

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia sedang mengalami ganda kesehatan, selain permasalahan penyakit menular Indonesia juga mengalami penyakit tidak menular (Nugroho & Sudirman, 2020). Penyakit tidak menular merupakan penyebab kematian hampir 70% di dunia (Profil Kesehatan, 244:2018). Penyakit tidak menular menunjukkan adanya kecenderungan semakin meningkat salah satunya adalah penyakit diabetes melitus (Profil Kesehatan, 244: 2018).

Data International Diabetic Federation (IDF) menunjukkan angka kejadian diabetes melitus di dunia selama 3 tahun berturut-turut yaitu 7,2% (2013), 8,3% (2014), dan 8,8% (Masi & Oroh, 2018). Pada tahun 2018 kejadian diabetes melitus sebanyak 46,8 %, pada kejadian tersebut angka kejadian terbesar adalah pada perempuan sebanyak (1,78%) dan pada laki-laki (1,21%) (Risikesdas, 2018). Peningkatan prevalensi diabetes melitus dipengaruhi oleh faktor resiko yang dapat diubah khususnya akibat kurangnya aktivitas fisik, berat badan berlebih dan obesitas (WHO, dalam Masi & Oroh, 2018).

Pada saat ini juga Indonesia berada didalam kehidupan di masa pandemi COVID 19 yang menuntut manusia menjalani kegiatan dari rumah, sehingga aktivitas fisik yang dilakukan berbeda dengan sebelum pandemi. Ekstrakurikuler sekolah seperti olahraga renang, tari, pramuka, paskibra dan lainnya tidak dilakukan oleh remaja

dikarenakan masa pandemi, sehingga aktivitas yang dilakukan juga berkurang dari sebelumnya (Rukmana, 2020 dalam Sibarani, 2021). Aktivitas fisik yang rendah merupakan faktor resiko berbagai penyakit penyerta seperti salah satunya diabetes dan obesitas (Nurhadi & Fatahillah, 2020 dalam Sibarani, 2021).

Obesitas adalah lemak tubuh yang berlebihan yang ada di dalam tubuh, hal ini disebabkan oleh energi (kalori) yang masuk lebih banyak dari energi (kalori) yang keluar (IDAI, 2017). Kejadian Obesitas saat ini menjadi tantangan terbesar dalam permasalahan dunia bahkan *world health organization* (WHO) mendeklarasikan sebagai *epidemic global* (WHO,2016 dalam Septiani & Raharjo, 2017). Untuk menentukan status gizi seseorang dapat dilakukan dengan cara pengukuran antropometri yang disajikan dalam bentuk indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) (Riskesdas, 2018). Seseorang dikatakan obesitas apabila $IMT > 25 \text{ kg/m}^2$ (Profil Kesehatan Jawa Barat, 2019).

Angka obesitas di Indonesia cukup tinggi, berdasarkan Riskesdas (2018) obesitas menunjukkan angka 21,8%. Angka tersebut beranjak naik sejak Riskesdas 2007 sebesar 10,5% dan 14,8 % pada Riskesdas 2013 (FKUI, 2019). Kejadian obesitas dikelompokkan berdasarkan status gizi anak dan remaja (Riskesdas, 2018). Data Riskesdas (2018) memaparkan bahwa terdapat kejadian obesitas dan gemuk (berat badan lebih) pada anak sebesar 40% dan remaja sebesar 59,2%. Data tersebut terbesar terjadi pada remaja berjenis kelamin perempuan sebesar 31,9%, sedangkan pada laki-laki sebesar 27,3% (Riskesdas,2018). Kejadian obesitas dan gemuk pada remaja dibagi menjadi dua kelompok usia, pada usia 13-15 tahun ditemukan sebesar 16,0% dan usia

16-18 tahun sebesar 13,5% gemuk dan obesitas (Riskesdas, 2018). Masalah kesehatan gizi remaja yang terbesar berdasarkan data tersebut adalah berat badan lebih dan obesitas yang terjadi pada usia 13-15 tahun.

Kejadian prevalensi gemuk dan obesitas urutan 12 besar terbanyak adalah Jawa Barat sebanyak 16,9 % (Riskesdas, 2018). Angka tersebut berada diatas rata-rata kejadian gemuk dan obesitas di Indonesia sebesar 16% (Riskesdas, 2018). Permasalahan obesitas di Jawa Barat tahun 2018 dari 3.297.304 orang yang diperiksa, terdapat 291.064 orang terdeteksi obesitas (Profil Kesehatan Jawa Barat, 2019). Dari hasil data tersebut diperoleh informasi bahwa Kabupaten Bandung memiliki angka obesitas yang tinggi dibandingkan 26 Kabupaten/Kota di Jawa Barat (Profil Kesehatan Jawa Barat, 2019). Pada kejadian obesitas dan gemuk dikabupaten bandung terjadi terbanyak pada jenis kelamin perempuan.

Remaja perempuan relatif memiliki tingkat prevalensi lebih tinggi gemuk sebanyak 1,5% dibandingkan dengan remaja laki-laki sebanyak 1,3% (Kurdanti dkk, 2015 dalam Imbar, 2019). Secara fisiologis, remaja perempuan mengalami kenaikan berat badan sekitar 8,3 kg pertahun pada usia 12,5 tahun yang berlangsung hingga remaja akhir (Nisa dkk, 2019). Peningkatan tersebut bersamaan dengan linear growth spurt yang berlangsung selama 24 hingga 26 bulan yang sebagian besar berhenti pada usia 16 tahun, selama masa pubertas juga remaja perempuan mengalami peningkatan 44% massa tubuh bebas lemak dan 120% peningkatan lemak tubuh (Nisa dkk, 2019).

Dampak dari obesitas pada perempuan dapat memicu mekanisme hormon endokrin dan peningkatan sirkulasi level insulin yang akan meningkatkan fungsi hormon androgen (Islami, 2016). Gangguan pada hormon androgen dapat meningkatkan risiko pada perempuan untuk mengalami sindrom ovarium polistik (SOPK) yang merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering terjadi pada wanita usia reproduksi (15-49 tahun) (Okta, 2020).

Faktor penyebab obesitas pada remaja bersifat *multifactorial* (Kurdanti dkk, 2015). Ada beberapa faktor yang berpengaruh terjadinya obesitas remaja yaitu faktor genetik, adanya pola makan berlebihan, kurang gerak atau olahraga, adanya pengaruh emosional dan adanya pengaruh faktor lingkungan (Imbar dan Rugian, 2019). Dampak obesitas pada psikologis remaja saat terjadinya perubahan bentuk tubuh remaja tersebut berpengaruh terhadap sikap yang akan dilakukan oleh remaja (Hartini, 2017). Sikap tersebut dapat berbentuk depresi, putus asa dan merasa tersisih atau tersinggung (Fernando, 2019). Faktor lainnya yang dapat menyebabkan obesitas adalah tingkat pengetahuan gizi remaja, kurangnya pengetahuan memungkinkan kurang baik dalam memilih menu makanan yang bergizi (Imbar dan Rugian, 2019). Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Kurdanti dkk, (2015) menyimpulkan bahwa remaja yang rentan akan risiko obesitas sebaiknya diberikan edukasi dengan media.

Media yang dapat meningkatkan pengetahuan pada remaja perlu diupayakan melalui suatu media pembelajaran yang dapat menggambarkan konsep fisik secara nyata (Meidiana dkk, 2018). Dalam pemilihan jenis media pembelajaran adanya perbedaan kemampuan daya ingat seseorang dalam kerucut pengalaman yang

dijelaskan oleh Edgar Dale dalam Susilowati (2016), setelah melihat media melalui baca 10%, didengar 20% dan melihat gambar atau video yang didemonstrasikan sebanyak 30%. Penggunaan media pembelajaran yang menarik dapat meningkatkan kualitas pembelajaran (Supriyono, 2018 dalam Aida dkk, 2020).

Media yang dapat digunakan sebagai penunjang dan alat bantu adalah media *audiovisual* yang dapat memberikan stimulasi nyata berisi gambar gerak dan unsur suara dengan durasi waktu relatif pendek yang ditayangkan dalam bentuk video (Notoatmodjo, 2007 dalam Hanifah, 2015). Penelitian yang telah dilakukan oleh Utami (2018) menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap remaja menggunakan media video dalam melakukan edukasi gizi seimbang. Pada penelitian tersebut juga peneliti merekomendasikan penggunaan media video dalam kegiatan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja.

Dalam membuat suatu media diperlukan suatu pengkajian yang dapat digunakan agar sasaran lebih mudah tertarik dan paham tentang suatu informasi kesehatan, salah satunya dengan menggunakan teori p-proses (Herman, 2021). Teori p-proses secara umum digunakan untuk merencanakan program komunikasi yang digambarkan dalam bentuk diagram p dan 5 tahapan (Notoatmodjo, 2012 dalam Herman, 2021). Peneliti akan mengembangkan video program kesehatan gizi yang telah dilakukan Utami (2018) dalam melakukan edukasi gizi seimbang. Perbedaannya video ini adalah menggambarkan langsung atau merekam sebuah kejadian dalam kehidupan yang dapat dilakukan oleh remaja, materi videonya yaitu tentang

pengecekan obesitas, selain itu perbedaan media ini dengan yang lain adalah peneliti akan melakukan penggabungan jenis media video dalam satu video.

Berdasarkan data kejadian obesitas terbesar di Jawa Barat adalah Kabupaten Bandung dan ditemukan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur dari 50 orang sampel didapatkan kategori gemuk 20%, dan obesitas 10% di SMPN 1 Soreang (Nabila, 2019). Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti melakukan studi pendahuluan dengan metode wawancara langsung, untuk melakukan pengumpulan informasi yang dilakukan pada 22 maret 2021 kepada wakasek SMPN 1 Soreang. Peneliti mendapatkan informasi bahwa belum adanya edukasi pencegahan obesitas, selain itu tidak adanya pengecekan secara berkala untuk memantau kesehatan murid baik dari berat badan, tinggi badan baik dari sekolah atau instansi lainnya. Dilihat letak lokasinya sekolah ini berada dibelakang pemerintahan kabupaten bandung dan dekat dengan supermarket. Selain itu peneliti mendapatkan informasi juga semua hal harus dilakukan secara daring dikarenakan masih dalam sistem pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan obesitas di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung tahun 2021.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan obesitas di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung tahun 2021 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan obesitas di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung tahun 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Membuat media edukasi video tentang pencegahan obesitas di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.
- b. Menganalisis pengetahuan remaja putri sebelum diberikan video di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.
- c. Menganalisis sikap remaja putri sebelum diberikan video di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.
- d. Menganalisis pengetahuan remaja putri setelah diberikan video di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.
- e. Menganalisis sikap remaja putri setelah diberikan video di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.
- f. Menganalisis pengaruh pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan setelah diberikan edukasi melalui video tentang pencegahan obesitas di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang obesitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung kepada penulis tentang pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri usia sekolah menengah pertama.

2. Bagi Subyek Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi remaja putri di SMPN 1 Soreang Kabupaten Bandung tentang pencegahan obesitas .

3. Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pencegahan obesitas dan menjadi alternatif media edukasi kesehatan pada anak sekolah menengah pertama.

4. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber informasi dalam bidang akademik tentang pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan obesitas disekolah menengah pertama.