

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Remaja akan mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang berlangsung sangat cepat.<sup>1</sup> Puncak pertumbuhan akan memengaruhi perubahan komposisi tubuh sehingga memengaruhi kebutuhan gizi remaja.<sup>2</sup> Remaja putri seringkali rentan terkena masalah gizi remaja seperti obesitas, anemia, gizi lebih, dan gizi kurang (KEK).<sup>1</sup> Kekurangan Energi Kronis (KEK) terjadi disebabkan kurangnya asupan energi dan protein dalam kurun waktu yang lama.<sup>3</sup>

Permasalahan kesehatan dan gizi remaja saat ini belum dilihat sebagai permasalahan multi dimensi, di mana dalam permasalahan tersebut banyak hal yang terkait. Perhatian pada pemenuhan hak kesehatan dan gizi remaja yang relatif kurang. Sehingga kebijakan dan program intervensi terkait masalah tersebut perlu untuk dilaksanakan.

Kurang Energi Kronis (KEK) merupakan keadaan di mana seseorang mengalami kekurangan gizi (kalori dan protein) yang berlangsung lama atau menahun, ditandai dengan berat badan < 40 kg atau tampak kurus dan dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) < 23,5 cm yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan secara relatif dan absolut. Dampak KEK

pada ibu hamil sendiri yaitu meningkatkan risiko terjadinya anemia, perdarahan, dan terkena penyakit infeksi. Sedangkan tiga besar penyebab kematian ibu di Indonesia pada Tahun 2019 sendiri yaitu karena perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), dan infeksi (207 kasus).<sup>6,7</sup>

Prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita usia subur yang tidak hamil pada kelompok usia 15 – 19 tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan hasil sebesar 36,3% dan pada ibu hamil usia remaja (15 - 19 tahun) sebesar 33,5% yang merupakan angka tertinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Selanjutnya, dalam diagram batang proporsi kurang energi kronis pada wanita usia subur untuk Provinsi DI Yogyakarta sendiri merupakan provinsi dengan persentase wanita usia subur KEK yang melebihi rata-rata nasional, di mana rata-rata nasional untuk KEK pada WUS tidak hamil (14,5%) dan hamil (17,3%).<sup>8</sup> Selanjutnya untuk prevalensi ibu hamil KEK pada Tahun 2019 dari lima kabupaten/kota masing-masing yaitu Kulon Progo (14,46%), Bantul (10,66%), Gunungkidul (17,99%), Sleman (9,98%), dan Kota Yogyakarta (16,62%) sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa Kabupaten Gunungkidul merupakan kabupaten dengan prevalensi ibu hamil KEK tertinggi di antara kabupaten/kota lainnya.<sup>9</sup> Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan bertanya kepada beberapa remaja di wilayah Kabupaten Gunungkidul hampir keseluruhan belum paham tentang apa itu KEK, apa saja faktor penyebab dan

dampaknya, serta bagaimana menu gizi seimbang dalam pemenuhan nutrisi sehari-hari terkait pencegahan KEK.

Kesehatan dan gizi di masa remaja merupakan salah satu fase penting dalam membentuk status kesehatan dan gizi di fase-fase berikutnya. Pada usia remaja kebutuhan energi, protein, dan zat gizi mikro meningkat secara signifikan. Masalah gizi pada kelompok usia ini berkaitan erat dengan gaya hidup dan kebiasaan makan yang juga berkaitan erat dengan perubahan fisik dan kebutuhan energi remaja. Untuk memenuhi kebutuhan energi diperlukan asupan gizi yang optimal, baik dalam hal kuantitas maupun kualitas sehingga pola makan remaja perlu ditingkatkan ke arah konsumsi gizi seimbang.

Pendidikan gizi untuk remaja perlu dilakukan. Program pendidikan gizi pada remaja telah cukup banyak dilakukan di Indonesia. Namun, untuk di Kabupaten Gunungkidul sendiri pendidikan gizi baru sebatas penyebaran leaflet dan poster yang diletakkan dan ditempel di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Penelitian Widaliskana, 2017 yang membandingkan antara pembelajaran dengan media elektronik dan media cetak didapatkan hasil bahwa dalam hal keaktifan mahasiswa yang belajar dengan media elektronik lebih aktif dibandingkan dengan mahasiswa yang belajar dengan media cetak. Selain itu, pembelajaran dengan media elektronik menunjukkan hasil nilai yang lebih baik dibandingkan dengan pembelajaran menggunakan media cetak.<sup>10</sup>

