

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi antara anak dan dewasa yang terjadi pacu tumbuh (*growthspurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif.<sup>(1)</sup> Periode remaja adalah periode transisi dari anak-anak menuju dewasa, batasan usia adalah usia 12 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun.<sup>(2)</sup> Remaja merupakan aset negara yang sangat penting sebagai sumber daya manusia bagi keberhasilan pembangunan, fase tersebut datang setelah tahap masa kanak-kanak berakhir. Masa remaja ditandai dengan timbulnya masa pubertas yang menyebabkan pertumbuhan dan perubahan fisik yang cepat akibat pengaruh hormonal. Pada masa remaja terjadi perubahan tinggi badan dan berat badan biasanya mengalami peningkatan. Peningkatan tinggi badan mencapai 5-20 cm dan berat badan meningkat 7-27,5 kg.<sup>(3)</sup>

Status gizi adalah suatu ukuran keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrisi yang diindikasikan oleh variabel tertentu. Status gizi yang baik di usia remaja sangat diperlukan terutama pada remaja putri karena ini berhubungan dengan peran mereka sebagai calon ibu. Remaja putri yang terpelihara kadar gizinya akan terpelihara kesehatan reproduksinya agar nanti dimasa mendatang dimana mereka akan menjadi wanita dewasa melahirkan generasi berikutnya dan pertambahan berat badannya adekuat.<sup>(4)</sup>

Keadaan status gizi remaja pada umumnya dipengaruhi oleh kebiasaan makan.<sup>(5)</sup> Kekurangan gizi pada remaja terutama remaja putri sering terjadi akibat pembatasan konsumsi makanan dengan tidak memperhatikan kaidah gizi dan kesehatan.<sup>(6)</sup> Banyak persoalan yang dihadapi remaja berkaitan dengan masalah gizi. Adapun masalah – masalah

gizi yang dialami remaja antara lain gizi kurang, gizi lebih, dan anemia serta masalah yang berhubungan dengan gangguan perilaku makanan berupa *anoreksia nervosa* dan bulimia.<sup>(7)</sup>

Dampak gizi buruk terhadap perkembangan remaja khususnya remaja putri adalah terhambatnya kesehatan reproduksinya termasuk sejak masa pubertas serta terlambatnya usia *menarche*.<sup>(8)</sup> Menurut Nancy dan Arifin, diantaranya penurunan rasa percaya diri dan tentu saja menurunnya prestasi akademik di sekolah. Kurang gizi berpotensi menjadi penyebab kemiskinan melalui rendahnya kualitas sumber daya manusia dan produktivitas. Tidak heran jika gizi buruk yang tidak dikelola dengan baik, pada fase akutnya akan mengancam jiwa dan pada jangka panjang akan menjadi ancaman hilangnya sebuah generasi penerus bangsa.<sup>(9)</sup>

Prevalensi gizi kurang di dunia 14,9% dan regional dengan prevalensi tertinggi Asia Tenggara sebesar 27,3%.<sup>(10)</sup> Persatuan Bangsa-bangsa (PBB) menyatakan bahwa sekitar 800 juta penduduk dunia menderita gizi kurang dan sebagian besar terjadi di negara berkembang.<sup>(11)</sup> Jumlah penderita kurang gizi di dunia mencapai 104 juta anak, dan keadaan kurang gizi menjadi penyebab sepertiga dari seluruh penyebab kematian anak di seluruh dunia.<sup>(10)</sup> Asia Selatan merupakan daerah yang memiliki prevalensi kurang gizi terbesar di dunia, yaitu sebesar 46%, disusul sub-Sahara Afrika 28 %, Amerika Latin/Caribbean 7%, dan yang paling rendah terdapat di Eropa Tengah, Timur, dan *Commonwealth of Independent States* (CEE/CIS) sebesar 5 %.<sup>(12)</sup>

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Nasional (RISKESDAS) tahun 2010 pada kelompok umur 16-18 tahun penilaian status gizi berdasarkan IMT/U, prevalensi nasional kurus pada remaja umur 16-18 tahun secara nasional adalah sebesar 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus).<sup>(13)</sup> Dari data tersebut kecenderungan prevalensi remaja kurus relatif sama tahun 2007 dan 2013, dan prevalensi sangat kurus naik 0,4%.<sup>(14, 15)</sup> Sebaliknya prevalensi gemuk naik 1,4% tahun 2007 menjadi 7,3% tahun 2013.

