

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pembangunan kesehatan adalah bagian dari pembangunan nasional yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pembangunan kesehatan tersebut merupakan upaya seluruh potensi bangsa Indonesia, baik masyarakat, swasta maupun pemerintah (Departemen Kesehatan RI, 2004). Pembangunan nasional tidak terlepas dari Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Kelompok usia yang memiliki potensi besar untuk menjadi sumber daya yang berkualitas adalah remaja.

Remaja sangat berperan aktif dalam pembangunan nasional, remaja merupakan penerus bangsa. Remaja yang menderita masalah gizi akan menghadapi masalah Sumber Daya Manusia yang berkualitas rendah. Rendahnya Sumber Daya Manusia merupakan tantangan berat dalam menghadapi persaingan bebas di era globalisasi. Untuk mencapai sasaran global dan perkembangan gizi masyarakat perlu dilakukan peningkatan kualitas Sumber Daya Manusia yang dilakukan secara berkelanjutan (Departemen Kesehatan RI, 2010).

Remaja merupakan individu baik pria atau wanita yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Menurut Krummel (1992) dalam Arisman (2004) masa remaja terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu remaja awal usia 11 – 13 tahun, remaja madya usia 14 – 15 tahun, dan remaja akhir usia 17 – 21 tahun. Masa remaja merupakan sebuah dunia yang lengang dan rentan dalam artian fisik, psikis, sosial, dan gizi. Perubahan fisik pada masa remaja akan memengaruhi status kesehatan dan gizi remaja tersebut (Sulistyoningsih, 2012). Usia remaja (10-18 tahun) merupakan periode rentan gizi karena berbagai

sebab. Pertama, remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang drastis. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja memengaruhi baik asupan maupun kebutuhan gizinya. Ketiga, aktif dalam olahraga (Almatsier, 2011).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan prevalensi kurus pada remaja umur 13 - 15 tahun adalah 11,1% terdiri dari 3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus dan prevalensi gemuk pada remaja umur 13 -15 tahun di Indonesia sebesar 10,8%, terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas). Sebanyak 13 provinsi dengan prevalensi gemuk di atas nasional salah satunya terdapat di Jakarta.

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat memengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan memengaruhi tingkat kesehatan individu dan masyarakat. Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM) terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan ke arah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan seluruh kelompok umur. Gizi yang baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit kronis dan kematian dini (Kemenkes RI, 2014).

Pedoman Gizi Seimbang yang telah diimplementasikan di Indonesia sejak tahun 1995 merupakan realisasi dari rekomendasi Konferensi Pangan Sedunia di Roma tahun 1992. Prinsip Gizi Seimbang terdiri dari 4 Pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan memonitor berat badan secara teratur. Pedoman tersebut menggantikan slogan “4 Sehat 5 Sempurna” yang telah diperkenalkan sejak tahun 1952 dan sudah tidak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam bidang gizi serta masalah dan tantangan yang dihadapi. Dengan mengimplementasikan pedoman tersebut bahwa masalah gizi beban ganda dapat teratasi (Kemenkes RI 2014).

Upaya pembangunan kesehatan meliputi upaya -upaya seperti upaya kuratif (pengobatan), rehabilitatif (pemulihan), preventif (pencegahan), dan promotif (promosi). Upaya promotif dalam bidang kesehatan ditekankan pada meningkatkan kemampuan masyarakat untuk dapat melakukan upaya - upaya kesehatan secara mandiri melalui pendidikan kesehatan. Jadi upaya promotif pada hakekatnya merupakan salah satu bentuk proses pembelajaran, karena upaya tersebut bertujuan untuk mengubah perilaku masyarakat menuju pola hidup sehat (Suiraoaka, I. P., dan Supariasa, 2012).

Pendidikan dan penyuluhan gizi dengan menggunakan slogan 4 Sehat 5 Sempurna yang dimulai 1952, telah berhasil menanamkan pengertian tentang pentingnya gizi dan kemudian mengubah perilaku konsumsi masyarakat. Slogan tersebut sudah tidak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu dan permasalahan gizi dewasa ini sehingga perlu diperbaharui dengan slogan dan visual yang sesuai dengan kondisi saat ini. Namun, hingga saat ini sebagian besar orang, khususnya siswa lebih mengenal slogan 4 Sehat 5 Sempurna dibandingkan dengan Pedoman Gizi Seimbang, bahkan hingga saat ini masih banyak yang berasumsi bahwa slogan 4 Sehat 5 Sempurna masih dipakai sebagai pedoman makan sehari-hari. Untuk mencegah timbulnya masalah gizi, perlu disosialisasikan Pedoman Gizi Seimbang yang bisa dijadikan pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal.

Berbagai metode telah dikembangkan di dunia pendidikan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan sikap dan keterampilan. Ceramah dan tanya jawab adalah metode yang cukup efektif sebagai penyampaian pesan (Sukanto, 2000). Selain memilih metode, penyuluhan kesehatan perlu alat bantu atau media agar informasi yang diberikan mudah diterima atau ditangkap melalui panca indera oleh sasaran. Pemilihan media perlu memperhatikan kesesuaiannya dengan tingkat perkembangan sasaran dan kemampuannya (Djamarah & Aswan, 2010).

Salah satu media yang dapat digunakan untuk menarik perhatian siswa adalah gambar. Gambar dapat menimbulkan kreatifitas anak yang beragam dalam membahasakannya. Keunggulan media gambar ini, yaitu dapat

memperjelas suatu permasalahannya dengan melihat gambar yang jelas dan sesuai dengan pokok bahasan sehingga anak akan lebih jelas menerima suatu pokok bahasan atau materi yang disampaikan guru (Februhartanty, 2004).

Bentuk media gambar yang dimodifikasi dengan tulisan dalam media pendidikan sering disebut komik. (Rivai, 2001) mendefinisikan komik sebagai suatu bentuk kartun yang mengungkapkan karakter dan memerankan suatu cerita dalam urutan yang erat dihubungkan dengan gambar dan dirancang untuk memberikan hubungan kepada pembaca.

Bonneff (1998) dalam penelitian Khairuna Hamida (2012) mengemukakan bahwa komik punya peranan yang positif, yaitu mengembangkan kebiasaan membaca. Dunia anak penuh dengan imajinasi dan kreasi. Itulah sebabnya sebagian besar anak-anak menyukai gambar, sketsa, dan komik. Komik adalah salah satu alat media yang menyenangkan untuk anak belajar. Edukasi melalui media komik ini diharapkan mampu membentuk pola pikir yang tepat agar anak dapat lebih mengetahui dan memahami tentang gizi seimbang. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Khairuna Hamida pada tahun 2012 di Surakarta dengan rata-rata skor *pretest* 16.14 kemudian terjadi peningkatan pengetahuannya meningkat 18.77 (11,4 %) dengan uji willcoxon. Penelitian lain yang dilakukan oleh Tri Setya Nugraha pada anak sekolah dasar di Depok tahun 2014 menunjukkan rata - rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah terdapat peningkatan skor saat post-test secara signifikan sebesar 26,687 poin.

Penelitian mengenai pengetahuan gizi anak usia sekolah dan remaja pernah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut diantaranya dilakukan oleh Arimurti (2012) pada anak sekolah dasar di Kota Tangerang yang menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan gizi sebesar 47,0 poin. Penelitian lain yang dilakukan oleh Achadi (2010) pada anak sekolah dasar di Kota Depok menunjukkan bahwa skor rata-rata pengetahuan gizi sebesar 67,81 poin. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa pengetahuan gizi pada anak usia sekolah dan remaja di Indonesia masih rendah.

SMPN 16 Jakarta terletak di daerah strategis dimana tersedia banyak akses yang memudahkan para remaja membeli makanan. Hal ini terlihat dari adanya beberapa minimarket di sekitar lingkungan sekolah dan kantin sekolah yang

banyak menyediakan berbagai jenis jajanan. Peneliti memilih usia rentang 13-15 tahun sebagai sampel karena pada fase remaja awal ini cenderung mengikuti tren yang sedang berkembang di kelompok termasuk perilaku dalam memilih makanan dan minuman (Brown, 2005) selain itu, remaja di usia tersebut diketahui memiliki masalah gizi seperti pola makan tidak seimbang dan masih banyak menyukai jajan sembarangan disekolah yang cenderung mengandung tinggi kalori dan tinggi lemak.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti memutuskan untuk mengukur pengetahuan dan sikap dengan menggunakan media komik agar lebih mudah dipahami dan lebih sampai penyampaian materi mengenai gizi seimbang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Pembangunan kesehatan merupakan suatu upaya yang tidak terlepas dari setiap individu harus memiliki sikap yang positif terhadap kesehatan serta mempunyai kemauan dan kemampuan dalam melaksanakan upaya-upaya kesehatan secara mandiri. Oleh karena itu, pengetahuan gizi memegang peranan penting untuk mengubah perilaku dan sikap masyarakat akan kesehatan dan diperlukan sosialisasi mengenai gizi seimbang.

Sosialisasi dan pendidikan gizi seimbang yang praktis kepada remaja merupakan salah satu upaya yang tepat dalam membentuk kesadaran dini. Upaya yang dapat dilakukan dalam memberikan pengetahuan gizi seimbang, salah satunya dengan menggunakan media komik dengan harapan komik dapat memberikan hasil yang lebih maksimal dan menumbuhkan minat membaca pada remaja.

## **C. Pembatasan Masalah**

Adapun batasan masalah agar tidak meluasnya objek dalam penelitian, dan dengan keterbatasan waktu serta biaya maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian dengan meneliti pengetahuan dan sikap remaja dengan menggunakan media komik dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan asupan energi dan zat gizi makro.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, didapat perumusan masalah, yaitu: Apakah ada pengaruh media komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja di SMPN 16 Jakarta?