Metode pembelajaran disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai. Untuk perubahan tingkat pengetahuan metode yang dapat digunakan di antaranya yaitu penyuluhan langsung, pemasangan poster, spanduk, penyebaran leaflet, dan lain-lain. Untuk tujuan perubahan sikap metode pembelajaran yang dapat digunakan yaitu dengan memberikan contoh konkrit yang dapat menggugah emosi, perasaan dan sikap sasaran, misalnya dengan memperlihatkan foto atau slide. Untuk perubahan keterampilan sasaran harus diberi kesempatan untuk mencoba keterampilan tersebut.<sup>11</sup>

Penelitian sebelumnya terkait pengetahuan gizi remaja menunjukkan hasil bahwa pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberi intervensi pendidikan gizi mengalami peningkatan. Media yang digunakan dalam pendidikan gizi diantaranya yaitu modul, *booklet*, dan atau video.<sup>12,13</sup> Penelitian Amalia (2018) menunjukkan hasil peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan intervensi dengan media modul. Yulianasari (2019) melakukan penelitian dengan intervensi menggunakan media *booklet*, penelitian ini menunjukkan hasil bahwa pendidikan gizi dengan media *booklet* cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik, namun kurang berpengaruh pada sikap remaja.

Penelitian dengan media *e-booklet* yang kemudian disampaikan dengan metode penyuluhan diharapkan dapat diterima remaja dengan baik. Seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang menjadi akar terciptanya era globalisasi, kini kemajuan teknologi telah menciptakan dunia baru yang nonmaterial namun memiliki jangkauan yang tak terbatas

yaitu dunia maya yang dibantu dengan media elektronik di dalamnya. *Booklet* dalam media elektronik akan semakin mudah dimanfaatkan, pembaca dapat menyesuaikan pada halaman berapa yang mereka butuhkan dan media tersebut dapat diakses di manapun dan kapanpun. Selain itu, *e-booklet* juga mampu menyebarkan informasi dalam waktu relatif singkat kepada banyak orang yang tempat tinggalnya berjauhan.<sup>14</sup> *E-booklet* ini diharapkan mampu menciptakan hal baru dalam masyarakat. Pada awalnya, video dianggap sebagai media kunci dalam memberikan pendidikan kesehatan namun dengan adanya *e-booklet* ini diharapkan mampu mengalihkan pandangan masyarakat terkait media pendidikan kesehatan.

Media *e-booklet* yang disampaikan dengan penyuluhan melalui *google meet* dipandang akan lebih efektif dibandingkan dengan video yang disebarkan melalui WhatsApp Group. Pandangan ini sejalan dengan penelitian Jaka Wijaya Kusuma dan Hamidah, 2020 yang menyimpulkan bahwa pembelajaran dengan media zoom lebih efektif dibandingkan dengan media WA Group, selanjutnya untuk hasil belajar pada kelas yang diberikan perlakuan webinar zoom lebih baik dibandingkan dengan kelas yang diberikan perlakuan dengan WA Group.<sup>15</sup> Penggunaan media *e-booklet* dalam penyuluhan kesehatan terkait pencegahan KEK tentu memerlukan peran bidan dan juga kader di wilayah sasaran. Bantuan dari bidan terkait penentuan sasaran penyuluhan serta bantuan kader dalam pelaksanaan penyuluhan sangat diperlukan dalam kegiatan ini.

Promosi kesehatan yang salah satu kegiatannya yaitu penyuluhan kesehatan memiliki beberapa tujuan. Tujuan-tujuan tersebut diantaranya yaitu tujuan program, tujuan pendidikan, dan tujuan perilaku. Tujuan program merupakan pernyataan tentang apa yang akan dicapai dalam periode waktu tertentu yang berhubungan dengan status kesehatan. Tujuan pendidikan merupakan deskripsi perilaku yang akan dicapai dapat mengatasi masalah kesehatan yang ada. Sedangkan tujuan perilaku yaitu pendidikan atau pembelajaran yang harus tercapai (perilaku yang diinginkan). Oleh sebab itu, tujuan perilaku berhubungan dengan pengetahuan dan sikap yang ditunjukkan.<sup>11</sup>

