai dengan kebutuhan, sehingga dapat menunjang pertumbuhan yang optimal dan mencegah penyakit yang dapat mengganggu kelangsungan hidup anak. Masalah gizi hakikatnya adalah masalah kesehatan masyarakat, di Indonesia sendiri masalah gizi pada umumnya di dominasi oleh masalah Kurang Energi Kronik (KEP), anemia besi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), kurang Vitamin A dan masalah Obesitas.

Obesitas adalah kondisi akumulasi lemak yang berlebihan dan bersifat abnormal yang dapat mengganggu kesehatan. Anak-anak yang kelebihan berat badan dan obesitas cenderung tetap gemuk hingga dewasa dan lebih mungkin mengembangkan penyakit yang tidak menular seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular pada usia yang lebih muda. Kegemukan dan obesitas, serta penyakit terkaitnya, sebagian besar dapat dicegah, oleh karena itu pencegahan obesitas pada anak-anak dan remaja perlu di prioritaskan. Prevalensi obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 telah meningkat secara drastis dari 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016. Peningkatan ini terjadi secara serupa di antara anak laki-laki dan perempuan, pada tahun 2016

18% anak perempuan dan 19 % anak laki-laki kelebihan berat badan (WHO, 2016).

Permasalahan obesitas tidak hanya terjadi di Indonesia saja, lebih dari sembilan juta anak di dunia berusia 6 tahun ke atas mengalami obesitas, sampai saat ini angkanya terus melonjak dua kali lipat pada anak usia 2-5 tahun dan usia 12-19 tahun, bahkan meningkat tiga kali lipat pada anak usia 6-12 tahun (Sajawandi, 2015).

Prevalensi angka obesitas yang terjadi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2010 yaitu mencapai 7,8%, tahun 2011 9,7%, tahun 2013 9,1%, dan tahun 2015 mencapai 9,3 %. Dari hasil laporan tersebut dapat disimpulkan bahwa kejadian obesitas anak khususnya untuk rentang usia 5-12 tahun mengalami kenaikan. (Riskesdas, 2015).

Hasil laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 prevalensi status gizi berdasarkan indeks (IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun di Indonesia sebanyak 11,9% gemuk dan 7,8% obesitas. Sedangkan, hasil laporan SKI Provinsi DIY 2023 prevalensi status gizi berdasarkan indeks (IMT/U) pada anak 5-12 mengalami kegemukan sebanyak 10,2% dan obesitas sebanyak 9,4%. Hal tersebut menjadi perbandingan dan gambaran bahwa angka obesitas di Yogyakarta masih cukup tinggi dan berada diatas rata-rata nasional.

Pada Profil Kesehatan Kota Yogyakarta tahun 2019, dalam penjarangan sekolah dasar yang dilakukan pada 175 sekolah, ditemukan status gizi anak obesitas mengalami kenaikan pada tahun 2018 yaitu

sebanyak 345 anak atau 7,18% dari jumlah siswa. Data terbaru dari hasil SSGI tahun 2022 Obesitas pada anak usia 5-12 yaitu 10,8% gemuk dan 9,2% obesitas, artinya 1 dari 5 anak usia 5-12 tahun gemuk atau obesitas. Prevalensi dari beberapa data yang disebutkan masih cukup tinggi dan menjadi masalah yang harus diprioritaskan penanganannya.

Angka obesitas yang kian meningkat dan cukup tinggi menjadi masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa serta merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, meningkatkan tekanan darah, gangguan metabolisme glukosa yang dapat menyebabkan diabetes melitus, perburukan asma, osteoarthritis, sleep apnea, nyeri pinggang, dan pembentukan batu empedu (Kemenkes, 2015).

Beberapa faktor penyebab obesitas yaitu faktor genetik, faktor lingkungan, faktor nutritional, dan faktor sosial ekonomi. Faktor genetik yang berperan besar adalah apabila kedua orang tua obesitas, 80% anaknya menjadi obesitas. Bila salah satu orang tua obesitas, kejadian obesitas menjadi 40% dan bila kedua orang tua tidak obesitas, kejadian obesitas menjadi 14% (Dewi, 2015).

