

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Infodatin, 2017). Berdasarkan Statistik Indonesia 2018 menunjukkan bahwa penduduk usia 15-24 tahun mencapai 43.394.743 juta atau sebesar 22,5% dari total penduduk Indonesia (BPS, 2018). Hasil Proyeksi Penduduk menunjukkan bahwa jumlah penduduk usia remaja ini akan mengalami peningkatan hingga tahun 2030 (*Brief Notes* Lembaga Demografi FEB UI, 2017).

Pada remaja terjadi beberapa perubahan, salah satunya adalah perubahan perilaku makan, baik mengarah kepada perilaku makan yang sehat ataupun cenderung mengarah kepada perilaku makan yang tidak sehat (Nurjanah, 2017). Kebiasaan makan yang tidak sehat dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan remaja terkait perilaku makan gizi seimbang. Perilaku makan yang tidak sesuai dengan gizi seimbang akan berdampak pada status gizi remaja. Saat ini di Indonesia prevalensi kurus pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 11,1% dan prevalensi gemuk sebesar 10,8%. Pada remaja usia 16-18 tahun prevalensi kurus sebesar 9,4% dan prevalensi gemuk sebesar 7,3%. Provinsi Jawa Timur termasuk provinsi dengan

prevalensi gemuk di atas Nasional pada remaja usia 13-18 tahun. Prevalensi kurus relatif sama tahun 2007 dan 2013, dan prevalensi sangat kurus naik 0,4% sebaliknya prevalensi gemuk naik dari 1,4% pada tahun 2007 menjadi 7,3% pada tahun 2013 (RISKESDAS, 2013).

Kurangnya pemahaman gizi dan kebiasaan makan yang tidak sesuai gizi seimbang dapat dilihat dari hasil beberapa penelitian. Penelitian oleh Salmiah, dkk (2015) pada SMPN 35 Makassar didapatkan hasil pengetahuan gizi sebagian remaja (64,3%) masih kurang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sari (2013) tentang praktik gizi seimbang pada siswa MTs Pembangunan UIN Syarif Hidayatullah, diketahui bahwa 62,5% siswa memiliki kebiasaan makan yang tidak sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang dalam keseharian mereka. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan cara memberikan edukasi gizi terkait gizi seimbang.

Edukasi gizi dapat diberikan melalui konsep *edutainment*. Konsep *edutainment* (*education entertainment*) merupakan konsep yang dirancang agar proses belajar yang terjadi berlangsung dalam suasana kondusif dan menyenangkan. Dengan menerapkan konsep *edutainment*, pembelajaran tidak hanya berjalan kondusif dan menyenangkan, tetapi mampu membuat siswa semangat, aktif, dan siswa dengan mudah menerima dan memahami materi yang disampaikan (Suwarti, 2016).

Web merupakan salah satu media edukasi gizi berbasis teknologi *edutainment* yang sudah banyak diterapkan di luar negeri dan berpotensi untuk diterapkan di Indonesia. Menurut Abdullah (2015) *web* adalah sekumpulan halaman yang terdiri dari beberapa halaman yang berisi informasi dalam bentuk data digital baik berupa text, gambar, video, audio, dan animasi lainnya yang disediakan melalui jalur koneksi internet. Berdasarkan hasil survei 2017 yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pertumbuhan pengguna internet di Indonesia setiap tahunnya terus meningkat. Pada tahun 2017 pertumbuhan pengguna internet mencapai angka tertinggi dibandingkan tahun-tahun sebelumnya yaitu 143,26 juta. Jika dikelompokkan berdasarkan usia, penetrasi pengguna internet paling banyak berusia 13-18 tahun yaitu sebesar 75,5%. Sebanyak 44,16% perangkat yang digunakan untuk mengakses internet adalah smartphone, 4,49% menggunakan komputer/laptop, dan 39,28% menggunakan keduanya (APJII, 2017). Oleh karena itu, *web* dapat menjadi media efektif jika digunakan dalam edukasi gizi, sehingga dapat memberikan dampak positif dari pengguna internet pada remaja.

