

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Nilai gizi teh gelas kemasan memang minim, namun tinggi kalori dan gula (Faisal dan Anayanti , 2021). Jumlah kalori untuk satu teh gelas kemasan 500 ml adalah sekitar 175 kkal, dengan nol gram lemak total, empat puluh lima gram karbohidrat, nol gram protein, nol miligram natrium, dan empat puluh gram gula. Sementara Kementerian Kesehatan merekomendasikan agar masyarakat membatasi asupan gula harian tidak lebih dari 10% dari total kalori. Dengan asumsi 2000 kkal per hari untuk energi, 200 kkal per hari adalah jumlah gula yang disarankan untuk dikonsumsi. Tidak ada anak yang boleh makan lebih dari 25 gram gula, yaitu sekitar 3 atau 4 sendok teh. American Heart Association (AHA) juga menyarankan agar anak-anak berusia antara 2 dan 18 tahun membatasi konsumsi gula tambahan tidak lebih dari 6 sendok makan setiap hari. Mengonsumsi terlalu banyak teh gelas dapat menyebabkan beberapa masalah kesehatan, termasuk obesitas, terutama pada anak.

Mulai dari bayi hingga orang dewasa, dapat mengalami obesitas, yang merupakan masalah kesehatan yang serius. Obesitas merupakan permasalahan yang terjadi di seluruh dunia, tidak hanya di negara-negara maju. Bahkan di negara-negara berkembang seperti Indonesia, anak mengalami kelebihan berat badan. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2021), obesitas bukanlah penyakit menular, namun penimbunan lemak dalam tubuh memang menimbulkan gangguan kesehatan. Minuman manis, termasuk minuman teh gelas. Obesitas dapat memiliki komponen keturunan dan perilaku. Faktor

penentu perilaku mencakup ketidakaktifan, penyalahgunaan zat, dan pengaruh masyarakat termasuk pola makan, sekolah, dan iklan makanan (Maharani, 2020).

Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan bahwa 37 juta anak muda akan mengalami kelebihan berat badan pada tahun 2022. Negara-negara di Afrika dan wilayah berpenghasilan rendah dan menengah lainnya mengalami peningkatan prevalensi orang yang kelebihan berat badan. Saat ini terdapat sekitar 23% lebih banyak anak muda Afrika yang mengalami kelebihan berat badan dibandingkan pada tahun 2000.

Secara khusus, Indonesia melihat dampak meningkatnya angka obesitas terhadap kesehatan masyarakat. Di kalangan anak-anak dan remaja Indonesia (berusia antara 5 dan 19 tahun), Kementerian Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan pada tahun 2023 memperkirakan peningkatan obesitas sepuluh kali lipat dalam 40 tahun ke depan. Menurut statistik SSGI 2022, di antara anak-anak usia 5-12 tahun, 10,8% mengalami kelebihan berat badan dan 9,2% mengalami obesitas. Hal ini menunjukkan bahwa 1 dari 5 anak pada kelompok usia ini mengalami obesitas atau kelebihan berat badan, sebagian besar disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik. Demikian pula, di antara anak-anak berusia 13-15 tahun, 16% mengalami obesitas dan 13,5% berusia antara 16 dan 18 tahun.

Jumlah penduduk yang kelebihan berat badan pada tahun 2022 berjumlah 14.784 orang, sedangkan anak-anak dan remaja (3,64% dari total) berjumlah 56.657 orang berusia antara 7 dan 15 tahun. Di Jakarta Selatan terdapat 25.515 anak yang mengalami obesitas, sedangkan di Jakarta Pusat terdapat 9.845 anak.

Angka-angka tersebut berasal dari DKI Jakarta.

Risiko penyakit kardiovaskular, stroke, diabetes, dan penyakit menular lainnya meningkat jika obesitas tidak ditangani. Obesitas dapat menyebabkan menurunnya rasa percaya diri pada remaja sehingga perlu memperhatikan kondisi psikologisnya (Kementerian Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan. 2023). Anak-anak tidak boleh makan terlalu banyak gula, kata *Organisasi Kesehatan Dunia* . Tidak lebih dari 10% asupan kalori harian Anda harus berasal dari gula. Jika Anda bisa menjaga konsumsi gula di bawah 25% (atau sekitar 25 gram), yaitu hanya 6 sendok teh per hari, itu lebih baik lagi.

Saat menentukan Indeks Massa Tubuh (BMI) anak, obesitas dapat dideteksi meskipun tidak ada gejala yang nyata. Beberapa kebiasaan makan buruk yang dapat memicu terjadinya obesitas antara lain kurang mengonsumsi buah dan sayur, banyak mengonsumsi makanan berlemak, sering minum minuman manis, dan terlalu banyak mengonsumsi makanan. Oleh karena itu, menghindari obesitas sangat penting dengan selalu menjaga pola makan sehat, cukup berolahraga, dan menjaga berat badan yang sehat (Kementerian Kesehatan 2022).

