

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak sekolah kebanyakan memakan makanan instan dan mengandung kalori serta lemak yang tinggi seperti *Ultra Processed Food*. Makanan yang melalui proses industri dan tambahan zat aditif seperti pengemulsi, pewarna, pengawet, perisa dan lain – lain disebut *Ultra Processed Food*. Makanan tersebut mudah disiapkan, menyediakan banyak pilihan dan dianggap nyaman padahal banyak mengandung gula, garam dan lemak yang tinggi untuk menciptakan kelezatan sehingga menjadi penyebab potensial dari kejadian gizi lebih dan obesitas pada anak – anak (Wisnuwardani *et al.*, 2022). Salah satu penyebab kejadian *overweight* dan obesitas di Argentina, Australia, Brazil, Inggris dan Amerika Serikat karena konsumsi *ultra processed food* (Neri *et al.*, 2022).

Menurut beberapa peneliti mengatakan bahwa salah satu perubahan dalam sirkuit saraf yang mengarah ke perilaku makan seperti kecanduan dan konsumsi berlebihan dikarenakan kandungan karbohidrat dan lemak yang tinggi dari *ultra processed food* (Poti, 2017 dalam Fadila 2022). Konsumsi *ultra processed food* yang tinggi mengakibatkan resiko kelebihan berat badan karena dapat meningkatkan total asupan kalori, lemak dan gula yang berpotensi mengalami penimbunan lemak dalam tubuh (Rocha *et al.*, 2021 dalam Fadila 2022). Beberapa faktor dapat meningkatkan konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah meliputi kantin sekolah, pengaruh lingkungan terutama teman sebaya dan paparan dari media sosial (Noll *et al.*, 2021 dalam Fadila 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Putri, Setyaningsih dan Nurzihan (2023), menunjukkan bahwa peningkatan konsumsi *ultra processed food* berkaitan dengan obesitas, dikarenakan sebanyak 35,8% dari total asupan energi adalah *ultra processed food* (Julia *et al.*, 2017).

Masalah gizi lebih atau gemuk dan obesitas berkaitan dengan perilaku makan tidak sehat. Perilaku makan yaitu kondisi gambaran respon perilaku seseorang terhadap frekuensi, pola dan etika makan (Rahman, 2016). Jumlah asupan zat gizi yang dikonsumsi seseorang juga dipengaruhi oleh perilaku

makan. Terjadinya gizi lebih dan obesitas pada anak disebabkan perilaku makan yang tidak terkontrol dan berlebihan karena mengonsumsi makanan tinggi energi, lemak dan karbohidrat, makanan porsi besar dan makanan rendah serat seperti *ultra processed food* (Sineke *et al.*, 2019).

Berdasarkan survey Mondelēz International berjudul *The State of Snacking 2020* konsumsi *ultra processed food* rata-rata masyarakat Indonesia sebesar 2,7 poin sementara makanan berat 2,5 poin sedangkan konsumsi *ultra processed food* harus lebih kecil dibanding makanan berat. Jenis *ultra processed food* yang dikonsumsi masyarakat berdasarkan data PT. Indofood CBP Makmur 65,2% masyarakat konsumsi mie instan, biskuit 42,1% dan wafer sebesar 34,1% (Databoks, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyani (2018), sebanyak 76% anak sekolah dasar konsumsi *ultra processed food* seperti chiki-chikian, biskuit, bakso, nugget, pop ice dan sebagainya setiap hari pada jajanan sekolah di salah satu sekolah dasar Kota Semarang.

Edukasi gizi sangat penting untuk memperbaiki perilaku makan anak sekolah agar tidak semakin banyak yang mengalami gizi lebih dan obesitas karena perilaku makan yang tidak sehat. Proses edukasi gizi tidak lepas dari pengaruh materi dan media yang dapat mendukung kegiatan edukasi (Sekti *et al.*, 2019). Penggunaan media dapat membantu sasaran dalam menerima informasi berdasarkan kemampuan penangkapan panca indra (Bester *et al.*, 2016).

