

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Keberhasilan suatu bangsa ditentukan oleh kualitas sumber daya manusianya (SDM). Sumber daya manusia yang berkualitas adalah mereka yang memiliki ketangguhan fisik, mental kuat, kesehatan yang baik di samping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi (Fallah, 2004). Sumber daya manusia yang berkualitas merupakan modal dasar pembangunan bangsa dalam membentuk manusia yang sehat, cerdas dan produktif, gizi dan kesehatan berperan penting dalam mewujudkannya (Achadi et al., 2010).

Saat ini Indonesia mengalami beban ganda masalah gizi, yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Obesitas adalah kondisi berat badan di atas normal karena penumpukan lemak berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi dengan energi yang digunakan dalam waktu yang lama (Kemenkes, 2024). Asupan energi tinggi disebabkan oleh konsumsi makanan yang mengandung energi dan lemak tinggi, sedangkan pengeluaran energi yang rendah disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik dan gaya hidup (Aprilia, 2015).

Obesitas atau kelebihan berat badan dapat menyebabkan berbagai efek negatif untuk Kesehatan. Masalah gizi obesitas pada anak dapat meningkatkan risiko obesitas di masa dewasa dan lebih mungkin terkena penyakit yang tidak menular seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular pada usia yang lebih muda. Obesitas dan penyakit terkaitnya, sebagian besar dapat dicegah. Oleh karena itu pencegahan obesitas pada anak-anak perlu di prioritaskan (WHO, 2024)

Obesitas pada anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga dewasa yang akan menjadi faktor resiko penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, diabetes mellitus tipe-2 dan stroke. Obesitas pada anak beresiko akan mengalami gangguan Kesehatan dan beresiko keterlambatan tumbuh anak dan mental di bandingkan teman sebayanya yang berat badan nya normal sehingga merugikan kualitas hidup anak (Santriani, 2021) . Menurut Kemenkes (2018)

faktor yang mempengaruhi obesitas pada anak adalah genetik, Kebiasaan makan dan penurunan aktivitas fisik.

Pemerintah Indonesia telah menetapkan pedoman gizi seimbang yang diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014. Pedoman ini bertujuan untuk memberikan panduan kepada masyarakat dalam menjalani pola makan sehat sehari-hari serta menerapkan gaya hidup sehat. Fokus utamanya mencakup konsumsi pangan yang beragam, penerapan perilaku hidup bersih, peningkatan aktivitas fisik dan pemantauan berat badan untuk mendukung kesehatan yang optimal (Permenkes RI, 2014).

Prevalensi gemuk dan obesitas pada anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun meningkat drastis dari 8% pada tahun 1990 menjadi 20% pada tahun 2022 (WHO, 2024). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi kegemukan dan obesitas masih tinggi yaitu 19,7% pada anak usia 5-12 tahun dan 16% pada anak usia 13-15 tahun (BRIN, 2024).

Tingginya prevalensi anak yang mengalami kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas perlu adanya upaya pencegahan atau penanggulangan sejak dini. Salah satu upaya penanggulangan yang dapat dilakukan adalah melalui pendidikan gizi (Wulandari & Prameswari, 2017). Pendidikan gizi di lingkungan sekolah dapat memberikan pengaruh positif terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan anak-anak (Priawantiputri et al., 2019). Salah satu cara memberikan pendidikan gizi tersebut dapat dilakukan dengan penyuluhan (Rahmawati et al., 2020).

Terjadinya Obesitas pada anak dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi. Pada penelitian Sugiatmi & Handayani (2018), kurangnya pengetahuan gizi dapat berpengaruh terhadap risiko terjadinya obesitas pada siswa. Hasil analisis statistik dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat pengetahuan gizi yang rendah memiliki risiko mengalami obesitas sebesar 2,8 kali lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang tinggi. Kurangnya pengetahuan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu,

perlu diberikan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan memperbaiki praktik yang benar (Rahmawati et al., 2020).

Penyuluhan dapat menggunakan berbagai media, salah satunya adalah menggunakan media video animasi. Media merupakan sesuatu yang bersifat menyampaikan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan siswa atau (audien) sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar pada siswa. Berdasarkan teori penggunaan media dalam pendidikan yaitu *Dale's Cone of Experience* (kerucut pengalaman Dale, 1969) dalam Audie (2019), bahwa seseorang dengan cara melihat (*visual*) bisa mengingat 30%, dengan cara melihat dan mendengar (*audiovisual*) bisa mengingat 50%. Salah satu media yang dapat digunakan dalam memberikan penyuluhan gizi adalah video animasi. Media video animasi merupakan salah satu media yang memberikan informasi atau pesan secara audio dan visual. Media penyuluhan dengan audio visual memberikan stimulus terhadap mata (penglihatan) dan telinga (pendengaran).

Video merupakan suatu media yang sangat efektif untuk membantu proses pembelajaran. Animasi pada dasarnya adalah rangkaian gambar yang membentuk sebuah gerakan memiliki keunggulan dibanding media lain seperti gambar statis atau teks. Animasi untuk menarik perhatian siswa dan memperkuat motivasi dengan bantuan media yang menarik, siswa akan mudah untuk memahami, mengingat, dan mengaplikasikan materi yang diajarkan dan hal ini diduga akan berdampak positif terhadap hasil belajar siswa (Wijayanti & Wathon, 2020).

Media video animasi merupakan salah satu media promosi kesehatan, media yang dapat diterapkan pada anak-anak sekolah dasar sesuai dengan karakteristik anak adalah media video Animasi. Media video animasi sebagai media pembelajaran yang beisikan kumpulan gambar kartun yang lucu dan menarik dan dilengkapi dengan audio sehingga berkesan hidup, lebih mudah menerima materi dan menyampaikan pesan sesuai dengan tujuan pembelajaran (Rahmayanti & Istianah, 2018).

Menurut penelitian Rahmatiani & Karjatin (2023), ada perubahan pengetahuan siswa setelah dilakukan pendidikan gizi menggunakan video animasi, nilai rata-rata (mean) skor pengetahuan meningkat dari 75,15 Menjadi 88,79 setelah diberikan media edukasi video animasi gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Berdasarkan penelitian Firdaus & Ruhmawati (2021), ada pengaruh media video terhadap pengetahuan tentang konsumsi sayur dan buah pada siswa kelas IV MIS Nurhayati Kabupaten Bandung dengan P-Value 0,000.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di UPTD SDN Tanahmerah Laok 3 pada tanggal 14 Desember 2024 terdapat 7% siswa mengalami obesitas. SDN Tanahmerah Laok 3 merupakan salah satu sekolah dasar yang berada di Desa Tanahmerah Laok Kecamatan Tanahmerah Kabupaten Bangkalan Provinsi Jawa Timur. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 14 Desember 2024, dari 10 orang siswa yang diberikan kuesioner mengenai pengetahuan gizi tentang pencegahan obesitas, didapat 2 siswa menunjukkan pengetahuan baik (18%), 1 siswa pengetahuan cukup (7%), dan 7 siswa menunjukkan pengetahuan kurang (29%).

Berdasarkan data tersebut maka akan diteliti perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi di SDN Tanahmerah Laok 3. Penelitian memilih SDN Tanahmerah Laok 3 sebagai lokasi penelitian karena SDN Tanahmerah Laok 3 merupakan salah satu sekolah yang ada di wilayah Jawa Timur dan terdapat siswa yang mengalami obesitas. Penyuluhan gizi pada siswa sekolah dasar diharapkan akan mendorong dan memotivasi anak untuk memperhatikan dan menerapkan gizi seimbang dalam pencegahan obesitas pada anak.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan Latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, apakah ada perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi di SDN Tanahmerah Laok 3?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mempelajari perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi siswa sebelum diberikan penyuluhan gizi dengan media video animasi.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi siswa sesudah diberikan penyuluhan gizi dengan media video animasi.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi di SDN Tanahmerah Laok 3.
- d. Menganalisis perbedaan tingkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi di SDN Tanahmerah Laok 3.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan perubahan terhadap pengetahuan pada siswa di SDN Tanahmerah Laok 3 melalui media video animasi, serta menjadi sumber literatur dan sumber informasi dalam mengembangkan media penyuluhan gizi bagi peneliti selanjutnya.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi di SDN Tanahmerah Laok 3 memiliki manfaat yang penting bagi berbagai pihak, di antaranya:

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pencegahan obesitas sehingga terhindar dari resiko terkena obesitas dan status kesehatan dapat meningkat.

b. Bagi Orang tua

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi ibu dalam membimbing anak menerapkan perilaku gizi sehat di rumah dengan bantuan media video animasi.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai penggunaan media video animasi sebagai bahan ajar dalam menyampaikan pesan kesehatan pada anak sekolah dasar dan menjadi acuan dalam pengembangan program UKS.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi serta diharapkan dapat dipublikasikan di Jurnal Nasional.

**E. Hipotesis**

Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang pencegahan obesitas dengan media video animasi pada siswa di SD Negeri Tanahmerah Laok 3.