

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan gizi di Indonesia yang terdapat pada remaja adalah masalah pada status gizi yang meliputi status gizi kurang dan status gizi lebih. Menurut data Riset Kesehatan Dasar atau RISKESDAS 2018 (Kemenkes RI, 2018) di Indonesia terdapat remaja dengan rentang usia 13 – 15 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 8,7% dan prevalensi status gizi lebih sebesar 16%. Sedangkan pada remaja dengan rentang usia 16-18 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 8,1%, dan prevalensi status gizi lebih sebesar 13,5%. Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Barat (2018) di Kota Bekasi, remaja dengan rentang usia 13 – 15 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 11,68% dan prevalensi status gizi lebih sebesar 25,28%. Sedangkan pada remaja dengan rentang usia 16 – 18 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 7,14% dan prevalensi status gizi lebih sebesar 17,41% (Kemenkes RI, 2018).

Terdapat 3 kategori penyebab dari masalah gizi yaitu penyebab dasar, penyebab tidak langsung dan penyebab langsung (Unicef,1990). Penyebab dasar meliputi status ekonomi, sosial dan politik pada sekitar masyarakat seperti kurangnya kebijakan pembangunan remaja dan infrastruktur program gizi di sekolah bagi remaja. Penyebab langsung meliputi jumlah asupan makan remaja yang rendah, kualitas makan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik. Sedangkan penyebab tidak langsung meliputi pengetahuan, sikap dan perilaku, norma sosial seperti citra tubuh, pengaruh dari rumah tangga dan komunitas yang mengarah pada perilaku diet dan gaya hidup yang buruk. Citra tubuh dapat mempengaruhi pola konsumsi makanan dan aktivitas fisik remaja sehingga hal ini yang dapat mempengaruhi status gizi remaja. Remaja putra mayoritas ingin menjadi lebih tinggi dan menambah berat badan dan otot, sedangkan remaja putri cenderung ingin menjadi lebih kurus (Unicef Indonesia, 2021).

Berdasarkan penyebab tidak langsung diatas diketahui bahwa pengetahuan merupakan penyebab terjadinya masalah gizi. Faktor – faktor yang

mempengaruhi pengetahuan yaitu meliputi pendidikan, informasi, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman serta usia. Menurut penelitian Fitriani *et al.*, (2020) menyatakan bahwa pengetahuan gizi seimbang individu berhubungan dengan status gizi pada siswa SMAN 86 Jakarta. Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi pemilihan jenis makanan dan akan berdampak pada status gizinya. Hasil penelitian Fitriani *et al.*, (2020) sejalan dengan hasil penelitian Wulandari, (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan gizi remaja putri SMA Babussalam kota Tangerang berpengaruh dengan status gizi dengan $pvalue=0.000$. Hal ini disebabkan pengetahuan seseorang juga mempengaruhi pemilihan jenis makanan yang berdampak pada status gizi remaja SMA. Hal tersebut didukung dengan penelitian Arista *et al.*, (2021) yang menyatakan hal serupa bahwa pengetahuan gizi remaja di Jakarta berhubungan dengan status gizi $pvalue=0,043$ yang berarti remaja yang berpengetahuan gizi baik akan berpeluang 0,54 memiliki status gizi normal dibandingkan remaja yang berpengetahuan gizi kurang ($OR=0,546$).

Pengetahuan akan berpengaruh terhadap tindakan yang dilakukan seseorang. salah satu tindakan yang menjadi perhatian pada remaja adalah kebiasaan makan. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Rahayu & Fitriana (2018) yang menyatakan terdapat hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi remaja di SMAN 1 Bambanglipuro. Menurut Hendarini (2018) menyatakan bahwa kebiasaan makan seseorang dapat mempengaruhi status gizi. Kebiasaan makan akan menentukan pemenuhan zat gizi tubuh, jika pemenuhan zat gizi tubuh tidak terpenuhi atau melebihi dari kebutuhan akan menimbulkan masalah gizi. Sejalan dengan penelitian Sholikhah (2019) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi remaja SMA dengan $pvalue=0,017$.

Pengetahuan yang kurang dan kebiasaan makan yang kurang tepat akan berpengaruh terhadap status gizi serta persepsi *body image* pada remaja. Menurut penelitian Amar *et al.*, (2018) menyatakan bahwa pengetahuan remaja perlu ditingkatkan agar remaja dapat membedakan persepsi *body image* yang positif dan *body image negative* dan mampu untuk menentukan status gizi yang ideal. Hal serupa sejalan dengan penelitian Hendarini (2018) yaitu *body image* berhubungan dengan status gizi remaja SMA. Remaja yang memiliki

ketidakpuasaan terhadap *body image*, cenderung memiliki status gizi yang tidak normal. Penelitian diatas juga didukung oleh hasil penelitian Fitriani *et al.*, (2020) yang dilakukan di SMAN 86 Jakarta menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi remaja. Hal ini didukung bahwa remaja dengan persepsi *body image* negatif dan pengetahuan gizi yang kurang akan cenderung memilih makanan yang dikonsumsi tergolong kurang baik sehingga dapat mempengaruhi status gizi remaja di SMAN 86 Jakarta.

