

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Faktor gizi mempunyai peranan yang sangat penting dan merupakan salah satu faktor penentu dalam keberhasilan Pembangunan Nasional.<sup>(1)</sup> Salah satu siklus kehidupan manusia yang terpenting yaitu pada anak usia sekolah, karena kekurangan gizi pada usia sekolah ini akan berdampak pada perkembangan anak dan berlanjut kepada perkembangan potensi diri pada usianya.<sup>(1)</sup> Pertumbuhan fisik dan perkembangan yang cepat dialami remaja secara signifikan dapat meningkatkan kebutuhan akan asupan zat gizi.<sup>(2)</sup> Gizi yang tidak seimbang baik itu kekurangan maupun kelebihan gizi akan menurunkan kualitas sumber daya manusia.<sup>(3)</sup>

Di Indonesia berdasarkan data pada tahun 2000 menunjukkan jumlah dan persentase penduduk Indonesia golongan usia 10-24 tahun yaitu 64 juta atau sekitar 31% dari total seluruh populasi, sedangkan khusus untuk remaja usia 10-19 tahun berjumlah 44 juta atau 21%.<sup>(4)</sup> Angka dari jumlah dan persentase tersebut harus diperhatikan karena remaja salah satu aset yang potensial dan penting bagi pemerintah, dimana seharusnya pemerintah memberikan prioritas pada remaja agar membuat tingkat pengetahuan dan daya pencapaian remaja akan kesehatannya menjadi baik.<sup>(4)</sup>

Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengemukakan bahwa penduduk dunia sekitar 800 juta jiwa menderita gizi kurang dan sebagian besar terjadi di negara berkembang.<sup>(5)</sup> Meskipun ada kemajuan substansial dalam perang melawan kekurangan gizi di banyak wilayah di negara berkembang, Afrika Bagian-Sahara menjadi wilayah yang ditantang dengan tingkat kekurangan gizi yang tinggi.<sup>(6)</sup>

Tingkat kekurangan gizi yang tinggi di kalangan remaja di Afrika Bagian-Sahara yaitu dengan tingkat prevalensi berkisar antara 5 sampai 60%<sup>(7)</sup> dan laporan dari WHO menunjukkan bahwa sebesar 25% populasi remaja di Wilayah Asia Tenggara menderita kekurangan gizi dan anemia yang berdampak buruk pada kesehatan dan perkembangan remaja (WHO, 2008).

Di Indonesia, sampai saat ini masih menghadapi beberapa masalah gizi, salah satunya yaitu gizi kurang. Prevalensi kekurusan di Indonesia pada remaja umur 13-15 tahun mengalami kenaikan. Hasil Riskesdas (2010) menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kekurusan pada anak umur 13-15 tahun sebesar 10,1% terdiri dari 2,7% sangat kurus dan 7,4% kurus<sup>(8)</sup> dan berdasarkan hasil Riskesdas (2013) mengalami kenaikan bahwa prevalensi nasional kurus pada remaja umur 13-15 tahun sebesar 11,1% yang terdiri dari 3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus.<sup>(9)</sup> Peningkatan prevalensi yang terjadi dari tahun 2010 sampai 2013 menjadi perhatian bagi masyarakat Indonesia dan membuktikan bahwa kekurusan atau gizi kurang masih menjadi masalah gizi yang serius. Dianggap serius jika prevalensi kekurusan antara 10,0-14,0%.<sup>(9)</sup>

Provinsi Sumatera Barat menurut Riskesdas (2013) termasuk ke dalam 17 provinsi dengan prevalensi anak sangat kurus berdasarkan IMT/U di atas prevalensi nasional pada kelompok umur 13-15 tahun.<sup>(9)</sup> Berdasarkan hasil skrining Dinas Kesehatan Kota Padang terkait status gizi murid SMP sekota Padang tahun 2016 didapatkan 2,34% sangat kurus dan 1,8% kurus.<sup>(10)</sup> Hasil penelitian Rahmi, dkk (2008) pada remaja putri di Bukittinggi menunjukkan bahwa dari 65 sampel yang menjadi responden penelitian didapatkan hasil bahwa 21,5% responden menderita status gizi kurus, 6,1% gemuk dan selebihnya responden memiliki status gizi normal.<sup>(11)</sup>

Remaja termasuk dalam kategori sekelompok usia yang sangat rentan, karena untuk tumbuh dan berkembang dengan cepat ia memerlukan energi dan zat gizi yang lebih banyak.<sup>(12)</sup> Pada dasarnya zat gizi berfungsi sebagai penyedia energi utama, penunjang pertumbuhan tubuh, pengatur metabolisme, pemeliharaan jaringan tubuh, dan berperan dalam mekanisme pertahanan tubuh.<sup>(13)</sup> Dampak jika tubuh mengalami kekurangan asupan gizi maka fungsi pertama yang akan terganggu yaitu penyediaan energi, dimana seseorang dengan kekurangan gizi cenderung untuk mengurangi aktivitasnya, malas melakukan sesuatu dan merasa cepat lelah.<sup>(13)</sup>

