

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi dan kesehatan remaja merupakan hal yang penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia pada suatu bangsa. Remaja yang tumbuh dalam lingkungan yang kondusif dan mendukung merupakan sumber daya manusia yang dimasa depan nanti akan menjadi aset bangsa yang tidak ternilai (Dieny, 2014). Masalah gizi pada masa remaja perlu mendapatkan perhatian khusus dari berbagai pihak seperti pemerintah, sekolah, keluarga, terutama orang tua, karena pengaruh yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya terhadap masalah gizi saat dimasa dewasa (Fikawati dan Syafiq, 2014).

Di Indonesia masih memiliki banyak masalah gizi. Seperti gizi buruk, gizi kurang, kekurangan vitamin A, anemia, gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), dan obesitas. Masalah gizi menjadi salah satu penentu kualitas sumber daya manusia. Masalah-masalah gizi ini terjadi selama siklus kehidupan dimulai sejak dalam kandungan (janin), bayi, anak, dewasa, dan usia lanjut. Apabila sejak awal kehidupan balita tidak mendapatkan perilaku sadar akan pentingnya gizi maka hal ini akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangannya secara positif serta dapat menurunkan kondisi kesehatannya (Kepmenkes RI, 2007).

Masalah gizi disebabkan dua faktor yaitu penyebab langsung dan tidak langsung, faktor langsung yaitu terdiri makan yang tidak seimbang dan penyakit infeksi. Seseorang dengan asupan gizi tidak seimbang akan mengakibatkan menurunnya imunitas sehingga mudah sakit. Termasuk faktor tidak langsung adalah tidak cukupnya persediaan pangan, pola asuh anak yang kurang baik, keadaan lingkungan yang tidak sehat, dan kurangnya layanan kesehatan pada masyarakat (Thamaria, 2017). Pencegahan timbulnya masalah gizi ini dapat di cegah melalui sosialisasi dengan pedoman gizi seimbang yang dapat dijadikan pedoman makan, beraktifitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal (Kemenkes RI, 2014).

Pendidikan juga dapat berperan dalam pencegahan masalah gizi pada anak sekolah dengan pendidikan maka pengetahuan akan meningkat sehingga diharapkan dapat mengubah perilaku yang kurang baik dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Healty People dalam jurnal Nuryanto dan kawan-kawan (2014), Menyatakan bahwa pendidikan gizi akan meningkatkan pengetahuan gizi anak dan akan membantu sikap anak yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan dan snack yang menyehatkan. Hal ini diperkuat dengan penelitian Renata dan Dewajanti (2017), yang menyatakan bahwa status gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap dan perilakunya terhadap gizi seimbang.

Pendidikan gizi tidak terlepas dari media, karena melalui media pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan mudah dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan dan dapat berperilaku positif terhadap kesehatan (Notoadmojo, 2010). Edukasi gizi merupakan komponen penting dalam meningkatkan kebiasaan makan dan pilihan makanan yang sesuai kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan normal, selain itu edukasi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Melihat hal tersebut perlu adanya upaya untuk menyebarluaskan informasi dalam pesan gizi seimbang (Ningsih, 2018).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomer 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masalah gizi pada remaja ini dikarenakan perilaku gizi yang salah, yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. Masa remaja yaitu masa usia transisi dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai oleh perkembangan fisik dan pertumbuhan fisik berlangsung cepat. Usia remaja dikategorikan mulai usia 10 tahun sampai 21 tahun (Yuliatii, Pramiadi dan Rahayu, 2014). Perubahan fisik pada remaja akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja (Wahidah, 2018).

Satu upaya penanggulangan masalah gizi pada remaja melalui edukasigizi, Edukasi gizi merupakan komponen penting dalam meningkatkan kebiasaan makan dan pilihan makanan yang sesuai kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan normal, selain itu edukasi dapat meningkatkan

pengetahuan, sikap, dan perilaku hidup sehat. Melihat hal tersebut perlu adanya upaya untuk menyebarkan informasi dalam pesan gizi seimbang (Ningsih, 2018).

