

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa dan merupakan periode perkembangan tercepat kedua setelah masa bayi⁽¹⁾. Terdapat berbagai macam perubahan yang akan terjadi, seperti perubahan emosi, hormon dan kognitif pada remaja yang menjadi tanda bahwa telah terjadi peningkatan pertumbuhan⁽²⁾. Proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat pada remaja mengakibatkan kebutuhan tubuh akan energi dan zat gizi meningkat⁽³⁾. Khususnya pada anak perempuan, anak perempuan tumbuh lebih cepat dibandingkan dengan anak laki-laki. Pertumbuhan yang cepat pada anak perempuan diakibatkan karena akan mengalami masa pubertas yaitu pada usia 10-12 tahun, sedangkan pada anak laki-laki akan mengalami masa pubertas setelah dua tahun kemudian dan pada masa ini anak perempuan membutuhkan persiapan yang lebih besar dibandingkan sebelumnya⁽²⁾. Menurut *World Health Organization* (WHO) usia remaja akan dimulai pada rentang usia 10-19 tahun⁽⁴⁾.

Masa remaja merupakan masa yang rentan terkena masalah gizi karena remaja sering mengabaikan antara asupan dan pengeluaran energi dalam tubuh, sehingga menimbulkan masalah gizi seperti kenaikan berat badan dan malnutrisi jika terlalu banyak energi yang dikeluarkan. Ketidakseimbangan dari asupan zat gizi dengan yang telah dianjurkan untuk remaja menyebabkan terjadinya defisiensi energi dan protein yang akan berdampak pada tubuh sehingga menimbulkan masalah gizi seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan anemia⁽⁵⁾.

KEK di Indonesia sering ditemukan pada Wanita Usia Subur (WUS), WUS merupakan wanita yang berusia antara 15 sampai 49 tahun, dan sering juga

dialami oleh remaja⁽⁶⁾. Riskesdas (2018) melaporkan bahwa prevalensi KEK pada remaja putri yang tidak hamil di Indonesia adalah 30,9% pada tahun 2007, kemudian pada tahun 2013 mengalami peningkatan menjadi 46,6% dan pada tahun 2018 menurun kembali menjadi 36,3%⁽⁷⁾.

Prevalensi KEK pada remaja di Provinsi Sumatera Barat yaitu 14,32%, sedangkan di Kabupaten Padang Pariaman prevalensi KEK pada remaja sebesar 16,24%, angka KEK ini lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi di Provinsi Sumatera Barat⁽⁸⁾. Menurut laporan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Padang Pariaman (2021), Kelurahan Pauh Kamar menempati urutan kedua dengan prevalensi status gizi remaja sangat kurang yaitu sebesar 13%. Kelurahan Pauh Kamar memiliki lima sekolah menengah pertama yang berada di dalam wilayah kerja Puskesmas Pauh Kamar. Prevalensi status gizi remaja sangat kurang menurut IMT/U di setiap sekolah yaitu pada SMPN 01 Nan Sabaris sebesar 8%, SMPN 02 Nan Sabaris sebesar 0%, SMPN 03 Nan Sabaris sebesar 5%, SMP IT Al Madinah sebesar 2% dan MTsN 2 Padang Pariaman sebesar 11%. Berdasarkan data yang didapatkan MTsN 2 Padang Pariaman merupakan sekolah menengah pertama yang berada pada urutan pertama dengan prevalensi status gizi remaja sangat kurang yaitu sebesar 11%⁽⁹⁾. Menurut WHO, ambang batas untuk masalah KEK adalah 5%⁽¹⁰⁾.

KEK adalah penyakit yang diakibatkan karena ketidakseimbangan asupan energi dan protein, hal ini menyebabkan tubuh tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi dalam kurun waktu lama ataupun bertahun-tahun⁽¹¹⁾. Penyebab lain KEK adalah karena asupan gizi yang kurang karena masalah ekonomi atau psikososial seperti penampilan. Kurangnya asupan energi membuat cadangan energi di dalam

tubuh rendah, sehingga mengakibatkan berat badan menurun. KEK bisa dilihat dengan cara mengukur Lingkar Lengan Atas (LILA) pada remaja yang $< 23,5$ cm⁽¹²⁾.

Fakhriyah, dkk (2022), melakukan penelitian yang mengatakan bahwa terdapat beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan KEK pada remaja putri, yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung seperti jumlah asupan makanan, aktivitas fisik serta penyakit infeksi sedangkan faktor tidak langsung seperti tingkat pendidikan, ketersediaan pangan, usia, pengetahuan gizi, sikap, status ekonomi dan *body image*⁽⁶⁾⁽¹³⁾⁽¹⁴⁾.

