

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masalah utama remaja Indonesia salah satunya yaitu masalah kesehatan yang berhubungan dengan gizi. Jika zat gizi seseorang kurang atau berlebih, maka akan menyebabkan ketidakseimbangan dalam tubuh sehingga menimbulkan masalah gizi. Menurut Sulistyoningsih, masalah gizi yang dialami remaja antara lain seperti gizi kurang, gizi lebih, anemia, obesitas, dan masalah yang berhubungan dengan gangguan perilaku makan berupa *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*.<sup>(1)</sup>

Permasalahan gizi kurang dan gizi lebih pada remaja di dunia menurut WHO tahun 2013 mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Jumlah anak dan remaja yang mengalami kurang gizi di dunia mencapai 104 juta, Asia Selatan merupakan prevalensi kurang gizi terbesar di dunia yaitu 46%, disusul Afrika 28% dan Amerika Latin 7%.<sup>(2)</sup> Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus, sedangkan prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun.<sup>(3)</sup>

Masalah gizi yang terjadi pada remaja diakibatkan oleh banyak faktor, salah satunya yaitu perilaku makan yang tidak baik. Kekurangan gizi pada remaja sering terjadi akibat dari adanya pembatasan konsumsi makanan dengan tidak memperhatikan kandungan gizi dan kaidah kesehatan.<sup>(4)</sup> Hal inilah yang dilakukan remaja yang tidak puas terhadap bentuk tubuh dan berat badannya, agar mendapatkan badan yang ideal dengan tubuh tinggi dan kurus. Perilaku makan yang tidak baik dapat menyebabkan gangguan makan.

Gangguan makan ditandai dengan persepsi negatif mengenai bentuk tubuhnya, perubahan perilaku makan menjadi kurang baik, dan pengaturan berat

badan yang kurang tepat.<sup>(5)</sup> Kategori gangguan makan yaitu *Anorexia Nervosa* (AN), *Bulimia Nervosa* (BN), *Binge Eating Disorder* (BED), *Eating Disorder No Otherwise Specified* (EDNOS). *Anorexia nervosa* adalah keadaan kelaparan kronis dengan keabnormalan kelenjer endokrin, kurang optimalnya pertumbuhan selama remaja, osteoporosis, anemia, hipotermia, sinus *bradycardia* dan penyakit lainnya.<sup>(6)</sup> Sedangkan, dampak seseorang yang mengalami *bulimia nervosa* seperti perdarahan esophagus, metabolisme asam, karies gigi, *renal calculi* dan dehidrasi.<sup>(6)</sup> *Binge eating disorder* adalah gangguan makan yang tidak dapat mengontrol makanannya dan tidak diikuti dengan pembersihan fisik atau latihan yang berlebihan, yang akan mengalami kelebihan berat badan atau obesitas.<sup>(7)</sup> Dampak lain dari gangguan makan yaitu gangguan pada jantung, dimana resiko tertinggi pada penderita adalah gagal jantung.<sup>(8)</sup>

Studi yang dilakukan oleh Galmiche dalam *The American Journal Of Clinical Nutrition* mendapatkan terjadinya peningkatan prevalensi gangguan makan global pada periode 2000-2006 sebesar 3,5% menjadi 7,8% untuk periode 2013-2018. Galmiche menemukan bahwa studi gangguan makan lebih banyak terjadi pada wanita.<sup>(9)</sup> Studi lain dari beberapa penelitian yang telah dilakukan terutama di negara-negara Asia mengenai gangguan makan, mengalami kenaikan seperti yang dijelaskan oleh Fairburn bahwa adanya peningkatan prevalensi gangguan makan dalam populasi Asia.<sup>(10)</sup> Jepang memiliki prevalensi gangguan makan tertinggi di Asia, diikuti oleh Hongkong, Singapura, Taiwan dan Korea Selatan.<sup>(11)</sup> Prevalensi wanita muda yang berada di Singapura beresiko untuk menderita gangguan makan sebesar 7,4%.<sup>(10)</sup>

Prevalensi gangguan makan di Indonesia tidak diketahui secara pasti dikarenakan masih kurangnya penelitian mengenai topik ini. Tetapi, beberapa

peneliti sudah memulai melakukan studi mengenai gangguan makan terutama pada remaja. Studi yang dilakukan pada siswi SMAN 70 Jaksel menyebutkan lebih dari 88,5% responden memiliki gangguan makan.<sup>(12)</sup> Penelitian pada remaja putri di SMAN 6 Jakarta Selatan didapatkan hasil bahwa 6,8% remaja putri menderita *anorexia nervosa*, 50,0% menderita *bulimia nervosa*, 6,4% menderita *binge eating disorder* dan 0,4% menderita EDNOS.<sup>(13)</sup> Penelitian yang menyebutkan bahwa 5,1% remaja putri dan 3,5% remaja putra di SMAN 1 Sleman Yogyakarta mengalami gangguan makan.<sup>(14)</sup> Selain itu, penelitian pada SMAK St. Stanislaus Surabaya didapatkan hasil 85,7% beresiko rendah mengalami gangguan makan dan 14,3% beresiko tinggi mengalami gangguan makan.<sup>(14)</sup>

Faktor yang menyebabkan seseorang gangguan makan seperti individu, keluarga, biologis, dan psikologis. Selain itu, juga terdapat penyebab lain terjadinya gangguan makan seperti kepercayaan diri yang kurang, perilaku diet yang tidak sehat dan perhatian terhadap citra tubuh yang berlebihan.<sup>(15)</sup> Pengaruh lingkungan seperti status ekonomi orang tua, kelompok atau teman, iklan di media massa dan tersediannya berbagai macam makanan dengan kandungan gizi yang tidak seimbang dapat memicu terjadinya perubahan kebiasaan makan yang tidak baik.<sup>(16)</sup> Berbagai studi yang meneliti mengenai faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan makan pada remaja di Indonesia mendapatkan hasil yang bervariasi. Maka dari itu dibutuhkan hasil yang lebih konsisten mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan dengan cara membuat kesimpulan dan perlunya interkonsistensi antar penelitian yang sama mengenai faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja.

