BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja termasuk kelompok rentan dalam masalah gizi, hal ini dikarenakan, percepatan pertumbuhan, perubahan gaya hidup, kehamilan, keikut sertaan dalam olahraga, kecanduan alkolhol dan obat, meningkatkan kebutuhan energi dan zat gizi. Remaja belum sepenuhnya matang, baik secara fisik, kognitif dan psikososial. Dalam masa pencarian identitas ini, remaja cepat sekali terpengaruh oleh lingkungan. Kegemaran yang tidak lazim, seperti pilihan untuk menjadi vegetarian atau vegan, merupakan bagian contoh keterpengaruhan lingkungan [1].

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dan 2013 pada anak usia 13-15 tahun meningkat prevalensi tiap tahunya, dinyatakan bahwa prevalensi kurus Nasional dari 10,1% meningkat menjadi 11,1%, sedangkan prevalensi kurus di Jawa Barat pada anak umur 13-15 tahun 9.1% dan prevalensi kurus pada anak perempuan di Jawa Barat yaitu 7,4%, Prevalensi untuk berat badan lebih di Jawa Barat khususnya pada anak usia 5-15 tahun adalah 11,7% obesitas 9,6% [2] [3], [4]. Berdasarkan prevalensi data diatas dapat disimpulkan bahwa masalah kurus semakin meningkat prevalensinya setiap tahun di Indonesia dan merupakan masalah kesehatan yang perlu di atasi.

Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan perilaku gizi yang salah, yaitu ketidak seimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan sehingga akan berdampak pada status gizi [5]. Masalah gizi pada remaja juga dapat diakibatkan oleh diet ketat yang menyebabkan remaja kurang mendapat makanan yang seimbang dan bergizi, dan kebiasaan makan yang buruk [6].

Hal-hal lain yang mempengaruhi status gizi remaja putri diantaranya faktor keturunan, gaya hidup, dan faktor lingkungan [7].

Body image yaitu bagaimana remaja memandang dan menilai tubuhnya sendiri. Ketidak sesuaian antara tubuh yang di persepsi oleh remaja dengan bentuk tubuhnya akan memunculkan ketidak puasan terhadap tubuhnya [8]. Citra tubuh (*body image)* yang positif merupakan salah satu faktor pendukung gizi optimal adalah penilaian pada diri sendiri, hal ini sering terjadi pada remaja putri [6].

Pada usia remaja, *body image* dapat dipicu oleh adanya perubahan fisik pada tubuh, apabila perubahan fisik pada remaja tersebut tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diinginkan oleh remaja maka dapat memicu *body image negatif*. Berdasarkan hasil survey majalah BLISS tahun 2016 menunjukan bahwa 90% remaja dari 5053 remaja tidak bahagia dengan bentuk tubuh yang dimiliki [9] Sedangkan dari 5053 remaja tersebut hanya 19% remaja yang mengalami berat badan berlebih, sedangkan presentase remaja yang sedang menjalani diet berjumlah 64% serta remaja yang berpikir perlu menurunkan berat badannya mencapai 67% [9].

Hasil penelitian Mariyati tahun 2014 pada siswi SMAN 1 Jepara menyatakan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki persepsi tubuh negatif sebanyak 52 siswi (75,4%) [10]. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitri tahun 2011 pada siswi SMAN 1 Kota bogor menyatakan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki persepsi tubuh negatif, yaitu pada remaja putri berstatus gizi kurus (75,0%) dan remaja putri berstatus gizi normal (60,0%), sedangkan remaja putri yang memiliki persepsi tubuh positif yaitu (25,0%) pada remaja putri yang berstatus gizi kurus dan (40,0%) remaja putri bersatus gizi normal, dengan demikian sebagian besar remaja putri menunjukan ketidak puasan terhadap bentuk tubuhnya karena mereka merasa bentuk tubuhnya belum ideal [11].

Berdasarkan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Wulan Savitri tahun 2015 pada siswi SMAN 63 Jakarta, menytakan bahwa sebanyak 20% remaja putri yang berstatus gizi kurang memiliki *body image negatif*, 46,7% remaja putri berstatus gizi normal memiliki *body image negatif.* Dan 12,5% remaja putri yang berstatus gizi lebih memiliki *body image negatif.* Ketidak puasan *body image* pada remaja putri terjadi karena ketidak sesuaian bentuk tubuhnnya dengan bentuk tubuh yang diinginkan oleh remaja putri [12].

Pengetahuan gizi membuat remaja lebih mengetahui apa yang seharusnya dan tidak seharusnya mereka makan. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang, maka orang tersebut akan semakin memperhitungkan jumlah zat gizi dan jenis bahan makanan yang dipilih untuk dikonsumsi [13]. Salah satu usaha untu menanggulangi masalah gizi pada remaja yaitu penyuluhan. Penyuluhan dalam hal ini merupakan bagian dari pendidikan gizi atau edukasi gizi sebagai upaya untuk mengadakan perubahan pengetahuan atau sikap. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anindita tahun 2014 pada siswi SMPN 5 Bogor menyatakan intervensi penyuluhan gizi yang diberkan selama 4 hari memberikan pengaruh terhadap pengetahuan gizi [14].

