

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi di Indonesia merupakan permasalahan yang hingga kini belum terselesaikan. Indonesia menghadapi tiga beban masalah gizi (*triple burden*) yaitu gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan zat gizi mikro. Ketiga bentuk malnutrisi ini tidak hanya terjadi pada satu kelompok usia tetapi muncul hampir di seluruh rentang usia termasuk pada remaja usia 13-15 tahun (Febrina *et al.*, 2025). Usia remaja merupakan periode terjadinya percepatan pertumbuhan dan perkembangan sehingga penanggulangan masalah gizi pada tahap ini perlu mendapat perhatian serius karena dapat berdampak pada kesehatan remaja di kemudian hari (Mucthar *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi gizi kurang pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia sebesar 7,6%, sedangkan gizi lebih sebesar 16,2%. Prevalensi gizi kurang di Provinsi Jawa Barat tercatat sebesar 8,4%, sementara prevalensi gizi lebih mencapai 17% (Kemenkes RI, 2023). Prevalensi gizi kurang di Kota Tasikmalaya pada tahun 2024 sebesar 4,63% dan prevalensi gizi lebih sebesar 3,62% (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2024). Prevalensi gizi kurang di Kecamatan Cihideung mencapai 22% dan prevalensi gizi lebih mencapai 8%, yang menunjukkan angka lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata prevalensi gizi kurang dan gizi lebih di Kota Tasikmalaya (Puskesmas Cihideung, 2024).

Dampak status gizi kurang pada remaja dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta menurunnya konsentrasi dan prestasi akademik yang dapat berakibat negatif pada kesehatan dan kualitas hidup remaja dalam jangka panjang (Pantaleon *et al.*, 2025). Dampak status gizi lebih pada remaja dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit-penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, serta beberapa jenis penyakit lainnya (Muchtar *et al.*, 2022).

Salah satu faktor penyebab terjadinya masalah gizi pada remaja adalah kurangnya pengetahuan mengenai gizi yang berdampak pada cara remaja dalam memilih makanan (Rayipratiwi *et al.*, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Nopiyanti, (2024) menunjukkan bahwa pengetahuan gizi seimbang pada remaja di Kota Tasikmalaya masih tergolong rendah, ditandai dengan 48% responden memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori kurang. Pengetahuan gizi seimbang merupakan dasar bagi remaja dalam memilih jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan tubuh (Aulia, 2021). Kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang menyebabkan remaja sering salah dalam memilih jenis makanan serta menentukan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Maslakhah dan Prameswari, 2022).

Tingkat pengetahuan gizi remaja selanjutnya berperan dalam membentuk sikap remaja dalam menentukan pilihan makanan sehari-hari (Fitriani *et al.*, 2020). Pengetahuan gizi yang baik akan mendorong terbentuknya sikap positif remaja dalam memilih makanan sehari-hari yang

bergizi seimbang sesuai dengan kebutuhan gizinya (Fauziyah *et al.*, 2022). Remaja dengan pengetahuan gizi yang rendah cenderung menunjukkan sikap kurang memperhatikan penerapan gizi seimbang, yang tercermin dari pemilihan makanan sehari-hari yang belum seimbang, kurang beragam, serta lebih didasarkan pada kesukaan, seperti konsumsi makanan cepat saji atau makanan yang sedang tren dengan kandungan zat gizi yang rendah (Novelia *et al.*, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Dewanti *et al.*, (2023) yang menunjukan bahwa semakin baik pengetahuan gizi remaja maka semakin baik juga sikap remaja dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi. Berdasarkan hasil penelitian Kusmara dan Gunara, (2025) pemilihan makanan pada remaja di salah satu kecamatan di Kota Tasikmalaya menunjukkan sikap yang belum sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Hal ini terlihat dari kecenderungan remaja yang lebih memilih mengonsumsi makanan gorengan, makanan cepat saji, dan minuman manis. Lambat laun kondisi ini dapat menyebabkan tidak optimalnya pemenuhan gizi bagi remaja yang berdampak pada kesehatan dan status gizi remaja jangka panjang (Tri dan Ketut, 2025).

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja salah satunya yaitu dengan pemberian edukasi gizi (Wardhani *et al.*, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sutrio dan Yudianto, (2021) edukasi gizi terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang dan sikap pemilihan makanan pada siswa di sekolah SMP Negeri 1 Tumijajar p -value 0,001 (p -value < 0,05). Keberhasilan edukasi gizi tidak terlepas dari media yang digunakan. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan

mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan (Safitri dan Fitriani, 2020).

