

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengetahuan gizi merupakan salah satu indikator yang sangat penting dalam menentukan tingkat kesehatan masyarakat. Kurangnya pengetahuan gizi, khususnya gizi seimbang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk ketidakseimbangan asupan zat gizi. Kondisi ini menjadi pemicu munculnya *triple burden of malnutrition* yaitu adanya kondisi masalah gizi secara bersamaan berupa kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan kekurangan zat gizi mikro (Ngadaya *et al.*, 2025).

Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO), masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perubahan hormonal, dan pematangan kognitif (UNICEF & WHO, 2023). Remaja berada di usia 10-19 tahun dengan kategori remaja awal yang mencakup usia 10–14 tahun dan remaja akhir yang mencakup usia 15-19 tahun (WHO, 2023).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi nasional status gizi remaja usia 13-15 tahun berdasarkan IMT/U yaitu sangat kurus/*severly thinnes* dan kurus/*thinnes* masing-masing sebesar 1,9% dan 5,7%, serta *overweight* dan obesitas sebesar 12,1% dan 4,1%. Sementara di Jawa Barat remaja sangat kurus/*severly thinnes* 2,3% kurus/*thinnes* 6,1% *overweight* 11,8% dan obesitas sebesar 5,2% (Kemenkes RI, 2023). Di wilayah Kota

Tasikmalaya, prevalensi status gizi siswa SMP yaitu 8,95% kurus dan 3,77% gemuk (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2024). Puskesmas Parakannyasag merupakan wilayah dengan prevalensi status gizi siswa SMP yang kurus terbanyak dan gemuk keenam di Kota Tasikmalaya. Data di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag pada siswa kelas VIII SMP menunjukkan angka 54,02% tergolong kurus dan 5,36% tergolong gemuk (Puskesmas Parakannyasag, 2024).

Saifah *et al.*, (2019) berpendapat bahwa masalah gizi pada anak akan mengakibatkan seorang anak mudah terserang penyakit dan penurunan prestasi akademik. Masalah gizi disebabkan oleh tidak tepatnya dalam pemilihan makanan dan konsumsi makanan yang berlebihan (Aulia, 2022). Berdasarkan penelitian Tarigan, (2020) menyatakan bahwa remaja cenderung kurang peduli terhadap kandungan gizi pada makanan dan lebih menyukai makanan yang sedang *tren*. Hal tersebut bisa mempengaruhi status gizi remaja.

Status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti asupan makan, aktivitas fisik yang kurang sosial ekonomi, dan pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi yang rendah dapat berakibat pada pola makan remaja di mana remaja lebih sering mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang kurang seimbang (Purba *et al.*, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Purba *et al.* (2024) pada remaja di MTs. Al-Wasliyah Kabupaten Serdang Bedagai menunjukkan rata-rata angka pengetahuan gizi sebesar 41,9%. Penelitian lain di Kota Bengkulu menunjukkan rata-rata angka pengetahuan gizi remaja SMP sebesar 42,7%

(Sinaga *et al.*, 2025). Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut bahwa pengetahuan gizi remaja di berbagai daerah di Indonesia masih tergolong cukup rendah menurut *Bloom's cut off point* (Bloom *et al.*, 1956). Bloom membagi tingkatan pengetahuan yang terdiri dari pengetahuan baik/tinggi (*good knowledge*), pengetahuan cukup/sedang (*fair/moderate knowledge*), dan pengetahuan rendah/kurang (*poor knowledge*). Swarjana (2022), mengklasifikasikan tingkatan pengetahuan menggunakan skor yang telah dikonversi ke persen yaitu pengetahuan baik jika skor 80-100%, cukup 60-79%, dan rendah <60%.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi tindakan seseorang. Jika pengetahuan gizi baik, maka perilaku serta tindakannya terhadap gizi juga akan baik (Nurjanah *et al.*, 2023). Peningkatan pengetahuan gizi seseorang dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya dengan memberikan edukasi gizi melalui beragam media (Widhi & Alamsyah, 2022).

Edukasi gizi berbasis sekolah memiliki keberhasilan karena bukan hanya siswa yang dilibatkan melainkan seluruh warga sekolah. Keterlibatan semua warga sekolah dapat memungkinkan program kreatif seperti pelajaran formal dan nonformal tentang gizi dan gaya hidup sehat (Habibie *et al.*, 2022). Nurmala *et al.* (2018), menjelaskan bahwa pendidikan dapat dibedakan menjadi tiga jenis metode, yaitu individual, kelompok, dan massa.

Abduhrohman *et al.* (2025), mengemukakan bahwa penggunaan metode kelompok dan massa seperti ceramah dalam pembelajaran kurang

efektif dikarenakan peserta didik memiliki variasi gaya belajar yang berbeda-beda. Maka dari itu, diperlukan penggabungan dengan metode lain seperti diskusi kelompok, proyek, dan lain-lain. Dalam mengatasi hal tersebut, penulis menawarkan metode pembelajaran yang lebih menekankan efektivitas kelompok, konstruksi pengetahuan, dan kedisiplinan yaitu metode pembelajaran kooperatif dengan tipe *teams games tournament* (TGT).

TGT merupakan model pembelajaran yang mengajak siswa belajar dan bermain, model ini cocok untuk meningkatkan karakter dan kerja sama (Mahardi *et al.*, 2019). Penggunaan model ini dapat dilakukan dengan beberapa media dan teknis sehingga materi yang disampaikan dapat lebih mudah diterima dan dipahami (Saputri *et al.*, 2024).

