

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas merupakan salah satu risiko tertinggi dalam kematian global. Sekitar 3,4 juta orang meninggal dengan kasus obesitas. Tahun 2008, lebih dari 1,4 miliar yang berusia 20 tahun atau lebih dinyatakan mengalami kelebihan berat badan (WHO, 2015). Berdasarkan Riskesdas 2018 proporsi obesitas pada anak 13-15 tahun dari 2007 hingga 2018 yaitu, pada tahun 2007 ada 18,8%, pada tahun 2013 ada 26,6%, dan pada tahun 2018 ada 31,0%. Kejadian obesitas ini meningkat terus menerus dari tahun ke tahun. Yogyakarta berada dilima tingkat di atas batas nasional obesitas Indonesia, batas nasional Indonesia adalah 31,0% dan Yogyakarta berada diangka 33,0%. Menurut profil kesehatan provinsi Yogyakarta pada tahun 2017, kejadian obesitas di kabupaten Sleman terjadi 1,19%, data ini diambil dari jumlah pengunjung puskesmas dan jaringannya yang melakukan pemeriksaan obesitas.

Di Indonesia, obesitas merupakan masalah yang masih belum dapat diselesaikan dan masih menjadi masalah yang perlu untuk ditangani dengan benar. Obesitas muncul akibat salahnya pola konsumsi atau pola hidup dari masyarakat. Hal ini disebabkan oleh keberanian remaja dalam menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi serta minimnya pengetahuan makanan sehat sehingga kerap kali salah konsumsi. Remaja cenderung untuk mengkonsumsi makanan sesuai dengan keinginannya

yang mengikuti *trend* yang beredar di masyarakat ataupun media sosial. Kurangnya pengetahuan anak remaja mengenai pemilihan makanan yang benar berpengaruh dengan pola konsumsi yang terus dilakukannya, jika pola konsumsi tersebut salah maka akan menimbulkan masalah gizi pada tubuhnya contohnya seperti *overweight* yang akan berakibat obesitas jika tidak langsung ditangani dengan baik.

Ditinjau dari segi psikososial kegemukan merupakan beban bagi yang bersangkutan karena dapat menghambat kegiatan jasmani, sosial dan psikologis. Selain itu akibat bentuk yang kurang menarik, sering menimbulkan masalah dalam pergaulan dan seseorang dapat menjadi rendah diri dan yang terburuk adalah keputusan (Soegih dan Kunkun, 2009). Anak obesitas juga cenderung mengalami peningkatan tekanan darah dan denyut jantung sekitar 20-30% menderita hipertensi. Pada anak obesitas juga sering dijumpai kejadian *obstructive sleep apnea* (Sjarif, 2003). Jika terjadi obesitas pada tubuh dan berlanjut hingga dewasa maka akan banyak dampak negatif yang terjadi bagi tubuh manusia. Dampak akibat obesitas adalah penyakit degeneratif, seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes melitus, beberapa jenis kanker dan yang lainnya (Khomsan, 2004).

Pemenuhan kebutuhan zat gizi yang baik adalah pemenuhan yang tidak berlebihan, yang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh. Pemilihan makanan yang baik juga sangat baik untuk mengurangi obesitas. Faktor utama penyebab obesitas pada anak dan remaja adalah

asupan energi yang berlebihan yang tidak diimbangi dengan penggunaan energi (Cahyani, 2012). Hal ini mengakibatkan sisa energi yang tidak digunakan akan ditimbun atau disimpan menjadi lemak sehingga menyebabkan *overweight* dan jika dilakukan terus menerus akan berakibat obesitas. Adanya penambahan lemak dalam makanan memberikan efek rasa lezat dan tekstur makanan menjadi lembut dan gurih (Sartika, 2008), banyak remaja yang lebih memilih mengkonsumsi makanan yang memiliki rasa lezat dan gurih tanpa melihat lemak tinggi yang terkandung didalam makanan yang mereka konsumsi.

