

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok yang perlu diperhatikan kesehatannya, terutama asupan zat gizinya. Pada masa remaja terjadi perubahan fisiologis, sehingga kebutuhan energi dan zat gizi sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan remaja. Remaja dikategorikan rentan terhadap masalah gizi sehingga berisiko terhadap kesehatan. Pada usia remaja percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi lebih banyak selain itu, pada remaja terjadi perubahan gaya hidup dan kebiasaan yang suka mencoba-coba makanan sehingga terjadi ketidaksesuaian asupan energi dan zat gizi lainnya (Marmi, 2013).

Faktor penentu kualitas sumber daya manusia salah satunya adalah keadaan gizi yang baik. Pada masa remaja kecukupan zat gizi sangat diperlukan terutama untuk masa pertumbuhan dan perkembangan. Pada remaja putri status gizi dapat mempengaruhi kesehatan reproduksinya, karena seorang remaja putri selalu mengalami siklus menstruasi setiap bulannya dan akan memasuki masa kehamilan dan menyusui. Gizi seimbang dapat diperoleh dari beraneka ragam bahan makanan. Makin banyak ragam bahan makanan yang dimakan setiap hari, makin besar asupan gizi ke dalam tubuh.

Menurut Dewantari (2013) kesadaran untuk pola makan sehat sampai saat ini belum dimiliki kebanyakan wanita usia subur (WUS) berusia muda (remaja). Ada kecenderungan untuk makan di luar rumah yaitu di tempat-tempat yang bergengsi dengan pilihan menu tidak memenuhi asas gizi seimbang. Kesukaan makan *fast foods* atau *junk foods* seperti *burger*, *pizza*, dan *fried chicken* tidak

menjamin kebutuhan gizinya. Keadaan ini bisa berdampak buruk yang akan mempengaruhi kesehatan organ reproduksi.

Sangat penting untuk remaja untuk mulai menjaga kebutuhan gizinya sejak dini karena faktor penentu kualitas sumber daya manusia salah satunya adalah keadaan gizi yang baik. Pada remaja putri status gizi dapat mempengaruhi kesehatan reproduksinya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Chasanah (2016), hasil penelitian dengan melihat nilai signifikansi ( $p$ ) yang besarnya 0,044 yang dibandingkan dengan  $\alpha:5\%$ , ada hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan status gizi pada remaja putri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi, maka semakin baik pula status gizi selama masa pertumbuhan kesehatan reproduksinya.

Memberikan edukasi awal tentang pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri dapat dilakukan dengan berbagai cara. Salah satunya adalah dengan menggunakan video pembelajaran didalam kelas. Video pembelajaran merupakan salah satu metode pembelajaran yang cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja, seperti penelitian yang sudah dilakukan oleh Hanifah (2015) tingkat pengetahuan gizi sesudah dilakukan penelitian tentang gizi seimbang menggunakan media video mengalami peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sampel sebesar 14,242 point. Kekurangan dari penelitian tersebut adalah sampel yang digunakan remaja putra dan putri, materi yang digunakan pun belum spesifik tentang pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi untuk remaja putri.

Sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah dan Musfiroh (2017) yang menyatakan jika pemilihan media video sebagai media pembelajaran atau sebagai media promosi kesehatan dapat diterima dengan baik oleh responden karena pembelajaran jauh lebih menarik dan tidak monoton. Hasil penelitian tentang keterampilan pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) yang dilakukan terdapat peningkatan yang signifikan dan dapat mencapai keterampilan yang maksimal dengan skor maksimal 12, yang berarti video pembelajaran efektif dalam meningkatkan pengetahuan.

Video sebagai media *audio-visual* dapat memberikan pengalaman belajar yang nyata dan konkret tanpa harus melihat langsung. Video juga mampu menyajikan pesan yang lebih lengkap, rumit dan realistis, informasi *audio-visual* yang diberikan merupakan pengalaman belajar yang menarik, serta bahan yang disajikan dengan gerakan akan membuat semakin jelas. (Djamarah, 2008)

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Artanti, Febriana, dan Rusilanti (2019) tentang Pengembangan Video Pembelajaran Untuk Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Dan Kesehatan Reproduksi Remaja Puteri Sebagai Upaya Preventif yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa nilai yang dicapai secara keseluruhan termasuk kedalam kategori baik dan hal tersebut menunjukkan bahwa media video pembelajaran gizi dan kesehatan reproduksi remaja putri layak untuk dijadikan sebagai media pembelajaran. Saran dari penelitian tersebut adalah dapat dilakukan penelitian lanjutan untuk mengukur efektivitas video dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi remaja putri.

Berdasarkan saran di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui efektivitas media dari hasil penelitian “Pengembangan

Video Pembelajaran Untuk Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Dan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Sebagai Upaya Preventif” yang di buat oleh Tim Dosen dengan judul “Efektivitas Media Video Pembelajaran Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri”.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas timbul berbagai permasalahan yang dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Seberapa besar pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan dasar gizi dan kesehatan reproduksi?
2. Apakah remaja putri paham mengenai kebutuhan gizi dan kesehatan reproduksi mereka?
3. Seberapa besar kesadaran remaja putri dalam menjaga kebutuhan gizi dan kesehatan reproduksi mereka?
4. Apakah penggunaan media pembelajaran efektif dalam menyampaikan tujuan pembelajaran?
5. Apakah media pembelajaran merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri terhadap pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi?

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, Penulis memberikan batasan ruang lingkup dari penelitian yang akan dilakukan. Penulis hanya membatasi permasalahan pada keefektivitasan media pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah perumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana efektivitas media video pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri?”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas media pembelajaran dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi pada remaja putri.

#### **1.6 Kegunaan Penelitian**

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Bagi Siswi

Menambah pengetahuan tentang gizi dan kesehatan reproduksi agar siswi bisa menjaga kebutuhan gizi dan kesehatan reproduksinya setelah mendapatkan materi tersebut.

2. Bagi Peneliti

Menambah wawasan pengetahuan bidang penelitian tentang pengetahuan gizi dan kesehatan reproduksi, serta menambah pengetahuan tentang media pembelajaran terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

3. Bagi Institusi

Sebagai bahan bacaan ilmiah bagi mahasiswa dimasa yang akan datang. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sumber bahan ajar baru dan dapat dijadikan referensi perpustakaan.