Menurut Dewi dan Sudaryanto (2020), pengetahuan adalah hasil mempelajari sesuatu kemudian menggunakan pemahaman itu dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang diperoleh dari panca indera seseorang terdiri dari informasi faktual (Suharjito, 2020). Pengetahuan didefinisikan oleh Notoadmodjo dalam (Widyaningsih, 2021) sebagai seperangkat tindakan yang dirasakan oleh suatu objek dengan tujuan menimbulkan efek dan reaksi positif objek tersebut terhadap seseorang.

Salah satu hal yang mungkin mempengaruhi derajat pengetahuan seseorang adalah latar belakang pendidikannya. Kemampuan individu dalam memahami materi baru, pandangan hidup, dan tingkat pemahaman terhadap permasalahan yang kompleks semuanya dipengaruhi secara positif oleh komponen pendidikan sehingga merupakan komponen penting dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi dikaitkan dengan kapasitas yang lebih besar dalam menyerap pengetahuan baru (Zulferi 2023).

Siswa masih belum mengetahui cara mengontrol asupan makanan dan minumannya, oleh karena itu penting untuk memberikan edukasi kepada mereka mengenai obesitas. Agar mereka lebih berhati-hati terhadap makanan dan minuman yang mereka konsumsi, penting bagi siswa untuk memiliki pemahaman yang cukup mengenai obesitas (Safyani , 2022). Bagi siswa, kurangnya pemahaman dapat mempengaruhi cara berpikir mereka. Oleh karena itu, diperlukan pengajaran yang bertujuan untuk mempengaruhi tindakan siswa (Zulferi , 2020). Pengetahuan ibu juga dapat berperan terhadap kejadian obesitas pada anaknya. Ibu yang berpengetahuan luas akan lebih mungkin melakukan perubahan gaya hidup yang positif bagi kesehatan anaknya (Ayu Azizah 2020). Orang tua harus lebih peduli terhadap kesehatan anak dan lebih memahami masalah obesitas. Konseling dan pendidikan kesehatan merupakan dua cara untuk memperoleh informasi tersebut (Yoswenita , S., 2023).

Agar siswa dapat menjaga kesehatannya dengan baik, program pendidikan kesehatan berupaya untuk meningkatkan kesadaran akan obesitas. Di antara sekian banyak media konseling yang bisa digunakan, penelitian Terati 2023

menunjukkan bahwa *media leaflet* dapat membantu orang tua mengetahui lebih jauh tentang bahaya obesitas pada masa kanak-kanak dengan cara yang jelas dan ringkas. Terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan orang tua mengenai obesitas (69,38% menjadi 88,4%), hal ini menunjukkan bahwa *media leaflet* mempunyai dampak yang signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati pada tahun 2023 menunjukkan bahwa *media Focus Group Discussion* (FGD) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pendidikan obesitas karena pemanfaatannya ($p\text{-value} < 0,05$).

Tujuan penggunaan media video animasi untuk membantu orang tua belajar mencegah obesitas, menurut penelitian Olla Wilda tahun 2023, adalah untuk mempersempit kesenjangan pengetahuan. Hasilnya menunjukkan dampak yang kuat dalam memberikan pendidikan obesitas menggunakan media video animasi ($p = 0,000$). Pada tahun 2023, Damayanti melakukan penelitian dengan menggunakan *leaflet* dan presentasi *PowerPoint*, dan hasilnya 100%. Penelitian ini memberikan dampak yang signifikan terhadap kesadaran orang tua.

Berdasarkan studi pendahuluan menemukan bahwa 7 dari 10 siswa tidak mengetahui bahwa minum teh gelas dapat menyebabkan penambahan berat badan, Siswa Kelas V minum tiga atau empat teh gelas dalam sehari, dan 3 dari 10 dari siswa tersebut mengetahui bahwa hal tersebut menyebabkan obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi *leaflet* terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas V di Tamansiswa, Jakarta Pusat, mengenai pengaruh minum teh gelas terhadap obesitas, karena pemahaman siswa terhadap topik tersebut masih terbatas.

B. Rumusan Masalah

Ketika jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh melebihi jumlah energi yang keluar, akibatnya adalah obesitas, yang didefinisikan sebagai kelebihan lemak internal. Pengetahuan orangtua terhadap obesitas masih kurang karena masih banyak orangtua menganggap jika anaknya gemuk akan terlihat lucu. Oleh sebab itu, tingkat pengetahuan orangtua terhadap obesitas itu sangat penting agar orangtua dapat mengontrol pola makan dan mengetahui apa saja makanan yang boleh dikonsumsi oleh anaknya (Arunisa, R., 2022).

