

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas atau gizi lebih merupakan salah satu masalah kesehatan dan gizi masyarakat dunia, baik yang terdapat di negara maju maupun di negara berkembang. Telaah atas epidemik obesitas yang dilakukan (Low, dkk. 2009 dalam Kustiyah et al., 2013) memperlihatkan bahwa prevalensi obesitas di negara maju berkisar dari 2,4% di Korea Selatan sampai 32,2% di Amerika Serikat, sedangkan di negara berkembang berkisar dari 2,4% di Indonesia sampai 35,6% di Saudi Arabia. Sedangkan di Indonesia prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun (Riskesdas, 2013)

Menurut Badan Kesehatan Dunia masa remaja merupakan suatu masa periode dalam pertumbuhan dan perkembangan individu yang muncul setelah masa anak dan sebelum mencapai waktu usia dewasa, dari umur 10-19 tahun (Sudirman, 2012). Remaja merupakan salah satu kelompok sasaran yang berisiko mengalami gizi lebih. Gizi lebih pada remaja dapat ditandai dengan berat badan yang relatif berlebihan bila dibandingkan dengan usia atau tinggi badan remaja sebaya, sebagai akibat terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan dalam jaringan lemak tubuh. Obesitas atau kegemukan terjadi pada saat badan menjadi gemuk (*obese*) yang disebabkan oleh adanya penumpukan *adipose* (*adipocytes*: jaringan lemak khusus yang disimpan tubuh) secara berlebihan. Jadi obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energi intake*) dengan energi yang digunakan (*energi expenditure*) dalam waktu lama (Kemenkes, 2018)

Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya obesitas pada anak remaja bersifat multifaktorial. Seperti adanya faktor dalam peningkatan konsumsi makanan cepat saji, rendahnya aktivitas fisik, faktor genetik, pengaruh iklan, faktor psikologis, status sosial ekonomi, program diet, usia, dan jenis kelamin merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi dan berkontribusi pada perubahan keseimbangan energi yang mengakibatkan terjadinya obesitas (Kurdanti Weni, 2021). Kelebihan berat badan atau (*overweight*) terdapat kaitannya dengan pola konsumsi asupan makanan dalam kehidupan sehari-hari, terutama penyumbang kalori yaitu gula dan lemak. Selain itu mengkonsumsi garam, yang juga cenderung membuat orang untuk mengonsumsi

makanan lebih banyak. Makanan tidak bergaram, akan berbeda rasanya dengan makanan yang bergaram (Atmarita et al., 2016).

Adanya industri makanan cepat saji di Indonesia dapat mempengaruhi pola makan para remaja dikota. Peningkatan kemakmuran biasanya dapat mengikuti perubahan gaya hidup dan kebiasaan pola makan. Pola makan di kota-kota besar telah berubah dari pola makan tradisional yang terdapat kandungan banyak karbohidrat, serat, dan sayuran, berubah menjadi ke pola makan barat seperti *makanan cepat saji* yang mengandung tinggi lemak, gula, dan garam, tetapi sedikit akan kandungan serat dan vitamin sehingga tidak memiliki mutu gizi yang baik dan tidak seimbang (Pramono, 2014 dalam Ali & Nuryani, 2018). Demikian pula dalam data Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa adanya perilaku konsumsi makanan berisiko pada penduduk yang berusia ≥ 10 tahun paling banyak adalah mengkonsumsi bumbu penyedap (77,3%), kemudian diikuti dengan makanan dan minuman yang manis (53,1%), dan makanan berlemak (40,7%)(Riskesdas, 2013)

Dengan mengedukasikan mengenai pengetahuan dan perubahan sikap kepada remaja tentang gizi yaitu makanan tinggi GGL, maka edukasi gizi pada remaja dapat dilakukan menggunakan bantuan media yang menarik yaitu berupa media e-komik. Komik merupakan sebuah gambar yang tersusun dan terdapat kata yang bertujuan untuk menyampaikan informasi yang ingin disampaikan kepada para pembaca. Sebuah komik selalu memanfaatkan ruang gambar dengan tata letak. Hal tersebut agar gambar membentuk cerita, yang dituangkan dalam bentuk dan tanda (Bonnet, 1998:7 dalam Soedarso, 2015)

Media komik dalam proses belajar mengajar dapat menciptakan suatu minat peserta didik, keefektifkan proses belajar mengajar, dan dapat meningkatkan suatu minat belajar serta menimbulkan minat apresiasinya, dan penelitian di Amerika membuktikan bahwa komik juga efektif dapat berpengaruh pada anak muda negro dan hispanik dalam pemilihan snack sehat dan komik juga mampu mendukung proses medical informed consent pada anak artinya komik merupakan media yang tepat sebagai media dalam menyampaikan informasi dengan sasaran anak ramaja (Riva'i, 2002 Dalam (Febriana et al., 2018). Perilaku untuk membaca sebuah komik digital akan meningkat dan mulai meninggalkan komik yang berbentuk buka dan dicetak karena perkembangan teknologi yang memudahkan *user* dalam mengakses

media komik secara *online* (Aeni & Yusupa, 2018)

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), khususnya teknologi informasi dan komunikasi (Information and Communication Technology, ICT) demikian pesat. Kemajuan ini tentu saja berpengaruh terhadap berbagai bidang kehidupan, termasuk di dalamnya pendidikan. Keberhasilan pelaksanaan otonomi dan globalisasi pendidikan hanya mungkin dapat dicapai dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi dalam proses pendidikan. Khususnya di era pandemi COVID-19 ini pemerintah meminta seluruh pelajar di Indonesia untuk belajar di rumah (Diana Novita, 2020)

Dengan mengintegrasikan koneksi internet, diharapkan kegiatan pembelajaran akan memberi kemudahan dalam proses belajar mengajar yang pada akhirnya dapat memberi hasil belajar yang lebih baik. Sistem pembelajaran dengan mengintegrasikan koneksi internet dalam proses belajar mengajar dapat dikenal dengan sistem Online learning atau sistem belajar dengan virtual, (Bentley, Selassie, & Shegunshi, 2012 dalam Adijaya, 2018). Menurut (Ahmad, Hafiz, 2009 dalam Kustiyah et al., 2013) kelebihan Komik yang berbentuk digital daripada cetak, yaitu komik memiliki kemampuan yang sangat borderless (tidak seperti bahan kertas yang dibatasi ukuran dan format), sehingga komik dapat memiliki bentuk yang tidak terbatas, seperti dapat memanjang ke samping atau ke bawah, sehingga dapat berbentuk spiral. Jika komik dalam bentuk cetak memiliki keterbatasan usia karena daya tahan kertas, maka komik digital yang berbentuk data elektronik bisa disimpan dalam bentuk digit atau byte, dan bisa ditransfer ke dalam berbagai media penyimpanan.

B. Identifikasi Masalah

Dalam upaya mengurangi permasalahan gizi lebih dan obesitas pada remaja, maka setiap individu remaja harus memiliki pengetahuan dan sikap yang baik sehingga dapat berdampak positif pada pola makan yang dikonsumsinya. Maka perlu adanya intervensi edukasi gizi mengenai dampak dari pengaruh mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi gula, garam dan lemak secara berlebihan dan dalam jangka panjang. Edukasi mengenai makanan tinggi GGL (gula, garam, lemak) terhadap remaja pada anak usia sekolah menengah pertama dapat dilakukan dengan cara mengedukasikan melalui media e-komik. Dengan harapan melalui media e-komik dapat menarik minat sehingga bertambahnya pengetahuan

dan perubahan sikap pada remaja.

1. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang dan identifikasi masalah, yang telah dijelaskan maka peneliti akan meneliti tentang “Pengaruh Edukasi Makanan Tinggi GGL Melalui Media E-Komik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja di Mts Tanwirul Qulub.

2. Pembatasan Masalah

Agar kedepannya tidak semakin meluasnya objek dalam penelitian, lalu adanya keterbatasan dan kendala waktu serta biaya penelitian, maka dari itu peneliti hanya akan meneliti mengenai pengaruh pemberian media e-komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja mengenai makanan tinggi GGL (gula, garam, lemak) yang mencakup pengertian GGL, contoh makanan tinggi GGL, Penyebab konsumsi makanan tinggi GGL, anjuran konsumsi GGL, dan tips sehat konsumsi GGL.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengatahui pengaruh sebelum dan sesudah pemberian media e-komik terhadap perubahan pengetahuan dan sikap mengenai makanan tinggi GGL (gula, garam, lemak) pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a.** Mengidentifikasi karakteristik pada remaja berdasarkan jenis kelamin, dan usia remaja di Mts Tanwirul Qulub, Jakarta Selatan
- b.** Mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang makanan tinggi GGL sebelum dan sesudah pemberian media e-komik.
- c.** Mengidentifikasi sikap remaja tentang makanan tinggi GGL sebelum dan sesudah pemberian media e-komik.

- d. Menganalisis pengaruh pemberian media e-komik tentang makanan tinggi GGL terhadap pengetahuan dan sikap remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Untuk seluruh institusi pendidikan dapat menambah sumber referensi atau bahan pustaka untuk penelitian selanjutnya. Serta dapat menambah informasi mengenai media yang efektif dalam mengedukasikan kepada remaja.

2. Bagi Sekolah

Berguna dalam menambah pengetahuan para siswa dan juga menambah pengetahuan guru tentang pengaruh makanan tinggi gula, garam dan lemak.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan serta pengalaman di bidang gizi masyarakat dalam memanfaatkan dan menggunakan media e-komik sebagai sarana dalam memberi informasi dan edukasi.

E. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
Alivia Salma Lihayati, Mardiana	2019	Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan Tentang	Penelitian dan pengembangan	terdapat perolehan nilai tengah (median) skor pengetahuan

		Sarapan Pada Siswa SDN Padang Sari 02		<p>setelah intervensi yang lebih tinggi,</p> <p>yaitu 66,7 dibandingkan dengan perolehan nilai tengah (median) sebelum intervensi, yaitu sebesar 33,3.</p> <p>Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest.</p>
Arie Nugroho	2018	Pengaruh Media Pendidikan Gizi (Komik) terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Berat Badan pada Anak Sekolah Dasar dengan Obesitas	<i>quasiexperimental</i>	Intervensi media gizi (komik) dapat meningkatkan skor pengetahuan anak sekolah dasar obesitas, akan tetapi tidak memiliki pengaruh terhadap

				perubahan berat badan anak
Nadya Anggraeni, SinthaFransiske S	2018	Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Menggunakan Media Komik Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Kelas 5 Sekolah Dasar di SDN Ciriung 02 Cibinong Tahun 2017	<i>Quasy experimental</i>	Perbedaan pengetahuan gizi sebelum perlakuan rata-rata nilai pengetahuan sebelum pemberian komik (<i>Pre-Test</i>) adalah 50,37 dengan standar deviasi 9,1 Pada penelitian ini perbedaan pengetahuan gizi setelah intervensi (<i>Post-Test</i>) didapatkan nilai rata-rata 86,7% dengan standar deviasi 2,4.
Hengkang Bara Saputro, Soeharto	2015	Pengembangan Media Komik Berbasis Pendidikan Karakter Pada Pembelajaran Tematik –Integratif kelas IV SD	<i>Researchanddevelopment</i>	terbukti efektif meningkatkan karakter disiplin dan tanggung jawab siswa kelas IV SDN Pangen

				<p>Gudang Purworejo. Keefektifan media komik terlihat dari data yang diperoleh melalui lembar angket dan lembar observasi karakter siswa. Hasil analisis angket karakter disiplin siswa didapatkan <i>gain score</i>, $\langle g \rangle = 0,62$, edangkan hasil analisis angket karakter tanggung jawab siswa didapatkan <i>gain score</i>, $\langle g \rangle = 0,66$.</p>	
Anggit Sasmita	Sena	2015	Peningkatan Pengetahuan Anemia dan Prilaku Makan Pada Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Gizi Dengan Media	<i>Quasy experimental</i>	<p>Nilai rata-rata pengetahuan anemia pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan</p>

		Komik.		media komik meningkat dari 61,87 menjadi 72,05 dan Rata-rata tingkat kecukupan zat besi pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media komik meningkat dari 65,52% menjadi 76,47%
--	--	--------	--	---

Berdasarkan pada tabel 1. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada media, variabel independen (bebas), variabel dependen (terikat), tempat dan waktu penelitian.

- Variabel Independen yang akan di teliti adalah pengaruh media e-komik terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja
- Variabel dependen yang akan diteliti adalah pengetahuan dan sikap pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi
- Subjek yang digunakan dalam penelitian ini merupakan remaja yang berusia 12-15 tahun.
- Tempat penelitian berlokasi di MTs Tanwirul Qulub – Jakarta Selatan, Tahun 2020-2021 dilakukan secara online
- Media penelitian yang akan digunakan adalah media e-komik