Diantara beberapa faktor risiko KEK, *body image* merupakan salah satu faktor penyebab KEK. *Body image* memberikan kesan tentang kondisi tubuh ideal yang menimbulkan *body image* yang negatif terutama pada wanita⁽³⁾. Seseorang dengan *body image* negatif menilai kondisi fisiknya secara negatif dan menganggap kondisi fisiknya kurang menarik bagi orang lain. Oleh karena itu, banyak wanita akan mencari cara untuk mengubah penampilannya, seperti melakukan berbagai jenis diet yang mengabaikan prinsip gizi dan kesehatan sebagai salah satu upaya untuk mengubah penampilannya, sehingga akan berdampak kepada perilaku makannya⁽¹⁵⁾. Penelitian yang dilakukan oleh Wardhani, dkk (2020) pada remaja putri di SMAN 6 Bogor menyatakan bahwa terdapat 54,4% remaja putri memiliki *body image* negatif. Penelitiannya juga mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian KEK pada remaja putri⁽¹⁾.

Remaja putri akan mulai membatasi makan karena takut berat badannya bertambah. Sebaliknya, kurangnya kesadaran akan kesehatan serta menjalankan pola hidup tidak sehat dapat membuat remaja putri mengkonsumsi makan secara

berlebihan yang berakibat pada status gizi remaja⁽³⁾. Memiliki kebiasaan makan yang baik dan benar sesuai dengan prinsip gizi terbentuk dari pengetahuan tentang gizi yang juga baik, seperti selalu memperhatikan susunan makanan yang menjamin keseimbangan zat-zat gizi di dalam tubuh. Hal ini dapat dicapai dengan mengkonsumsi beraneka ragam makanan tiap hari. Tiap makanan dapat saling melengkapi dalam zat-zat gizi yang dikandungnya. Pengetahuan akan menentukan dalam pembentukan perilaku seseorang, termasuk membentuk perilaku kesehatannya. Perilaku yang memiliki dasar pengetahuan yang baik akan bertahan lebih lama dibandingkan dengan perilaku yang tidak memiliki dasar pengetahuan yang baik. Semakin banyak pengetahuan yang diperoleh terkait kesehatan dan gizi maka akan semakin beragam yang dikonsumsi untuk mencukupi kebutuhan gizi dan lebih baik dalam menjaga kesehatan⁽⁶⁾. Remaja yang kurang pengetahuan tentang makanan yang sehat bisa membuat remaja cenderung memiliki kebiasaan makan yang tidak baik⁽³⁾.

Penelitian yang dilakukan oleh Isnaeni, dkk (2022) pada 13 SMK di Kecamatan Brebes menunjukkan bahwa terdapat 51% remaja putri memiliki pengetahuan gizi kurang, penelitian ini juga mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri pada 13 SMK di Kecamatan Brebes⁽¹⁶⁾. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Mahmidah, dkk (2021) pada calon pengantin di wilayah kerja KUA Tarub menunjukkan bahwa terdapat 78,9% catin yang memiliki pengetahuan gizi kurang, penelitian ini juga mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada catin di wilayah kerja KUA Tarub⁽¹⁷⁾.

Selain *body image* dan pengetahuan gizi, status ekonomi juga menjadi salah satu faktor penyebab KEK pada remaja. Keterbatasan ekonomi seperti ketidakmampuan untuk membeli makanan berkualitas baik dapat menghambat pemenuhan gizi pada tubuh. Asupan makanan yang baik pada remaja akan memberikan energi yang cukup pada tubuh sehingga bisa digunakan untuk pertumbuhan serta perkembangan pada masa remaja⁽¹⁸⁾. Kebutuhan gizi pada seseorang bisa tercukupi jika makanan di dalam rumah tangga juga cukup⁽¹⁹⁾. Jika konsumsi gizi tidak seimbang pada masa remaja akan menjadi masalah gizi berupa kekurangan gizi. Remaja yang mengalami kekurangan gizi akan berakibat pada status gizinya, seperti status gizi kurang atau sering disebut gizi buruk dimana akan lebih beresiko mengalami KEK jika sudah berlangsung terlalu lama⁽⁴⁾. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purba, dkk (2022) di SMA N 1 Belang terdapat 30,4% remaja yang pendapatan keluarganya masih berada pada kategori kurang, selain itu penelitian yang dilakukan juga mengatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan keluarga dengan kejadian KEK pada remaja putri⁽¹⁸⁾.

