

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Laporan Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi anak gemuk usia 13-15 tahun di Jawa Barat dengan angka 12% sebanyak 1.329 dari 11.081 anak dan anak obesitas 4,9% dengan jumlah 542 dari 11.081 anak, dan anak gemuk di DKI Jakarta dengan angka 15,1% sebesar 285 dari 1.890 anak dan obesitas sebesar 10% yaitu 189 dari 1.890 anak. Berdasarkan jenis tempat tinggal, daerah perkotaan memiliki angka gemuk dan obesitas lebih tinggi, yaitu 12,3% dengan jumlah 3.908 anak dan 5,9% dengan jumlah 1.875 dari masing-masing 31.780 anak. Di Indonesia, prevalensi aktivitas fisik kurang tertinggi berada di provinsi Jawa Barat, yaitu sebesar 37,5% dengan jumlah 56.492 dari 150.646 anak, dan untuk DKI Jakarta sebanyak 47,8% dengan jumlah 15.565 dari 32.563 anak. Berdasarkan kategori usia dengan aktivitas fisik kurang tertinggi adalah usia 10-14 tahun sebanyak 64,4% dengan jumlah 56.659 dari 87.981 anak.

Peningkatan prevalensi anak gemuk, obesitas, dan aktivitas fisik yang kurang salah satunya disebabkan oleh perubahan pola aktivitas fisik. Harahap et al., (2013) menyatakan bahwa pada masa sekarang, anak-anak lebih disibukkan dengan permainan di *gadget* ataupun di warnet yang tidak mengeluarkan banyak energi dibanding melakukan aktivitas fisik seperti bermain sepeda, sepak bola, petak umpet, dan sebagainya. Berdasarkan penelitian Huriyati et al., (2004) peningkatan risiko obesitas pada anak yang tidak rutin melakukan aktivitas fisik sebanyak 2,2 kali dibanding dengan anak yang rutin melakukan aktivitas fisik, karena aktivitas fisik mengubah komposisi tubuh, yakni meningkatkan massa tubuh tanpa lemak yang berlebih dan menurunkan lemak tubuh (Harahap *et al*, 2013). Walaupun masih perlu penelitian lebih lanjut terkait hubungan obesitas dengan fungsi kognitif, namun efek tidak langsung dari obesitas, yaitu penyakit yang diderita oleh anak obesitas diduga dapat menurunkan fungsi kognitif. Suatu

penelitian menyimpulkan bahwa obesitas menyebabkan anemia yang dapat menurunkan konsentrasi anak karena kurangnya oksigen akibat rendahnya kadar hemoglobin yang menurunkan oksigenasi pada susunan syaraf otak. Hal ini juga mempengaruhi perilaku sehari-hari seperti anak menjadi rendah diri, gangguan citra diri, tidak puas terhadap tubuh sendiri, serta sering merasa sedih dan sepi (Sajawandi, 2015).

Perlunya melakukan aktivitas fisik baik orang dewasa maupun anak-anak karena dapat menurunkan berbagai risiko penyakit. Manfaat aktivitas fisik dapat diraih apabila mendapat dukungan dari lingkungan sekitar, seperti sekolah. Oleh karena itu, sekolah dianjurkan mengadakan kegiatan aktivitas fisik setiap hari selama 60 menit dengan intensitas sedang, pembagian waktu dapat disesuaikan agar tidak menghambat kegiatan sekolah lain, namun siswa tetap beraktivitas fisik sebagaimana mestinya. Aktivitas fisik dapat memberikan manfaat seperti menurunkan risiko obesitas, *overweight*, dan penyakit-penyakit lainnya yang disebabkan oleh berat badan lebih seperti diabetes mellitus tipe 2, penyakit jantung koroner, stroke, kanker, tekanan darah tinggi, dan kelainan tulang (Utami *et al.*, 2016). Aktivitas fisik juga dapat memperbaiki psikologis seseorang melalui penurunan stress, kecemasan dan depresi (Saleh, 2019). Anak dengan usia 12 sampai 14 tahun masuk pada kategori masa *early adolescent*, dimana sifatnya berhubungan dengan aktivitas fisik yaitu mulai sadar akan dirinya dan ingin selalu dikagumi, namun rasa kurang percaya diri mulai muncul. Selain untuk kesehatan, aktivitas fisik juga dapat memberikan pengaruh pada tingkat kepercayaan diri anak (Saleh, 2019). Anak yang sering melakukan aktivitas fisik dengan tepat, postur tubuhnya akan lebih ideal dibanding anak yang tidak rutin melakukan aktivitas fisik. Selain itu, pada masa *early adolescent*, anak sudah mulai memperhatikan bentuk tubuhnya, sehingga hal ini akan memberikan pengaruh pada tingkat kepercayaan diri anak.

Perlunya peningkatan pengetahuan dan sikap siswa terhadap aktivitas fisik agar siswa mengetahui manfaat dan dampak buruk dari kurangnya aktivitas fisik. Selain itu, pengetahuan dan sikap menjadi faktor

yang mempengaruhi perilaku seseorang. Zan dan Lumongga (2010) menyatakan bahwa perilaku merupakan reaksi dari aktivitas kognitif, afektif, psikomotorik yang saling berkaitan. Apabila salah satunya ada yang terganggu, maka aspek perilaku lainnya akan terganggu juga.

Pemberian edukasi mengenai aktivitas fisik harus menggunakan media atau alat bantu. Penggunaan media yang tepat dapat mempermudah proses belajar anak, sehingga tujuan pembelajaran bisa tercapai. Menurut teori Piaget yang membahas tentang teori perkembangan mental anak, usia 12 tahun keatas termasuk ke dalam kategori tahapan operasional formal (Ibda, 2015). Pada tahap ini, anak sudah mampu memahami bentuk argumen dan tidak dibingungkan oleh sisi argument, dapat menggunakan operasi-operasi konkritnya untuk membentuk operasi yang lebih kompleks. Film animasi merupakan jenis media yang menggabungkan audio dan visual untuk menceritakan sebuah alur atau cerita, lebih dikenal dengan sebutan kartun. Film animasi disukai oleh anak-anak karena visualisasi karakternya menarik, penuh warna, dan alurnya yang sederhana dan mudah diterima oleh anak anak. Fungsi media menjadi penting manakala setiap pembelajaran berlangsung membutuhkan aplikasi teori yang dapat diketahui secara mudah dan tidak mengeluarkan biaya banyak (Fathurohman, *et al*, 2015).

Sehubungan dengan hal tersebut, diperlukannya peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai aktivitas fisik untuk anak sekolah menengah pertama dengan menggunakan media animasi. Hal ini sejalan dengan penelitian (L. Setiawati, 2016) yang menyatakan bahwa pemakaian animasi memberikan pengaruh yang sangat tinggi terhadap proses pembelajaran. Peningkatan pengetahuan sangat diperlukan karena pengetahuan merupakan faktor kekuatan terjadinya perubahan sikap. Oleh karena itu, dari latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Media Animasi Mengenai Perubahan Pengetahuan dan Sikap, Serta Gambaran Perilaku Tentang Aktivitas Fisik Pada Siswa Kelas VIII”.

## B. Identifikasi Masalah

Prevalensi anak gemuk menurut hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi anak gemuk usia 13-15 tahun paling tinggi berada di Jawa Barat dengan angka 12% sebanyak 1.329 dari 11.081 anak dan anak obesitas 4,9% dengan jumlah 542 dari 11.081 anak, dan anak gemuk di DKI Jakarta dengan angka 15,1% sebesar 285 dari 1.890 anak dan obesitas sebesar 10% yaitu 189 dari 1.890 anak. Berdasarkan jenis tempat tinggal, daerah perkotaan memiliki angka gemuk dan obesitas lebih tinggi, yaitu 12,3% dengan jumlah 3.908 anak dan 5,9% dengan jumlah 1.875 dari masing-masing 31.780 anak. Di Indonesia, prevalensi aktivitas fisik kurang tertinggi berada di provinsi Jawa Barat, yaitu sebesar 37,5% dengan jumlah 56.492 dari 150.646 anak, dan untuk DKI Jakarta sebanyak 47,8% dengan jumlah 15.565 dari 32.563 anak. Berdasarkan kategori usia dengan aktivitas fisik kurang tertinggi adalah usia 10-14 tahun sebanyak 64,4% dengan jumlah 56.659 dari 87.981 anak. Seiring meningkatnya prevalensi anak gemuk, anak obesitas, dan prevalensi aktivitas fisik kurang, maka risiko anak terkena berbagai macam penyakit juga ikut meningkat, seperti contoh obesitas yang bisa memicu berbagai penyakit lainnya. Oleh karena itu perlu adanya peningkatan pengetahuan dan sikap anak agar mengetahui pentingnya aktivitas fisik untuk kesehatan tubuh mereka, sehingga anak-anak akan termotivasi untuk terus melakukan aktivitas fisik.

Pemberian pembelajaran dengan media dan tanpa media tentu memberikan hasil yang berbeda. Teori Piaget menjelaskan bahwa anak sekolah menengah pertama berada dalam tahapan operasional formal dimana anak sudah mampu memahami bentuk argumen dan tidak dibingungkan oleh sisi argumen, dapat menggunakan operasi-operasi konkritnya untuk membentuk operasi yang lebih kompleks. Penggunaan media animasi sebagai media pembelajaran diyakini dapat memberikan dampak terhadap anak-anak seperti penelitian yang dilakukan oleh Setiawati (2016) yang menyatakan bahwa pemakaian animasi memberikan pengaruh yang sangat tinggi terhadap proses pembelajaran.

### C. Batasan Masalah

Permasalahan penelitian ini dibatasi hanya pada gambaran perilaku, perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pemberian media animasi mengenai aktivitas fisik untuk mengetahui pengaruh media animasi yang digunakan.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana gambaran perilaku aktivitas fisik dan apakah ada pengaruh media animasi mengenai perubahan pengetahuan dan sikap tentang aktivitas fisik pada siswa kelas VIII.

### E. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku dan pengaruh media animasi mengenai perubahan pengetahuan dan sikap terhadap aktivitas fisik untuk anak sekolah menengah pertama.

#### 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui karakteristik siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- b. Mengetahui gambaran perilaku mengenai aktivitas fisik untuk siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian media animasi kelompok kontrol pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- d. Mengetahui sikap sebelum dan sesudah pemberian media animasi kelompok kontrol pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.

- e. Mengetahui sikap sebelum dan sesudah pemberian media animasi kelompok intervensi pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- f. Mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian media animasi kelompok intervensi pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- g. Menganalisis perbedaan pengetahuan mengenai aktivitas fisik pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.
- h. Menganalisis perbedaan sikap mengenai aktivitas fisik pada siswa kelas VIII SMP Wahidin Cirebon dan SMPN 220 Jakarta Barat.

#### F. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat bagi bidang gizi dan akademisi/penelitian lanjut

Sebagai tambahan referensi dari hasil penelitian dalam bidang media gizi, khususnya pada pembuatan dan penggunaan media animasi mengenai aktivitas fisik untuk anak sekolah menengah pertama.

- b. Manfaat bagi institusi

Sebagai tambahan informasi dan motivasi bagi sekolah untuk meningkatkan aktivitas fisik.

- c. Manfaat bagi responden

Sebagai tambahan ilmu yang bisa mereka aplikasikan di kehidupan sehari-hari.

- d. Manfaat bagi penulis

Menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang media gizi, khususnya pada pembuatan dan penggunaan media animasi mengenai aktivitas fisik untuk anak menengah pertama.

## G. Keterbaruan Penelitian

Hingga saat ini terdapat banyak penelitian mengenai media animasi, namun belum pernah dilakukan penelitian yang menganalisis pengaruh media animasi di SMP Wahidin Kota Cirebon.

Tabel 1 Daftar Keterbaruan Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Metode Penelitian	Hasil
1.	Agus Herianto	Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Animasi dan Media Gambar Terhadap Hasil Belajar IPS Geografi Siswa Kelas VII SMPN 21 Mataram	2014	Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah " <i>True Eksperimental Design</i> " yang berarti desain eksperimen sejati, atau eksperimen yang bersifat nyata, dimana dengan pola desain <i>posttest only control design</i> .	Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan pada sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan media animasi dan media gambar terhadap hasil belajar IPS terpadu.
2.	Dewi Oktarini	Efektivitas Media Animasi Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMPN 2 Kediri	2014	Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimen dengan rancangan	Hasil penelitian dan uraian menunjukkan bahwa media animasi lebih efektif

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Metode Penelitian	Hasil
				<i>nonequivalent pretest-posttest control group design.</i>	meningkatkan hasil belajar siswa dibandingkan media gambar dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan.
3.	Cut Rahayu Mutia	Pengaruh Penerapan Media Animasi Terhadap Peningkatan Kemampuan Menulis Teks Cerita Fabel Oleh Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kutacane Tahun Pembelajaran 2019/2020	2019	Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>one group pretes and posttes design.</i>	Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diambil kesimpulan yakni Penerapan Media animasi dapat meningkatkan kemampuan menulis teks cerita fabel oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kutacane yang dibuktikan dari hasil penelitian dimana nilai rata-rata pada proses pembelajaran tes awal sebesar 55,62 yang termasuk dalam kategori cukup dan

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Metode Penelitian	Hasil
4.	Annisa Al Karimah	Efektifitas Media Pembelajaran Matematika Menggunakan <i>Software</i> Animasi Berbasis Multimedia Interaktif Model Tutorial Pada Materi Garis dan Sudut Untuk Siswa SMP/MTS Kelas VII	2017	Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan ( <i>Research and development</i> ).	mengalami peningkatan pada tes akhir yaitu sebesar 79.68 yang termasuk dalam kategori baik.  Diperoleh kesimpulan tingkat efektifitas media pembelajaran berbasis multimedia interaktif model tutorial pada pokok bahasan garis dan sudut di kelas VII SMP/MTs termasuk dalam kategori sangat efektif.
5.	Zee Trina	Penerapan Media Animasi Audio Visual Menggunakan <i>Software Powtoon</i> Untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPS SMP Negeri 16 Banda Aceh	2017	Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas ( <i>Classroom Action Research</i> ).	Berdasarkan hasil belajar siklus I, II, dan III maka dapat dikatakan bahwa penerapan animasi <i>software powtoon</i> dapat membantu guru dalam

No	Nama Peneliti	Judul	Tahun	Metode Penelitian	Hasil
6.	M. Sudianto	Penggunaan Media Animasi Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Matematika Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Galing	2013	Metode penelitian yang digunakan adalah metode tindakan kelas yang terbagi dalam 2 siklus. Setiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan yang terdiri dari kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi.	meningkatkan hasil belajar siswa.  Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan di kelas VIII SMP Negeri 3 Galing, dapat dibuat kesimpulan bahwa penggunaan media animasi dalam pembelajaran materi bangun ruang dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa.

Diatas merupakan penelitian yang pernah dilakukan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah belum ada yang menggunakan media animasi Kemenkes sebagai media pembanding pada anak Sekolah Menengah Pertama.

