

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode peralihan dalam rentang kehidupan manusia dari fase anak-anak menuju fase dewasa. Salah satu permasalahan kesehatan Indonesia adalah permasalahan gizi pada remaja (Sayyidah et al., 2022). Permasalahan tersebut merupakan permasalahan gizi ganda (*double burden*) yakni gizi kurang dan gizi lebih. Saat memasuki masa remaja, remaja cenderung menunjukkan berbagai perubahan, baik secara fisiologis, sosial maupun emosional (Amdadi et al., 2021). Ketika memasuki masa pubertas, remaja mengalami perubahan fisik akibat kematangan hormon. Perubahan berat badan dan tinggi badan remaja yang sangat cepat berdampak pada jumlah kebutuhan gizi yang harus dipenuhi melalui makanan (Lestari et al., 2022).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, status gizi remaja usia 13 – 15 tahun di Indonesia menunjukkan sebesar 1,9% remaja dengan status gizi sangat kurus, sebesar 5,7% dengan status gizi kurus, sebesar 12,1% dengan status gizi gemuk dan sebesar 4,1% dengan status gizi obesitas. Status gizi remaja usia 16 – 18 tahun di Indonesia menunjukkan sebesar 1,7% remaja dengan status gizi sangat kurus, sebesar 6,6% dengan status gizi kurus, sebesar 8,8% persen dengan status gizi gemuk dan sebesar 3,3% persen dengan status gizi obesitas Kementerian Kesehatan RI (2023). Masalah ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang mempengaruhi asupan dan kebutuhan gizi remaja

sehingga masa remaja menjadi masa yang rentan terhadap gizi (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Kurangnya pengetahuan gizi dapat memengaruhi status gizi, sikap serta perilaku seseorang dalam menentukan pilihan makanan terkait jumlah, jenis dan frekuensinya, sehingga berpengaruh terhadap asupan gizi keluarga (Lesatluhu et al., 2020). Pedoman Gizi Seimbang (PGS) adalah acuan dalam menyusun makanan harian yang mengandung zat gizi dengan tujuan memberikan panduan konsumsi makanan sehari-hari sesuai dengan kebutuhan individu. Terdapat empat pilar yang dapat diimplementasikan setiap hari: mengonsumsi berbagai jenis makanan, membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), melakukan aktivitas fisik secara teratur, dan memantau berat badan secara berkala untuk mencegah kelebihan atau kekurangan gizi (Kemenkes, 2014). Pemenuhan gizi seimbang yang mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan serat perlu dikenalkan sejak dini agar terbentuk pola makan sehat yang berkelanjutan (Maslakhah & Prameswari, 2022).

Hasil penelitian Rukmana et al., (2024) pada siswa di SMA Swasta Alwashliyah 1 Kota Medan menyatakan bahwa sebanyak 36,7% remaja belum pernah mendapatkan informasi terkait gizi baik dari guru, media *online* maupun media *offline*. Hasil penelitian Agnesia (2020) pada siswa SMU YASMU Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik menyatakan bahwa sebanyak 72% partisipan memiliki pengetahuan gizi yang kurang dan sebanyak 58% partisipan belum optimal dalam mengimplementasikan pedoman gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat kesenjangan

dalam mendapatkan informasi gizi sehingga perlu pengintegrasian pendidikan gizi dalam kurikulum sekolah untuk memfasilitasi akses informasi gizi pada remaja dari berbagai media (Supu et al., 2022).

Pemberian edukasi gizi merupakan salah satu cara dalam meningkatkan pengetahuan gizi. Edukasi gizi bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran, membiasakan, serta mendorong perubahan perilaku individu agar menerapkan pola makan sehat dalam rutinitas sehari-hari (Sukraniti et al., 2018). Pemberian edukasi dapat dilaksanakan menggunakan media yang menarik, mudah ditangkap serta memiliki isi jelas dan sesuai dengan pesan yang hendak disampaikan (Primavera, 2014). Berdasarkan Rukmana et al. (2024), pendidikan gizi terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja di SMAS Alwashliyah 1 Kota Medan. Sebelum intervensi, rata-rata skor pengetahuan remaja sebesar 51,22, kemudian meningkat menjadi 82,67 setelah diberikan pendidikan gizi. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan gizi yang dilakukan secara terstruktur mampu secara signifikan meningkatkan pengetahuan gizi pada kelompok remaja.

Perkembangan teknologi informasi yang pesat saat ini mempermudah masyarakat untuk mengakses berbagai informasi melalui jaringan internet. Perkembangan ini juga menjadikan media pembelajaran semakin beragam. Penggunaan media pembelajaran dapat mengembangkan dan meningkatkan minat, keinginan serta motivasi yang berpengaruh pada psikologis siswa dalam pembelajaran (Wulandari et al., 2023). Menurut Wiratmojo dan Sasanohardjo dalam Junaidi (2019), penggunaan media pembelajaran mampu meningkatkan

efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian isi pelajaran pada saat yang sama. Terdapat banyak aplikasi maupun *software* yang dapat digunakan untuk menciptakan media belajar sebagai sumber pengetahuan agar lebih menarik dan mudah diakses. Aplikasi tersebut meliputi *Articulate Storyline 3*, *PowerPoint*, *Canva*, *Kinemaster*, *AdobeFlash*, *Powtoon* maupun *software* pendukung lainnya.