Ada beberapa upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk masalah obesitas ini salah satunya adalah 10 pesan gizi seimbang. Pemerintah sudah mengganti slogan 4 sehat 5 sempurna menjadi 13 pesan seimbang lalu disingkat lagi menjadi 10 pesan gizi seimbang. Didalam 10 pesan gizi seimbang itu juga telah disampaikan dipesan ke 5 yaitu batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak tetapi jika dilihat dari *trend* makanan sekarang banyak yang mengandung makanan dan minuman manis, makanan yang asin dan berlemak seperti *junkfood*. Hal ini mengindikasikan bahwa pesan tidak sampai pada sasaran.

Upaya-upaya dari pemerintah untuk memberikan informasi tentang upaya pencegahan obesitas nampaknya memiliki banyak hambatan. Beberapa hambatan yang terjadi adalah masyarakat sedikit apatis dengan informasi yang diberikan pemerintah, sebagai contoh maraknya penjualan *junkfood* yang beredar di Indonesia. Menurut Dhyana dkk (2011)

Hambatan lain yaitu persepsi keseriusan masalah obesitas pada remaja adalah masalah tidak serius, masih banyak orang tua yang menganggap anak yang gemuk menunjukkan kepintaran ibu dalam mengurus anak, keluarga yang gemuk biasa memiliki anak gemuk, anak yang obesitas bisa kurus sendiri kalau sudah dewasa dan alasan lainnya. Hambatan seperti persepsi itu yang seharusnya diubah dari masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan tentang bahayanya obesitas pada remaja.

Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan diadakannya pendidikan gizi. Pendidikan gizi merupakan upaya untuk membuat seseorang atau sekelompok masyarakat 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 anak tentang pentingnya melakukan penanggulangan obesitas dan mengubah perilaku makan mereka yang salah dan juga membuat remaja lebih peduli terhadap kesehatannya sehingga mereka rutin untuk melakukan cek kesehatan ataupun menimbang berat badan secara rutin untuk menghindari obesitas terjadi.

Metode dan media yang digunakan dalam pendidikan gizi mempengaruhi motivasi siswa dalam menerima pesan. Salah satu cara penyampaian bahan ajar yang sering digunakan adalah metode ceramah. Pemilihan pemberian penyampaian materi melalui metode ceramah dinilai lebih ekonomis. Metode ini akan berhasil apabila penceramah menguasai

isi materi, menyampaikan pesan dengan sistematika yang baik dan menggunakan alat bantu misalnya media cetak atau media audio video visual (Notoatmodjo, 2010).

Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah media audio visual yang memberikan tingkat pemahaman lebih dibandingkan hanya pemberian pendidikan melalui ceramah atau narasi saja. Menurut Ashaver dan Igyuve (2013) seseorang akan lebih mudah dan lebih cepat belajar dan memahami suatu materi apabila didukung dengan media audiovisual daripada ceramah saja. Dan juga menurut Ajie *et al.* (2014) yang menunjukkan bahwa hasil post test setelah intervensi pada kelompok dengan media video dapat memahami pesan gizi lebih akurat daripada kelompok dengan media ceramah/narasi.

Berdasarkan masalah gizi tentang obesitas yang terurai di beberapa paragraf diatas, perlunya menangani masalah gizi obesitas dengan melakukan pemberian penyuluhan menggunakan media yang menarik agar remaja tidak bosan dan mengerti materi yang disampaikan dengan baik. Oleh karena itu, perlu diciptakannya media yang menarik. Media video animasi ini lebih dapat menyampaikan pesan gizi secara akurat daripada hanya menggunakan ceramah dengan media *power point*. Diharapkan dengan terciptanya media ini dapat meningkatkan kepedulian remaja tentang upaya penanggulangan obesitas dengan cara mengkonsumsi makanan yang sehat dan benar juga memeriksa kesehatan dan menimbang berat badan secara rutin agar terhindar dari kejadian obesitas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan tersebut maka data dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh penggunaan video animasi “Yuk Atasi Obesitasmu” dalam penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja tentang upaya penanggulangan obesitas di Desa Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta?
2. Apakah ada pengaruh penggunaan video animasi “Yuk Atasi Obesitasmu” dalam penyuluhan terhadap sikap pada remaja tentang upaya penanggulangan obesitas di Desa Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan media video animasi “Yuk Atasi Obesitasmu” dalam penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang upaya penanggulangan obesitas di Desa Wedomartani, Kec. Ngemplak, Kab. Sleman, D.I. Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui nilai pengetahuan dan sikap remaja di Desa Wedomartani tentang upaya penanggulangan obesitas sebelum pemberian dengan media video animasi.