KEK memiliki dampak pada remaja yaitu terhambatnya perkembangan organ seperti perkembangan otak yang tidak optimal sehingga menyebabkan kurangnya konsentrasi pada remaja saat mengikuti kegiatan pembelajaran, pertumbuhan fisik yang berkurang sehingga menyebabkan produktivitas remaja terganggu dan kejadian anemia⁽¹¹⁾. Remaja yang mengalami KEK hingga pada tahap kehamilan memiliki dampak pada janin, seperti memiliki kemungkinan memiliki bayi dengan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) yang dapat mengganggu tumbuh kembang bayi seperti pertumbuhan fisik kurang optimal (*stunting*)⁽²⁰⁾⁽²¹⁾.

Hasil survey awal yang dilakukan langsung ke MTsN 2 Padang Pariaman, didapatkan 9 dari 10 responden memiliki LILA < 23,5 cm yang menandakan bahwa terdapat remaja putri yang beresiko KEK di MTsN 2 Padang Pariaman. Selain pengukuran LILA juga dilakukan survey mengenai *body image* dan status ekonomi remaja putri, terdapat remaja putri yang mengatakan bahwa sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan merasa tubuhnya tidak ideal sehingga memiliki *body image* yang negatif. Informasi dari sekolah juga didapatkan bahwa status ekonomi siswa di MTsN 2 Padang Pariaman berada pada kategori status ekonomi menengah kebawah.

Berdasarkan dari uraian yang disampaikan pada paragraf sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Hubungan Pengetahuan Gizi, *Body Image*, Status Ekonomi dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di MTsN 2 Padang Pariaman”**

1.2 Rumusan Masalah

KEK merupakan kondisi kekurangan asupan energi dan protein yang berlangsung lama, ditandai dengan LILA < 23,5 cm. KEK dapat berdampak serius bagi remaja, seperti anemia, organ tubuh yang tidak berkembang secara optimal, pertumbuhan fisik yang kurang yang bisa mempengaruhi produktivitas remaja. Terdapat banyak faktor resiko yang dapat menyebabkan KEK pada remaja baik secara langsung yaitu aktivitas fisik, pola makan dan penyakit infeksi. Faktor tidak langsung antara lain pengetahuan gizi, *body image*, status ekonomi dan ketersediaan pangan. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti dapat merumuskan masalah yaitu apakah terdapat hubungan pengetahuan gizi, *body image* dan status

ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan gizi pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi *body image* pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
4. Untuk mengetahui distribusi frekuensi status ekonomi pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
5. Untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
6. Untuk menganalisis hubungan *body image* dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
7. Untuk menganalisis hubungan status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi sehingga dapat memperkurat landasan dalam penelitian terkait pengetahuan gizi, *body image*, status ekonomi dan kejadian KEK pada remaja putri, serta sebagai salah satu cara untuk menerapkan pengetahuan yang telah diterima saat perkuliahan.

1.4.2 Aspek Akademis

Sebagai bahan untuk sumber referensi penelitian selanjutnya, khususnya di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas tentang pengetahuan gizi, *body image*, status ekonomi dan kejadian KEK pada remaja putri.

1.4.3 Aspek Praktis

1. Bagi Masyarakat

Sebagai sumber referensi bagi masyarakat tentang hubungan pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Sebagai sumber tambahan referensi dalam proses belajar mengajar di perkuliahan terkait hubungan pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri.

3. Bagi Peneliti

Sebagai salah satu cara dalam menambah wawasan serta menjadi media pengembangan ilmu pengetahuan terkait gizi yang telah diterima saat kuliah.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan variabel independen pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi serta variabel dependen yaitu kejadian KEK pada remaja putri. Penelitian dilaksanakan mulai bulan November 2022 hingga Juli 2023 yang berlokasi di MTsN 2 Padang Pariaman. Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data primer dan sekunder. Data primer seperti pengumpulan data pada variabel pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi dengan menggunakan kuesioner, serta pengukuran LILA yang menggunakan pita LILA. Data sekunder diperoleh dari berbagai informasi sekolah, buku, jurnal dan sumber lainnya. Analisis data yang digunakan yaitu univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Penelitian ini merupakan penelitian sepayung dengan Olsia Wardina yang judulnya “Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022”.