Obesitas dapat terjadi karena peningkatan asupan makanan padat energi yang tinggi lemak dan penurunan aktivitas fisik seiring dengan pola hidup kurang bergerak (*sedentary lifestyle*). Perubahan pola makan dan aktivitas fisik dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan sosial. Obesitas pada anak maupun remaja dapat disebabkan oleh asupan berlebihan dari

makanan olahan, minuman *soft drinks*, dan *fast food* (burger, pizza, hot dog, dan sebagainya) (Daniel, 2017 dalam Alfita dkk, 2022).

Selain itu faktor yang dapat mempengaruhi obesitas pada anak adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi dan obesitas itu sendiri. Kurangnya pengetahuan tersebut akan mempengaruhi kurangnya kemampuan mereka untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfita Dewi, dkk tahun 2022 yang menyebutkan bahwa ada hubungan dari tingkat pengetahuan yang rendah terhadap kejadian obesitas, dimana dari 116 anak sekolah yang diteliti, 88,8% anak dengan tingkat pengetahuan yang rendah mengalami obesitas.

Pemberian edukasi atau pendidikan pada anak merupakan salah satu cara untuk mengatasi dan mencegah terjadinya obesitas pada anak. Pendidikan tentang gizi dan obesitas dapat membuat anak dengan obesitas maupun tidak obesitas dapat mengontrol dan menjaga gaya hidupnya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulyawati tahun 2017 tentang pengaruh pendidikan dalam pemilihan jajan menggambarkan hasil yang signifikan sebelum dan setelah diberikan edukasi (Mulyawati, dkk 2017).

Dalam pemberian edukasi yang baik, diperlukan media yang efektif, menarik, dan mudah dipahami. Macam – macam media dalam pemberian edukasi contohnya media visual seperti booklet, leaflet, dan lembar balik, serta media audio visual seperti video dan animasi. Media visual memiliki kelebihan yaitu penggunaannya lebih mudah serta tidak

memerlukan teknologi tinggi, tetapi memiliki kekurangan seperti visual yang terbatas, lambat dan kurang praktis. Sedangkan, media audio visual memiliki kelebihan seperti merangsang partisipasi aktif para siswa, melatih mengembangkan daya imajinasinya, membangkitkan motivasi belajar, mengatasi ruang dan waktu, tetapi memiliki kelemahan seperti perhatian peserta yang sulit dikuasai, memerlukan peralatan khusus, dan memerlukan biaya yang mahal serta waktu yang lebih lama.

Media pembelajaran pada sekolah dasar umumnya bersifat menarik dan lucu untuk meningkatkan minat partisipasi mereka terhadap materi yang diberikan. Oleh karena itu, media yang digunakan harus tepat sasaran dan efektif sehingga penyampaian dan penerimaan materi dapat dimaksimalkan. Salah satu media atau alat bantu pengajar adalah alat bantu yang bisa didengar, yaitu sebuah alat yang dapat membantu untuk menstimulasikan indera mata dan indera pendengar pada proses penyampaian materi. Alat bantu ini dikenal dengan *Audio Visual Aids* (Fitri dan Fitriani, 2019).

Berdasarkan penjelasan diatas, diperlukan pengembangan media yang dapat menstimulasi panca indera baik dari pengelihatian maupun pendengaran guna membantu penerimaan pesan pada anak sekolah dasar tentang pencegahan obesitas sejak dini. Edukasi dengan media video ini bertemakan “Pentas Seni” atau “pencegahan obesitas sejak dini” dimana materi dalam media ini meliputi tentang gizi seimbang, dan upaya dalam

pencegahan obesitas yang dapat dilakukan, media ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi para siswa maupun sekolah.