Media penyuluhan kesehatan menurut Setiawati dan Dermawan pada tahun 2008 dalam Kapti, 2010 merupakan salah satu komponen dari proses pembelajaran yang akan mendukung komponen-komponen yang lain. Media penyuluhan sebenarnya hanya berfungsi sebagai pelengkap yaitu membantu pemberi informasi untuk pengingat, namun media mempunyai fungsi atensi aitu memiliki kekuatan untuk menarik perhatian. Media yang menarik akan memberikan keyakinan, sehingga perubahan kognitif afeksi dan psikomotor dapat dipercepat [15].

Pengelompokan media berdasarkan perkembangan teknologi dibagi menjadi media cetak, audiovisual, dan komputer. Audiovisual merupakan salah satu media yang menyampaikan informasi atau pesan

secara audio dan visual. Media audio visual memiliki dua elemen yang masing-masing mempunyai kekuatan yang akan bersinergi menjadi kekuatan yang besar. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal. Hasil tersebut dapat tercapai karena pancaindera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%) sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan diperoleh atau disalurkan melalui indera yang lain [15].

Media audiovisual juga memiliki kelebihan yang tidak ada pada media lainnya yaitu : mengikutsertakan semua panca indera, langsung bertatap muka, dan lebih menarik karena ada suara dan gambar bergerak [16]. Penelitian Rahmawati, dkk (2007) menyebutkan bahwa pengetahuan dan sikap meningkat secara signifikan setelah diberikan intervensi berupa media audiovisual karena pada media audiovisual responden dapat melihat gambar-gambar [17].

Media animasi memiliki beberapa fungsi seperti, hiburan, iklan dan pedidikan. Media video animasi dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi, imajinasi dan pemahaman subjek penelitian terhadap materi yang disampaikan [18]. Hal ini kemudian membuat mereka mulai belajar menerapkan pesan dalam materi tersebut dalam kehidupan sehari-harinya yang dapat membentuk persepsi positif terhadap body image [19]. Berdasarkan penelitian terdahulu yang di lakukan oleh O’day pada tahun 2007 penggunaan animasi memiliki kelebihan dibandingkan dengan media lain. Salah satu kelebihannya adalah informasi yag didapatkan dari animasi tersimpan pada memori jangka panjang. Penelitian tersebut memberikan bukti bahwa animasi dapat berpengaruh terhadap memori jangka panjang.

Pernyataan yang sama oleh Balazinski & Przybylo (2005) pada Journal of Manufacturing Systems dalam penelitiannya yang berjudul Teaching Manufacturing Pro-cesses Using Computer Animation,

menyebutkan bahwa penggunaan media animasi dalam pembelajaran dapat mengurangi waktu proses pembelajaran serta hasil tes meningkat sebesar 15% [20]. Ditambahkan pula oleh Aksoy (2012) dalam jurnal Scientific Research yang berjudul The Effects of Animation Technique on the 7th Grade Science and Technology Course menyatakan bahwa, metode animasi lebih efektif daripada metode pengajaran secara tradisional dalam menaikkan hasil belajar siswa [21]. Sementara itu, Mayer & Moreno (2002) pada Edu-cational Psychology Review yang berjudul Animation as an Aid to Multimedia Learning mengemukakan bahwa animasi dapat menaikan pemahaman siswa ketika digunakan secara konsisten sesuai teori kognitif pada pembelajaran multimedia [22]. Pendapat tersebut memperkuat asumsi bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan media khususnya media animasi dapat memberikan kemudahan pemahaman siswa, sehingga mampu meningkatkan pencapaian hasil belajar siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Animasi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Persepsi Body Image Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Baleendah” yang akan dilakukan di SMPN 1 Baleendah dan dipilih siswi kelas 9 sebagai sampel penelitian.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Animasi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Persepsi Body Image Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Baleendah.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Animasi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Persepsi Body Image Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Baleendah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik sampel .
2. Mengetahui skor pengetahuan gizi sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol.
3. Mengetahui skor persepsi *body image* sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol.
4. Mengetahui pengaruh persepsi *body image* sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol.
5. Mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan persepsi *body image* pada kedua kelompok sampel.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini meliputi peyuluhan gizi terhadap pengetahuan gizi dan persepsi *body image* pada siswi di SMPN 1 Baleendah.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu yang di peroleh, seperti ilmu penyuluan, bahasa indonesia, penilaian status gizi, statistik dan komputer yang pernah didapat selama bangku kuliah di jurusan gizi, menambah wawasan dan pengalaman untuk melakukan penelitian experimen.

1.5.2 Bagi Sampel

Memberikan masukan kepada kelompok remaja putri dalam memandang *body image* secara positif serta memberikan pengetahuan yang lebih mengenain gizi seimbang.

1.5.3 Bagi Tempat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai bagaimana gizi seimbang di terapkan sehari-hari dan persepsi *body image*.

1.5.4 Bagi Institusi

Bagi pihak institusi Politeknik Kesehatan Bandung Jurusan Gizi dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan yang ada dan berguna bagi penelitian selanjutnya.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilakukan hanya melihat skor pengetahuan dan persepsi body image tidak menghubungkan dengan status gizi, aktivitas fisik dan pola makan.