## **B. Rumusan Masalah**

Remaja putri seringkali rentan terkena masalah gizi remaja seperti obesitas, anemia, gizi lebih, dan gizi kurang (KEK). Prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita usia subur yang tidak hamil pada kelompok usia remaja (15 – 19) tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan hasil sebesar 36,3% dan pada ibu hamil usia remaja (15 - 19 tahun) sebesar 33,5% yang merupakan angka tertinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Provinsi DI Yogyakarta sendiri merupakan provinsi dengan persentase wanita usia subur KEK yang melebihi rata-rata nasional. Jika nantinya kelompok remaja putri dengan KEK hamil, berpotensi melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR). Kabupaten Gunungkidul merupakan kabupaten dengan kasus ibu hamil KEK tertinggi di antara kabupaten/ kota lainnya. Kasus ibu hamil KEK

dapat diatasi dengan pemberian intervensi pada remaja putri karena semua intervensi pada remaja sering dikatakan sebagai intervensi yang memiliki tiga manfaat sekaligus, karena manfaatnya akan dirasakan oleh remaja tersebut saat ini, di masa yang akan datang (dewasa), dan keturunan mereka nantinya. Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan bertanya kepada beberapa remaja di wilayah Kabupaten Gunungkidul hampir keseluruhan belum paham mengenai hal-hal yang berkaitan dengan KEK. Untuk mengatasi masalah tersebut dapat dilakukan pendidikan kesehatan salah satunya melalui kegiatan penyuluhan. Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh *e-booklet* terhadap peningkatan perilaku remaja terkait pencegahan KEK bagi remaja di Desa Mulo, Kabupaten Gunungkidul?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Diketuinya pengaruh *e-booklet* terhadap peningkatan perilaku remaja terkait pencegahan KEK bagi remaja di Desa Mulo Kabupaten Gunungkidul.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya tingkat pengetahuan remaja terkait pencegahan KEK sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan media *e-booklet* pada kelompok eksperimen dan pendidikan kesehatan dengan video pada kelompok kontrol.

- b. Diketuainya sikap remaja terkait pencegahan KEK sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan media *e-booklet* pada kelompok eksperimen dan pendidikan kesehatan dengan video pada kelompok kontrol.
- c. Diketuainya praktik/ keterampilan remaja terkait pencegahan KEK sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan media *e-booklet* pada kelompok eksperimen dan pendidikan kesehatan dengan video pada kelompok kontrol.

#### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup profesi kebidanan dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh *E-Booklet* Terhadap Peningkatan Perilaku Remaja Terkait Pencegahan Kekurangan Energi Kronis bagi Remaja di Desa Mulo Kabupaten Gunungkidul” adalah ruang lingkup Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan terkait pencegahan KEK di Desa Mulo sebagai salah satu wilayah kerja Puskesmas Wonosari I. Penelitian ini akan dilaksanakan pada Bulan September - Desember 2021.

#### **E. Manfaat**

##### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan kesehatan khususnya terkait pencegahan KEK.

## 2. Manfaat Praktik

### a. Bagi Kepala Puskesmas Wonosari I

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai upaya *promotif* dan *preventif* untuk menurunkan prevalensi ibu hamil KEK di Wilayah Kabupaten Gunungkidul.

### b. Bagi Bidan di Puskesmas Wonosari I

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi bagi tenaga kesehatan khususnya bidan di Puskesmas Wonosari I terkait salah satu faktor penyebab KEK pada ibu hamil, sehingga bidan dapat memberikan asuhan yang tepat, mengantisipasi terjadinya KEK pada ibu hamil dengan mendeteksi dini faktor faktor yang dapat menyebabkan KEK. Selanjutnya, media dalam penelitian ini juga diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai media penyampaian pendidikan gizi pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Wonosari I Gunungkidul.

### c. Bagi Kader di Desa Mulo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu media yang ada kader dapat melakukan pendekatan kepada remaja terkait pemenuhan gizi untuk mencegah KEK pada saat kehamilan.

