

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) no 5 tahun 2017 menyebutkan bahwa penyakit tidak menular (PTM) adalah suatu kondisi medis umum yang menyebabkan kesakitan, kecacatan dan kematian yang tinggi, serta menimbulkan kesulitan pendanaan kesejahteraan, sehingga penanganan PTM menjadi penting. Upaya kesehatan yang ditujukan untuk menurunkan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian yang mengutamakan promotif dan preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif, rehabilitatif, dan paliatif dikenal dengan istilah pencegahan penyakit tidak menular (PTM).

Lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas (39%) mengalami *overweight*, lebih dari 600 juta (13%) di antaranya mengalami obesitas pada tahun 2014 (Kemenkes, 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan prevalensi obesitas meningkat yaitu pada tahun 2007 (10,5%), tahun 2013 (14,8%), dan tahun 2018 (21,8%) (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Prevalensi obesitas tertinggi terdapat di provinsi Sulawesi Utara (30,2%) dan prevalensi obesitas terendah di provinsi NTT (10,3%). Sedangkan prevalensi obesitas di provinsi Bali sebesar 23,3%, Bali sendiri memiliki 9 Kabupaten/Kota, dimana prevalensi obesitas tertinggi berada di Kota Denpasar yaitu sebesar 27,82% dan prevalensi obesitas terendah pada Kabupaten Karangasem sebesar 16,30%. Obesitas terjadi paling banyak pada perempuan (26,37%) sedangkan pada laki-laki

(20,30%). Prevalensi obesitas di Bali menurut tempat tinggal yaitu, di perkotaan 26,25% dan di pedesaan 17,51% (Risksdas Bali, 2018).

Peningkatan obesitas pada penduduk Indonesia selain dari faktor genetik, diikuti juga dengan gaya hidup (*life style*) tidak sehat yang dilakukan oleh masyarakat Indonesia khususnya pada pola makan. Kegemukan dan obesitas disebabkan oleh pola makan yang salah seperti terlalu banyak makan dalam waktu singkat (terburu-buru), tidak sarapan pagi, makan gorengan, berlemak, dan manis, serta kurang mengonsumsi sayur dan buah. (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Menurut BPS, dalam Pola Konsumsi dan Distribusi Pendapatan Provinsi Bali bahwa ragam atau jenis makanan yang dikonsumsi masyarakat Bali pada kelompok makanan dan minuman jadi (roti tawar, roti manis, kue basah, nasi campur, soto, gule dan minuman bersoda) yaitu sebesar 38,92% pada tahun 2020. Konsumsi jenis padi-padian (11,53%), sumber protein hewani (17,97%) dan konsumsi kelompok sayuran dan buah-buahan sebesar (14,34%) (Badan Pusat Statistik, 2020).

Banyaknya konsumsi makanan siap saji dan minuman ringan diyakini sebagai akibat dari *life style* masyarakat masa kini yang lebih menyukai sesuatu yang cepat dan praktis. Makanan siap saji yang siap santap saat ini menjadi pilihan karena relatif lebih hemat waktu dan biaya dibanding memasaknya sendiri, terutama untuk rumah tangga yang anggotanya sedikit (Badan Pusat Statistik, 2020). Selain itu perkembangan teknologi pada zaman sekarang mempermudah seseorang untuk dapat memperoleh makanan yang diinginkan salah satunya melalui aplikasi pesan makanan *online*. Aplikasi untuk memesan makanan secara *online* ini memungkinkan anda memilih dari berbagai kedai makanan dan restoran. Pemakai aplikasi dapat memilih jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dimakan, menu

pada aplikasi *online* menawarkan berbagai pilihan mulai dari sembako, lauk pauk, sayur, buah, jajanan, hingga minuman yang mudah dibeli (Maretha, Margawati, Wijayanti, & Dieny, 2020).

Dalam survei yang dilangsungkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) rata-rata waktu dalam penggunaan internet masyarakat Indonesia yaitu, >8 jam (19,5%). Dan persentase pengguna internet di Provinsi Bali sebesar 78,2% pada tahun 2019. Dari daftar media sosial yang sering digunakan masyarakat Indonesia *instagram* menempati posisi kedua dari daftar media sosial yang sering digunakan yaitu sebesar 42,3%, dan konten hiburan di internet yang sering dikunjungi yaitu menonton video *online* sebesar 49,3% (Irawan, Yusufianto, Agustina, Dean, & Al, 2020).

