

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (2020) Kelebihan berat badan dan obesitas didefinisikan sebagai penumpukan lemak yang tidak normal atau berlebihan yang menimbulkan risiko bagi kesehatan. Ukuran populasi kasar obesitas adalah indeks massa tubuh (IMT). IMT menurut kemenkes yang tergolong obesitas adalah $IMT >25 \text{ kg/m}^2$. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa overweight dan obesitas menempati peringkat ke lima teratas dari risiko kematian global, dimana sekurang-kurangnya 2,8 juta penduduk pada usia dewasa meninggal setiap tahunnya. Selain itu, obesitas juga dianggap sebagai penyebab penyakit-penyakit noninfeksi (Lidiawati et al., 2020)

Peningkatan prevalensi obesitas pada remaja perlu diwaspadai karena obesitas memicu munculnya bermacam penyakit degeneratif seperti arthritis, kanker, kardiovaskular, diabetes melitus dan gangguan pernafasan. Selain itu, obesitas bisa mengurangi kepercayaan diri individu dan menyebabkan masalah kejiwaan Masalah obesitas yang timbul pada masa remaja apabila berlanjut sampai dewasa akan sulit untuk diatasi, oleh sebab itu mencegah obesitas pada masa remaja lebih sederhana dibandingkan memerangnya saat dewasa karena obesitas pada remaja mempunyai konsekuensi medis yang serius terutama untuk masa depan remaja yang bersangkutan maupun terhadap ketersediaan kualitas penduduk Indonesia selanjutnya.(Fadila & Kurniasari, 2022)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia mengalami obesitas. Jumlah ini terbagi atas 650 juta orang dewasa, 340 juta remaja (orang muda), dan 39 juta anak-anak dan diprediksi akan terus bertambah. WHO memperkirakan pada tahun 2025, sekitar 167 juta orang mulai dari dewasa, remaja dan anak-anak, akan mengalami obesitas. Prevalensi kelebihan berat badan pada remaja umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 10,8 % terdiri dari 8,3 % gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas) pada tahun 2013, dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 16 % terdiri dari 11,2% gemuk dan 4,8% sangat gemuk (obesitas) (Kementerian Kesehatan RI, 2018 dalam Arif et al., 2020).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Jika permasalahan obesitas ini terjadi pada remaja, maka obesitas pada remaja berisiko berlanjut ke usia dewasa. Prevalensi dan obesitas overweight remaja putri usia 15 – 19 tahun.

Kota Malang berdasarkan profil pangan dan gizi kota Malang pada tahun 2013 sebesar 8,82% dan 2,94% dimana prevalensi overweight tersebut lebih tinggi jika dibandingkan dengan prevalensi nasional (Septiana et al., 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas Arjuno bahwa rata-rata kejadian gizi lebih pada siswa-siswi di SMP Negeri

8 Kota Malang adalah 22,2%. Kejadian gizi lebih ini perlu disoroti dan segera diatasi.

Faktor penyebab obesitas bersifat genetik dan lingkungan. Peningkatan konsumsi makanan cepatsaji (fast food), rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi dan berujung pada kejadian obesitas (Kurdanti et al., 2015)

Menurut penelitian Suryaputra bahwa tingkat pengetahuan gizi remaja merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja. Kurangnya pengetahuan gizi pada sebagian besar remaja obesitas memungkinkan kurang dapat memilih menu makanan yang bergizi. Sebagian besar kejadian masalah gizi lebih atau kurang dapat dihindari apabila remaja mempunyai ilmu pengetahuan yang cukup tentang menjaga keseimbangan gizi dan mengatur makan. (Meidiana, Simbolon and Wahyudi, 2018). Pemberian edukasi gizi seimbang pada usia remaja diupayakan melalui media yang menarik sehingga penyampaian materi dapat diterima dengan mudah dan menghindari adanya kejenuhan remaja (Safitri & Fitranti, 2016)

