

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keadaan gizi yang baik akan meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Keadaan gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bagi bayi, anak-anak, remaja, dan semua kelompok umur (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Beberapa masalah gizi di Indonesia yaitu, menurut Bank Dunia tahun 2015 sebanyak 8,4 juta anak di Indonesia mengalami stunting dan malnutrisi kronis. Stunting bisa mengurangi produktivitas seseorang dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular. Menurut Roger Shrimpton ahli / konsultasi gizi internasional tahun 2012 Beban Ganda Malnutrisi atau DBM (*double burden of malnutrition*) adalah suatu konsep yang pertama kali disajikan sekitar satu dekade yang lalu yang artinya ko-eksistensi kekurangan gizi dan kelebihan gizi makronutrien maupun mikronutrien di sepanjang kehidupan pada populasi, masyarakat, keluarga dan bahkan individu yang sama. Lebih mengkhawatirkan lagi adalah dimensi Beban Ganda Malnutrisi di sepanjang kehidupan, atau keterkaitan antara gizi buruk pada ibu hamil dan janin dengan meningkatnya kerentanan terhadap kelebihan gizi dan pola makan yang terkait penyakit tidak menular di kemudian hari. Menurut hasil data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi kurang energi kronis pada wanita usia subur umur 15-19 tahun yang tidak hamil mencapai 36,3% pada tahun 2018 (Kementrian kesehatan RI, 2018).

Salah satu permasalahan gizi yang seringkali dihadapi oleh remaja adalah permasalahan gizi ganda, yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Menurut Dinkes Bali tahun 2007 menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih di Kabupaten Badung menduduki peringkat pertama yaitu mencapai 23,20% dan pada penelitian pendahuluan yang dilakukan bulan Oktober 2008 terhadap siswa SDK Soverdi, Tuban, Kuta-Bali didapatkan sebesar 37,78% menderita gizi lebih (15,56% *overweight* dan 22,22% obesitas) (Sutiari, Swandewi, Padmiari, & Dewi, 2010).

Akibat masalah gizi pada remaja yaitu kualitas sumber daya manusia menurun, produktivitas yang kurang, dan daya bersaing yang kurang. Salah satu penyebab masalah gizi dikarenakan kurangnya pengetahuan akan gizi yang kemudian dapat menyebabkan kesalahan dalam memilih makanan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan gizi seseorang diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya. Kebiasaan makan yang tidak sesuai dengan gizi seimbang akan berdampak pada status gizi remaja (Fauzi, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Achmad, dkk, tahun 2014 sebagian besar pengetahuan gizi remaja masih kurang yaitu 58,5 % pada pelajar SMAN 10 Makasar dan 53,1% pada pelajar SMAN 16 Makassar. Demikian juga penelitian Afdal tahun 2011 di SMPN 1 Sawahlunto mendapatkan pengetahuan gizi siswa sebanyak 51,9% masih kurang (Fauzi, 2012). Pada penelitian yang dilakukan oleh Sefaya, dkk, tahun 2017 untuk memperbaiki asupan gizi dan status gizi remaja antara lain perlu upaya peningkatan pengetahuan gizi melalui pendidikan gizi.

Upaya pendidikan gizi melalui penyuluhan dengan media buku saku selama seminggu pada siswa kelas XI SMA Semarang berhasil meningkatkan pengetahuan gizi dan asupan energi dan protein. Pedoman gizi seimbang merupakan salah satu pedoman yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk memberi acuan atau panduan dalam menjaga pola makan masyarakat sesuai dengan kebutuhan zat gizi. Pedoman gizi seimbang meliputi 4 pilar gizi seimbang, 10 pesan umum gizi seimbang, proporsi makan, dan pesan khusus untuk remaja. Gizi Seimbang mengandung komponen-komponen yang lebih kurang sama, yaitu: cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral) yang diperlukan tubuh untuk tumbuh (pada anak-anak), untuk menjaga kesehatan dan untuk melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (bagi semua kelompok umur dan fisiologis), serta menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Perilaku tentang Pedoman Gizi Seimbang masih belum diterapkan secara keseluruhan oleh masyarakat. Masih banyak masyarakat yang belum mengetahui tentang adanya Pedoman Gizi Seimbang dan masih memegang prinsip 4 sehat 5 sempurna. Hal ini menandakan informasi terkait Pedoman Gizi Seimbang masih belum tersebar luas di masyarakat sehingga pengetahuan masyarakat terkait Pedoman Gizi Seimbang masih rendah (Kemenkes 2014).

Salah satu penyebaran informasi yaitu berupa penyuluhan. Tujuan penyuluhan adalah mengubah perilaku masyarakat ke arah perilaku sehat, sehingga tercapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

Mewujudkan perubahan perilaku yang diharapkan perlu dilakukan penyuluhan yang tidak cukup sekali. Oleh karena itu, pencapaian target penyuluhan dibagi menjadi tujuan jangka pendek yaitu tercapainya perubahan pengetahuan, tujuan jangka menengah hasil yang diharapkan adalah adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang akan mengubah perilaku ke arah perilaku sehat, dan tujuan jangka panjang adalah dapat menjalankan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-harinya (Ari Ratih, 2013). Ketidaktahuan atau pengetahuan yang kurang dapat diatasi dengan memberikan penyuluhan atau pendidikan gizi, sehingga pengetahuan dan sikap dapat berubah sesuai dengan harapan. Terdapat beberapa metode dan media yang dapat membuat penyuluhan menjadi lebih efektif dan memudahkan dalam proses penyuluhan. Metode *emo demo* merupakan salah satu metode penyuluhan yang mampu melibatkan emosi sasaran dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Menurut Edyati tahun 2014 penyuluhan kesehatan dengan media video dapat mempengaruhi terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene siswa SD, akan tetapi pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh umur, pendidikan, sosial budaya, dan lingkungan. Semua faktor tersebut dapat mempengaruhi pengetahuan dan sikap personal hygiene seseorang.

Pada penelitian awal yang penulis lakukan dengan memberikan kuesioner kepada 20 siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara mendapatkan hasil yaitu 100% siswa tersebut memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang yang masih kurang dan 35% memiliki sikap yang baik, 60% memiliki sikap yang cukup dan 5% siswa memiliki sikap yang kurang tentang gizi seimbang. Kurangnya pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang membuat anak sulit memilih makanan yang tepat untuk dikonsumsi.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang sesudah penyuluhan dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang setelah penyuluhan dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang setelah penyuluhan dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan tentang gizi seimbang dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.
- b. Mengidentifikasi sikap sebelum dan setelah penyuluhan tentang gizi seimbang dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.
- c. Mengevaluasi perubahan pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah penyuluhan tentang gizi seimbang dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan menambah wawasan siswa yang berhubungan dengan perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang setelah diberikan penyuluhan dengan metode emo demo pada siswa SMP Negeri 2 Kuta Utara.

2. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi khususnya tentang perubahan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang setelah diberikan penyuluhan dengan metode emo demo pada siswa.