Diantara banyaknya media pembelajaran atau edukasi pada zaman sekarang, media video menawarkan banyak manfaat tambahan. Pemutaran video memiliki kemampuan untuk menggambarkan secara tepat suatu hal atau suatu proses dan mendemonstrasikan keterampilan yang diajarkan secara berulang-ulang. Video dapat mengontrol keadaan dan dapat mengundang anggota untuk melihat objek dengan ukuran dan waktu yang berbeda di mana saja (Sustiyono, 2021). Media video menjadi metode pembelajaran yang efisien baik dari segi waktu, materi yang diterima bertahan lebih lama dan lebih baik disimpan dalam memori. Kesalahpahaman dapat dihindari berkat kemudahan penyampaian dan penerimaan pelajaran dan informasi melalui media video (Meidiana, Simbolon, & Wahyudi, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilaksanakan Rezky et al, (2021) bahwa menyampaikan pendidikan melalui video berdampak pada pengetahuan dan sikap.

Kota Denpasar adalah pusat kota daerah Bali, jelas Denpasar adalah titik pusat pemerintahan, fokus ekonomi, fokus pengajaran, fokus modernisasi dan fokus industri perjalanan. Terdapat empat kecamatan di kota Denpasar, yaitu Denpasar Selatan dengan luas daerah 39,12%, Denpasar Utara dengan luas daerah 24,59%, Denpasar Barat dengan luas daerah 18,83%, dan Denpasar Timur dengan luas daerah 17,46% (Badan Pusat Statistik, 2021).

Universitas Terbuka (UT) adalah salah satu Universitas yang berada di daerah Denpasar Selatan yang beralamat di Jalan Gurita No. 11, Sesetan, Denpasar Selatan, Kota Denpasar. Sistem pembelajaran jarak jauh dan terbuka digunakan oleh Universitas Terbuka. Dalam konteks ini, yang dimaksud dengan “jarak jauh” adalah pembelajaran yang tidak dilaksanakan dengan bertemu langsung, melainkan memanfaatkan media cetak (modul) dan noncetak (audio/video, komputer/internet, siaran radio dan televisi). Sementara itu, arti “terbuka” merupakan tidak ada ketentuan umur, tahun kelulusan, lama bersekolah, musim registrasi dan pengulangan tes. Satu-satunya batasan ialah semua mahasiswa Universitas Terbuka harus menyelesaikan pendidikan SMA atau sederajat.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilaksanakan peneliti dengan menyebar kuesioner melalui *google form* mengenai perilaku dan kebiasaan makan responden. Ketika responden ditanya tentang seberapa sering melakukan pemesanan makanan secara *online* sebanyak 89,3% menjawab pernah tapi tidak sering dan 10,7% menjawab sering. Namun ketika responden ditanya alasan mengapa melakukan pembelian makanan secara *online*, mereka menjawab karena malas keluar rumah atau kampus (60,7%), diskon promo yang didapatkan (53,6%) dan karena responden sibuk (32,1%). Untuk jenis makanan yang dipesan oleh

responden yaitu, makanan lengkap (64,3%), cemilan (32,2%) dan makanan tidak lengkap (25%). Pada survei pendahuluan ini juga terdapat beberapa responden yang mengalami obesitas.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh video edukasi gizi melalui *instagram* terhadap perilaku konsumsi makanan *online* dan status obesitas pada mahasiswa Universitas Terbuka Denpasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh video edukasi gizi melalui *instagram* terhadap perilaku konsumsi makanan *online* dan status obesitas pada mahasiswa Universitas Terbuka Denpasar

2. Tujuan Khusus

1. Menggambarkan perilaku konsumsi makanan *online* pada mahasiswa UT Denpasar sebelum dan sesudah pemberian video edukasi gizi melalui *instagram*

2. Mengukur status obesitas pada mahasiswa UT Denpasar sebelum dan sesudah pemberian video edukasi gizi melalui *instagram*

3. Menganalisis pengaruh pemberian video edukasi gizi melalui *instagram* terhadap perilaku konsumsi makanan *online* pada mahasiswa UT Denpasar

4. Menganalisis pengaruh pemberian video edukasi gizi melalui *instagram* terhadap status obesitas pada mahasiswa UT Denpasar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bagi tenaga kesehatan khususnya ahli gizi, masyarakat terutama mahasiswa dan dapat digunakan sebagai pengalaman dan dipelajari untuk lebih bijak dalam memesan makanan secara *online*.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi berbagai penelitian berikutnya dan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu rujukan dalam mencegah dan menanggulangi obesitas di masyarakat. Serta melaksanakan edukasi gizi mengenai perilaku konsumsi makanan *online*.