1.2 Identifikasi Masalah

Pada penelitian yang dilakukan Sagala dkk, (2017) di SMA Negeri 1 Padang menunjukkan bahwa remaja lebih sering mengonsumsi makanan dengan karbohidrat dan lemak yang tinggi dan jarang mengonsumsi makanan yang mengandung banyak serat. Berdasarkan penelitian Pujiati dkk, (2015) pada remaja

Kecamatan Sail Kota Pekanbaru, menunjukkan 60,9% responden memiliki perilaku makan tergolong tidak baik yang disebabkan karena pola perilaku makan yang tidak teratur. Menurut penelitian Ayu dkk, (2017) pada remaja putri di SMA Negeri 51 Jakarta Timur memiliki pola makan kurang baik sebanyak 92,5% dari total responden. Pola makan kurang baik ini didapatkan dari asupan responden yang masih belum mencapai angka kecukupan gizi. Dari beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pada remaja terjadi kekurangan atau kelebihan gizi.

Menurut *Lawrence Green* (Nurjanah, 2017) perilaku dipengaruhi oleh 3 faktor utama yaitu faktor predisposisi (pengetahuan, sosial budaya, agama, dan sikap), faktor pendukung (uang saku dan aktivitas), dan faktor pendorong (teman, dan iklan). Faktor-faktor ini akan mempengaruhi perilaku seseorang terhadap makanan yang dipilih. Salah satu faktor pendorong yang mempengaruhi perilaku makan adalah kemudahan seseorang untuk menjangkau makanan. . Seperti halnya pada SMA 17 Agustus 1945 dan SMA Khadijah Surabaya yang dikelilingi oleh berbagai tempat makan yang menyediakan makanan tinggi karbohidrat dan lemak (*fast food*), hal ini dapat menyebabkan siswa pada kedua SMA tersebut juga memiliki pola konsumsi tinggi karbohidrat dan lemak dan dapat menyebabkan permasalahan gizi.

Menurut Ryan (2001) perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Berdasarkan

penelitian Rahman dkk, (2016) terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku makan pada remaja SMA Negeri 1 Palu. Hasil pada penelitian ini menunjukkan responden dengan pengetahuan gizi kategori rendah lebih banyak memiliki perilaku makan tidak seimbang sebesar 85,4% (Rahman dkk, 2016).

Web merupakan salah satu media iklan yang digunakan sebagai dampak dari kemajuan teknologi. Selain sebagai media iklan, *web* saat ini juga dijadikan sebagai media untuk mengakses informasi dan edukasi gizi. Berdasarkan penelitian Perdana (2017) dengan sasaran siswa sekolah dasar didapatkan hasil terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik setelah dilakukan intervensi. Kelompok perlakuan *android* dan *website* menunjukkan tingkat pengetahuan gizi yang lebih baik dibandingkan kelompok perlakuan lainnya. Peningkatan skor sikap paling besar terjadi pada kelompok *android* serta gabungan *android* dan *website*. Terdapat peningkatan praktik pada kelompok gabungan *android* serta *website* dan kelompok *website*.

Adapun berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan sasaran anak sekolah dasar, edukasi gizi berbasis *edutainment* bermanfaat dalam meningkatkan pengalaman belajar secara menyeluruh bagi siswa. Saat ini masih sedikit penelitian terbaru terkait pengaruh media edukasi berbasis *web* pada remaja, sehingga penelitian ini perlu dilakukan untuk melihat pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya?

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh media edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik remaja meliputi usia, uang saku, jenis kelamin, pekerjaan orang tua, dan pendapatan orang tua.
2. Mengidentifikasi status gizi remaja SMA Surabaya.
3. Mengidentifikasi tingkat penerimaan remaja SMA Surabaya terhadap media edukasi gizi berbasis *web*.
4. Menganalisis pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap pengetahuan gizi seimbang remaja SMA Surabaya.
5. Menganalisis pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap sikap remaja SMA Surabaya tentang gizi seimbang.
6. Menganalisis pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap praktik remaja SMA Surabaya tentang gizi seimbang.

1.4.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Peneliti dapat bertambah pengetahuannya mengenai pengaruh media edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya.

2. Manfaat bagi Responden

Memberikan informasi kepada remaja SMA Surabaya tentang perilaku makan gizi seimbang, sehingga diharapkan terjadi perubahan terhadap pengetahuan, sikap dan praktik.

3. Manfaat bagi Prodi Gizi

Diharapkan dapat menambah informasi mengenai keilmuan gizi khususnya pada hasil pengaruh edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya.