

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dengan dewasa dan relatif belum mencapai tahap kematangan mental dan sosial sehingga mereka harus menghadapi tekanan-tekanan emosi dan sosial yang saling bertentangan. Gaya hidup remaja tidak saja akan menentukan kehidupan masa dewasa tetapi juga kualitas hidup generasi berikutnya sehingga menempatkan masa ini sebagai masa kritis (Pramono, 2009).

Kesehatan merupakan aspek terpenting untuk tumbuh kembang seseorang khususnya anak remaja. Tak jarang berbagai jenis penyakit baik degeneratif maupun defisiensi zat gizi mulai menyerang anak remaja. Pada anak-anak sekolah telah ditunjukkan adanya korelasi erat antara hemoglobin dan kesanggupan anak untuk belajar. Sehingga dapat menyebabkan kondisi anemia dengan dampak daya konsentrasi belajar menurun (Sediaoetama, 2010).

Menurut Gibney dkk (2009) anemia defisiensi zat besi dapat mengakibatkan gangguan pada perkembangan psikomotor dan kemampuan intelektual serta perubahan perilaku. Kekurangan zat besi pada anak sekolah dapat menyebabkan penurunan nilai tes psikologi, tes konsentrasi, mengurangi kemampuan belajar konsep dan menurunkan daya ingat. Pada anak-anak kekurangan besi menimbulkan apatis, mudah tersinggung, menurunnya kemampuan untuk berkonsentrasi dan belajar (Almatsier, 2009).

Berdasarkan Riskesdas 2013 sebanyak 21,7% perempuan Indonesia mengalami anemia. Pada kelompok umur 5-14 tahun prevalensi anemia sebesar 26,4%. Sedangkan pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 18,4%. Beberapa penelitian lain tentang anemia pada remaja putri adalah penelitian Nurbaiti (2013) dan Istiqomah, et al (2012) yaitu masing-masing sebesar 52,3% dan 41%. Faktor utama penyebab anemia adalah asupan zat besi yang kurang. Selain itu, penyebab anemia yang lain adalah perdarahan kronis seperti ulkus peptikum, hemoroid, infestasi parasit, asupan makan tidak mencukupi atau gangguan penyerapan (*intake inadkuat*), peningkatan kebutuhan karena aktivitas (Arisman, 2009).

Salah satu upaya untuk mencegah anemia adalah dengan meningkatkan pengetahuan tentang gizi. Penelitian Nurbaiti (2013) pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kejadian anemia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan 84,4% remaja putri yang berpengetahuan rendah mengalami anemia. Penelitian Istiqomah, et al (2012) juga menunjukkan bahwa 34,6% remaja putri yang menderita anemia memiliki prestasi belajar kurang baik. Sehingga, pengetahuan gizi yang cukup akan memberikan bekal kepada remaja dalam memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan erat hubungannya dengan gizi dan kesehatan. Sejalan dengan pernyataan Permaesih (2003) Pengetahuan dan praktek gizi remaja yang rendah tercermin dari perilaku menyimpang dalam kebiasaan memilih makanan serta menurut Wong et al, (1990) remaja yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan sesuai dengan kebutuhannya.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi tentang anemia salah satunya dengan memberikan pendidikan gizi. Pendidikan gizi merupakan suatu cara untuk membuat seseorang atau sekelompok masyarakat mengerti akan pentingnya gizi. Penyampaian pesan-pesan gizi sebagai bagian dari pendidikan gizi menjadi hal yang sangat penting dalam peningkatan status gizi masyarakat. Pemberian pendidikan gizi tentang anemia pada usia remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan anemia dan perubahan sikap dalam hal konsumsi makanan (Notoatmojo, 2007).

Metode dan media yang digunakan dalam pendidikan gizi mempengaruhi motivasi siswa dalam menerima pesan. Menurut Wiroatmojo dan Sasonoharjo (2002), bahwa masing-masing pancaindra manusia memiliki karakteristik tersendiri dalam daya serap pembelajaran. Proses belajar seseorang dengan menggunakan penglihatan mencapai 82%; pendengaran 11%; peraba 3,5%; perasa 2,5%; dan penciuman 1%.

