

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyatakan kematian di dunia akibat penyakit tidak menular masih cenderung meningkat. Tahun 2008 sebanyak 44%, 2012 sebanyak 68% dan 2016 sebanyak 71% [1]. Prevalensi di dunia paling banyak meninggal setiap tahun karena penyakit jantung, kanker, pernafasan kronis, dan diabetes pada usia 30 dan 70 tahun (42,6 %) di negara-negara berkembang (85%) daerah perkotaan (50,7%). Di Indonesia kematian akibat penyakit tidak menular diantaranya 37% dari penyakit jantung, 6% dari diabetes, 5% dari penyakit pernafasan, dan 13% dari kanker dan 39% dari penyakit tidak menular lainnya [2].

Penyakit tidak menular dapat terjadi disebabkan oleh perubahan gaya hidup, termasuk perubahan pola makan yang didominasi makanan siap saji tinggi energi namun rendah serat salah satu pemicu utama munculnya berbagai penyakit seperti jantung, diabetes melitus, kanker, osteoporosis, dan hipertensi [3]. Selain itu, kurang konsumsi buah dan sayur diperkirakan menyebabkan sekitar 14% dari kematian akibat kanker pencernaan, sekitar 11% dari jantung dan sekitar 9% kematian stroke [4].

Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum memiliki kebiasaan untuk mengonsumsi sayuran dan buah-buahan oleh karena itu salah satu tindakan preventif mencegah penyakit tidak menular di usia dewasa atau usia lanjut yaitu dengan mengonsumsi sayur dan buah yang merupakan bahan makanan yang berasal dari tumbuh tumbuhan (bahan makanan nabati). Sayur dan buah mengandung tinggi serat, vitamin, mineral serta antioksidan yang dapat menjaga daya tahan tubuh.5 6

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi perhari pada penduduk umur ≥ 5 tahun secara nasional adalah 95,4%. Data ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 1,8% dari data riskesdas tahun 2013. Sedangkan di wilayah Jawa

Barat proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi perhari pada penduduk umur ≥ 5 tahun adalah 98,1%. Data ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 2,7% dari data riskesdas tahun 2013 [7]. Di wilayah kota Cimahi proporsi konsumsi sayur dan buah yang kurang pada penduduk umur ≥ 10 tahun adalah 97,4%, sehingga dapat dikatakan konsumsi sayur dan buah di kota Cimahi masih rendah [8].

Hasil Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014 dalam Studi Diet Total, menunjukkan bahwa remaja usia (13-18 thn) mengkonsumsi sayur 45,8 gr/org/hr dan buah 25,2 gr/org/hr. Bila dibandingkan dengan anjuran konsumsi sayur dan buah menurut PGS 2014, konsumsi sayur dan buah masih rendah. Menurut Pusat Penelitian dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat 2014, kelompok umur tertinggi yang kurang mengkonsumsi sayur dan buah adalah kelompok usia remaja yaitu 98,4% [9]. Menurut rekomendasi Pedoman Gizi Seimbang (2014), konsumsi sayur dan buah pada remaja sebesar 400 gr/hari, dengan 3-5 porsi sayur atau setara dengan 250 gram/hari dan 2-3 porsi atau setara dengan 150 gram/hari [10].

Kurangnya konsumsi sayur dan buah bisa dipengaruhi oleh kebiasaan makan sayur dan buah di rumah contohnya bisa dari kebiasaan orang tua. Penelitian Bahria (2010) kebiasaan makan sayur dan buah pada remaja di SMA Jakarta Barat menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan orang tua mengonsumsi sayur dengan konsumsi sayur ($p=0,017$). Penelitian Irmawati (2018) kebiasaan makan sayur dan buah pada remaja di SMAN 5 Bogor kurang dari dua kali perhari [12].

Ramussen (2011), menyebutkan perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor umur, jenis kelamin, preferensi/ kesukaan terhadap sayur dan buah, latar belakang budaya, uang saku, ketersediaan sayur dan buah di rumah serta pengaruh orangtua dan teman sebaya [13].

Berdasarkan penelitian Farisa (2012) ada hubungan yang bermakna antara sikap ($p=0,03$), pengetahuan ($p=0,012$), ketersediaan di rumah

($p=0,03$) dan keterpaparan media massa ($p=0,03$) dengan konsumsi buah dan sayur [14]. Masih rendahnya konsumsi sayur dan buah pada remaja berkaitan dengan rendahnya pengetahuan tentang manfaat sayur dan buah. Penelitian Fakhri (2017) Ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan pada remaja gizi sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000$) [15] [16].

Proses edukasi gizi tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan edukasi tersebut. Media edukasi dibuat dengan menganut pada prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui panca indera. Salah satu upaya edukasi gizi yaitu melalui penyuluhan. Media yang di gunakan sebagai alat bantu salah satunya adalah audio visual yang dapat memberikan stimulasi secara nyata berisi gambar gerak dan unsur suara dengan durasi waktu relatif pendek yang ditayangkan dalam bentuk video [16].