### d. Bagi Peneliti berikutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penyempurnaan produk inovasi terapan.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti/ Tahun/ Judul	Jenis dan Desain	Tempat/ Teknik Sampling	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Penelitian
1.	Prastika Yulianasari, Sri Achadi Nugraheni, dan Apoina Kartini/ 2019/ Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Booklet Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Terkait Pencegahan Kekurangan Energi Kronis	<i>Quasy Experimen tal</i> dengan desain <i>pre- post test control group</i>	SMA Negeri 14 dan SMA Negeri 15 Kota Semarang/ <i>purposive sampling</i>	Pendidikan gizi dengan media booklet cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik, akan tetapi kurang berpengaruh terhadap sikap remaja.	Persamaan: jenis dan desain penelitian  Perbedaan: media yang digunakan, judul, tempat penelitian.
2.	Fifiantyas Amalia, S.A. Nugraheni, dan Apoina Kartini/ 2018/ Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Calon Ibu dalam Pencegahan Kurang Energi Kronik Ibu Hamil (Studi pada Pengantin Baru Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Duren, Bandungan, Semarang)	<i>Quasy Experimen tal</i> dengan <i>one-group pre-test post-test design</i>	Wilayah Kerja Puskesmas Duren, Bandungan, Semarang/ <i>purposive sampling</i>	Terdapat perbedaan berupa peningkatan antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Terdapat perbedaan berupa penurunan antara praktik sebelum dan sesudah intervensi.	Persamaan: jenis penelitian  Perbedaan: desain, judul, tempat penelitian.
3.	Hema Dewi Anggraheny dan Andra Novitasari/ 2020/ E-Book "Milenial Sadar Gizi" sebagai Salah Satu Upaya Edukasi Pencegahan Ibu Hamil KEK di Puskesmas Gunungpati Semarang	Survey dengan wawancara	Puskesmas Gunungpati, Semarang	Upaya yang dilakukan dengan melakukan edukasi pola makan sehat bagi ibu hamil untuk mencegah dampak KEK yang ditimbulkan, antara lain melalui pembuatan <i>e-book</i> "Milenial Sadar Gizi" untuk wanita produktif mulai dari usia remaja agar dapat mempunyai pola asupan makanan yang sehat untuk mempersiapkan kehamilannya kelak.	Persamaan: variabel penelitian  Perbedaan: jenis dan desain penelitian, tempat penelitian.
4.	Rahayu Nurul Reski, dkk/ 2019/ <i>Anemia, chronic energy deficiency and their</i>	<i>Cross- sectional study</i>	Kabupaten Takalar, Sulawesi Selatan	Prevalensi anemia dan KEK masih tinggi pada wanita prakonsepsi dan ada batas yang signifikan antara anemia	Persamaan: topik penelitian

	<i>relationship in preconception women</i>			dan KEK.		Perbedaan: judul, jenis, dan tempat penelitian.
5.	Marjolein Poels MSc dan Maria P.H. Koster PhD, MD/ 2017/ <i>Actively preparing for pregnancy is associated with healthier lifestyle of women during the preconception period</i>	<i>Retrospective cross-sectional study</i>	Netherlands	Mencari informasi prakonsepsi baik secara mandiri maupun dengan memanfaatkan layanan konsultasi terbukti dapat mengubah gaya hidup secara positif selama periode prakonsepsi.		Persamaan: topik penelitian Perbedaan: judul, jenis, dan tempat penelitian.
6.	Jaka Wijaya Kusuma dan Hamidah/ 2020/ Perbandingan Hasil Belajar Matematika dengan Penggunaan Platform WhatsApp Group dan Webinar Zoom dalam Pembelajaran Jarak Jauh pada Masa Pandemi Covid-19.	<i>Quasi experiment dengan pretest-posttest nonequivalent multiple-group design.</i>	Universitas Bina Bangsa, Serang	Hasil belajar kelas eksperimen yang diberikan perlakuan webinar zoom lebih baik dari pada kelas eksperimen I yang diberikan perlakuan WA Group. Pembelajaran dengan Perlakuan Webinar lebih efektif dari pada dengan perlakuan WA Group.		Persamaan: platform yang digunakan dalam penelitian Perbedaan: topik dan tempat penelitian.
7.	NA Fatimah/ 2020/ Gambaran Kejadian KEK pada Siswi kelas X di SMK N 1 Tepus Kabupaten Gunungkidul.	Deskriptif dengan desain <i>cross sectional.</i>	SMK N 1 Tepus/ Total Sampling	Status gizi responden mayoritas (90%) masuk dalam kategori normal, tingkat pendidikan ibu responden mayoritas (97%) pada tingkat pendidikan dasar, pendapatan orangtua responden mayoritas (90%) terdapat pada kategori rendah, frekuensi makan responden 50% dalam kategori kurang 50% dalam kategori baik, mayoritas (90%) tidak mengalami penyakit infeksi, dan mayoritas responden (55%) juga tidak menerapkan perilaku gizi seimbang.		Persamaan: topik penelitian Perbedaan: jenis dan desain penelitian, judul penelitian, tempat penelitian, teknik pengambilan sampel.