Berdasarkan uraian diatas, agar dapat menghasilkan penelitian yang memiliki interkonsistensi yang kuat dan berperan dalam proses penentuan kebijakan

kesehatan, maka penelitian meta-analisis ini diperlukan untuk mengembangkan kajian fakta mengenai gangguan makan pada remaja di Indonesia. Penelitian ini membutuhkan suatu kesimpulan dari berbagai penelitian yang sudah ada, karena penggabungan hasil dari berbagai penelitian lebih kuat daripada hasil satu penelitian. *systematic review* dan meta-analisis adalah penelitian dengan cara yang tepat untuk menggabungkan penelitian-penelitian yang telah ada terkait hubungan ini.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dapat diketahui bahwa adanya peningkatan prevalensi remaja yang beresiko gangguan makan termasuk di Indonesia. Faktor yang berhubungan dengan gangguan makanan dapat terjadi faktor internal dan eksternal seperti citra tubuh, pengetahuan gizi, media massa, teman sebaya dan sosial ekonomi. Gangguan makan akan berdampak bagi kesehatan seperti anemia, hipotermia, indeks masa tubuh yang rendah, dehidrasi, dan penyakit degeneratif. Penelitian observasional mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia sudah dilakukan, namun didapatkan hasil yang berbeda. Peneliti ingin melakukan penggabungan dari hasil penelitian yang sejenis dengan cara meta-analisis untuk mendapatkan kesimpulan yang statistik mengenai faktor-faktor (citra tubuh, pengetahuan gizi, teman sebaya, media massa dan social ekonomi) yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mendapatkan informasi dan gambaran statistik yang jelas tentang kajian-kajian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahui telaah sistematis yang mencakup karakteristik artikel penelitian publikasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia.
2. Diketahui estimasi efek gabungan faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi tambahan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia.

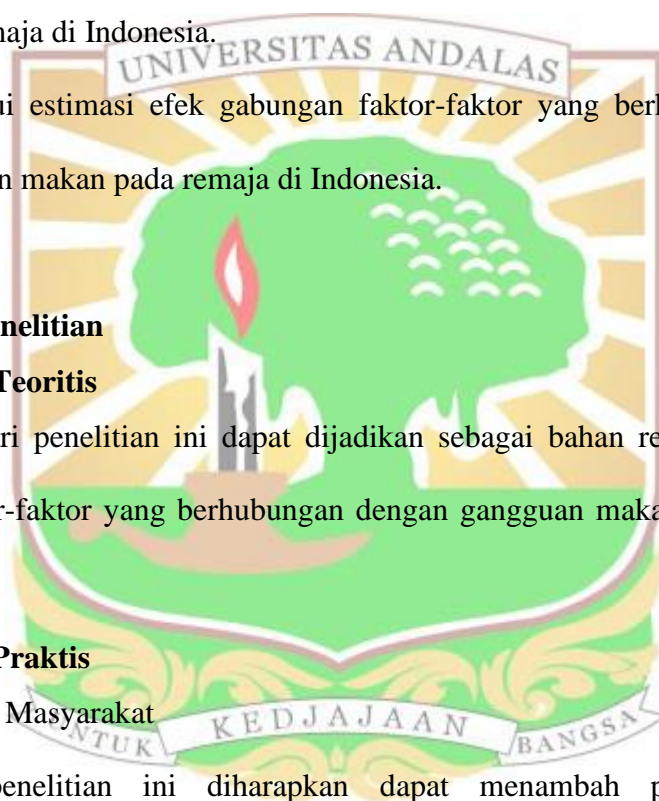
### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman masyarakat terutama para remaja mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia.

2. Bagi Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam program pemerintah mengenai gangguan makan pada remaja sehingga dapat membantu dalam proses pengambilan keputusan dalam upaya peningkatan status gizi yang baik pada remaja di Indonesia.



### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan cakupan wilayah di Indonesia. Penelitian ini membahas tentang hubungan faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan makan pada remaja di Indonesia dengan mengkaji penelitian berupa skripsi, thesis, disertasi dan jurnal yang telah terpublikasi secara online dalam kurun waktu dari tahun 2000-2020. Faktor-faktor yang dikategorikan berhubungan dengan gangguan makan adalah citra tubuh, media massa, pengetahuan gizi, teman sebaya dan sosial ekonomi.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode meta-analisis, dengan analisis data menggunakan RevMan 5.4 untuk melihat penggabungan secara statistik antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah gangguan makan dan variabel independen dalam penelitian ini adalah citra tubuh, media massa, pengetahuan gizi, teman sebaya dan sosial ekonomi.

