

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perubahan yang dramatis, pertumbuhan pada usia anak-anak relatif terjadi dengan kecepatan yang sama dialami oleh pertumbuhan remaja, peningkatan pertumbuhan yang disertai dengan perubahan hormonal, kognitif, dan emosional. Semua masa perubahan ini membutuhkan zat gizi secara khusus. Remaja adalah individu baik perempuan atau laki-laki yang berada pada usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10 - 19 tahun menurut klasifikasi *World Health Organization* (WHO) (Istiany, 2013).

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu dari sebagian kelompok remaja yang termasuk dalam kelompok remaja awal. Remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan fase remaja masa awal yang berusia antara 12-15 tahun. Pada usia tersebut, remaja merupakan salah satu bagian utama dalam masalah kesehatan karena gaya hidup mereka yang unik dan nampak berbeda dari kelompok yang lainnya (Sulaiman, 2009).

Berdasarkan data Riskesdas secara nasional tahun 2013, menunjukkan prevalensi kurus pada remaja umur 13-15 tahun adalah 11,1% yang terdiri dari 3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus. Sedangkan di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki total prevalensi kurus sekitar 5,2% yang terdiri dari 2% masuk kedalam kategori sangat kurus dan 3,2% masuk kedalam kategori kurus. Selain

itu prevalensi mengenai resiko KEK pada WUS usia 15-49 tahun DI Yogyakarta memiliki prevalensi sebesar 23%, prevalensi tersebut naik 15,7% dari tahun sebelumnya.

Selain itu menurut data Riskesdas secara nasional tahun 2013, menunjukkan prevalensi gemuk pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 10.8%, terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas). Sedangkan data Riskesdas menurut provinsi tahun 2013, DI Yogyakarta memiliki total prevalensi gemuk sekitar 11% yang terdiri dari 6,5% masuk kedalam kategori gemuk dan 4,5% masuk kedalam kategori sangat gemuk (obesitas).

Masalah anemia pun menunjukkan prevalensi pada penduduk indonesia sebesar 21,7%. Sedangkan apabila dikelompokan menurut umur usia 5-14 tahun memiliki prevalensi sebesar 26,4% dan usia 15-24 tahun memiliki prevalensi sebesar 18,4% (Riskesdas, 2013).

Masalah gizi yang terjadi pada usia sekolah khususnya remaja dipicu oleh beberapa faktor seperti kebiasaan makan yang buruk, pemahaman gizi yang salah, kesukaan yang berlebihan terhadap satu jenis makanan, promosi yang berlebihan tentang produk makanan di media masa dan maraknya produk impor makanan. Pengetahuan pangan dan gizi juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi sehingga diperlukan pendidikan gizi secara formal maupun non formal (Sulistyoningsih, 2012).

Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang

menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan gizi sangat penting untuk menambah pengetahuan gizi remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan gizi agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah dan tidak menimbulkan masalah gizi (Sediaoetama, 2000).

Penyuluhan tentang gizi seimbang masih belum dikenal di kalangan masyarakat luas khususnya remaja maka dari itu perlu adanya sosialisasi dan penyampaian Pedoman Gizi Seimbang. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja memerlukan cara pendekatan yang strategis agar tercapai secara efektif dan efisien sehingga diperlukan strategi atau metode yang tepat untuk menyampaikan. Metode penyuluhan kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi sehingga informasi yang diberikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh audien. Berbagai media yang digunakan sebagai penunjang dan alat bantu untuk metode penyuluhan salah satunya adalah media visual yang dapat menyalurkan pesan yang berupa simbol-simbol komunikasi visual yang perlu dipahami dalam bentuk *leaflet* dan audiovisual yang dapat memberikan stimulasi secara nyata berisi gambar gerak dan unsur suara dengan durasi waktu relatif pendek yang ditayangkan dalam bentuk video (Notoatmodjo, 2007).

Leaflet merupakan media perantara yang materi dan penyerapannya melalui selebar kertas dengan ukuran tertentu yang disajikan dalam bentuk lembaran kertas berlipat dan tanpa lipatan. Penyebarannya dengan cara dibagikan kepada audien. Sedangkan video merupakan media perantara yang materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan dan ketrampilan. Materi gizi seimbang dalam video dikemas berupa efek gambar yang bergerak dengan alur cerita yang menarik serta suara sehingga memberikan gambaran yang lebih nyata (Kholid, 2014).

Penelitian Erviana dkk (2012), menyatakan bahwa responden yang diberikan penyuluhan dengan video memiliki pengetahuan baik karena informasi yang disampaikan lebih mudah dipahami. Penyuluhan menggunakan media video mulai sering digunakan seiring dengan perkembangan teknologi karena dinilai efektif untuk penyampaian pesan kepada masyarakat dibandingkan dengan penyuluhan kesehatan tanpa media atau hanya dengan media ceramah, seminar, diskusi, *power point* yang sifatnya masih konvensional.

Hasil survey penelitian yang telah dilakukan oleh Kristanti,dkk (2014) tentang “Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Konsumsi *Fastfood* Dengan Status Gizi Siswa SMPN 4 Surakarta” didapatkan 83% remaja masih mempunyai pengetahuan gizi yang rendah serta masih banyak ditemui jajanan *fastfood* disekitar sekolah yang mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak sehingga

dapat memicu pola makan tidak sehat. Sehingga perlu pengembangan media penyuluhan untuk menunjang pengetahuan.