Menurut data skrining Dinas Kesehatan Sumatera Barat yang dilakukan pada siswa SMA se-Sumatera Barat (19 Kota/Kabupaten) tahun 2015 didapatkan bahwa Kota Padang masuk ke dalam 5 besar yang memiliki masalah gizi untuk status gizi kurus yaitu sebanyak 4,7% jika dibandingkan dengan status gizi gemuk yaitu 3,8%.<sup>(16)</sup> Hasil Riskesdas Sumatera Barat menyatakan kelompok umur 16-18 tahun penilaian status gizi berdasarkan IMT/U, prevalensi Sumatera Barat kurus pada remaja 16-18 tahun sebesar 11% (1,9% sangat kurus dan 9,1% kurus) serta 7,5% gemuk (6% *overweight* dan 1,5% obesitas).<sup>(17)</sup>

Hasil skrining dari data Dinas Kesehatan Kota Padang yang dilakukan pada siswa SMA/SMK/MA yang berada di 23 wilayah kerja puskesmas didapatkan bahwa masalah gizi kurang yang paling tinggi yaitu status gizi kurus. Angka status gizi kurus paling tinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Rawang Barat sebesar 12,4%. Di wilayah kerja Puskesmas Rawang Barat terdapat 2 sekolah, hanya 1 sekolah yang memiliki masalah status gizi kurus yaitu SMA N 06 Kota Padang sebesar 12,4%.<sup>(18)</sup>

Status gizi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor kognitif, faktor sosial ekonomi, faktor gaya hidup, faktor biologis dan faktor lingkungan.<sup>(19)</sup> *Body image* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi. Banyak remaja terutama remaja putri yang merasa tidak puas dengan penampilan dirinya sendiri apalagi yang meyangkut *Body image* atau persepsi terhadap tubuhnya. Bentuk tubuh langsing dan tinggi merupakan hal yang diinginkan oleh remaja putri. Konsep *Body image* yang negatif akan berdampak pada status gizi remaja sebab *body image* merupakan salah satu faktor penting berkaitan dengan status gizi seseorang.<sup>(20)</sup> Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Nurcahyani pada Siswa SMA Theresia Semarang didapatkan hubungan antara *Body image* dengan status gizi.<sup>(21)</sup> Berdasarkan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sada M dimana hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 58 responden (40,80%) termasuk dalam kategori *Body image* negatif dan menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *Body image* terhadap status gizi.<sup>(22)</sup>

Faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah perilaku makan. Remaja putri banyak mengalami perubahan-perubahan fisik maupun psikisnya. Semua hal tersebut mempengaruhi tingkah lakunya, termasuk juga perilaku makan. Hal ini dikarenakan pada tahap perkembangan remaja membutuhkan gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhannya. Remaja yang memiliki perilaku makan yang tidak sehat tidak lagi memperhatikan kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi.<sup>(23)</sup> Hasil penelitian Widianti menyatakan terdapat hubungan antara perilaku makan dengan status gizi.<sup>(22)</sup>

Studi pendahuluan yang dilakukan di SMA N 6 Padang pada tanggal 26 Oktober 2017 terhadap 11 orang siswi, 45,45% berstatus gizi kurang/kurus berdasarkan nilai IMT/Unya ( $-3SD < -2SD$ ), berstatus gizi normal 36,36% ( $-2SD - 1SD$ ), berstatus gizi lebih 18,18% ( $1SD - 2SD$ ). Berdasarkan latar belakang yang sudah disampaikan maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body image* dengan status gizi remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018”.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dapat dirumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan *Body image* terhadap status gizi remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan *Body image* dengan status gizi remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi karakteristik remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018
2. Diketahui distribusi frekuensi status gizi pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018
3. Diketahui distribusi frekuensi *Body image* pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018
4. Diketahui distribusi frekuensi perilaku makan pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018
5. Diketahui hubungan antara *Body image* dengan status gizi pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018
6. Diketahui hubungan antara *Body image* dengan status gizi setelah di kontrol dengan variabel confounding perilaku makan pada remaja putri di SMA N 6 Kota Padang tahun 2018



### 1.4 Manfaat Penelitian

Sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, panduan dan referensi serta dapat memberikan gambaran tentang hubungan *Body image* dengan status gizi pada remaja putri.

#### 1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat dijadikan sarana penerapan dan pengembangan ilmu yang secara teoritik didapat dalam perkuliahan sehingga menambah pengetahuan serta digunakan untuk syarat tugas akhir.

#### 1.4.2 Bagi Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat

Dapat dijadikan referensi untuk diadakannya penelitian selanjutnya serta menambah pengetahuan bagi para pembaca guna referensi bahan bacaan.

#### 1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, panduan dan referensi serta dapat memberikan gambaran tentang hubungan *Body image* dengan status gizi pada remaja putri.

#### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada siswi kelas X SMA N 6 Kota Padang untuk melihat hubungan antar variabel *Body image* dengan status gizi remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan menggunakan kuisisioner penelitian yang dilakukan pada bulan Oktober 2017 sampai dengan September 2018. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat, bivariat, dan multivariat.