Media *leaflet* merupakan salah satu dari berbagai cara untuk memperoleh informasi. Peneliti menemukan bahwa antara 11,60% dan 13,95% lebih banyak orang yang memiliki lebih banyak informasi sebelum menerima sekolah ketika mereka menggunakan media *leaflet* (Arunisa, R., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa 6 dari 10 orang tua tidak menyadari bahwa minum dari botol dapat menyebabkan penambahan berat badan. Pada saat yang sama, 40% orang tua menyadari bahwa minum dari wadah plastik dapat menyebabkan penambahan berat badan.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Pengaruh Education *Leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V Dalam Mengonsumsi Gelas Teh Dengan Obesitas di Tamansiswa Jakarta Pusat”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas V dalam konsumsi teh gelas dengan obesitas di Tamansiswa Jakarta Pusat.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik siswa (umur, TB, BB, Jenis kelamin)
- b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas v dalam konsumsi teh gelas dengan obesitas sebelum diberikan edukasi
- c. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas v dalam konsumsi teh gelas dengan obesitas sesudah diberikan edukasi

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Peneliti

Penelitian ini menjadikan pengalaman sebagai peneliti dengan menggunakan teori dengan cara memberikan ilmu keperawatan tentang “Pengaruh Pendidikan *Leaflet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas V Dalam Konsumsi Teh Gelas Dengan Obesitas Di Tamansiswa Jakarta Pusat” .

2. Untuk siswa

Berdasarkan hasil penelitian ini, siswa menerimanya sebagai materi tambahan mengenai “konsumsi teh gelas dengan Obesitas di Tamansiswa Jakarta Pusat”

3. Untuk Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya

Sebagai masukan maupun bahan referensi, serta pemeriksaan hasil ,Hal ini dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang hubungan antara tingkat pengetahuan, konsumsi teh gelas, dan obesitas.

E. Studi Keaslian

Penelitian	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan
Tantri Kartika Sari (2022).	Hubungan Pendidikan Ibu tentang Makan Sehat dengan Angka Obesitas Anak di SDN 2 Gumelar Wonosobo	Desain penelitian menggunakan metode <i>Survei Analitik</i> dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Untuk mengetahui rata-rata tingkat pengetahuan ibu tentang obesitas sebelum menerima konseling melalui kuesioner, digunakan tes analitis yang dikenal dengan teori <i>Kendall's Knowledge Gap</i> . Hasil penelitian menunjukkan terdapat ibu dengan tingkat pengetahuan di bawah 82,5% dan ibu dengan tingkat pengetahuan di atas 17,5%. Nilai p yang diperoleh dari uji Kendall tau kurang dari 0,05 dengan nilai 0,003.	Judul, tempat, penelitian desain, dan waktu penelitian semuanya berbeda.
Eko Riyanti (2020)	Peran Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran Obesitas Anak di Keluarga	Desain penelitian Ini adalah studi kasus	jenis penelitian Pemanfaatan observasi triangulasi memungkinkan pengukuran <i>tingkat pengetahuan post test</i> , yang dilaporkan sebesar 70% setelah konseling dibandingkan dengan 40% sebelumnya.	Judul, tempat, penelitian desain, dan waktu penelitian semuanya berbeda.
Febry Annan Pradana (2023)	Obesitas Anak dan Penggunaan Minuman Manis dan Ringan pada Anak dan Remaja	Desain <i>Kontrol Kasus</i>	Metode evaluasi Temuan uji <i>korelasi Spearman</i> diketahui ($p=0,000$, $r=0,792$).	Judul, tempat, penelitian desain, dan waktu penelitian semuanya berbeda.

Penelitian	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan
Acara Yolanda Fitria (2020)	Pemahaman Siswa Kelas IV Tentang Peran Video Edukasi Dalam Penanggulangan Obesitas di SDN 8 Kota Bengkulu	<i>Pra eksperimen (desain pre-post test dengan satu kelompok)</i>	Penelitian semacam ini didasarkan pada hasil uji <i>Wilcoxon yang diketahui</i> , yang menunjukkan bahwa 7,65% penduduk mendapat pendidikan sebelum dan 9,46% mendapat pendidikan sesudahnya.	Judul, tempat, penelitian desain, dan waktu penelitian semuanya berbeda.
Rakhmadhina Pramillenia (2022).	Mengkaji Hubungan Perilaku Pencegahan Obesitas Siswa Kelas IV dan V dengan Tingkat Pengetahuan SD Negeri 03 Kota Madiun	<i>Korelasi dengan pendekatan cross-sectional</i>	Metode Analisis Hasil analisis univariat dan bivariat serta <i>uji Chi-square</i> menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pencegahan obesitas berhubungan signifikan dengan tingkat pengetahuan siswa ($p=0.002$, $p<0.05$). .	Judul, tempat, penelitian desain, dan waktu penelitian semuanya berbeda.