#### **E. Tujuan Penelitian**

##### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh media komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja di SMPN 16 Jakarta.

##### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (umur dan jenis kelamin)
- b. Mengidentifikasi pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah terpapar dengan media komik (pre dan post-test)
- c. Mengidentifikasi sikap gizi seimbang sebelum dan setelah terpapar dengan media komik (pre dan post-test)
- d. Mengidentifikasi asupan energi dan zat gizi makro
- e. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan setelah terpapar dengan media komik (pre dan post-test) pada kelompok intervensi dan kontrol
- f. Menganalisis perbedaan sikap gizi seimbang sebelum dan setelah terpapar dengan media komik (pre dan post-test) pada kelompok intervensi dan kontrol
- g. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi dan kontrol

## **F. Hipotesis Penelitian**

Ho : Tidak ada pengaruh media komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja SMPN 16 Jakarta.

Ha : Ada pengaruh media komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja SMPN 16 Jakarta.

## **G. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi penulis**

Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman di bidang penelitian mengenai pengaruh media komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja SMPN 16 Jakarta.

### **2. Bagi siswa SMPN 16 Jakarta**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai masukan dalam sumber informasi mengenai gizi seimbang

### **3. Bagi sekolah**

Dapat meningkatkan pengetahuan bapak dan ibu guru, siswa-siswi, serta lingkungan sekolah mengenai gizi seimbang.

## H. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
1	Ditta Irma Arimurti (2012)	Pengaruh pemberian Komik Pendidikan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Gizi Siswa Kelas V SDN Sukasari 4 Kota Tangerang	Independen: media komik dan buku Dependen: pengetahuan	Penelitian ini <i>randomized pre-test and post-test control group design</i> dengan menggunakan desain penelitian <i>true experimental</i> . Uji statistik yang digunakan uji T dependen dan uji anova	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya rata-rata skor pengetahuan yang lebih tinggi saat <i>posttest</i> dibandingkan dengan <i>pretest</i> pada kelompok intervensi komik. Terdapat rata-rata skor pengetahuan lebih tinggi pada kelompok komik dibandingkan kelompok buku dan kontrol.

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
2.	Sukmawati Thasim, Aminuddin Syam, Ulfah Najamuddin (2013)	Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Asupan Zat Gizi Pada Anak Gizi Lebih Di SDN Sudirman I Makassar Tahun 2013	Independen : edukasi Gizi Dependen : pengetahuan , asupan zat gizi	Jenis penelitian yang digunakan adalah <i>pra eksperimen</i> dengan desain <i>one group pre-posttest</i> . Uji yang digunakan adalah <i>Paired sample T Test</i>	Terdapat perbedaan antara pengetahuan, asupan protein, asupan lemak sebelum dan sesudah edukasi. Tidak terdapat perbedaan antara asupan energi, asupan karbohidrat, asupan serat sebelum dan sesudah edukasi.
3.	Tri Setia Nugraha, Endang Laksmi-ningsih L. Achadi (2014)	Pengaruh Komik Gizi Seimbang Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas 5 di Sdn 01	Independen: media komik Dependen : pengetahuan	metode penelitian <i>praeksperi-mental</i> dengan desain <i>one-group pre-test post-test</i>	Adanya rata-rata skor pengetahuan yang lebih tinggi saat <i>post-test</i> dan <i>post-test</i> dibandingkan dengan <i>pre-test</i> pada kedua

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
		Pondok Cina dan Mi Nurul Iman di Kota Depok Tahun 2014			kelompok
4.	Marisa (2014)	Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswa SDN Bendungan di Semarang	Independen: media komik Dependen : pengetahuan , sikap	Penelitian ini adalah <i>quasi experiment</i> dengan menggunakan rancangan <i>pre-posttest two group design</i>	Pendidikan gizi melalui komik gizi seimbang meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada dua kelompok. Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan tetapi tidak ada perbedaan peningkatan sikap antara kelompok 1 dan 2
5.	Nurul Lolona	Pengaruh Pemberian	Independen: media audio	Penelitian ini adalah <i>quasi</i>	Hasil penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Variabel	Metode Penelitian	Hasil
	Lingga (2015)	Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tanjung Duren Utara 01 Pagi Jakarta Barat	visual Dependen : pengetahuan , sikap	<i>experiment</i> dengan mengguna- kan rancangan <i>one group</i> <i>pretest</i> <i>posttest.</i>	menunjukkan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap perubahan pengetahuan ( $p=0.003$ ) dan adanya pengaruh pemberian media animasi terhadap sikap ( $p=0.000$ )

Dari tabel 1.1 dapat diketahui bahwa penelitian ini menunjukkan perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu meneliti variabel pengetahuan dan sikap dengan menggunakan media pendidikan gizi komik serta gambaran asupan energi dan zat gizi makro remaja. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan desain *pretest-posttest with control group* dimana dibagi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian ini memberikan gambaran asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat remaja.