

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada pembangunan nasional terdapat salah satu unsur, yaitu pembangunan kesehatan yang mempunyai tujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan untuk memiliki kehidupan yang lebih sehat pada setiap orang agar dapat terwujudnya derajat kesehatan yang optimal sehingga dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Sukmawati, 2021). Dengan adanya pembangunan kesehatan diharapkan masyarakat dapat lebih memiliki pola hidup sehat yang lebih baik daripada sebelumnya. Sehingga, pola hidup sehat akan menjadikan badan dapat lebih meminimalisir masalah kesehatan.

Pada saat ini, Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan lebih (Octaviana, 2021). Masalah gizi kurang merupakan masalah yang dialami oleh masyarakat yang kurang mendapatkan asupan gizi dengan optimal. Selanjutnya, masalah gizi lebih adalah masalah yang dialami oleh masyarakat yang mendapatkan asupan gizi dengan berlebihan. Sehingga kedua masalah tersebut dapat menyumbangkan masalah kesehatan yang kompleks untuk masyarakat.

Pada kelompok anak usia sekolah termasuk ke dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga akan membutuhkan makanan yang bergizi sesuai dengan kebutuhannya (Prasetyaningrum & Kadaryati, 2021). Namun, menurut data Riskesdas 2018, Prevalensi status gizi (TB/U) pada remaja umur 13 - 15

tahun pada Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 1,1% pada kategori sangat pendek, 8,2% pada kategori pendek, dan 90,7% pada kategori normal. Selanjutnya, Prevalensi status gizi (IMT/U) pada remaja umur 13 - 15 tahun pada Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 0,8% pada kategori sangat kurus, 8,0% pada kategori kurus, 70,6% pada kategori normal, 12,6% pada kategori gemuk, dan 8,0% pada kategori obesitas (Kemenkes RI, 2018).

Dari data Riskesdas 2018, terlihat bahwa terdapat masalah gizi pada status gizi (IMT/U) dengan kategori sangat kurus, kurus, gemuk, obesitas (Kemenkes RI, 2018). Dengan kategori tersebut, terdapat kecenderungan lebih banyak obesitas. Menurut data profil kesehatan tahun 2019, diperoleh data prevalensi obesitas terjadi lebih tinggi di wilayah perkotaan (25,1%) daripada perdesaan (17,8%) (Kemenkes RI, 2019). Dari data tersebut, dapat terlihat bahwa kejadian obesitas di perkotaan lebih banyak daripada di perdesaan.

Dengan data tersebut menunjukkan bahwa terdapat masalah gizi pada remaja usia 13-15 tahun. Dengan kategori usia tersebut termasuk ke dalam kategori anak SMP. Sehingga, perlu dilakukan peningkatan pengetahuan mengenai gizi seimbang pada anak SMP.

Pengetahuan memiliki fungsi yang penting dalam kehidupan. Dengan pengetahuan akan dapat merubah sikap seseorang. Pada anak SMP, perlu dilakukan upaya edukasi gizi seimbang untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap agar terciptanya kehidupan sehat dan pola makan yang baik sesuai dengan gizi seimbang. Sehingga, akan meningkatkan kesehatan pada remaja terutama mengenai asupan makanan bergizi seimbang.

Pada zaman sekarang, teknologi merupakan hal *trend* dikalangan masyarakat. Terutama, pada remaja. Dengan adanya teknologi, akan memudahkan remaja dalam mencari dan mendapatkan informasi. Salah satunya mengenai *website*. *Website* merupakan sebuah halaman yang berisi data *text*, gambar, suara, dan lainnya yang dapat diakses melalui jaringan yang dapat terhubung dengan koneksi internet (Josi, 2017). *Website* dapat membantu pengguna untuk mendapatkan informasi melalui *digital*. Dengan *digital*, remaja akan lebih mudah untuk menerima dan memahami informasi.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti mengenai efektivitas edukasi gizi seimbang remaja berbasis *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada siswa SMP. Dengan topik tersebut, peneliti berharap siswa SMP akan dapat lebih mudah untuk mencari, mendapatkan, dan memahami informasi mengenai gizi seimbang remaja. Sehingga, dengan informasi tersebut maka akan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang remaja agar semakin baik.

B. Rumusan Masalah

Apakah edukasi gizi seimbang remaja pada siswa SMP berbasis *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) lebih efektif dibandingkan dengan *power point* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Mengetahui efektivitas edukasi gizi seimbang remaja berbasis *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada siswa SMP.

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui rata-rata skor pengetahuan siswa SMP tentang gizi seimbang remaja sebelum diberikan edukasi dengan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) dan media *power point*.
- b. Mengetahui rata-rata skor pengetahuan siswa SMP tentang gizi seimbang remaja sesudah diberikan edukasi dengan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) dan media *power point*.
- c. Mengetahui rata-rata skor sikap siswa SMP tentang gizi seimbang remaja sesudah diberikan edukasi dengan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) dan media *power point*.
- d. Mengetahui perbedaan skor pengetahuan dan sikap siswa SMP yang diberikan edukasi dengan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) dengan siswa SMP yang diberikan media *power point*.
- e. Mengetahui efektivitas pemberian media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) dibandingkan dengan media *power point*.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah gizi masyarakat, yaitu untuk mengetahui efektivitas edukasi gizi seimbang remaja berbasis *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada siswa SMP.

E. Manfaat Penelitian

1. Teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti empirik adanya penggunaan *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada siswa SMP mengenai gizi seimbang remaja.

2. Praktis :

a. Bagi Instansi Pendidikan (Sekolah Menengah Pertama)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipakai sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada anak Sekolah Menengah Pertama tentang gizi seimbang remaja melalui penggunaan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku).

b. Bagi anak SMP

Melalui penelitian ini diharapkan dengan penggunaan media *website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada anak Sekolah Menengah Pertama tentang gizi seimbang remaja.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai “Efektivitas Edukasi Gizi Seimbang Remaja berbasis *Website* GIZBIKU (Gizi Baik Ku) terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Siswa SMP” belum pernah dilakukan. Peneliti telah mencari beberapa hasil penelitian sejenis. Beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan peneliti lain diantaranya adalah :

1. (Lathifa & Mahmudiono, 2019) “Pengaruh Media Edukasi Gizi Berbasis *Web* terhadap Perilaku Makan Gizi Seimbang Remaja SMA Surabaya”. Persamaan dengan penelitian tersebut adalah penggunaan media sebagai promosi kesehatan, jenis penelitian dengan quasi eksperimental, dan rancangan penelitian dengan *pretest posttest control group design*. Perbedaan dengan penelitian tersebut adalah subjek penelitian yaitu siswa SMA.
2. (Dwinugraha et al., 2021) “Pendidikan Gizi Berbasis *Website* Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan pada Remaja”. Persamaan dengan penelitian tersebut adalah penggunaan media sebagai promosi kesehatan, jenis penelitian dengan quasi eksperimental, dan rancangan penelitian dengan *pretest posttest control group design*. Perbedaan dengan penelitian tersebut adalah subjek penelitian yaitu siswa SMK.
3. (Krisdiani et al., 2020) “Pengaruh Edukasi Melalui *Twitter Thread* Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Remaja di SMP Harjamukti Depok”. Persamaan dengan penelitian tersebut adalah penggunaan media sebagai

promosi kesehatan, jenis penelitian dengan quasi eksperimental, dan subjek penelitian yaitu siswa SMP. Perbedaan dengan penelitian tersebut adalah rancangan penelitian dengan *one group pretest posttest design*.

4. (Putra et al., 2022) “Efektifitas Aplikasi Edukasi Gizi Remaja Berbasis Android untuk Pencegahan Stunting”. Persamaan dengan penelitian tersebut adalah penggunaan media sebagai promosi kesehatan, jenis penelitian dengan quasi eksperimental, dan rancangan penelitian dengan *pretest posttest*. Perbedaan dengan penelitian tersebut adalah subjek penelitian yaitu remaja sekolah secara umum.
5. (Zaki & Sari, 2019) “Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Energi Protein Remaja Putri dengan Kurang Energi Kronik (KEK)”. Persamaan dengan penelitian tersebut adalah penggunaan media sebagai promosi kesehatan dan jenis penelitian dengan quasi eksperimental. Perbedaan dengan penelitian tersebut adalah subjek penelitian yaitu siswa SMA dan rancangan penelitian dengan *one group pretest posttest*.