Media video animasi merupakan media yang mudah digunakan untuk pembelajaran pada anak sekolah dasar. Siswa akan tertarik dan senang dalam proses pembelajaran yang mengandung unsur audio dan video karena lebih efektif menggambarkan pesan yang disampaikan (Murwanti dan Kartiwagiran, 2020). Media video animasi memiliki dampak yang signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku pada anak terutama pada aspek persuasi dan informasi karena indra penglihatan mentransmisikan pengetahuan sekitar 75-87%, sedangkan sebesar 13-25% diarahkan melalui indra lainnya (Andeka *et al.*, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan Rahmayanti dan Istianah (2018), media video animasi memiliki pengaruh terhadap hasil belajar siswa dengan rata-rata skor *post-test* 90 dan persentase ketuntasan 96,5%. Hasil

penelitian ini menunjukkan bahwa media video animasi memberikan dampak yang signifikan terhadap hasil belajar siswa dan dapat membantu guru dalam proses pembelajaran dengan materi yang ditampilkan dalam video animasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Mardiana *et al* (2015), terdapat pengaruh media video animasi terhadap perubahan perilaku konsumsi makanan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dengan nilai 46.00 menjadi 48.31.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada anak sekolah di SDS Muhammadiyah 23, terdapat 6 dari 10 siswa (60%) memiliki status gizi lebih dan obesitas. Setelah dilakukan wawancara mengenai kebiasaan makan sehari-hari dalam satu bulan terakhir, 80% siswa konsumsi *ultra processed food* seperti mie instan, cemilan, susu kemasan dan minuman ringan lebih dari 2 kali dalam seminggu. Alasan mereka sering konsumsi *ultra processed food* karena rasa enak, manis dan gurih pada makanan tersebut serta mudah didapat terutama pada jajanan di depan sekolah. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik dan memutuskan untuk mengukur pengaruh edukasi gizi menggunakan media terhadap perilaku konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.

1.2 Rumusan Masalah

Perilaku makan yang berlebih dan tidak terkontrol dapat menyebabkan seseorang mengalami masalah gizi lebih dan obesitas (Maslakhah dan Prameswari, 2022). Sebanyak 6 dari 10 (60%) siswa anak sekolah di SDS Muhammadiyah 23 memiliki status gizi lebih dan obesitas, 80% siswa konsumsi *ultra processed food* lebih dari 2 kali dalam seminggu. Upaya yang dilakukan dalam memberikan edukasi mengenai *ultra processed food* dengan menggunakan media sebagai alat untuk menyampaikan informasi kepada siswa. Berdasarkan kesimpulan diatas, didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Pengaruh media video animasi terhadap perilaku konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
2. Bagaimana pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?
3. Bagaimana perbedaan rerata skor perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh media video animasi terhadap perilaku konsumsi *ultra processed food* pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024
2. Menganalisa pengaruh pemberian media video animasi dan *leaflet* terhadap perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23 Kecamatan Matraman Tahun 2024
3. Menganalisa perbedaan rerata skor perilaku konsumsi *ultra processed food* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol pada anak sekolah dasar di SDS Muhammadiyah 23
Kecamatan Matraman Tahun 2024

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Responden

Memperoleh pengetahuan mengenai *ultra processed food* dan meningkatkan kesadaran siswa untuk mengubah perilaku konsumsi *ultra processed food* dengan konsumsi makanan bergizi seimbang.

1.5.2 Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk sumber data sekaligus masukkan bagi sekolah untuk melakukan program dalam meningkatkan edukasi secara terukur dan berkala kepada siswa dan kantin sekolah sehingga dapat mengubah perilaku konsumsi *ultra processed food*.

1.5.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai edukasi gizi menggunakan media video animasi dan perubahan perilaku konsumsi *ultra processed food*.