- b. Mengetahui pengetahuan dan sikap remaja di Desa Widodomartani tentang upaya penanggulangan obesitas sebelum pemberian media *power point*.
- c. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan pada remaja di Desa Wedomartani tentang upaya penanggulangan obesitas sesudah pemberian dengan media video animasi.
- d. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan sikap pada remaja di Desa Widodomartani tentang upaya penanggulangan obesitas setelah pemberian media *power point*.
- e. Mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di Desa Wedomartani dan di Desa Widodomartani tentang upaya penanggulangan obesitas.

D. Ruang Lingkup

Ditinjau dari segi keilmuan gizi, penelitian ini termasuk dalam bidang pendidikan gizi masyarakat, yaitu pemberian media berupa video animasi “Yuk Atasi Obesitasmu” yang membahas tentang makanan-makanan yang dibatasi ataupun dianjurkan untuk dikonsumsi agar terhindar dari obesitas, selain itu juga membahas tentang obesitas secara umum seperti penyebab, dampak dan upaya penanggulangan yang dapat dilakukan. Video animasi ini digunakan sebagai media untuk mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap gizi pada remaja di Desa Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta pada kelompok intervensi dan pada remaja

di Desa Widodomartani Ngemplak Sleman sebagai kelompok kontrol tentang upaya penanggulangan obesitas pada remaja.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam membuat inovasi media dalam penyampaian informasi terkait gizi.

b. Bagi Institusi Terkait

Institusi terkait yaitu Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang akan digunakan sebagai bahan referensi untuk memberikan informasi tentang inovasi media dan pengembangan media dalam melakukan penyuluhan gizi.

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian sekaligus perbandingan terhadap penelitian dengan topik yang sama.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Remaja di Desa Wedomartani Ngemplak Sleman Yogyakarta

Memberikan informasi kepada remaja tentang upaya penanggulangan obesitas dengan makan makanan bergizi dan diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam perubahan perilaku makan.

b. Bagi Pemerintah

Sebagai bahan masukan kepada pemerintah tentang pemilihan pemberian media dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi remaja.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang belum pernah dilakukan oleh peneliti lain. Keaslian penelitian ini diambil berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria responden, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Beberapa penelitian sebelumnya diantaranya terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian penelitian

No	Peneliti	Judul	Perbedaan	Persamaan
1	Levita Lestari	Pengaruh Pendidikan Gizi Dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pedoman Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar.	Sasaran, topik, dan media yang digunakan berbeda.	Metode yang digunakan, cara pemberian intervensi. variabel yang digunakan sama yaitu sikap gizi.
2	Surastomo Budi Cahyono	Peningkatan Pengetahuan Siswi Tentang Anemia Setelah Mendapatkan Pendidikan Gizi Dengan Media Video Animasi.	Sasaran, dan topik yang digunakan beda.	Media, metode dan variabel yang digunakan sama yaitu pengetahuan.

3.	Sukmawati Thasim, Aminuddin Syam, Ulfah Najamuddin	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Asupan Zat Gizi Pada Anak Gizi Lebih Di Sdn Sudirman I Makassar Tahun 2013.	Sasaran yang digunakan berbeda, media yang digunakan.	Variabel yang diteliti sama yaitu pengaruh edukasi.
----	---	---	---	---

Berdasarkan Tabel 1. penelitian yang dilakukan oleh penulis menggunakan variable yang sama dengan penelitian sebelumnya, namun terdapat perbedaan dalam media yang digunakan.