

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pekerja yang sehat adalah faktor penentu yang vital untuk pertumbuhan sosial dan ekonomi yang berkesinambungan baik bagi perusahaan tingkat lokal, nasional dan global. Produktifitas pekerja akan menurun apabila terganggu kesehatannya. Rudolf Virchow atau Bapak Pengobatan Sosial (1848) meneliti tentang adanya Kejadian Luar Biasa (KLB) penyakit tifus pada pekerja tambang di Silesia dengan faktor risikonya adalah kemiskinan, bekerja terlalu keras dan rendahnya asupan gizi (Kurniawidjaja, 2010).

Seakan sering diabaikan, gizi pada pekerja merupakan salah satu faktor penyebab kelelahan kerja. Asupan gizi yang penting bagi pekerja adalah asupan energi. Asupan energi pekerja dapat menentukan status gizi seorang pekerja. Pada penelitian yang dilakukan oleh Tasmi, Lubis and Mahyuni (2015) didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dan status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT Perkebunan Nusantara I Pabrik Kelapa Sawit Pulau Tiga.

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi. Status gizi berhubungan dengan produktifitas kerja, dimana pekerja berstatus gizi baik akan memiliki produktifitas kerja yang baik, begitu pula sebaliknya (Nurjanah & Roosita, 2015). Menurut Kementerian Kesehatan RI, status gizi pada dewasa berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dikategorikan menjadi kurus, normal dan gemuk.

Di Indonesia, berdasarkan data dari Kemenkes RI (2018) diketahui 13.6% dewasa berusia >18 tahun memiliki masalah berat badan lebih dan sebesar 21.8% memiliki masalah obes. Pada dewasa berusia ≥ 15 tahun memiliki masalah obesitas sentral sebesar 31%. Dari data tersebut,

masalah obesitas sentral mengalami kenaikan sebesar 3.9% dibandingkan tahun 2013.

Obesitas abdominal disebabkan karena adanya perubahan gaya hidup seperti konsumsi minuman beralkohol yang tinggi, kebiasaan merokok, konsumsi makanan berlemak tinggi, seringnya mengonsumsi *fast food* dan aktifitas fisik yang rendah (Sugondo, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yuhana (2014) menunjukkan rata-rata karyawan Universitas Esa Unggul memiliki kadar kolesterol yang tinggi. Adapun faktor yang terbukti melalui penelitian ini yang mempengaruhi kadar kolesterol seseorang antara lain usia, berat badan, pola makan, aktifitas fisik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan mengenai gizi seimbang memiliki peranan penting dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Berkurangnya pengetahuan juga dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari (Afra, 2018; Pramono et al., 2014). Menurut Yurni and Sinaga (2017) pengetahuan akan mempengaruhi sikap dan praktik gizi seimbang dalam keseharian.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Marisa and Nuryanto (2014) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap tentang gizi seimbang antara sebelum dan sesudah pemberian pendidikan gizi melalui komik pada kedua kelompok perlakuan. Pada kedua kelompok perlakuan terjadi peningkatan yang relatif sama, walaupun untuk kelompok perlakuan yang hanya diberikan komik lebih sedikit menerima pendidikan gizi dibandingkan dengan kelompok perlakuan yang diberikan komik dan pendamping intensif. Menurutnya, pada dasarnya sikap bukan merupakan suatu bawaan, melainkan hasil interaksi antar individu dengan lingkungan sehingga bersifat dinamis (Ningsih, 2018).

Pedoman gizi seimbang bisa dijadikan sebagai pedoman makan, aktifitas fisik, hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal (Jafar et al., 2018). Pedoman gizi seimbang disusun untuk menyempurnakan 4 sehat 5 sempurna. Hal ini dikarenakan slogan tersebut tidak sesuai dengan kondisi dan permasalahan gizi saat ini. Prinsip gizi seimbang terdiri dari 4 pilar yang pada dasarnya merupakan rangkaian upaya untuk menyeimbangkan zat gizi yang masuk dan zat gizi yang keluar dengan memantau berat badan normal secara teratur (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Empat pilar yang tervisualisasi dalam bentuk tumpeng gizi seimbang belum tersosialisasikan dengan baik (Forum Komunikasi Gizi Seimbang, 2013). Dengan itu, diperlukan pendidikan gizi sebagai upaya meningkatkan pengetahuan gizi (Marisa & Nuryanto, 2014).

Pendidikan gizi atau yang lebih dikenal dengan kegiatan KIE (Komunikasi, informasi dan Edukasi) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku gizi masyarakat (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Pendidikan gizi menghasilkan peningkatan pengetahuan, kesadaran dan perubahan perilaku untuk mencapai keadaan gizi dan kesehatan yang optimal (Nurmasyita et al., 2016). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Citrakesumasari et al., (2019) membuktikan bahwa edukasi gizi seimbang melalui sosialisasi sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang gizi seimbang. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas responden dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan (Safitri, 2016).

Berbagai metode telah dikembangkan didunia pendidikan dalam menyampaikan pesan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan. Salah satu media pendidikan yang dapat digunakan adalah *motion graphic*. *Motion graphic* adalah potongan-potongan media visual berbasis waktu yang menggabungkan berbagai elemen-elemen seperti animasi 2D dan 3D, video, film, tipografi, ilustrasi, fotografi dan musik (Krishna et al., 2010). Berdasarkan penelitian yang dilakukan

Aprilia (2018) terjadi peningkatan skor pengetahuan dan sikap pada kelompok perlakuan yang diberi intervensi dengan media *motion graphic*.

Berdasarkan uraian tersebut, menjadikan ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul.

1.2 Identifikasi Masalah

Kesehatan kerja sebagai upaya untuk menjaga kesehatan para pekerja agar tugas pekerjaan di wilayah kerja perusahaan dapat berjalan lancar. Adanya perubahan gaya hidup seperti kebiasaan merokok, konsumsi makanan berlemak tinggi, seringnya konsumsi *fast food* dan aktifitas fisik yang rendah pada pekerja dapat mengakibatkan terjadinya status gizi lebih (obesitas). Kurangnya pengetahuan dan sikap gizi seimbang menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi gizi pekerja. Empat sehat lima sempurna yang telah berganti menjadi empat pilar gizi seimbang belum tersosialisasikan dengan baik. Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan sikap mengenai empat pilar gizi seimbang adalah dengan melakukan pendidikan gizi menggunakan media yang dapat mempermudah dan memperjelas responden dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Maka dari itu, untuk memberikan pendidikan gizi pada para pekerja, diberikan media intervensi berupa *motion graphic*.

1.3 Pembatasan Masalah

Pemberian pendidikan gizi merupakan faktor penting untuk pemberian pengetahuan tersebut, maka peneliti membatasi masalah penelitian dengan meneliti pengetahuan dan sikap pada karyawan melalui media *motion graphic* dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan jenis kelamin dan umur.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini “Apakah ada pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul ?”

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan universitas Esa Unggul.

1.5.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur dan paparan informasi
- b. Mengidentifikasi pengetahuan tentang empat pilar gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan intervensi
- c. Mengidentifikasi sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul sebelum dan sesudah diberikan intervensi
- d. Menganalisis perubahan pengetahuan tentang empat pilar gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan media pada kelompok intervensi dan tanpa media pada kelompok kontrol
- e. Menganalisis sikap tentang empat pilar gizi seimbang sebelum dan sesudah diberikan media pada kelompok intervensi dan tanpa media pada kelompok kontrol
- f. Menganalisis perbedaan pengetahuan tentang empat pilar gizi seimbang sebelum dan sesudah pada kedua kelompok
- g. Menganalisis perbedaan sikap tentang empat pilar gizi seimbang sebelum dan sesudah pada kedua kelompok

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan pengetahuan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul.

1.6.2 Bagi Institusi

Untuk menambah literatur kepustakaan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul.

1.6.3 Bagi Pembaca

Untuk menambah referensi bacaan tentang pengaruh pendidikan gizi melalui media *motion graphic* terhadap pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang pada karyawan Universitas Esa Unggul.

1.6.4 Bagi Responden

Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang empat pilar gizi seimbang dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

1.7 Keterbaruan Penelitian

Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian

No.	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Analisis Data	Hasil
1	Susilo Wirawan, Lalu Khaiwul Abdi, Ni Ketut Sri Sulendri (2014)	Penyuluhan dengan Media Audio Visual dan Konvensional terhadap Pengetahuan Ibu Anak Balita	<i>Pretest-posttest with Control Group Design</i>	<i>Independent Sample T-Test</i> dan <i>Paired Sample T-Test</i>	Terdapat pengaruh peningkatan rata-rata pengetahuan ibu balita antara sebelum penyuluhan dengan setelah penyuluhan

No.	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Analisis Data	Hasil
					baik pada kelompok penyuluhan dengan media AV maupun media konvensional
2	Ana B. Montol, Meildy E. Pascoal, Lydia Pontoh (2015)	Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon	<i>Case Control</i>	<i>Chi Square</i>	Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kebiasaan konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, pola makan tinggi natrium dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja puskesmas Lansot
3	Nurhaedar Jafar, Rahayu Indriasari, Aminuddin Syam dan Yessy Kurniati (2018)	Pelatihan Edukator Sebaya dan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Siswa di SMUN 16 Makassar	<i>Studi Intervensi</i>	<i>Paired Sample T-Test</i>	Pelatihan edukator sebaya efektif untuk meningkatkan pengetahuan responden
4	Mery Anestya, Muwakhidah (2018)	Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Video terhadap Pengetahuan Siswa dalam	<i>One Group Pretest-Posttest</i>	<i>Paire Sampel T-test</i>	Pengaruh pendidikan gizi dengan media audio video terhadap

No.	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Analisis Data	Hasil
		Pemilihan Jajanan di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta			pengetahuan di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta ($p=0,000$)
5	Risma Meldiana, Densa Simbolon, Anang Wahyudi (2018)	Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja <i>Overweight</i>	<i>Pretest-Posttest with Control Group</i>		Ada perbedaan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan video ($p=0,003$) ($p=0,000$)
6	Vinny Aprio Mita (2018)	Pengaruh Pendidikan Gizi Menggunakan Media Sosial Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Sriwijaya	<i>Pretest-Posttest Control Group</i>	<i>Paired Sample T-Test, Wilcoxon dan Mann-Whitney</i>	Media sosial instagram dapat menjadi salah satu media pendidikan gizi yang berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada remaja
7	Ainun Mardhiah, Rina Riyanti, Marlina (2020)	Efektifitas Penyuluhan Dan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Anak Balita Gizi Kurang Di Puskesmas Medan Sunggal	<i>Non-Equivalent Control Group Design</i>	<i>Wilcoxon</i>	Media audio visual lebih efektif dibandingkan penyuluhan dalam peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita gizi kurang di puskesmas

No.	Penulis	Judul	Desain Penelitian	Analisis Data	Hasil
					Medan Sunggal
8	Debora Tisa Br H, Betty Yosephin Simanjuntak, Anang Wahyudi (2020)	Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Audio Visual (<i>Video</i>) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi Seimbang	<i>PrePost with Control Group</i>		Ada pengaruh signifikan antara edukasi gizi dengan pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap ($p=0,022$)
9	Muhammad Arif Azhari, Adhila Fyasaki (2020)	Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Ceramah dan Video Animasi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Sarapan serta Konsumsi Sayur Buah	<i>Pretest-Posttest Control Group</i>	<i>Independent T-test, Mann Whitney dan Paired T-test</i>	Edukasi gizi berpengaruh terhadap sikap ($p=0,005$) dan perilaku sarapan ($p=0,0013$) dan konsumsi sayur buah, serta edukasi lebih efektif dibandingkan media video
10	Sopyah Anggraini, Sarmaida Siregar, Ratna Dewi (2020)	Pengaruh Media Audio Visual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta Rakyat	<i>Pretest-Posttest Group</i>	<i>Paired Sample T-Test</i>	Ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ($p=0,001$) dan sikap ($p=0,004$) ibu sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media audio visual

Penelitian yang dilakukan dengan penelitian sebelumnya yaitu dari segi waktu, materi, objek dan tempat penelitian.