SMP Negeri 5 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah unggulan yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta. Siswa/siswi yang ada di SMP Negeri 5 Yogyakarta pun beragam dimulai dari kalangan menengah ke atas hingga menengah ke bawah. Selain itu apabila dilihat dari masalah gizi yang ada pun menunjukkan hal yang sama, dapat terlihat dari hasil pengukuran status gizi yang dilakukan pada tanggal 13 Desember 2017 oleh Puskesmas Jetis untuk melihat besaran masalah gizi pada 95 orang siswa yang ada didapatkan siswa/siswi yang mengalami obesitas sebanyak 8,4%, gemuk sebanyak 23,2%, normal sebanyak 58%, kurus sebanyak 5,2% dan sangat kurus sebanyak 4,2%.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan dirasa perlu untuk dilakukan penelitian dengan topik “Efektivitas Penggunaan Media *Leaflet* dan Video Terhadap Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu :

“ Apakah ada perbedaan efektivitas Penggunaan Media *Leaflet* dan Video Terhadap Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Efektivitas Penggunaan Media *Leaflet* dan Video Terhadap Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui efektivitas penggunaan media *leaflet* sebelum dan setelah penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa SMP tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- b. Mengetahui efektivitas penggunaan media *leaflet* sebelum dan setelah penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa SMP tentang Pedoman Gizi Seimbang.
- c. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan siswa SMP tentang Pedoman Gizi Seimbang menggunakan Media *leaflet* dan video.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup dibidang gizi dengan cakupan penelitian gizi masyarakat khususnya tentang media dalam kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi gizi.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Bagi peneliti, dapat menambah teori dan inovasi media penyuluhan Pedoman Gizi Seimbang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta

Meningkatkan pengetahuan siswa tentang Pedoman Gizi Seimbang serta memberikan sikap positif sehingga siswa termotivasi dan lebih menikmati penyuluhan.

b. Bagi Instansi SMP Negeri 5 Yogyakarta

Memberikan informasi dan alternatif media pembelajaran gizi untuk meningkatkan pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang serta meningkatkan kualitas sekolah menengah pertama menjadi sekolah menengah pertama yang mengenal Pedoman Gizi Seimbang.

c. Bagi Pemerintah

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam upaya perbaikan gizi.

F. Keaslian Skripsi

Menurut pengetahuan peneliti, penelitian terdahulu yang telah dilakukan antara lain :

Tabel 1. Keaslian Skripsi

No	Judul	Variabel	Design	Analisis	Perbedaan
1	Hestidiana,A.I, Muwahhidah dan Sudaryanto, R (2014) dengan judul “Manfaat Edukasi Gizi dengan Media Kartun Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) Pada Siswa Sekolah Dasar Di SD Muhammadiyah 16 Surakarta”	Pengetahuan	Quasy experimental study dengan one group pretest-postest design	Paired sample test	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
2	Maslahah, N, Hidayanti,L dan Rakhma,R.L (2017) dengan judul penelitian “Pengaruh Pendidikan Media <i>Flashcard</i> Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang Di SD Surakarta	Pengetahuan	Quasy experimental study dengan rancangan Non-randomized control group pretest-postest	Mann Whitney U	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Analisis yang digunakan berbeda yaitu T-test. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
3	Hanifah,L.D, Andiani,K dan Soviana,E (2015) dengan judul “Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang dengan Menggunakan Media Video Di SMP Negeri 2 Kartasura”	Pengetahuan gizi seimbang	Quasy experimental study dengan one group pretest-postest design dengan menggunakan simple random sampling	Paired sample test	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video.

4	Darajat,R, Sarbini,D dan Endang,W.N (2015) dengan judul “Efektivitas Pendidikan Gizi dengan Metode Dongeng Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Seimbang Di SDN 3 Makamhaji Kartasura”	Pengetahuan gizi seimbang	Quasy experimental study dengan one group pretest-posttest design	Uji Komogorov - Smirnov	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Analisis yang digunakan berbeda yaitu T-test. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
5	Tuzzahroh,F, Soviana,E dan Sudaryanto,R (2015) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media Video, Poster dan Permainan Kwartet Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Karangasem III Kota Surakarta”	Penyuluhan dan pengetahuan gizi seimbang	Pre-experimental design dengan one group pretest-posttest	Uji Komogorov Smirnov dan paired sample T-test	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
6	Hidayat,H dan Madaniyah,S (2013) dengan judul “Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Diskusi dan Permainan Edukatif Kubus Bergambar Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Siswa Sekolah Dasar Kabupaten Bogor”	Pengetahuan gizi seimbang	Quasy experimental study dengan one group pretest-posttest design dengan menggunakan purposive sampling	Korelasi pearson	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Analisis yang digunakan berbeda yaitu T-test. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.

7	Saloso,I dan Riyani,H (2011) dengan judul “Pengaruh Media Audio (Lagu Anak-Anak) dan Media Visual (Kartu Bergambar) Terhadap Pengetahuan Gizi (PUGS dan PHBS) Serta Tingkat Penerimaannya Pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri Di Kota Bogor”	Pengetahuan gizi	Quasy experimental study dengan one group pretest-postest design dengan menggunakan purposive sampling	Statistik deskriptif dan inferensia	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Analisis yang digunakan berbeda yaitu T-test. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
8	Marissa dan Nuryanto (2014) dengan judul “Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswa SDN Bendungan Di Semarang”	Pengetahuan dan sikap	Quasy experimental study dengan one group pretest-postest design	Uji paired T-test, Wilcoxon dan Mann Whitney	Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.
9	Fauzi,A.C (2012) dengan judul “Analisis Pengetahuan Dan Perilaku Gizi Seimbang Menurut Pesan Ke 6, 10, 11, 12 Dari Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) Pada Remaja”	Pengetahuan dan perilaku	Quasy experimental study dengan one group pretest-postest design dengan menggunakan purposive sampling		Media yang akan digunakan pada penelitian ini adalah <i>leaflet</i> dan video. Analisis yang digunakan berbeda yaitu T-test. Sampel yang akan digunakan oleh peneliti yaitu siswa SMP.