

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas menurut *World Health Organization* (WHO) merupakan salah satu permasalahan gizi ganda. Dulu, obesitas dianggap sebagai permasalahan yang hanya terjadi di negara yang memiliki penghasilan tinggi, tetapi kini negara dengan penghasilan rendah dan menengah mengalami peningkatan obesitas, terutama di wilayah perkotaan. Obesitas Kementerian Kesehatan RI (2017) merupakan kelebihan tumpukan lemak yang terjadi akibat ketidakseimbangan asupan energi dengan energi yang digunakan dalam jangka waktu lama. Obesitas dapat ditemukan pada usia anak-anak, remaja, dan dewasa. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2017) risiko akibat obesitas antara lain diabetes mellitus (44%), Penyakit Jantung Iskemik (23%), kanker (7-41%). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2020) prevalensi obesitas remaja di Indonesia pada usia 13-15 tahun sebesar 16,0% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 13,5%.

Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak menyebutkan bahwa usia remaja memiliki rentang usia 10-18 tahun. Berdasarkan Infodatin (2017) usia remaja menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) memiliki rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah. Data (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2018) menunjukkan bahwa penduduk usia 15-24 tahun mencapai 43.394.743 atau sebesar 22,5% dari total penduduk Indonesia. Hasil Proyeksi Penduduk menunjukkan bahwa jumlah penduduk usia remaja ini akan mengalami peningkatan hingga tahun 2030 (*Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI*, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana (2018) mendapatkan hasil *overweight* dan obesitas saat remaja merupakan faktor risiko penyebab penyakit kronis dan berhubungan dengan peningkatan risiko obesitas di masa dewasa sebesar 50%-80%. Kelebihan berat badan dapat dicegah dengan mengubah pola hidup sehat seperti mengubah pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik serta melakukan upaya peningkatan kesehatan di masyarakat seperti memberikan pendidikan kesehatan sebagai upaya tindakan preventif dan promotif. Penelitian yang dilakukan oleh Numasyita (2015) menyatakan pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi kesehatan masyarakat yang dapat mempengaruhi perilaku hidup sehat yang pelaksanaannya dapat dilakukan di sekolah. Pendidikan gizi menghasilkan peningkatan pengetahuan, kesadaran dan perubahan perilaku untuk mencapai keadaan gizi dan kesehatan yang optimal. Pendidikan gizi perlu ditingkatkan pada remaja sekolah dan dalam pelaksanaannya perlu kerjasama dengan sektor pendidikan untuk merumuskan kurikulum gizi sesuai dengan tingkatan sekolah. Pendidikan gizi di sekolah dapat diberikan oleh guru yang telah mendapat pelatihan pendidikan gizi atau diberikan langsung petugas gizi. Materi pendidikan gizi dapat disusun dalam mata pelajaran muatan lokal atau pada mata pelajaran lain yang merupakan kegiatan ekstra kurikuler di sekolah.

Teori *Health Belief Model* dikenal adaya empat komponen yang melatarbelakangi seseorang untuk melakukan perilaku kesehatan, yaitu *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefits*, *perceived barriers*. Pada *cues to action* dipengaruhi faktor internal faktor eksternal, faktor demografis, faktor sosiopsikologis, dan *self-efficacy*, yaitu kepercayaan individu dalam mengambil tindakan (Glanz et al., 2008).

Komponen dalam mengatasi obesitas pada remaja dilatarbelakangi oleh *Perceived Susceptibility* (Persepsi Kerentanan) dimana remaja memiliki persepsi terhadap suatu penyakit untuk mencegah suatu penyakit dengan mengatasi obesitas pada dirinya. Kemudian, pada komponen *Perceived Severity* (persepsi keseriusan), remaja memiliki keseriusan terhadap penyakit yang akan timbul apabila obesitas tidak segera diatasi, seperti kematian. *Perceived benefit* yaitu persepsi remaja terkait manfaat yang diperoleh dalam mengatasi obesitas. *Perceived barriers* yaitu persepsi remaja tentang hambatan atau kendala yang dirasakan dalam mengatasi obesitas, seperti kondisi sosioekonomi keluarga. *Cues to action* merupakan isyarat untuk melakukan suatu tindakan dapat berupa faktor internal dan faktor eksternal serta *Self-efficacy* yaitu motivasi dan kepercayaan diri dari remaja dalam mengatasi obesitas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani et al. (2019) mengenai Pendekatan *Health Belief Model* (HBM) untuk Menganalisis Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dalam Menggunakan Insulin menunjukkan bahwa *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefit*, *perceived barriers*, dan *self-efficacy* memiliki pengaruh yang positif, tetapi *perceived barrier* memiliki pengaruh yang negatif terhadap kepatuhan pasien dalam menggunakan insulin dengan benar. Pengaruh ini dapat berlaku secara simultan maupun untuk masing-masing variabel.