Berbagai metode telah diterapkan untuk menyampaikan pesan-pesan dalam pendidikan gizi, salah satu metode konvensional yang sampai saat ini lazim digunakan adalah ceramah. Metode ceramah cocok digunakan untuk berbagai jenis sasaran dan tidak terlalu banyak menggunakan alat bantu serta waktu yang dibutuhkan untuk menguraikan informasi menjadi lebih efisien. Namun, ada beberapa kekurangan dari metode ceramah yaitu peserta menjadi lebih pasif karena proses komunikasi hanya satu arah selain itu juga membatasi daya ingat karena ceramah pada umumnya hanya memakai satu indra saja, yaitu indra pendengaran sehingga siswa diharuskan mendengarkan dengan teliti dan mencatat pokok-pokok yang

disampaikan oleh pendidik (Supriasa, 2012). Pendidikan gizi dengan metode ceramah akan menjadi lebih efektif apabila menggunakan suatu media. Penggunaan media dapat meningkatkan komunikasi dan interaksi antara pengajar dan siswa, sehingga pencapaian pembelajaran lebih maksimal. Media yang dapat digunakan untuk menyampaikan materi pendidikan gizi adalah video animasi.

Rahmawati (2007) dalam penelitiannya tentang pengaruh penyuluhan dengan media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu balita gizi kurang dan buruk menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu balita yang sangat signifikan. Hasil penelitian Izzudin (2013) tentang efektivitas penggunaan media pembelajaran video interaktif untuk meningkatkan hasil belajar praktik *service engine* dan komponen-komponennya menyatakan peningkatan hasil belajar kemampuan siswa dalam memahami materi *service engine* dan komponen-komponennya.

Hasil survey pendahuluan yang telah dilakukan pada siswi kelas VIII di SMP 1 Muhammadiyah Kartasura diketahui bahwa 10% tingkat pengetahuan anemia gizi kurang, dengan nilai rata-rata 63,65 dan di SMP 5 Muhammadiyah Surakarta diketahui bahwa 12,5% tingkat pengetahuan anemia gizi kurang dengan rata-rata 66,25 siswi putri memiliki pengetahuan gizi kurang dan sisanya memiliki pengetahuan gizi sedang, sehingga perlu dilakukan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan. Pendidikan gizi yang dilakukan di sekolah memiliki peluang yang lebih besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan gizi di masyarakat karena siswa diharapkan dapat menjadi perantara bagi guru dalam menjangkau orang tua sehingga

informasi yang diberikan dapat tersebar lebih luas dan tujuan dari pendidikan gizi tercapai. Penyampaian pesan-pesan gizi menggunakan metode media video animasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi secara signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana efektivitas penggunaan media video dalam peningkatan pengetahuan gizi pada siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat peningkatan pengetahuan gizi yang signifikan pada siswi yang diberikan pendidikan gizi dengan media video?
2. Apakah terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan antara siswi yang diberikan pendidikan media video dengan ceramah biasa?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas penggunaan media video terhadap peningkatan pengetahuan gizi pada remaja putri.

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan perbedaan pengetahuan remaja tentang anemia sebelum dan sesudah diberi pendidikan gizi dengan media video.
- b. Mendiskripsikan perbedaan pengetahuan remaja tentang anemia sebelum dan sesudah diberi pendidikan gizi dengan metode ceramah.

- c. Menganalisis perbedaan peningkatan pengetahuan antara siswi yang diberikan pendidikan gizi menggunakan media video dengan siswi yang diberikan pendidikan gizi menggunakan ceramah.
- d. Menginternalisasi nilai-nilai Islam dalam meningkatkan pengetahuan gizi remaja.

D. Manfaat Penelitian

Harapan setelah dilakukannya penelitian adalah:

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada sekolah dalam memberikan pendidikan gizi yang efektif untuk peningkatan pengetahuan siswa tentang gizi dan kesehatan.

2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan kepada remaja tentang anemia sehingga apa yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam merealisasikan teori yang telah didapat di bangku kuliah.

4. Bagi Instansi Terkait

Hasil yang diperoleh dapat menjadi masukan bagi pemerintah kesehatan maupun instansi pendidikan dalam memilih media yang tepat untuk digunakan dalam sosialisasi program-program kesehatan sesuai dengan sasaran yang dipilih.

5. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah pengetahuan dan wawasan serta berguna sebagai literatur penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi pada pembahasan mengenai efektivitas penggunaan media video dalam pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi tentang anemia remaja terhadap metode pendidikan yang diberikan.