Media edukasi gizi terbagi menjadi tiga kategori, yaitu cetak, elektronik, dan luar ruangan (Susilawati *et al.*, 2022). Media yang dapat digunakan bisa berupa media cetak seperti kartu edukasi dan media digital seperti laman interaktif. Berdasarkan hasil penelitian Pratama *et al.* (2024), menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel edukasi gizi dengan menggunakan kartu edukasi gizi dikarenakan mudah dipahami oleh responden sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah. Penggunaan laman interaktif seperti *wordwall* bisa menjadi alternatif pemberian edukasi. Berdasarkan hasil penelitian Hikma *et al.* (2024), penggunaan *wordwall* sebagai media yang interaktif terbukti adanya peningkatan pencapaian pengetahuan belajar siswa. Edukasi gizi menggunakan media interaktif *wordwall* secara efektif

meningkatkan pengetahuan gizi anak-anak yang mengalami kelebihan berat badan dan obesitas setelah adanya intervensi (Akhiryani *et al.*, 2023).

Pemilihan SMP Negeri 18 Tasikmalaya sebagai tempat penelitian didasarkan pada hasil pemeriksaan Puskesmas Parakannyasag pada tahun ajaran 2023-2024 yang menunjukkan prevalensi *underweight* siswa kelas VIII SMP Negeri 18 Tasikmalaya sebesar 55,31%. Rendahnya tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang pada remaja dapat dilihat dari hasil survei pendahuluan pada siswa kelas VIII A di SMP Negeri 18 Tasikmalaya yang dilaksanakan pada tanggal 1 Agustus 2025. Hasil survei didapatkan hasil bahwa anak usia 12-15 tahun pada tahun ajaran 2025/2026 menunjukkan rata-rata pengetahuan gizi seimbang sebesar 7,14 poin (34%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan gizi seimbang pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 18 Tasikmalaya masih tergolong rendah. Berdasarkan hasil survei pendahuluan tersebut, untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang untuk anak usia sekolah diperlukan upaya edukasi gizi berupa peningkatan pengetahuan.

Putra *et al.*, (2023), menjelaskan bahwa usia anak yang sesuai untuk diberikan edukasi gizi adalah anak yang berada pada usia 6 sampai 14 tahun. Usia tersebut ideal dilakukan edukasi karena pada usia ini anak mulai matang untuk belajar. Sehingga perlu adanya peningkatan edukasi gizi melalui kegiatan yang berfokus pada perbedaan skor pengetahuan gizi remaja dengan menggunakan media pembelajaran berbasis permainan kartu dan *wordwall* dengan metode *teams games tournament*. Penelitian ini dilakukan pada siswa

kelas VIII C dan VIII D di SMP Negeri 18 Tasikmalaya di Kelurahan Parakannyasag, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada perbedaan skor pengetahuan gizi siswa kelas VIII C yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu menggunakan metode *teams games tournament* di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026?
2. Apakah ada perbedaan skor pengetahuan gizi siswa kelas VIII D yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament* di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026?
3. Apakah ada perbedaan skor pengetahuan gizi antara siswa yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu dengan *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament* pada siswa kelas VIII C dan VIII D di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis perbedaan skor pengetahuan gizi antara siswa yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu dengan *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament* pada siswa kelas VIII C dan VIII D di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan gizi siswa kelas VIII C yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu menggunakan metode *teams games tournament* di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026.
- b. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan gizi siswa kelas VIII D yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament* di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026.
- c. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan gizi antara siswa yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu dengan *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament* pada siswa kelas VIII C dan VIII D di SMP Negeri 18 Tasikmalaya tahun ajaran 2025/2026.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah penelitian ini berfokus pada skor pengetahuan gizi remaja khususnya gizi seimbang pada remaja usia sekolah menengah pertama setelah pemberian edukasi gizi menggunakan media berbasis permainan kartu dan *wordwall* dengan metode *teams games tournament*.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini menggunakan metode Kuasi Eksperimen dengan desain *Pre-Post Test Two Group Design*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk ke dalam keilmuan di bidang ilmu gizi masyarakat mengenai edukasi gizi seimbang pada remaja usia sekolah menengah pertama.

4. Lingkup Tempat

Tempat penelitian dilakukan di SMP Negeri 18 Tasikmalaya, Kelurahan Parakannyasag, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya.

5. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini ialah siswa kelas VIII C dan VIII D dengan usia 13-14 tahun.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan dari bulan September 2025 hingga Juni 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam memperoleh informasi terkait gizi seimbang dan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Sekolah

Peneliti ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya nyata yang digunakan dalam proses pembelajaran untuk menyampaikan pesan pedoman gizi seimbang.

3. Bagi Program Studi Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan dan referensi untuk menerapkan ilmu gizi yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan di program studi gizi.

4. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi khususnya keilmuan gizi terkait perbedaan skor pengetahuan gizi antara siswa yang mendapatkan edukasi gizi berbasis media kartu dengan *wordwall* menggunakan metode *teams games tournament*.

5. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi pengalaman yang bermanfaat serta menambah wawasan baru bagi peneliti dalam menganalisis secara ilmiah suatu permasalahan dengan mengaplikasikan teori-teori yang ada dan teori-teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan di Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi.