

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan atau abnormal yang menimbulkan efek buruk bagi kesehatan (Kandinasti, *et al* 2018). Penyebab utama terjadinya obesitas yaitu ketidakseimbangan antara asupan energi dengan pengeluaran energi (M. Zamzani, 2016). Selama ini sebagian masyarakat beranggapan bahwa orang gemuk menandakan sehat dan seperti orang yang hidupnya bahagia (Tiala , 2013). Namun, obesitas ternyata masuk dalam bagian dari penyakit tidak menular yang berdampak buruk bagi kesehatan dan akan menimbulkan beberapa penyakit tidak menular lainnya, seperti kardiovaskuler dan diabetes melitus (World Health Organization. Childhood Overweight and 3. Obesity, 2012).

Pemenuhan gizi pada remaja merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan, sebab masa remaja sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat gizi seimbang sangat diperlukan. Kualitas pada bayi yang lahir sangat tergantung pada keadaan ibu sebelum dan selama hamil (Pane, H. W *et al*, 2020) dari pernyataan tersebut kualitas gizi pada saat remaja harus diperhatikan karena akan mempengaruhi gizi pada saat remaja tersebut hamil dan berefek pada bayi dilahirkan.

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial (Firdaus, A *et al*, 2018). William Kay, mengemukakan ada beberapa tugas-tugas perkembangan masa remaja yaitu : a) Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman

kualitasnya, b) Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur - figur yang mempunyai otoritas, c) Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok, d) Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya, e) Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri, f) Memerkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup, g) Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan. (Putro, Khamim Zarkasih , 2018)

Masa remaja amat penting diperhatikan karena merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa. Gizi seimbang pada masa ini akan sangat menentukan kematangan mereka dimasa depan. Perhatian khusus perlu diberikan kepada remaja perempuan agar status gizi dan kesehatan yang optimal dapat dicapai. Alasannya remaja perempuan akan menjadi seorang ibu yang akan melahirkan generasi penerus yang lebih baik. Kebutuhan energi dan zat gizi diusia remaja ditunjukkan untuk deposisi jaringan tubuhnya. Total kebutuhan energi dan zat gizi remaja juga lebih tinggi dibandingkan dengan rentan usia sebelum dan sesudahnya. Apalagi masa remaja merupakan masa transisi penting pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa. Gizi seimbang pada masa tersebut akan sangat menentukan kematangan mereka dimasa depan (Nurbaeti, T. S, 2019).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek. Selain itu terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Data tersebut merepresentasikan kondisi gizi pada remaja di Indonesia yang harus diperbaiki. Berdasarkan *baseline survey* UNICEF

pada tahun 2017, ditemukan adanya perubahan pola makan dan aktivitas fisik pada remaja (Kemenkes, 2020).

Sebagian besar remaja menggunakan waktu luang mereka untuk kegiatan tidak aktif, sepertiga remaja makan cemilan buatan pabrik atau makanan olahan, sedangkan sepertiga lainnya rutin mengonsumsi kue basah, roti basah, gorengan, dan kerupuk. Perubahan gaya hidup juga terjadi dengan semakin terhubungnya remaja pada akses internet, sehingga remaja lebih banyak membuat pilihan mandiri. Pilihan yang dibuat seringkali kurang tepat sehingga secara tidak langsung menyebabkan masalah gizi, tak heran angka obesitas di Indonesia juga masih tinggi (Kemenkes, 2020).

