

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang memiliki beragam bahan makanan pada setiap jenis makanannya. Berdasarkan data Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian, Indonesia memiliki 77 jenis tanaman pangan sumber karbohidrat, 75 jenis sumber minyak atau lemak, 26 jenis kacang-kacangan, 389 jenis buah-buahan, 228 jenis sayuran, serta 110 jenis rempah dan bumbu.

Proporsi konsumsi masyarakat Indonesia terhadap keberagaman bahan makanan memiliki kesenjangan yang cukup tinggi. Urutan proporsi konsumsi masyarakat Indonesia adalah sebagai berikut: padi-padian 38,54%, umbi-umbian 1,78%, ikan/udang/cumi/kerang 2,36%, daging 3,08%, telur dan susu 2,87%, sayur-sayuran 1,82%, kacang-kacangan 2,51%, buah-buahan 2,15%, minyak dan kelapa 12,57%, bahan minuman 4,52%, bumbu-bumbuan 0,50%, bahan makanan lainnya 2,61%, dan makanan dan minuman jadi 24,69% (Hakiki, 2020).

Studi Diet Total tahun 2014 menunjukkan persentase tertinggi pada tingkat kecukupan energi sangat kurang (< 70% AKE) adalah usia 13 – 18 tahun yaitu sebesar 52,5% (Siswanto *et al.*, 2014). Rentang usia tersebut merupakan golongan remaja. Masa remaja (*adolesan*) adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa, ditandai oleh perubahan fisik, fisiologis, dan psikososial. Ciri-ciri dari masa remaja adalah adanya

kematangan fungsi seksual, pacuh tumbuh (*growth spurt*) dan tercapainya bentuk tubuh dewasa, yang terjadi karena pematangan fungsi endokrin. Pembinaan pada remaja perlu dilakukan dari sudut perkembangan jasmani, intelektual, mental, sosial, dan cara berwawasan terkait dengan konsumsi makanan (Kadir, 2016).

Remaja yang kurang asupan energi dapat menyebabkan kurang energi kronis (KEK). Kondisi remaja KEK meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal yang berdampak buruk pada kesehatan. KEK dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang (Rokom, 2018).

Faktor yang dapat memengaruhi kebiasaan makan remaja salah satunya adalah pengetahuan remaja tentang makanan. Pengetahuan tentang makanan dapat diperoleh dari kegiatan pembelajaran. *Game* edukasi merupakan salah satu media permainan yang berisi cakupan materi pembelajaran yang digunakan untuk mendidik mengarahkan siswa dalam proses pembelajaran yang menyenangkan (Winarni, *et al.*, 2020). Pembelajaran menggunakan konsep belajar sambil bermain menjadikan siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran (Suryawirawati, *et al.*, 2018).

Penelitian menggunakan *video game* dengan basis web *Wordwall* pernah dilakukan oleh (Masyur, 2021). Penelitian tersebut meneliti penggunaan *video game* edunemia sebagai media edukasi terhadap efektivitas peningkatan pengetahuan tentang anemia pada siswi MTsN 3 kota Pariaman tahun 2021. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan intervensi. Rata-rata nilai

pengetahuan tentang anemia sebelum dilakukan intervensi yaitu 40,32 dengan nilai minimal 17 dan maksimal 67. Rata-rata nilai setelah dilakukan intervensi adalah 79,47 dengan nilai minimal 61 dan nilai maksimal 94.

Penelitian menggunakan media pembelajaran digital juga pernah dilakukan oleh (Frisia, 2022). Penelitian tersebut meneliti penggunaan media pembelajaran *Wordwall* untuk meningkatkan minat dan hasil belajar di SD Kanisius Kadirojo Yogyakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil belajar siswa dengan media *Wordwall* memberikan dampak yang baik terhadap nilai yang diperoleh siswa. Hasil belajar siswa mengalami perubahan dari rata-rata nilai 53,33 menjadi 80,93. Sebanyak 5 subjek atau 83,34% mengalami peningkatan nilai dan 1 subjek atau 16,66% dapat mempertahankan nilai 100.

Penulis tertarik melakukan penelitian menggunakan media *Wordwall* untuk peningkatan pengetahuan tentang daftar bahan makanan peneruk pada siswa SMPN 1 Depok.

## **B. Rumusan Masalah**

Anak usia 13 – 18 tahun memiliki asupan defisit energi dengan persentase tertinggi. Remaja mengalami pacuh tumbuh (*growth spurt*). Asupan energi yang kurang berpotensi menyebabkan remaja kurang energi kronis (KEK). Kondisi remaja KEK meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal yang berdampak buruk pada kesehatan. KEK dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan gizi seimbang. Pengenalan berbagai macam kelompok makanan dan peneruknya perlu diberikan untuk mendukung konsumsi gizi seimbang.

Edukasi tentang pentingnya berbagai jenis makanan dan penukarnya perlu diberikan sejak dini, khususnya pada kelompok remaja. Media *Wordwall* merupakan metode pembelajaran yang menarik yaitu belajar sambil bermain dan bermain sambil belajar.

Pertanyaan dari penelitian ini adalah bagaimana penggunaan media pembelajaran berbasis *game* edukasi *Wordwall* untuk peningkatan pengetahuan tentang daftar bahan makanan penukar pada siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Penggunaan media *Wordwall* untuk peningkatan pengetahuan tentang daftar bahan makanan penukar pada siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran umum SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.
- b. Mengetahui karakteristik responden siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang daftar bahan makanan penukar sebelum dan setelah dilakukan edukasi menggunakan media *Wordwall* pada siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.
- d. Mengetahui perubahan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi menggunakan media *Wordwall* tentang daftar bahan makanan penukar pada siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.

- e. Mengetahui kejelasan materi *Wordwall* menurut siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.
- f. Mengetahui ketertarikan media *Wordwall* menurut siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.
- g. Mengetahui kemudahan akses media *Wordwall* menurut siswa SMPN 1 Depok Kabupaten Cirebon.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat bagi peneliti**

Penelitian ini dapat menjadi sarana untuk menerapkan ilmu yang diperoleh selama kuliah, meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman dalam bidang gizi yang bisa diimplementasikan di lingkungan masyarakat.

##### **2. Manfaat bagi responden**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang daftar bahan makanan penukar.

##### **3. Manfaat bagi program studi D III Gizi Cirebon**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan atau masukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang daftar bahan makanan penukar.