Hasil studi pendahuluan untuk mengetahui pemahaman tentang gizi seimbang pada siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap siswa kurang. Peneliti menduga bahwa kurangnya pengetahuan dan sikap remaja disebabkan mereka belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi seimbang.

Diharapkan dengan diberikannya edukasi gizi seimbang melalui media booklet akan meningkatkan pengetahuan dan sikap untuk menerapkan gizi seimbang dalam pola makan sehari-hari. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : “Apakah ada pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan maka tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa sebelum diberikan edukasi dengan media booklet.
- b. Mengetahui pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa sesudah diberikan edukasi dengan media booklet.
- c. Mengetahui sikap tentang gizi seimbang pada siswa sebelum diberikan edukasi dengan media booklet.

- d. Mengetahui sikap tentang gizi seimbang pada siswa sesudah diberikan edukasi dengan media booklet.
- e. Menganalisis pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.
- f. Menganalisis pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

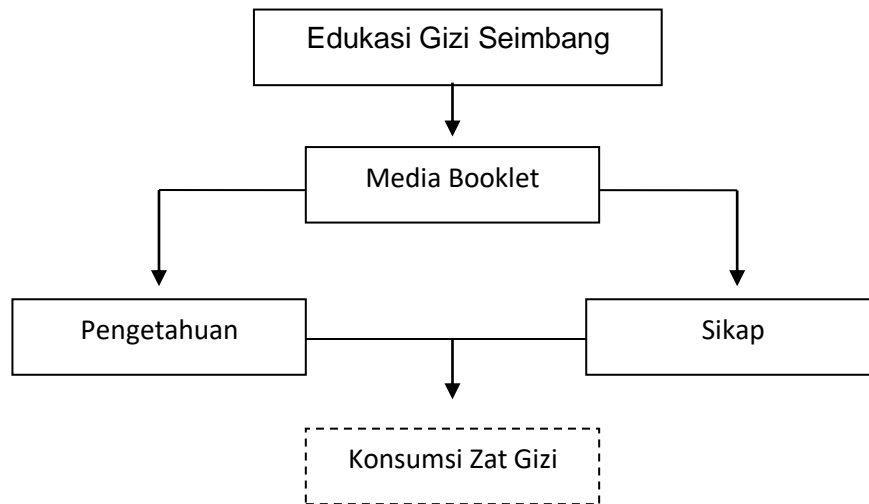
2. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperoleh pengetahuan tentang pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

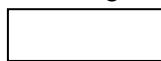
3. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengetahuan atau informasi pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang.

E. Kerangka Konsep



Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti

Berdasarkan kerangka konsep tersebut edukasi gizi menggunakan media booklet merupakan variable bebas atau independent. Konsumsi zat gizi dipengaruhi oleh 2 hal yaitu pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang . Pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang dapat diubah dengan memberikan edukasi untuk mengubah pengetahuan dan sikap kearah yang baik dibantu dengan media booklet untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa.

Pengetahuan diperoleh dari kuisisioner pertanyaan. Sikap diperoleh dari mengisi kuisisioner yang berisi pertanyaan setuju, tidak setuju, sangat setuju, dan sangat tidak setuju. Oleh karena itu perlu adanya edukasi gizi dengan media booklet tentang gizi seimbang yang sesuai dengan umur dan diminati agar dapat menarik perhatian dan juga dapat memudahkan siswa dalam belajar tentang informasi gizi seimbang. Sasaran dalam penelitian ini ialah siswa putra dan putri di MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang. Di harapkan setelah diberikan edukasi responden mendapatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang untuk menerapkannya di kehidupan sehari-hari.

F. Hipotesis

1. Ada pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap pengetahuan siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang sebelum dan sesudah diberikan edukasi.
2. Ada pengaruh edukasi gizi seimbang dengan media booklet terhadap sikap siswa kelas VII MTs. Almaarif 02 Singosari Kabupaten Malang sebelum dan sesudah diberikan edukasi.