Penelitian lain juga dilakukan oleh (Haning, 2022) tentang aspek *Health Belief Model* (HBM) dengan kepatuhan ibu melakukan kunjungan ANC K4 di masa pandemi COVID-19 di wilayah kerja Puskesmas Sikumana menunjukkan hasil Terdapat pengaruh variabel *Perceived Susceptibility* dan *Perceived Benefit* secara

simultan terhadap kepatuhan ibu melakukan kunjungan antenatal K4 di masa pandemi COVID-19 di wilayah kerja Puskesmas Sikumana. *Perceived susceptibility* merupakan aspek *Health Belief Model* (HBM) yang paling dominan terhadap kepatuhan ibu melakukan kunjungan antenatal K4 di masa pandemi COVID-19.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diterangkan di atas, *health belief model* menjadi salah satu metode edukasi yang cukup berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku makan pada manusia. Selain itu, berdasarkan data mengenai data obesitas remaja yang diterbitkan oleh data dari Kementerian Kesehatan RI (2020) prevalensi obesitas remaja di Indonesia pada usia 13-15 tahun sebesar 16,0% dan pada usia 16-18 tahun sebesar 13,5%. Sedangkan, data Profil Kesehatan Surabaya tahun 2018 menyebutkan prevalensi obesitas di Surabaya sebesar 15,51% dengan proporsi perempuan lebih besar (16,01%) dibandingkan laki-laki (14,65%). Berdasarkan studi pendahuluan, kejadian obesitas di SMPN 24 Surabaya memiliki prevalensi remaja mengalami obesitas sebesar 9%.

Hasil penelitian oleh Ardita et al. (2021) menjelaskan bahwa terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media *e-modul* terhadap pengetahuan dan perilaku gizi remaja *overweight* dan obesitas. Pada penelitiannya didapatkan peningkatan pengetahuan kelompok intervensi sebesar 28,6% di minggu keempat edukasi gizi. Dwiyantri et al. (2021) juga menjelaskan dari hasil penelitiannya bahwa penggunaan *e-modul* dalam pembelajaran di SD Muhammadiyah 5 Jakarta sebagai sumber belajar efektif, dapat membantu dan memotivasi siswa dalam belajar. Kemudian, hasil penelitian Hariyani et al. (2020) menyebutkan bahwa penerapan model

pembelajaran *e-modul* dapat meningkatkan pemahaman hidrolisis garam dengan besar peningkatan yang ditunjukkan dari nilai *n-gain* yakni 0,50 (kategori sedang). Dalam hasil penelitiannya juga disebutkan responden memberikan respon positif sebesar 57,143% dalam kategori baik dan 25,714% dalam kategori sangat baik.

Sariyasih (2022) memiliki hasil penelitian penelitian menunjukkan dari 120 responden lansia di Kabupaten Tanah Bumbu didapatkan sebanyak 65.8% lansia menyatakan akan melakukan vaksinasi covid-19. Faktor yang dominan dalam mempengaruhi vaksinasi adalah persepsi hambatan yaitu khawatir kemungkinan terjadi infeksi dalam waktu dekat yang tinggi. Faktor persepsi kerentanan, keparahan, manfaat dan hambatan memiliki pengaruh dengan penerimaan vaksinasi pada lansia di Tanah Bumbu. Faktor demografis (usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, agama, pernah atau tidaknya didiagnosis penyakit kronis) tidak memiliki pengaruh yang signifikan dengan penerimaan vaksin covid-19 di Kabupaten Tanah Bumbu.

Kemenkes RI (2017) menyatakan obesitas menjadi masalah yang serius terhadap masalah gizi di Indonesia karena dapat menimbulkan risiko penyakit tidak menular seperti, diabetes mellitus, penyakit jantung iskemik, dan kanker sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai dampak pengaruh edukasi gizi berdasarkan teori *health belief model* berbasis *e-modul* terhadap pengetahuan dan perilaku makan pada remaja obesitas. Penelitian yang dilakukan (Wahyuningsih, 2023) menunjukkan adanya pengaruh edukasi gizi berdasarkan *health belief model* terhadap perilaku makan remaja obesitas untuk mencegah kejadian hipertensi saat dewasa. Oleh karena itu, edukasi gizi mengenai obesitas berdasarkan teori *health belief model* perlu dilakukan di SMPN 24 Surabaya karena dengan mengemas

dalam model belajar *e-modul*, siswa diharapkan dapat lebih mudah memahami dan termotivasi dalam belajar. Selain itu, pembelajaran dengan *e-modul* tidak akan lapuk dan termakan waktu, sehingga siswa dapat belajar kapanpun dan dimanapun.

1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh edukasi gizi berbasis *e-modul* berdasarkan teori *health belief model* terhadap pengetahuan dan perilaku makan pada remaja obesitas di SMPN 24 Surabaya?”

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh media edukasi gizi berbasis *e-modul* terhadap berdasarkan teori *health belief model* terhadap pengetahuan dan perilaku makan remaja obesitas di SMPN 24 Surabaya.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik remaja obesitas meliputi usia, uang jajan, kelas, jenis kelamin, pekerjaan orang tua, pendapatan orang tua
2. Menganalisis perubahan pengetahuan siswa obesitas SMP Negeri 24 Surabaya antara sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol.
3. Menganalisis perubahan *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefit*, *perceived barriers*, dan *self-efficacy* siswa obesitas SMP Negeri 24 Surabaya antara sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol.

4. Menganalisis perubahan perilaku makan, meliputi jumlah asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat siswa obesitas SMP Negeri 24 Surabaya antara sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok perlakuan dan kontrol.

1.4.3 Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan mengenai pengaruh media edukasi gizi berbasis *e-modul* berdasarkan teori *health belief model* terhadap pengetahuan dan perilaku makan remaja obesitas di SMPN 24 Surabaya serta dapat menindaklanjuti dan mengembangkan penelitian di masa yang akan datang.

2. Manfaat bagi Responden

Memberikan informasi kepada remaja SMPN 24 Surabaya tentang status gizi obesitas, sehingga diharapkan terjadi perubahan pengetahuan dan perilaku makan.

3. Manfaat bagi Instansi (SMP Negeri 24 Surabaya)

Sebagai bahan evaluasi serta menjadi dasar acuan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai obesitas dan perilaku makan siswa SMP Negeri 24 Surabaya.