

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan suatu bangsa ditentukan oleh sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas yaitu SDM yang memiliki fisik tangguh, mental kuat, kesehatan prima, serta tingkat prestasi baik [1]. Oleh karena itu, untuk mencapai sumber daya manusia yang berkualitas maka perlu adanya upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Promosi kesehatan di sekolah merupakan langkah yang strategis dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat [2].

Kesadaran perilaku hidup sehat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap kurang baik, sehingga penanaman konsep terkait dengan gizi dan hidup sehat sangat perlu untuk diberikan [3]. Kurangnya pengetahuan gizi dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti kurang energi protein, kelebihan atau kekurangan berat badan akibat asupan yang tidak seimbang dengan kebutuhan, dan lain-lain. Pengetahuan gizi dapat mencegah terjadinya masalah gizi di masa yang akan datang. Pengetahuan gizi akan berpengaruh kepada perilaku sebagai hasil jangka menengah (*intermediate impact*) dari pendidikan kesehatan yang selanjutnya akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran (*outcome*) pendidikan kesehatan [4].

Kebiasaan makan remaja yang kurang baik bermula pada kebiasaan makan keluarga yang juga kurang baik, sudah tertanam sejak kecil dan akan terus terjadi pada usia remaja. Kebiasaan makan pada masa remaja akan berdampak terhadap kesehatan pada fase kehidupan selanjutnya [5]. Gizi sangat bermanfaat dalam menjaga keseimbangan tubuh agar terhindar dari penyakit, karena gizi yang salah dapat menimbulkan berbagai penyakit tidak menular bahkan dapat menyebabkan kematian [6].

Berdasarkan hasil analisis Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 di Jawa Barat menurut karakteristik Tamat SLTP menunjukkan bahwa prevalensi status gizi remaja umur 13 – 15 tahun berdasarkan tinggi badan menurut umur (TB/U) yaitu sangat pendek 9,5% dan pendek 20,6%. Berdasarkan indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) sangat kurus 2,7%, kurus 7,6% gemuk 6,6% dan obesitas 2,3%. Dalam mencuci tangan, prevalensi penduduk umur  $\geq 10$  tahun yang melakukannya dengan benar yaitu 45,7%. Prevalensi porsi makan buah/sayur per hari dalam seminggu penduduk umur  $\geq 10$  tahun yaitu 1,7% tidak konsumsi dan 84,1% hanya 1 - 2 porsi. Dari hasil ini dapat dilihat bahwa status gizi dan perilaku pada remaja umur 13 – 15 tahun masih tergolong rendah [7].

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Tallarini Anna, dkk. pada tahun 2013 mengenai pengetahuan makanan dan gizi di Milan, Italy menunjukkan persentase peserta yang menyatakan pengetahuannya tidak memadai lebih tinggi pada umur 12-16 tahun dibandingkan umur 9-11 tahun. Analisis data menunjukkan bahwa perbedaan pengetahuan gizi berhubungan dengan usia peserta, meningkat khususnya pada kelompok yang lebih tua. Perbedaan pengetahuan gizi juga berkaitan dengan jenis kelamin peserta, dimana perempuan memiliki kesadaran yang lebih baik [8].

Penelitian di SMA Negeri 1 Semarang yang dilakukan oleh Nurul Riau, dkk pada tahun 2016 menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan metode ceramah meningkatkan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi yaitu 72,99% dan 78,88%. Sedangkan, penggunaan media penyuluhan dapat meningkatkan rerata sikap sebelum dan sesudah intervensi yaitu masing-masing sebesar 73,14% dan 78,93%. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi melalui ceramah berpengaruh terhadap pengetahuan dan penyuluhan gizi menggunakan media penyuluhan gizi berpengaruh terhadap sikap [9].

Pada tahun 2014 pemerintah melalui Departemen Kesehatan RI telah menetapkan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) sebagai acuan efektif

untuk melakukan pendidikan gizi pada berbagai kelompok sasaran. Seperti halnya menurut FAO dan WHO (1992) bahwa setiap pemerintah memiliki tanggung jawab utama untuk melindungi dan mempromosikan ketahanan pangan dan kesejahteraan gizi rakyatnya, terutama kelompok rentan. Banyak negara, termasuk beberapa yang termiskin, telah mengadopsi dan mengambil langkah-langkah untuk memperkuat pangan, gizi, pertanian, pendidikan dan kesehatan dan program kesejahteraan keluarga, yang secara dramatis mengurangi kelaparan dan kekurangan gizi [10].

Perhatian pada kelompok remaja sangat penting, terutama dalam pemberian pendidikan gizi untuk menambah pengetahuan mereka karena dengan pengetahuan tentang gizi akan memberikan bekal pada remaja bagaimana memilih makanan yang sehat [9]. Berdasarkan teori Lawrence W. Green menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor pemicu dalam perubahan perilaku. Pada dasarnya perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuannya akan sesuatu hal. Apabila suatu tindakan didasari oleh pengetahuan maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*), dan sebaliknya [11]. Pada remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam hal kesehatan, karena pada masa ini merupakan masa tumbuh kembang dan persiapan untuk menjadi seorang ibu, aktivitas sekolah maupun berbagai aktifitas organisasi dan ekstrakurikuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur [9].

Dalam hal ini, pendidikan gizi sangat penting dalam membantu tercapainya kesejahteraan rakyat [12]. Penyuluhan adalah salah satu cara untuk menyampaikan pendidikan gizi kepada remaja. Remaja telah mulai mengembangkan kemampuan berpikirnya secara abstrak, memakai prinsip-prinsip logika dalam berpikir teoritis, lebih konseptis dan sudah mampu pula membuat generalisasi. Sehingga dengan kemampuan tersebut maka remaja semakin yakin akan kemampuannya dalam mengambil keputusan sendiri dan tidak lagi tergantung kepada orang lain [13].

Pemilihan media yang digunakan juga dapat mempengaruhi daya tangkap, dimana media dapat memperpanjang daya ingat, memperjelas dan memudahkan seseorang dalam menerima informasi. Media yang digunakan dalam proses belajar mengajar harus disesuaikan dengan tujuan instruksional yang akan dicapai, isi materi pelajaran pembelajaran, metode yang akan digunakan, dan karakteristik siswa. Ketepatan dalam pemilihan media dapat meningkatkan mutu proses belajar dan prestasi belajar siswa [14]. Penelitian ini menggunakan media *Food sample* isi piringku berbentuk sajian hidangan makanan dalam wujud asli yang memiliki intensitas lebih tinggi dalam proses pendidikan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Notoatmodjo (2011) bahwa benda asli mempunyai intensitas yang paling tinggi untuk membuat persepsi bahan pendidikan yang disusul oleh benda tiruan. Sedangkan penyampaian bahan yang hanya dengan kata-kata sangat kurang efektif atau intensitasnya paling rendah [4].

Penelitian menggunakan media piring makanku telah dilakukan sebelumnya. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh Asyary MS (2017) pada anak remaja di SMP Negeri 2 Kota Bandung yang menunjukkan rerata perilaku makanan seimbang meningkat dari 7,81 menjadi 10,53 setelah diberikan intervensi [15]. Penelitian lainnya dilakukan oleh Pratama, dkk. (2018) menunjukkan rerata skor pengetahuan meningkat dari 61,7% menjadi 91,5% dan rerata skor sikap meningkat dari 87,2% menjadi 97,9% setelah pemberian intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa media promosi "Piring Makanku" efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang dalam sekali makan [16]. Kedua penelitian tersebut media yang digunakan berupa *food model*, sedangkan pada penelitian ini media yang digunakan berupa *food sample* isi piringku.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Fadilah Yolan (2019), memberikan kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi dengan media *food sample* ( $p=0,026$ ). Tetapi hasil tersebut bertolak belakang dengan variabel sikap, dimana

kesimpulan yang diperoleh yaitu tidak ada pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap sikap gizi dengan media *food sample* ( $p=0,157$ ). *Food sample* yang digunakan berupa makanan jajanan yaitu jus jeruk dan cilok. Sehingga dalam penelitian ini diharapkan terjadi perubahan pengetahuan gizi sampai terjadinya perubahan sikap tentang gizi menggunakan *media food sample* isi piringku dengan sajian satu kali makan.

Istilah "*you are what you eat*" sudah cukup banyak didengar masyarakat. Namun makna dari istilah tersebut perlu diresapi dan diinternalisasi oleh setiap individu bahwa zat-zat yang terkandung di dalam makanan dan minuman yang kita konsumsi membawa pengaruh terhadap sistem tubuh. Makan bukan untuk sekadar kenyang, tetapi perlu memenuhi kebutuhan gizi dan menjaga kesehatan tubuh. Karena itu, masyarakat hendaknya mengetahui apa itu isi piringku yang dapat menjadi acuan setiap kali makan [17].

Berdasarkan atas penjelasan latar belakang diatas, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di Madrasah Tsanawiyah Terpadu Albidayah Cangkorah Kabupaten Bandung Barat. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada terselenggaranya penyelenggaraan makan terhadap siswa/i di pondok pesantren Albidayah Cangkorah. Penggunaan media Isi Piringku ini berdasarkan atas anjuran Isi Piringku yang telah dibuat oleh Kemenkes RI dengan materi dasar mengenai Pesan Gizi Seimbang untuk anak dan remaja (6 – 19 tahun) yang tercantum dalam Buku Pedoman Gizi Seimbang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi siswi Madrasah Tsanawiyah Terpadu Albidayah Cangkorah Kabupaten Bandung Barat?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi siswi Madrasah Tsanawiyah Terpadu Albidayah Cangkorah Kabupaten Bandung Barat.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui perbedaan perubahan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku.
- b. Mengetahui perbedaan perubahan sikap terkait gizi sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku.
- c. Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan gizi sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku.
- d. Mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap sikap terkait gizi sebelum dan sesudah penyuluhan gizi menggunakan media Isi Piringku.

### **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini yaitu pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media isi piringku terhadap pengetahuan gizi siswi Madrasah Tsanawiyah Terpadu Albidayah Cangkorah Kabupaten Bandung Barat.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama masa perkuliahan di Kampus Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung sehingga diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam proses penyuluhan

dan komunikasi serta dapat memberi evaluasi mengenai penggunaan media yang lebih baik dan efektif.

#### **1.5.2 Bagi Sampel**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai gizi seimbang sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar terpenuhinya kualitas hidup.

#### **1.5.3 Bagi Poltekkes Bandung Jurusan Gizi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan mahasiswa serta menjadi masukan dalam penggunaan media penelitian selanjutnya agar diperoleh media yang lebih baik dan efektif untuk digunakan dalam pendidikan gizi.

#### **1.5.4 Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi media edukasi gizi yang dapat digunakan dalam proses pendidikan untuk menyampaikan pesan gizi seimbang kepada remaja.