Pengaruh lingkungan seperti teman sebaya dapat mempengaruhi perubahan gaya hidup serta pola konsumsi yang membuat para remaja menjadi cenderung tidak memperhatikan asupan energi dan zat gizinya.<sup>(12)</sup> Hasil penelitian Hastuti, dkk (2017) pada remaja putri umur 13-15 tahun di SMP Walisongo 1 Semarang tahun 2017 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang *wasting* memiliki tingkat kecukupan energi dengan kategori kurang sebesar 93,3% dan tingkat kecukupan protein dengan kategori kurang pada kelompok *wasting* sebesar 83,3%, dimana kekurangan energi dan protein disebabkan oleh siswi yang memiliki status gizi kurang tidak mengonsumsi makanan yang beragam, makanan yang sumber protein juga kurang beragam dan meninggalkan sarapan yang membuat kurangnya frekuensi makan dalam sehari.<sup>(14)</sup>

Kekurangan energi pada seseorang akan berdampak kepada penurunan berat badan dan kekurangan zat gizi lain.<sup>(14)</sup> Penurunan berat badan yang berlanjut dapat mengakibatkan keadaan gizi kurang.<sup>(14)</sup> Asupan protein yang dikonsumsi belum memenuhi kebutuhan juga akan berdampak pada status gizi kurang/*wasting*.<sup>(14)</sup>

Kecemasan akan bentuk tubuh bagi remaja putri membuat mereka sengaja untuk mengurangi porsi makan bahkan tidak makan sama sekali. Jika hal tersebut sudah menjadi kebiasaan, maka akan berujung pada anorexia nervosa.<sup>(12)</sup> Selain itu remaja putri juga cenderung lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dibandingkan dengan remaja laki-laki sehingga hal itu dapat membuat remaja putri cenderung untuk menimbulkan persepsi mengenai citra tubuh (*body image*) negatif.<sup>(15)</sup> Hasil penelitian Dephinto (2016) pada remaja putri di Padang, menunjukkan bahwa lebih dari separuh remaja putri yang diteliti memiliki *body image* negatif yaitu sebesar 51,2% dan 48,8% memiliki *body image* yang positif.<sup>(16)</sup>

Beberapa penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh *body image* terhadap status gizi. Dari hasil penelitian Rahmi, dkk (2008) menunjukkan bahwa status gizi kurang/kurus disebabkan oleh persepsi yang salah terhadap citra tubuh (*body image* negatif) berpengaruh positif terhadap status gizi atau ada hubungan, dimana didapatkan nilai  $p\text{-value}=0,029$ .<sup>(11)</sup> Pada penelitian tersebut juga ditemukan sebesar 52,3% responden mengalami distorsi persepsi (*overestimation*), 47,7% merasa cemas terhadap kegemukan, 30,7% diantaranya ingin merubah penampilannya, dan sebanyak 23% menjalankan diet untuk menurunkan berat badannya.<sup>(11)</sup>

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ruslie dan Darmadi (2010) pada 144 responden dan lebih banyak berjenis kelamin perempuan, menunjukkan bahwa sebanyak 77 responden (53,47%) memiliki *body image* negatif dan 67 responden (46,53%) memiliki *body image* positif serta terdapat hubungan yang bermakna secara positif antara *body image* dengan status gizi ( $p\text{-value} 0,007$ ), dimana semakin positif *body image* seseorang maka makin *overweight*.<sup>(15)</sup>

Berdasarkan penelitian sebelumnya ada hubungan antara asupan protein, asupan lemak, aktifitas fisik dan citra tubuh (*body image*)<sup>(11)</sup>, sosial ekonomi<sup>(17)</sup>, media massa<sup>(14)</sup>, tingkat kecukupan energi dan protein kurang<sup>(14)</sup>, perilaku makan<sup>(18)</sup>, pengetahuan gizi<sup>(19)</sup> dan gaya hidup<sup>(20)</sup> dengan status gizi remaja. Hal ini membuktikan bahwa faktor-faktor di atas mempengaruhi status gizi remaja.

Berdasarkan data dari DKK Padang pada tahun 2016 SMP N 2 Padang termasuk sekolah yang memiliki status gizi kurus tertinggi.<sup>(10)</sup> Jumlah siswa di sekolah tersebut sebanyak 280 siswa pada tahun ajaran 2016/2017. Survey pendahuluan yang dilakukan kepada 10 siswa SMP N 2 Padang dengan melakukan wawancara diketahui bahwa 70% dari 10 siswa yang memiliki status gizi sangat kurus dan kurus mengatakan bahwa mereka takut gemuk, postur tubuh yang kurus merupakan postur tubuh ideal, dan ada sebagian yang mengatakan bahwa mereka ingin memiliki tubuh kurus seperti artis-artis korea. Hal tersebut jelas membuktikan bahwa terdapatnya persepsi yang salah bagi remaja mengenai bentuk tubuhnya. Karena tidak selalu berbadan atau memiliki tubuh yang kurus itu merupakan bentuk tubuh yang ideal.

