



Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Media Sosial (*Line*) terhadap
Perubahan Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang di SMA
Negeri 9 Jakarta

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi

NANDA SAYU KINANTHI
2015 32 134

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
JAKARTA
JANUARI 2017

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap perubahan di lingkungan sekitarnya, khususnya dalam hal mengonsumsi makanan. Masalah yang terkait dengan konsumsi makanan seperti bersifat acuh terhadap pemilihan makanan yang dikonsumsinya (padahal tidak sesuai dengan kebutuhan gizi), mengonsumsi makanan secara berlebihan, mengikuti *trend* dengan makan cepat saji tanpa memperhatikan kecukupan gizi yang mereka butuhkan, lupa waktu makan karena padatnya aktivitas dan sebagainya (Moehji, 2003).

Berdasarkan data dari Riskesdas (2015) diketahui sekitar 9.4% remaja di Indonesia (usia 16-18 tahun) memiliki masalah status gizi kurus dan 7.3% memiliki masalah status gizi gemuk berdasarkan IMT/U. Selain itu Provinsi DKI Jakarta berada pada urutan ke-5 dalam proporsi remaja dengan status gizi kurus dan prevalensi remaja dengan status gizi gemuk tertinggi di Indonesia.

Kondisi demikian mengharuskan perhatian terhadap masalah gizi ganda pada remaja di Indonesia perlu lebih ditingkatkan. Upaya yang dilakukan antara lain melalui perubahan perilaku ke arah perilaku gizi seimbang dalam pencegahan timbulnya masalah gizi dan mempertahankan status gizi yang baik (Kemenkes, 2014).

Pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi atau upaya dalam perubahan perilaku, agar perilaku individu, kelompok atau masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Notoatmodjo, 2003). Pendidikan gizi adalah suatu upaya untuk mengadakan perubahan pengetahuan, sikap maupun keterampilan atau praktek dalam hal konsumsi makanan. Pendidikan gizi sangat penting karena meskipun daya beli masyarakat tinggi dan pangan tersedia namun apabila pengetahuan dan sikap gizi

masyarakat kurang baik maka masyarakat tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi (Soehardjo, 1989).

Bentuk pendidikan gizi yang remaja peroleh saat ini umumnya dari pendidikan sekolah, namun sebenarnya remaja lebih menyukai bentuk pendidikan luar sekolah karena dianggap lebih menarik dan tidak membosankan. Faktor penarik utama pendidikan gizi remaja adalah jenis informasi yang disajikan, selain cara penyampaian dan tokoh pembawa pesan. Identifikasi jenis informasi gizi didasarkan pada informasi gizi yang disukai serta masalah gizi yang dihadapi remaja (Anggraeni, 2000).

Di-zaman era globalisasi ini, internet menjadi sebuah ruang digital baru yang dapat menjembatani cara berkomunikasi antar-masyarakat. Dengan kemajuan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK), media sosial atau *media sosial* telah menjadi fenomena yang makin menglobal dan mengakar. Dengan kemudahan pengaksesannya, media sosial kerap digunakan sebagai cara berinteraksi antar individu dengan individu atau individu dengan kelompok kapanpun dan dimanapun.

Media sosial dapat dikatakan sebagai media *online*, dimana para penggunanya (*user*) melalui aplikasi berbasis internet dapat berbagi, berpartisipasi, dan menciptakan konten berupa blog, wiki, forum, jejaring sosial dan ruang dunia virtual. Saat ini medsos yang paling banyak digunakan dan tumbuh pesat berupa jejaring sosial, blog dan wiki (Kemendag, 2014).

Dalam survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) bersama dengan Pusat Kajian Komunikasi (PusKaKom) Universitas Indonesia menunjukkan pertumbuhan penggunaan internet di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2012 jumlah pengguna internet sebesar 63 juta, dengan jumlah penduduk Indonesia sebanyak 245.5 juta sehingga penetrasi pengguna internet di Indonesia adalah 25.7%. Di tahun 2013 terdapat 71.19 juta pengguna internet, dengan jumlah penduduk Indonesia sebanyak 248.9 juta sehingga penetrasi pengguna internet sebesar 28.6% dan mengalami peningkatan lagi di tahun 2014, yaitu 88 juta pengguna internet,

dengan jumlah penduduk 252.4 juta sehingga penetrasi pengguna sebesar 34.9% (APJII, 2015).

Di tahun 2015 *list* media sosial terpopuler di Indonesia menurut APJII ialah: *Facebook* (14%), *Twitter* (11%), *Google+* (9%), *Instagram* (7%), *Linkedin* (7%), *Pinterest* (6%), dan *Line* (6%). Menurut Kemenkominfo, *Facebook* memiliki 65 juta pengguna aktif, *Twitter* dengan 19.5 juta pengguna, *Line* dengan 10 juta pengguna, *Google+* dengan 3.4 juta pengguna, *Linkedin* dengan 1 juta pengguna, dan *Path* dengan 700.000 pengguna. Internet di Indonesia kerap digunakan pada sektor pendidikan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat (APJII, 2015).

Line merupakan bentuk baru dari *Instant Messenger* yang memiliki fungsi untuk berkomunikasi dimana setiap penggunaannya tidak menggunakan pulsa, melainkan jaringan atau koneksi internet. *Line* sendiri hadir sebagai bentuk penyempurnaan dari aplikasi *Instant Messenger* sebelumnya, yaitu *Whatsapp* & *BBM*. Beberapa fitur yang tidak ada pada dua aplikasi sebelumnya dimunculkan dalam *Line*, antara lain *Official Account*, *Free Call*, *Sticker*, *Permainan*, hingga fitur *Video Call* (LINE, 2017).

Dalam proses pendidikan gizi, untuk memperoleh hasil yang efektif diperlukan alat bantu atau media pendidikan. Media pendidikan memiliki fungsi sebagai alat peraga untuk menyampaikan informasi atau pesan-pesan tentang kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Pemanfaatan media *online* dapat menjadi salah satu model yang efektif dan efisien dalam penyampaian komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) oleh petugas kesehatan berkaitan dengan perubahan pola makan dan pola aktivitas fisik masyarakat (Isaura, Probosuseno, dan Rialihanto, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mujib (2013) menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan dari penggunaan internet sebagai media belajar terhadap hasil belajar yang dicapai. Mayoritas siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang memperoleh hasil belajar memuaskan adalah mereka yang memiliki intensitas tinggi dalam menggunakan internet sebagai media belajar. Sebaliknya,

siswa yang memperoleh hasil belajar tidak memuaskan adalah mereka yang jarang menggunakan internet sebagai media belajar.

Menurut Bukit (2016) ada pengaruh penyampaian edukasi kesehatan melalui media sosial terhadap kebiasaan sarapan pagi karyawan. Media sosial yang digunakan dalam penelitiannya ialah *Facebook* dan *Twitter*. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa semua mahasiswa mengenal dan memiliki akun di media sosial. Media sosial yang paling populer dikalangan remaja ialah *Twitter*. Pada umumnya mahasiswa membuka dan mengakses media sosial setiap 1 jam sekali (Harahap, 2016).

Berdasarkan uraian tersebut menjadikan ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMA Negeri 9 Jakarta.

B. Identifikasi masalah

Dalam memajukan bangsa Indonesia maka ada 3 hal penting yang harus dimiliki, yaitu memiliki tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktifitas kerja yang tinggi. Ketiga hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh keadaan gizi.

Untuk mencegah timbulnya masalah gizi, perlu adanya sosialisasi pedoman gizi seimbang yang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, beraktivitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal.

Dalam mengoptimalkan penyampaian pesan gizi seimbang kepada remaja di sekolah menengah atas, maka diperlukan KIE yang tepat. Upaya yang dapat dilakukan salah satunya tentang pemberian pendidikan gizi melalui media sosial untuk remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA). Dengan harapan, pendidikan gizi melalui media sosial ini dapat memberikan hasil yang efektif.

C. Pembatasan Masalah

Dengan segala keterbatasan waktu serta biaya maka peneliti hanya membatasi masalah penelitian ini dengan meneliti pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap siswa/i melalui media sosial (*Line*).

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini sebagai berikut, “Bagaimana pengaruh pendidikan gizi dengan media sosial (*Line*) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMA Negeri 9 Jakarta?”.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMA Negeri 9 Jakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden, yaitu jenis kelamin dan usia.
- b. Mengetahui skor pengetahuan dan sikap gizi seimbang responden sebelum dan sesudah penyuluhan.
- c. Menganalisis perbandingan skor pengetahuan dan sikap gizi seimbang sebelum pendidikan gizi melalui media sosial menurut jenis kelamin.
- d. Menganalisis perbandingan skor pengetahuan dan sikap gizi seimbang sebelum pendidikan gizi melalui media sosial menurut usia.

- e. Menganalisis perbandingan skor pengetahuan dan sikap gizi seimbang, sebelum dan sesudah pendidikan gizi melalui media sosial.

F. Hipotesis

Hipotesa nol (H_0): Tidak ada pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMA Negeri 9 Jakarta.

Hipotesa alternatif (H_a): Ada pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang di SMA Negeri 9 Jakarta.

G. Manfaat Penelitian

1. Pengembangan Ilmu

Penelitian ini bermanfaat sebagai suatu pengembangan ilmu pengetahuan kesehatan, khususnya ilmu gizi terutama mengenai pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang.

2. Praktisi

a. Peneliti

Untuk menambah wawasan dan sebagai pendalaman pengetahuan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang.

b. Bagi Institusi

Untuk menambah literatur kepustakaan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang.

c. Bagi Pembaca

Untuk menambah bahan referensi bacaan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media sosial (*Line*) terhadap pengetahuan dan sikap

gizi seimbang.

H. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1. Keterbaruan Penelitian

Nama Peneliti, Tahun	Judul	Metode	Hasil
Erna Rahmalia Bukit (2016)	Pengaruh Penyampaian Edukasi Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Karyawan PT. Graha Inspirasi Jakarta Timur.	Desain penelitian pra-eksperimen dengan menggunakan one group <i>pre-test post-test</i> . Analisis data menggunakan uji T-test.	Responden dengan perlakuan <i>Facebook</i> yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 75% dan perempuan 25%, dan untuk perlakuan <i>Twitter</i> laki-laki sebesar 70% dan perempuan sebesar 30%. Frekuensi sarapan responden sebelum di Intervensi dengan media <i>Facebook</i> rata-rata 3 hari dalam seminggu dan menjadi 5 hari dalam seminggu. Untuk <i>Twitter</i> sebelum di intervensi rata-rata 3 hari dan sesudah di intervensi 4 hari dalam seminggu. Untuk kebiasaan sarapan sebelum dan sesudah di intervensi dengan media <i>Facebook</i> dan <i>Twitter</i> , ada perbedaan yang signifikan dengan nilai $p < 0.005$.
Halomoan Harahap (2016)	Penggunaan Media Sosial Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Esa Unggul	Pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode survey. Pengambilan sampel dengan	Semua mahasiswa mengenal dan memiliki akun di media sosial. Media sosial yang paling populer dikalangan mahasiswa adalah <i>Twitter</i> . Setiap mahasiswa menyediakan dan menghabiskan waktu >4 jam

	Dalam Mendukung Keegiatannya.	metode acak stratifikasi.	perhari untuk mengelola akun media sosialnya. Pada umumnya mahasiswa membuka dan mengakses media sosialnya setiap 1 jam.
Emyr Reisha Isaura, Probosuseno dan M. Primiaji Rialihanto (2013)	Pemanfaatan Internet untuk Edukasi Gizi Bagi Penyandang Diabetes Mellitus.	Desain penelitian <i>cross-sectional</i> menggunakan <i>e-survey</i> data sekunder. Sampel diambil secara purposive sampling.	Terdapat perbedaan pola makan penyandang DM yang memanfaatkan media <i>online</i> dan <i>non online</i> , demikian pula pada pola aktifitas fisiknya.
Vilda Ana Veria Setyawati (2009)	Pendidikan Gizi Dalam Surveilans Pada Remaja Putri.	Metode studi pustaka, yaitu dengan mengkaji beberapa sumber berupa jurnal, buku teks, artikel populer, dan hasil-hasil penelitian.	Pendidikan di sekolah merupakan tempat yang paling cocok untuk memberikan pengetahuan gizi yang tepat.
Dian Muti Sari (2014)	Gambaran Praktek Pedoman Gizi Seimbang (PGS) Pada Remaja di MTs. Pembangunan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2013.	Penelitian deskriptif, pengambilan sampel secara <i>systematic random sampling</i> .	Gambaran praktek pedoman gizi seimbang (PGS) diketahui bahwa jenis makanan yang dikonsumsi remaja 62.5% tidak sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang, tingkat kecukupan zat gizi pada remaja antara lain kecukupan energi, karbohidrat, protein dan Vitamin A sebagian besar sesuai dengan AKG, sedangkan tingkat kecukupan lemak, vitamin C dan zat besi sebagian besar tidak sesuai dengan PGS. 56.3% remaja memiliki pola hidup bersih yang

sesuai dengan PGS. Selain itu sebagian besar memiliki aktifitas fisik sedang sebanyak 70.8%. Persentase berat badan ideal remaja paling banyak yakni berat badan ideal normal sebanyak 69.8% dan keseluruhan remaja tidak sesuai dalam mempraktekan PGS.