Penelitian Mawan (2017) menyatakan bahwa Media vidio mulai sering digunakan seiring dengan perkembangan teknologi karena dinilai lebih efektif untuk menyampaikan pesan kepada masyarakat dibandingkan dengan penyuluhan kesehatan tanpa media atau hanya dengan media ceramah, seminar, diskusi, power point yang sifatnya masih konvensional [18].

Video diserap oleh organ penginderaan yang berfungsi untuk menangkap rangsangan. Indera yang paling tinggi kemampuan daya serapnya terhadap informasi yang diterima adalah indera penglihatan dan disusul dengan indera pendengaran. Oleh karena itu, dalam kaitan dengan proses pembelajaran, kemampuan daya serap penglihatan ini harus dimanfaatkan untuk meningkatkan hasil belajar melalui penggunaan media visual. Imajinasi dalam teknik visualisasi bisa menjadi sangat efektif untuk pembelajaran karena banyak bagian di otak yang aktif dan memperkuat jalinan- jalinan saraf yang berhubungan dengan kegiatan yang sedang dibayangkan. Imajinasi berkolaborasi dengan indera visual bersama-sama menciptakan keharmonisan dan keselarasan secara detail dan lengkap.

Penelitian Saharyah Saban (2016) menunjukkan media video lebih efektif dibandingkan media leaflet terhadap pengetahuan tentang anemia siswi SMAN 2 Ngaglik Sleman ($p = 0,000$) terdapat perbedaan efektivitas media video dan leaflet terhadap pengetahuan anemia [19].

Berdasarkan penelitian Saputra dkk (2016) menunjukkan ada pengaruh pemberian edukasi gizi melalui media video dan leaflet terhadap perubahan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP AI Chasanah perbedaan perubahan pengetahuan ($p=0,047$), konsumsi buah ($p=0,004$) dan konsumsi sayur ($p=0,043$) antara kelompok media video dan kelompok media leaflet menunjukkan nilai yang signifikan [20].

Di wilayah kota Cimahi proporsi konsumsi sayur dan buah pada penduduk umur ≥ 10 tahun adalah 97,4%, sehingga dapat dikatakan konsumsi sayur dan buah di kota Cimahi masih rendah dan SMAN 3 Cimahi merupakan salah satu sekolah negeri yang termasuk kedalam kota Cimahi. Menurut keterangan dari sekolah bahwa sekolah tersebut belum pernah diadakan edukasi atau penyuluhan tentang gizi mengenai sayur dan buah.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan gizi, kebiasaan, dan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMAN 3 Cimahi. Dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi siswa mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah serta dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan, kebiasaan dan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMAN 3 Cimahi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan, kebiasaan dan konsumsi sayur dan buah pada

siswa SMAN 3 Cimahi.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui pengetahuan gizi sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.
- b. Mengetahui kebiasaan makan sayur dan buah di rumah sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.
- c. Mengetahui konsumsi sayur sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.
- d. Mengetahui konsumsi buah sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.
- e. Menganalisa pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan sebelum dan setelah edukasi gizi.
- f. Menganalisa pengaruh edukasi terhadap kebiasaan makan sayur dan buah sebelum dan setelah edukasi gizi.
- g. Menganalisa pengaruh edukasi terhadap konsumsi sayur sebelum dan setelah edukasi gizi.
- h. Menganalisa pengaruh edukasi konsumsi buah sebelum dan setelah edukasi gizi.
- i. Menganalisa perbedaan pengetahuan, kebiasaan dan konsumsi sayur dan buah menurut kelompok perlakuan (*motion graphic*) dan kelompok pembandingan (*power point text*)

1.4 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan intervensi berupa penyuluhan gizi dengan metode ceramah dan menggunakan media *motion graphic* kepada siswa, dilakukan dengan pengukuran pengetahuan, kebiasaan, dan konsumsi sayur dan buah di awal dan di akhir penelitian, penelitian ini dilakukan di SMAN 3 Cimahi.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan dan sarana pembelajaran dan dapat memberikan informasi tentang Pengaruh pemberian edukasi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan, kebiasaan dan konsumsi sayur dan buah pada siswa SMAN 3 Cimahi.

1.5.2 Bagi Siswa SMA SMAN 3 Cimahi

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi siswa mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah serta dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah.

1.5.3 Bagi Sekolah SMAN 3 Cimahi

penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi dan masukan kepada pihak sekolah mengenai media belajar yang lebih inovatif dan efektif untuk siswa.

1.5.4 Bagi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber informasi juga berguna bagi pembaca yang ingin memanfaatkan penelitian ini sebagai studi banding untuk penelitian selanjutnya.