Di Indonesia prevalensi obesitas pada remaja dengan umur <15 tahun sebanyak 31,0%, Jawa Timur menjadi salah satu provinsi yang prevalensi obesitas pada remaja umur <15 tahun sebanyak 30,38%. Salah satu wilayah yang memiliki tingkat obesitas cukup tinggi adalah Kabupaten Pasuruan dengan prevalensi hampir mendekati 30,00%. Persebaran obesitas di Kabupaten Pasuruan menurut data di buku media infografis data sektoral Jawa Timur tahun 2018, masuk dalam kategori sedang dengan persentase 32%, sebagian besar penderita obesitas adalah perempuan dengan jumlah hampir mencapai 20.000 orang atau sekitar 66%. Salah satu kecamatan yang memiliki angka obesitas tertinggi pada remaja adalah Kecamatan Pandaan, hal tersebut diketahui saat adanya pemeriksaan obesitas kepada 44 orang dengan umur ≥ 15 tahun di wilayah PKM Pandaan. Dari hasil data pemeriksaan tersebut 16 orang termasuk dalam kategori obesitas, 15 orang diantaranya adalah perempuan dan 1 laki – laki. Wilayah tersebut juga termasuk dalam 5 peringkat tertinggi angka obesitas di Kabupaten Pasuruan dengan persentase sebesar 36,36%.

Obesitas telah menjadi masalah kesehatan dan gizi masyarakat dunia, baik di negara maju maupun negara berkembang. Prevalensi obesitas meningkat pada beberapa tahun terakhir dan telah menimbulkan masalah kesehatan yang serius (Hastuty, Y. D, 2018). Salah

satu faktor utama yang menyebabkan terjadinya peningkatan obesitas di negara berkembang yaitu adanya globalisasi, perekonomian bebas, dan urbanisasi. Perpindahan penduduk dari desa ke kota tidak diimbangi dengan kemampuan dan pengetahuan masyarakat dalam beradaptasi di kehidupannya (Pamelia I, 2018). Salah satu wilayah di Kabupaten Pasuruan yang memiliki potensi menjadi daerah berkembang yaitu Kecamatan Pandaan dengan letaknya yang strategis dengan akses pariwisata yang banyak. Kecamatan pandaan ditetapkan sebagai kawasan di wilayah Kabupaten Pasuruan yang dinilai memiliki potensi dan prospek untuk dapat mengaktifkan kegiatan-kegiatan ekonomi dalam rangka pertumbuhan ekonomi daerah (Pitriyani, 2013). Hal ini bisa menjadi salah satu penyebab adanya perubahan perilaku khususnya pada remaja di wilayah Kecamatan Pandaan.

Perbaikan gizi pada remaja melalui intervensi gizi spesifik seperti pendidikan gizi tujuannya untuk meningkatkan status gizi remaja, memutus rantai inter-generasi masalah gizi, masalah penyakit tidak menular dan kemiskinan (Kemenkes, 2020). Agar remaja mengetahui dan memahami tentang gizi seimbang perlu adanya edukasi yang dibantu dengan media promosi kesehatan.

Hal ini dapat dilihat melalui penelitian yang sudah dilakukan oleh Christin Angelina F, Dina Dwi Nuryani , Dessy Elviyanti (2019) menyatakan bahwa media promosi Kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang terhadap gizi seimbang. Sesuai dengan rencana dari program pemerintah Republik Indonesia mengutamakan tentang paradigma sehat yaitu mengedepankan upaya preventif dan promotif dengan kegiatan pokoknya adalah pengembangan media promosi kesehatan dan teknologi komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) (DEPKES RI, 2016).

Media promosi kesehatan adalah alat bantu untuk mempermudah menampilkan dan menyampaikan pesan – pesan kesehatan. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2017, perkembangan ilmu pengetahuan dan

teknologi membuat pendidikan kesehatan tidak hanya dilakukan melalui media-media konvensional, khususnya remaja yang cenderung lebih banyak terpapar oleh media informasi berbentuk digital seperti foto, ilustrasi gambar maupun video.

Menurut Schneider, Nebel, Beege, & Rey, (2018) pemanfaatan media dalam pendidikan kesehatan tersebut sesuai dengan teori Edgar Dale, bahwa semakin banyak alat indera yang digunakan dalam proses pembelajaran maka dapat menciptakan lebih banyak pengalaman seseorang dan berpotensi mempengaruhi hasil belajar. Selain itu penggunaan media dapat membangkitkan keinginan, motivasi baru dan rangsangan belajar. Pengembangan media dengan menggabungkan elemen-elemen media menjadi satu kesatuan telah banyak dibuat agar menciptakan media yang menarik minat dalam proses pendidikan dan mendorong sebuah perilaku. Dikutip dari jurnal Satriaputra dalam Nugrohadi (2018) salah satunya media yang terdiri gabungan suara, gambar ilustrasi 2 dimensi, 3 dimensi dan teks yang bergerak (Khairani H, 2020). Media yang terdiri dari beberapa elemen tersebut contohnya video animasi, seperti penelitian yang dilakukan oleh Agustien R, Umamah N dan Sumarno S (2018) bahwa media pembelajaran video animasi dua dimensi tervalidasi ahli dan menarik.

Berdasarkan pencarian video animasi mengenai gizi seimbang pada remaja putri di kanal youtube di dapatkan hasil bahwa terdapat satu video animasi mengenai gizi seimbang anemia remaja putri bukan gizi seimbang secara umum. Video tersebut di buat oleh Kelas B Gizi Pesisir Kelompok 7 yang terdiri dari Novia W, Dewi O, Lira L, Hagaina S D dan di unggah oleh akun youtube Forum Gizi Kesehatan Masyarakat Indonesia. Hasil pengkajian lainnya ada satu video mengenai gizi seimbang pada remaja putri yang di unggah 4 tahun lalu, di buat dan di unggah oleh akun youtube Spin Productions untuk Keuskupan Agung Jakarta – RS St. Carolus dan menggunakan elemen background musik, narasi dan gambar asli bukan gambar ilustrasi 2 dimensi atau 3 dimensi.

Salah satu survei telah dilakukan menggunakan teknik wawancara kepada 12 siswi SMA/Sederajat di Kecamatan Cihampelas, didapatkan hasil bahwa 11 dari 12 siswi menyatakan bahwa media yang menarik untuk dilihat dan di dengar mengenai informasi kesehatan berupa video edukasi yang memiliki elemen gambar, animasi 2 dimensi dan audio (Khairani H, 2020). Dari pernyataan di atas menunjukkan bahwa video edukasi yang menarik bagi remaja ialah yang memiliki elemen gambar, animasi 2 dimensi dan audio namun pada kenyataannya media tersebut masih jarang ditemui sehingga perlu dikembangkan khususnya untuk remaja putri agar mengetahui tentang gizi seimbang.

Sama halnya dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Naufal, Muhammad Arief (2020) tentang Pengaruh Pemberian Pendidikan Gizi Dengan Media Video Animasi Piring Makan Anemia dengan sasaran remaja putri di SMA PGRI 1 Bandung bahwa perlu adanya penggunaan media video animasi sebagai alternatif media saat pendidikan gizi dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan. Berdasarkan data kasus dan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan pengembangan media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang pada remaja putri di Kecamatan Pandaan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengembangan media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri di Kecamatan Pandaan?

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Menghasilkan media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri di Kecamatan Pandaan yang layak untuk digunakan dalam pendidikan kesehatan.

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengeksplorasi media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri di Kecamatan Pandaan
- b. Membuat prototype media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri di Kecamatan Pandaan
- c. Mengetahui validasi media promosi kesehatan video animasi mengenai gizi seimbang bagi remaja putri di Kecamatan Pandaan

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Untuk kajian ilmiah, hasil ini diharapkan dapat berguna bagi penelitian – penelitian dengan tema yang sama atau relevan sehingga dapat memberi kontribusi bagi pengembangan ilmu kesehatan khususnya mengenai gizi seimbang bagi remaja putri.

1.3.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Program Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk meningkatkan pembinaan dan pelatihan secara prioritas program dalam upaya meningkatkan kesehatan mengenai gizi seimbang bagi remaja putri

b. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh selama kuliah dalam kehidupan yang nyata di masyarakat.

c. Bagi Institusi Kesehatan

Dapat digunakan sebagai sumber atau rujukan bagi penelitian – penelitian selanjutnya.