Hasil observasi yang telah peneliti lakukan di SMP Negeri 2 Padang bahwa ada beberapa faktor penunjang yang menjadi pertimbangan peneliti untuk mengambil sekolah tersebut sebagai tempat penelitian, yaitu letak sekolah pada pusat kota sehingga akses terhadap media massa cukup tinggi, lingkungan perkotaan yang lebih cenderung rawan terhadap pengaruh mode tren terkini. Sekolah ini juga termasuk salah satu sekolah yang berbasis Nasional di Kota Padang, tentu aktivitas siswa di sekolah ini sangat padat yang dapat membuat mereka tidak memperhatikan pola konsumsi pangan sehari-harinya. Oleh karena itu, melewatkan waktu makan sangat mungkin sering terjadi pada siswa SMP N 2 Padang.

Berdasarkan uraian di atas dapat dilihat bahwa pola konsumsi dan *body image* berpengaruh terhadap status gizi remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola konsumsi dan *body image* dengan status gizi remaja di SMP N 2 Padang tahun 2018.

## 1.2 Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan pola konsumsi dan *body image* dengan status gizi pada remaja di SMP N 2 Padang?

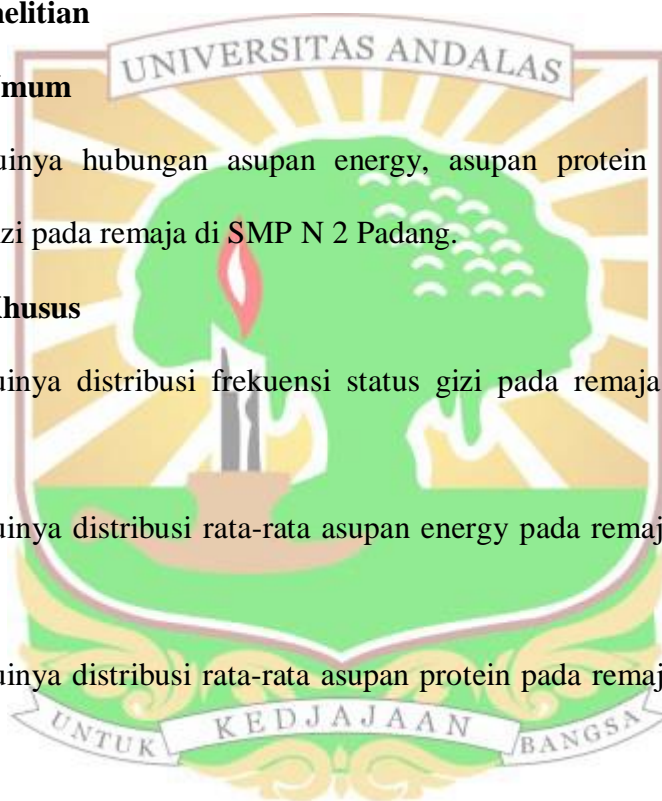
## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Diketuinya hubungan asupan energy, asupan protein dan *body image* dengan status gizi pada remaja di SMP N 2 Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuinya distribusi frekuensi status gizi pada remaja siswi SMP N 2 Padang.
2. Diketuinya distribusi rata-rata asupan energy pada remaja siswi SMP N 2 Padang.
3. Diketuinya distribusi rata-rata asupan protein pada remaja siswi SMP N 2 Padang.
4. Diketuinya distribusi frekuensi *body image* pada remaja siswi SMP N 2 Padang.
5. Diketuinya hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada remaja siswi SMP N 2 Padang.
6. Diketuinya hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada remaja siswi SMP N 2 Padang.



7. Diketuinya hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja siswa SMP N 2 Padang.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini digunakan sebagai sumbangan ilmu pengetahuan yaitu ilmu gizi untuk menciptakan status gizi yang baik, pandangan citra tubuh *body image* positif dan memperbaiki pola konsumsi yang salah.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa SMP N 2 Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi siswa/i SMP N 2 Padang dalam menciptakan status gizi yang optimal dan pandangan citra tubuh (*body image*) positif serta asupan energy dan protein yang baik.

2. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi peneliti lain terkait hubungan asupan energy, asupan protein dan *body image* dengan status gizi pada remaja SMP.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan dan menambah wawasan serta pengetahuan mengenai hubungan asupan energy, asupan protein dan *body image* dengan status gizi pada remaja SMP N 2 Padang.

## 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian payung dengan topik payung pada penelitian ini adalah “Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Remaja”. Penelitian ini dilakukan di SMP N 2 Padang untuk melihat hubungan asupan energy, asupan protein, *body image*, perilaku makan, pengetahuan gizi dan

gaya hidup dengan status gizi remaja di SMP N 2 Padang tahun 2018, menetapkan seluruh siswa kelas VII dan VIII SMP N 2 Padang sebagai populasi. Pada penelitian ini pola konsumsi dan *body image* merupakan variabel independen. Sedangkan status gizi sebagai variabel dependen.

Pengambilan data dilakukan pada Bulan Februari sampai bulan November 2018, dimana penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan data primer melalui wawancara secara langsung kepada responden dengan menggunakan kuesioner serta menggunakan data sekunder yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2016.