B. Rumusan Masalah

- a. Apakah ada pengaruh penggunaan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan obesitas pada siswa sekolah dasar?
- b. Apakah ada pengaruh penggunaan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet* terhadap peningkatan sikap pencegahan obesitas pada siswa sekolah dasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penggunaan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet* terhadap efektivitas peningkatan pengetahuan dan sikap sebagai upaya pencegahan obesitas pada anak sekolah dasar

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya pengetahuan awal siswa tentang pencegahan obesitas sebelum diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*
- b. Diketuainya pengetahuan siswa tentang pencegahan obesitas sesudah diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*
- c. Diketuainya sikap awal siswa tentang pencegahan obesitas sebelum diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*
- d. Diketuainya sikap siswa tentang pencegahan obesitas sesudah diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*

- e. Diketuahuinya pengaruh pengetahuan siswa tentang pencegahan obesitas sebelum dan sesudah diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*
- f. Diketuahuinya pengaruh sikap siswa tentang pencegahan obesitas sebelum dan sesudah diberikan video edukasi “Pentas Seni” dan *leaflet*
- g. Diketuahuinya efektivitas media video edukasi “Pentas Seni” dibandingkan dengan media *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan obesitas

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini termasuk dalam bidang gizi masyarakat terutama pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini dimaksudkan dapat menjadi masukan dalam penyampaian informasi terkait gizi seimbang guna mencegah obesitas melalui media video edukasi dan *leaflet*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti lain yang ingin mengkaji penelitian dengan topik atau media yang sama.

- b. Bagi sekolah

Video edukasi dan *leaflet* diharapkan dapat dijadikan referensi bahan ajar bagi sekolah.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak perubahan pengetahuan dan sikap para siswa mengenai gizi seimbang sebagai upaya pencegahan obesitas pada anak sekolah.

F. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian sejenis dengan penelitian yang dilakukan yaitu :

1. (Yudishtira Banu Darmawan. 2021). “Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswa SMAN 1 Demak”. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan pada variabel penelitian yaitu pengetahuan dan sikap, juga sama-sama menggunakan eksperimen semu dan media *leaflet*. Tetapi, topik edukasi yang diberikan secara umum mengenai gizi seimbang dan sarannya untuk anak sekolah menengah.
2. (Haniyyah,dkk. 2021). “Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri di Jakarta Timur ”. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan pada media yang digunakan yaitu dalam bentuk video dan variabel penelitian yaitu pengetahuan. Tetapi, memiliki perbedaan pada sasaran yaitu remaja putri, dan tidak memiliki variabel sikap.
3. (Nanda Haryanti. 2023). “Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media Video dan Leaflet terhadap Pengetahuan, Asupan serta Perubahan Berat Badan pada Mahasiswa/i Obesitas”. Pada penelitian tersebut memiliki persamaan penggunaan media yang diberikan yaitu

video dan leaflet, juga variabel penelitian yaitu pengetahuan. Tetapi memiliki perbedaan variabel asupan dan perubahan berat badan.

G. Kesimpulan

Dari beberapa penelitian sejenis diatas, disimpulkan beberapa perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian lainnya yaitu variabel pada penelitian ini spesifik kepada edukasi gizi yang diberikan sebagai upaya pencegahan obesitas. Media pembelajaran yang dikembangkan memuat materi pencegahan obesitas dengan gizi seimbang merujuk pada tema “Pentas Seni” atau “Pencegahan Obesitas Sejak Dini” dengan tujuan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi. Selain itu sasaran yang dituju adalah pada anak sekolah dasar di Kabupaten Sleman, pemilihan sampel dilakukan menggunakan teknik *random sampling* dengan kriteria yang telah ditetapkan. Penelitian ini merupakan penelitian semu tanpa kuantitatif dimana analisis data dari uji normalitas yang dilakukan adalah menggunakan uji *paired sample T-test* jika distribusi normal, dan uji *wilcoxon* jika data berdistribusi tidak normal.