Berdasarkan penelitian Harmawati *et al.*, (2018) menyatakan bahwa pengetahuan remaja akan meningkat dengan pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang dapat meningkatkan dan memperbaiki kondisi kesehatan individu. Metode-metode pada pendidikan kesehatan meliputi pendidikan individu, kelompok, dan massa atau publik. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian Waluyo *et al.*, (2018) menyatakan bahwa pendidikan gizi dapat berpengaruh terhadap pengetahuan remaja di SMAN 21 Makassar dengan $pvalue = 0,000$. Terdapat beberapa macam dari media edukasi yang digunakan pada lingkungan remaja yaitu leaflet, media sosial (*Whatsapp, instagram*), video animasi dan film pendek. Menurut penelitian Permatasari & Rizqi (2021) menyatakan bahwa kategori media yang disukai oleh remaja di SMA yaitu berbentuk media video dan audio visual karena mudah untuk dipahami dan menarik. Salah satu media audio visual adalah film pendek. Film pendek adalah film yang memiliki durasi yang singkat yaitu kurang dari 60 menit dan bermanfaat menyajikan cerita, komedi, musik, drama, peristiwa kepada khalayak ramai (Hanum & Waldani, 2018). Media ini diharapkan dapat efektif sehingga dapat meningkatkan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sukmaningsih *et al.*, (2018) menyatakan bahwa pemberian media edukasi film pendek dapat meningkatkan pengetahuan remaja di SMAN Kota Semarang dikarenakan penggunaan media yang dikemas secara menarik sehingga dapat mempengaruhi keberhasilan dalam penyampaian pesan yang ditunjukkan oleh nilai rata-rata tingkat pengetahuan lebih tinggi pada kelompok perlakuan (3,32) dibandingkan dengan kelompok tanpa perlakuan (2,49).

SMA Pangudi Luhur II Servasius merupakan salah satu sekolah swasta yang ada di kota Bekasi. Berdasarkan Masalah gizi yang ada di Kota Bekasi, remaja

dengan rentang usia 13 – 15 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 11,68% dan prevalensi status gizi lebih sebesar 25,28%. Sedangkan pada remaja dengan rentang usia 16 – 18 tahun memiliki prevalensi status gizi kurang sebesar 7,14% dan prevalensi status gizi lebih sebesar 17,41% (Kemenkes RI , 2018). Letak SMA Pangudi Luhur II Servasius memiliki akses yang mudah terhadap makanan cepat saji, jajan maupun makanan rumahan. SMA Pangudi Luhur II Servasius memiliki ragam jenis siswa/i yang memiliki perilaku yang berbeda-beda antara satu sama lain. Mulai dari gaya hidup, kebiasaan makanan dan persepsi *body image*. Berdasarkan pertimbangan masalah gizi yang ada dan belum ada penelitian serupa sebelumnya di SMA Pangudi Luhur II Servasius, maka dari itu perlu dilakukan edukasi gizi menggunakan media film pendek untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang dan *body image*, serta kebiasaan makan pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius.

1.2 Rumusan Masalah

Terdapat masalah gizi pada remaja di Indonesia, khususnya Kota Bekasi yaitu terkait status gizi kurang dan status gizi lebih. Masalah gizi yang terjadi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah pengetahuan gizi dan kebiasaan makan yang akan berpengaruh terhadap *body image* seseorang. Sehingga perlu adanya promosi kesehatan melalui media film yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan makan pada remaja. Berdasarkan hal ini, perlu dilakukan edukasi untuk menambah tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang dan *body image*, serta kebiasaan makan remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius. Sehingga didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini “ apakah pemberian edukasi film pendek dapat berpengaruh terhadap kebiasaan makan dan pengetahuan pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media film pendek terhadap kebiasaan makan dan pengetahuan

tentang gizi seimbang dan *body image* pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin
- 2) Menganalisis distribusi kebiasaan makan pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius sebelum pemberian edukasi dengan media film pendek
- 3) Menganalisis distribusi pengetahuan gizi seimbang dan *body image* pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius sebelum pemberian edukasi dengan media film pendek
- 4) Menganalisis distribusi kebiasaan makan pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius sesudah pemberian edukasi dengan media film pendek
- 5) Menganalisis distribusi pengetahuan gizi seimbang dan *body image* pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius sesudah pemberian edukasi dengan media film pendek
- 6) Menganalisis pengaruh pemberian edukasi menggunakan film pendek terhadap kebiasaan makan dan pengetahuan gizi seimbang dan *body image* pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

- 1) Mendapat informasi mengenai kebiasaan makan dan pengetahuan tentang gizi seimbang dan *body image* pada remaja di SMA Pangudi Luhur II Servasius sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan media film pendek
- 2) Memperoleh pengalaman dan pengetahuan baru
- 3) Dapat mengaplikasikan ilmu yang sudah didapatkan dalam perkuliahan dan dibagikan kepada masyarakat
- 4) Sebagai acuan penelitian selanjutnya yang baru terkait variabel penelitian

1.4.2 Bagi Responden

- 1) Responden memahami kebiasaan makan yang tepat
- 2) Responden menambah pengetahuan mengenai gizi seimbang
- 3) Responden menambah pengetahuan mengenai *Body Image*

1.4.3 Bagi SMA Pangudi Luhur 2 Servasius

Kepala Sekolah dan guru dapat mengetahui pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada siswa/i sehingga dapat memberikan pencegahan atau intervensi selanjutnya karena sekolah merupakan lingkungan kedua remaja setelah rumah.

1.4.4 Bagi STIK Sint Carolus

- 1) Menjalin relasi yang baik antara STIK Sint Carolus dengan SMA Pangudi Luhur II Servasius
- 2) Menambah kepustakaan bagi STIK Sint Carolus sebagai bahan informasi dan pengembangan bagi penelitian selanjutnya