Remaja sekolah memiliki kecenderungan makan yang buruk yaitu dengan tidak memperhatikan asupan zat gizi, hanya mementingkan rasa yang enak (Janeta & Santoso, 2018). Remaja sering menghabiskan waktunya di luar rumah dengan teman sebayanya dan lebih tertarik untuk

mencoba konsumsi makanan atau minuman yang dianggap tren terbaru, hal ini dapat mempengaruhi pola konsumsi remaja. Kebiasaan pola konsumsi makanan tinggi energi, lemak, dan gula seperti jika dikonsumsi berlebih dan sering dalam jangka panjang dapat menyebabkan obesitas di usia remaja

Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu memulai dengan pencegahan masalah obesitas pada remaja melalui edukasi gizi mengenai pencegahan obesitas untuk remaja dengan tujuan meningkatkan pengetahuan remaja karena ranah yang sangat penting untuk terciptanya sikap seseorang adalah pengetahuan. Pengetahuan mengenai gizi yang kurang pada remaja dapat mempengaruhi kemunculan obesitas, seperti pengetahuan pada remaja yang kurang mengenai kandungan gizi di dalam makanan, cara pengolahan makanan yang benar dan pengaturan makan. Tingkat pengetahuan yang baik yang di dukung dengan tingkat kesadaran yang baik dapat memberikan hasil sikap dan perilaku yang baik dan akan berjalan dengan lama. (Sitti Patimah, 2021)

Melalui promosi kesehatan tentang pencegahan obesitas dengan menggunakan media yang mudah diakses, menarik dan sesuai karakteristik remaja yaitu video animasi. Animasi merupakan suatu Kumpulan gambar dalam sequence tertentu yang ditampilkan pada tenggang waktu tertentu sehingga terciptalah sebuah ilusi gambar bergerak, atau secara sederhana animasi merupakan sebuah pergerakan objek yang dilakukan agar tampak lebih dinamis dan menarik. Penggunaan unsur animasi di dalam sebuah video pembelajaran dapat mampu menarik perhatian, serta merangsang

pemikiran pelajar yang lebih berkesan, hal ini akan membantu untuk mengurasngi proses beban kognitif pebelajar dalam menerima suatu materi pelajaran atau pesan yang ingin disampaikan oleh pembelajar.

Dari uraian masalah diatas maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Video Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Obesitas Pada Remaja SMPN 8 Malang”. Edukasi Kesehatan tentang obesitas dengan melalui video animasi yang dikemas dengan sekreatif mungkin sehingga diharapkan remaja yang melek digital mampu menambah pengetahuan keterampilan dalam menerapkan gizi seimbang dalam kegiatan sehari-hari.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi Kesehatan melalui video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pncegahan obesitas pada remaja SMPN 8 Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh edukasi melalui video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan obesitas pada remaja SMPN 8 Malang

2. Tujuan Khusus

1) Mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang pencegahan obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi Kesehatan melalui video animasi

- 2) Mengidentifikasi sikap remaja tentang pencegahan obesitas sebelum dan sesudah dilakukan edukasi Kesehatan melalui video animasi
- 3) Menganalisa pengaruh edukasi kesehatan melalui video animasi terhadap pengetahuan pencegahan obesitas pada remaja
- 4) Menganalisis pengaruh edukasi kesehatan melalui video animasi terhadap sikap pencegahan obesitas pada remaja

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini berfokus pada edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas atau kelebihan berat badan. Dalam intervensinya menggunakan metode promosi kesehatan yaitu edukasi dengan menggunakan video animasi. Penelitian ini akan memberikan kontribusi pada bidang promosi kesehatan dengan memberikan bukti empiris tentang pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan obesitas pada remaja di SMPN 8 Malang.

E. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti yang ingin meneliti tentang edukasi melalui media promosi Kesehatan.

2. Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap upaya pencegahan obesitas pada remaja sehingga dapat diterapkan sebagai kebiasaan sehari-hari

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi serta alternatif metode permainan edukasi yang dapat digunakan untuk materi edukasi yang lain peneliti sehingga dapat diterapkan dan dikembangkan di kemudian hari

c. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat menambah hasil karya penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan dapat menjadi bahan pertimbangan penelitian selanjutnya.