Articulate Storyline 3 merupakan aplikasi penyajian materi yang menyediakan fitur video, gambar, animasi, foto, audio dan lainnya yang memiliki fungsi menyerupai *powerpoint* yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi dan presentasi yang dapat diakses secara *offline*. *Articulate Storyline 3* menyediakan fitur pembuatan *quiz* tanpa mengunggah file dari luar serta menyajikan konten interaktif yang menarik dan mudah diakses oleh remaja kapan saja dan dimana saja. *Articulate Storyline 3* dikembangkan oleh perusahaan *articulate 360* dalam bentuk *e-learning* yang hasilnya dapat diakses melalui *smartphone* maupun perangkat komputer. Pemanfaatan fitur *Articulate Storyline 3* ini dapat dirasakan secara langsung karena akan melibatkan remaja dalam mengakses sumber pengetahuan dalam aplikasi (Artika et al., 2021). Materi dikemas semenarik mungkin dalam bentuk gambar, audio maupun animasi sehingga dapat meningkatkan daya tarik dan rasa ingin tahu remaja terkait materi pedoman gizi seimbang yang disajikan.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap penggunaan aplikasi *Articulate Storyline 3* yang dilakukan oleh Selviana, dkk (2024) dengan judul “Pengaruh Media Pembelajaran *Articulate Storyline* Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik pada Pembelajaran Matematika” yaitu nilai *pre-test* diperoleh rata-rata hasil belajar atau

mean sebesar 54,33. Hasil nilai *post-test* diperoleh rata-rata hasil belajar sebesar 79,00. Jumlah responden atau siswa yang dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah 15 orang siswa. Karena nilai rata-rata hasil belajar pada *pre-test* sebesar 54,22 lebih rendah dibandingkan *post-test* sebesar 79,00, maka secara deskriptif terdapat perbedaan rata-rata hasil belajar antara *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran *Articulate Storyline* berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Matematika di kelas IV SD Negeri 2 Kalibuntu.

Hasil penelitian Maharani, dkk (2024) dengan judul “Pengaruh Media Pembelajaran *Articulate Storyline* terhadap Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran Informatika kelas VII di SMP Negeri 1 Padang Panjang” menggunakan instrumen tes hasil belajar informatika dengan dua puluh soal valid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran *Articulate Storyline* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran informatika kelas VII SMP Negeri 1 Padang Panjang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya karena sama-sama mengkaji pengaruh penggunaan aplikasi *Articulate Storyline* sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan pengguna.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi di SMA Negeri 14 Medan dan mendapati dari 29 siswa dengan kategori umur remaja sebanyak 44,8% (13 orang) remaja pernah mendengar istilah pedoman gizi seimbang dan 72% (21 orang) remaja menjawab salah pada pertanyaan konsep makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Sebanyak 29 orang remaja belum

pernah mendapatkan edukasi menggunakan media *Articulate Storyline 3* dan lebih mengenal media edukasi seperti poster dan leaflet. Mengacu pada permasalahan yang terjadi, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA *ARTICULATE STORYLINE 3* TERHADAP PENGETAHUAN PEDOMAN GIZI SEIMBANG REMAJA DI SMA NEGERI 14 MEDAN”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, identifikasi masalah yang dijadikan bahan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Tingginya masalah kesehatan gizi masyarakat di Indonesia terlebih pada kesehatan gizi remaja.
2. Kurangnya sosialisasi dan edukasi terkait gizi kepada masyarakat terutama remaja.
3. Rendahnya tingkat pengetahuan remaja terhadap pedoman gizi seimbang.
4. Remaja belum pernah mendapatkan edukasi gizi menggunakan *Articulate Storyline 3* dan lebih mengenal media edukasi seperti poster dan leaflet.

1.3. Pembatasan Masalah

Untuk memberi ruang lingkup yang terarah dan memfokuskan penelitian, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada:

1. Penelitian dibatasi hanya pada usia 15 – 18 tahun yaitu siswa/i sekolah menengah atas.
2. Penelitian dibatasi hanya berada di SMA Negeri 14 Medan, Kec. Medan Denai, Kota Medan, Sumatera Utara.

3. Pengetahuan yang mengenai pedoman gizi seimbang dengan indikator 4 pilar gizi seimbang, 10 pesan umum gizi seimbang, tumpeng gizi seimbang dan isi piringku.
4. Teknologi yang digunakan dapat menjalankan media berbasis web atau *application file* seperti laptop, tablet, *smartphone* maupun *handphone*.

1.4. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan, beberapa hal yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kelayakan media edukasi gizi yang dikembangkan?
2. Bagaimana karakteristik siswa/i SMA Negeri 14 Medan?
3. Bagaimana pengetahuan sebelum diberikannya media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* kepada siswa/i SMA Negeri 14 Medan?
4. Bagaimana pengetahuan sesudah diberikannya media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* kepada siswa/i SMA Negeri 14 Medan?
5. Bagaimana pengaruh media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* dalam meningkatkan pengetahuan pedoman gizi seimbang siswa/i SMA Negeri 14 Medan?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini, untuk mengetahui:

1. Hasil uji validasi media, baik validasi isi materi maupun validasi media edukasi gizi.
2. Karakteristik remaja di SMA Negeri 14 Medan.
3. Pengetahuan sebelum diberikannya media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* kepada remaja di SMA Negeri 14 Medan.

4. Pengetahuan sesudah diberikannya media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* kepada remaja di SMA Negeri 14 Medan.
5. Pengaruh media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* dalam meningkatkan pengetahuan pedoman gizi seimbang remaja di SMA Negeri 14 Medan.

1.6. Manfaat Penelitian

1. Meningkatkan kesadaran siswa/i SMA Negeri 14 Medan tentang pentingnya pedoman gizi seimbang dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.
2. Memberikan pengalaman belajar interaktif berbasis *Articulate Storyline 3* terkait pentingnya pedoman gizi seimbang.
3. Menambah referensi bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut terkait pengetahuan pedoman gizi seimbang melalui pengembangan media pembelajaran menggunakan *Articulate Storyline 3*.