

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masalahan gizi masih menjadi permasalahan global hingga saat ini. Kelebihan dan kekurangan gizi masih dihadapi oleh dunia hingga saat ini. Menurut *Global Nutrition Report*, dari 143 negara di dunia, sebanyak 124 negara (86,7%) setidaknya mengalami dua masalah gizi yang serius pada tahun 2020. Data menunjukkan adanya tiga masalah gizi yang serius yaitu stunting balita, anemia, dan overweight pada wanita dewasa di 37 negara termasuk Indonesia <sup>(1)</sup>. Tiap individu membutuhkan kecukupan gizi dimulai saat masih janin didalam kandungan, bayi, anak-anak, masa remaja, dewasa sampai usia lanjut <sup>(2)</sup>. Kecukupan gizi saat remaja harus diperhatikan, karena remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, dimana didalam proses peralihan tersebut membutuhkan gizi yang tercukupi agar proses tumbuh kembang remaja berjalan optimal <sup>(3)</sup>.

Data Riskesdas tahun 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Sementara itu, 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 menunjukkan pentingnya perbaikan gizi pada remaja (Viola et al., 2021) .

Masalah gizi remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa <sup>(5)</sup>. Pada saat remaja terjadi perkembangan yang cepat dan pesat <sup>(6)</sup>, untuk itu kebutuhan makanan yang mengandung zat gizi seimbang juga dibutuhkan agar Kesehatan tetap terjaga dan tetap produktif. Permasalahan gizi banyak dijumpai pada usia remaja, diantaranya gizi lebih, obesitas, gizi kurang, anemia, pola makan yang salah dan sebagainya <sup>(7)</sup>. Dalam rangka mencegah timbulnya masalah gizi tersebut, perlu disosialisasikan pedoman gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal.

Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, dan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi. Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan makanan <sup>(8)</sup>. Gizi kurang banyak dihubungkan dengan penyakit penyakit infeksi, sedangkan gizi lebih sering dianggap sebagai sinyal awal dan munculnya keluhan penyakit-penyakit degeneratif/noninfeksi yang sekarang ini banyak terjadi di Indonesia <sup>(9)</sup>.

Perbaikan gizi melalui langkah intervensi berupa pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang menjadi salah satu solusi yang dapat dilakukan, dengan tujuan remaja mengetahui dan memahami tentang gizi

seimbang. Intervensi tersebut perlu dibantu dengan media promosi kesehatan sebagaimana pernah dibuktikan pada penelitian sebelumnya oleh Angelina, Nuryani & Elviyanti pada tahun 2019 yang mengatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui media promosi kesehatan dengan hasil peningkatan pengetahuan 13% dan peningkatan sikap sebesar 7% (Febriani, 2022).

Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik melalui media cetak, elektronika (berupa radio, TV, komputer dan sebagainya) dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang kemudian diharapkan menjadi perubahan pada perilaku ke arah positif di bidang kesehatan (Notoatmodjo, 2019).

Gaya belajar erat kaitannya dengan media pembelajaran yang digunakan. Salah satu media belajar yang dipilih oleh remaja saat ini adalah *e-Booklet*. *E-booklet* merupakan media penyampaian pesan kesehatan dalam bentuk buku digital dengan kombinasi tulisan dan gambar. Media *E-Booklet* yang ditujukan pada remaja disesuaikan dengan karakteristik remaja dengan kelebihan yang dimiliki media *E-Booklet* yaitu berbentuk buku digital yang dapat diakses melalui media elektronik seperti android dengan menggunakan koneksi internet saat mengunduhnya, berisi tidak lebih dari 30 halaman, serta tidak banyak

memuat teks namun juga terdapat gambar maupun ilustrasi yang menarik sehingga remaja tidak bosan, selain itu praktis dan efisien <sup>(11)</sup>.

Hasil studi menunjukkan *E-Booklet* efektif digunakan sebagai media intervensi terhadap peningkatan pengetahuan maupun sikap mengenai gizi. Pada penelitian sebelumnya terdapat perbedaan yang signifikan yaitu pada hasil rata-rata pengetahuan dengan nilai  $p=0,021$  dan pada rata-rata persepsi body image dengan nilai  $p=0,048$  terhadap pengetahuan dan persepsi *body image* siswi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media *E-Booklet* (Maedy & Arinda, 2022). Penelitian lain menunjukkan adanya pengaruh pengetahuan, sikap maupun perilaku mengenai gizi seimbang yang disebabkan karena paparan media intervensi *E-Booklet* (Noviardhi, 2022) (Assidhiq, 2019)).

Berdasarkan hasil skrining dalam studi pendahuluan terhadap 101 siswa kelas X jurusan perawat dan tata boga SMKN 2 Sukorejo tahun 2022, kabupaten Pasuruan, Jawa Timur, dilaporkan bahwa hasil pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT) sebanyak 53% gizi normal, 16% kurus berat, 16% kurus ringan, 10% gemuk berat, dan 5% gemuk ringan. Data tersebut menunjukkan masih terdapat siswa yang mengalami kondisi gizi kurang dan gizi lebih.

Studi menunjukkan bahwa remaja yang mengalami gizi kurang beresiko mengalami anemia <sup>(15)</sup>. Pada studi lain yang menyebutkan resiko kesehatan yang disebabkan oleh gizi kurang yang berlanjut terus menerus maka beresiko menyebabkan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada

Wanita Usia Subur yang juga beresiko tinggi melahirkan anak mengalami KEK <sup>(16)</sup>. Gizi lebih pada remaja cenderung berlanjut hingga dewasa, obesitas dan *overweight* dikategorikan sebagai gizi lebih dimana memiliki resiko lebih tinggi menderita penyakit tidak menular diusia dewasa <sup>(17)</sup>. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada salah satu guru keperawatan, menunjukkan bahwa tidak pernah ada edukasi tentang gizi seimbang kepada para siswa. Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian Efektivitas Media *E-Booklet* terhadap Praktik Konsumsi Gizi Seimbang Siswa SMKN 2 Sukorejo

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana efektivitas *E-Booklet* gizi seimbang terhadap praktik konsumsi gizi seimbang siswa SMKN 2 Sukorejo?

## **1.3 Tujuan**

### **Tujuan Umum**

Mengetahui efektivitas *E-Booklet* gizi seimbang terhadap praktik konsumsi gizi seimbang siswa SMKN 2 Sukorejo.

### **Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi praktik konsumsi gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi dengan menggunakan media leaflet dalam pemenuhan gizi seimbang

- b. Mengidentifikasi praktik konsumsi gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi dengan menggunakan media *E-Booklet* dalam pemenuhan gizi seimbang
- c. Mengidentifikasi efektivitas media *E-Booklet* dan media Leaflet terhadap praktik konsumsi gizi seimbang.

#### **1.4 Ruang Lingkup**

Ruang lingkup ini dibatasi pada bidang gizi remaja dengan intervensi promosi kesehatan berupa metode ceramah dan pemberian media *E-Booklet* dan *Leaflet* mengenai gizi seimbang.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1. 5.1 Manfaat Teoritis**

Sebagai sumber referensi peneliti lain yang mengangkat penelitian terkait pendidikan kesehatan tentang pemenuhan gizi seimbang pada remaja menggunakan media *E-Booklet*.

##### **1. 5.2 Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Sekolah**

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan kolaborasi dengan sektor terkait untuk pemberian edukasi tentang pemenuhan gizi seimbang di sekolah.

###### **b. Bagi Peserta Didik**

Memberikan informasi kepada siswa untuk melakukan perubahan dalam penerapan praktik pemenuhan gizi seimbang.

c. Bagi Puskesmas

Dapat memberikan informasi sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan program edukasi tentang gizi seimbang anak remaja di sekolah secara terjadwal.

## 1.6 Keaslian Penelitian

Penelitian tentang “Efektivitas Media E-Booklet terhadap Praktik Konsumsi Gizi Seimbang Siswa SMKN 2 Sukorejo” belum pernah dilakukan sebelumnya. beberapa penelitian tentang media penyuluhan yang pernah dilakukan antara lain:

(1) Maedy, A. P. N., & Arinda, D. F. (2022). Dengan judul Pengaruh *E-Booklet* Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Persepsi Body Image Pada Remaja Putri di SMAN 5 Bandar Lampung Tahun 2021. Subjek dalam penelitian ini adalah siswi (remaja putri) SMAN 5 Bandar Lampung yang berjumlah 60 siswi. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *Nonequivalent Control Group Design*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi menggunakan *E-Booklet* gizi seimbang, dan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan persepsi *body image* pada remaja putri. Persamaan penelitian terletak pada jenis penelitian dan media yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan *quasi experiment* dengan media *E-Booklet*. Perbedaan terletak pada subjek penelitian,

tempat, waktu dan rancangan penelitian. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan dan persepsi *body image* pada remaja putri. Selain itu terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil rerata pengetahuan dan persepsi *body image* antara kelompok kontrol dan perlakuan setelah diberikan intervensi.

(2) Amalia, Dkk. (2022). Dengan judul Efektivitas Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *E-Booklet* Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Siswa *Overweight* di Batang. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI yang memiliki berat badan lebih atau *overweight*. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *pretest-posttest control group design*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi melalui media *E-Booklet*. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap mengenai gizi seimbang. Persamaan penelitian terletak pada jenis penelitian, rancangan penelitian dan media yang digunakan. Perbedaan terletak pada subjek penelitian, tempat dan waktu. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan rerata skor pengetahuan dan sikap antara kelompok kontrol dan perlakuan setelah intervensi menggunakan media *E-Booklet*. Pada kelompok perlakuan rerata skor lebih tinggi baik pengetahuan maupun sikap. Hal ini menunjukkan media *E-Booklet* gizi seimbang efektif digunakan.



(3) Assidhiq, M. R. (2019). Dengan Judul Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media *E-Booklet* Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Makan dan Berat Badan Tentang Upaya Pencegahan Obesitas Pada Remaja di SMA Negeri Semarang. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 9 Semarang yang memiliki berat badan lebih dan sesuai kriteria penelitian sebanyak 30 siswa. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif true experiment dan rancangan *randomized pre end post test control group design*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi melalui media *E-Booklet*. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Pengetahuan, Sikap, Perilaku Makan dan Berat Badan Tentang Upaya Pencegahan Obesitas. Persamaan penelitian terletak pada media yang digunakan. Perbedaan terletak pada subjek penelitian, tempat, waktu jenis dan rancangan penelitian. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi dengan menggunakan media *E-Booklet* terhadap rerata skor pengetahuan sebesar (22,67%), rata-rata sikap (0,26), asupan energi(7,3%), asupan protein (4,9%), asupan lemak (19%), asupan serat (1,9%) dan berat badan (1,45 kg), namun data statistik tidak menunjukkan adanya pengaruh *E-Booklet* terhadap asupan energi, asupan protein, asupan lemak, dan asupan serat.