Media yang dapat digunakan dalam pemberian edukasi gizi meliputi *leaflet*, *PowerPoint*, poster, video animasi, dan media lainnya. (Hermina dan Prihatini, 2023). Video animasi merupakan salah satu media yang dinilai efektif dalam pelaksanaan edukasi gizi karena media ini mampu menyampaikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. (Mahmudah *et al.*, 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Siregar *et al.*, (2026) menunjukkan bahwa media video animasi lebih efektif dibandingkan *leaflet* dan demonstrasi dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan, dengan 70% siswa mencapai kategori baik setelah diberikan video animasi, lebih tinggi dibandingkan media lainnya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yudianto, (2021) juga menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan video animasi lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang siswa dibandingkan media *PowerPoint*. Skor sikap siswa meningkat dari 37,5 menjadi 40,3 setelah mendapat intervensi menggunakan media video animasi.

Video animasi menjadi pilihan media yang menarik bagi remaja karena menyajikan materi melalui tampilan visual dan audio yang melibatkan indra penglihatan serta pendengaran. Penggunaan kedua indra tersebut membantu remaja menerima dan mengingat informasi dengan lebih mudah (Ikasari *et al.*, 2024). Video animasi disajikan dengan penggambaran karakter yang lucu, ekspresif, dan dekat dengan pengalaman remaja sehingga menjadikan proses

pembelajaran lebih menyenangkan dan tidak membosankan (Naelasari *et al.*, 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Fritalia, (2024) membuktikan bahwa terdapat perbedaan rerata pengetahuan, sikap dan tindakan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui media video animasi pada siswa kelas VIII SMP 2 Tabanan *p-value* 0,001 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil skrining dan pemeriksaan kesehatan berkala yang dilakukan oleh Puskesmas Cihideung, MTs As-Surur merupakan sekolah menengah pertama di Kecamatan Cihideung yang memiliki prevalensi status gizi kurang tertinggi, yaitu sebesar 29%, serta prevalensi gizi lebih sebesar 2% (Puskesmas Cihideung, 2024). Hasil survei pendahuluan yang dilakukan terhadap 20 siswa kelas VIII MTs As-Surur menunjukkan bahwa sebanyak 10% siswa memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang dalam kategori baik, 25% dalam kategori cukup, dan 65% dalam kategori kurang. Selain itu, pengukuran sikap mengenai pemilihan makanan juga menunjukkan 60% siswa memiliki sikap positif dan 40% memiliki sikap negatif. Berdasarkan uraian tersebut, penulis melakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.
2. Apakah terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.
3. Apakah terdapat hubungan antara perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dengan perubahan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.
- b. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

- c. Mengetahui hubungan antara perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dengan perubahan sikap mengenai pemilihan makanan pada siswa MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dan sikap mengenai pemilihan makanan pada remaja usia 13-15 tahun.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini menggunakan metode *Pre-Eksperimen* dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk ke dalam keilmuan di bidang ilmu gizi masyarakat yaitu menggunakan media video animasi terhadap perubahan skor pengetahuan gizi seimbang dan sikap mengenai pemilihan makanan pada remaja usia 13-15 tahun.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di MTs As-Surur Kecamatan Cihideung, Kota Tasikmalaya.

5. Lingkup Sasaran

Subjek dalam penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII MTs As-Surur Kota Tasikmalaya tahun 2026.

6. Lingkup Waktu

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan September tahun 2025 sampai bulan Juni 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

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

2. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat memperkenalkan kepada siswa media edukasi gizi melalui video animasi dalam memperoleh informasi terkait gizi seimbang dan diharapkan siswa dapat mengaplikasikannya dalam pemilihan sehari-hari.

3. Bagi Peneliti

Dapat mengembangkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan selama di kelas, praktik kerja lapangan dan tambahan wawasan dari media lainnya, serta sebagai sarana pelatihan dan pembelajaran melakukan suatu penelitian.

4. Bagi Program Studi Gizi

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

5. Bagi Keilmuan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi khususnya keilmuan gizi mengenai pengaruh edukasi menggunakan media video animasi terhadap skor pengetahuan gizi seimbang dan sikap pemilihan makanan pada remaja.