

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami banyak perubahan diantaranya perubahan fisik, menyangkut pertumbuhan dan kematangan organ reproduksi, perubahan intelektual, perubahan bersosialisasi, perubahan gaya hidup dan perubahan kematangan pribadi termasuk emosi (Irianto, 2014)

Usia remaja (10-19 tahun) biasanya sangat rentan terhadap masalah gizi, karena pada usia remaja banyak mengalami perubahan secara hormonal dan berpengaruh pada perubahan fisiknya. Pertumbuhan fisik menyebabkan remaja membutuhkan pemahaman tentang gizi yang lebih besar dari pada masa anak-anak. Ditambah lagi pada masa ini, remaja sangat aktif dengan berbagai kegiatan, baik itu kegiatan sekolah maupun olahraga.

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan keserasian antara perkembangan fisik dan perkembangan mental. Tingkat keadaan gizi normal tercapai bila kebutuhan zat gizi optimal terpenuhi. Status gizi seseorang dalam suatu masa bukan saja ditentukan oleh konsumsi zat gizi pada saat ini saja, namun juga konsumsi pada masa lampau, bahkan jauh sebelum masa itu (Budiyanto, 2002) . Remaja sehat memerlukan gizi yang seimbang yang sesuai dengan kebutuhan tubuh bagi para remaja.

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. (Kemenkes RI,

2014), dengan asupan gizi yang seimbang nantinya akan berpengaruh secara signifikan terhadap status gizinya.

Berdasarkan penelitian nurul dalam skripsi “Pengaruh moral Reasoning dan Ethical sensitivity Terhadap persepsi etis mahasiswa” tahun 2015 Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan gizi untuk anak yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi badan anak. Status gizi juga didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrient. Penilaian status gizi merupakan pengukuran yang didasarkan pada data antropometri serta biokimia dan riwayat diet.

Status gizi seseorang dipengaruhi oleh berbagai factor yaitu faktor secara langsung dan tidak langsung. Faktor secara langsung yang mempengaruhi status gizi adalah Asupan makanan dan penyakit, sedangkan factor yang tidak langsung dapat berupa ekonomi keluarga, produksi pangan, pengetahuan tentang gizi itu sendiri. (Cristania Lampus, Aaltje Manampiring, fatimawali, 2016)

Pengetahuan seorang remaja utamanya dipengaruhi oleh pendidikan. Kurangnya pengetahuan gizi dapat mengakibatkan, ketidakteraturan perilaku dan kebiasaan makan dapat menjadi penyebab terjadinya masalah gizi (Notoadmodjo, 2005).

Pengetahuan tentang gizi dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Untuk menentukan status gizi pada remaja dapat digunakan indikator indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). IMT merupakan rumus matematika dimana berat badan (dalam kilogram) dibagi dengan tinggi badan (dalam meter) dipangkatkan dua (Steward dan Mann 2007).

Berdasarkan laporan gizi Global atau Global Nutrition Report di tahun 2014, Indonesia termasuk kedalam 17 negara yang memiliki 3 permasalahan gizi sekaligus, yaitu stunting (pendek), wasting (kurus), dan overweight atau gizi lebih (obesitas). Data riskesdas tahun 2018

menunjukkan bahwa 27,5% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja pada usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek/ sangat pendek.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, Prevalensi status gizi berdasarkan indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja yang berusia 13-15 tahun di Tasikmalaya (data tahun 2013) didapat 0,8% sangat kurus, 5,8% kurus, 80% normal, 11% gemuk, 2,5% obesitas. Prevalensi status gizi berdasarkan Indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja usia 16-18 tahun di Tasikmalaya yaitu 0,1% sangat kurus, 3,2 % kurus, 89,9% normal, 4,5% gemuk, 0,5% obesitas.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, Status gizi berdasarkan indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja yang berusia 13-15 tahun di Jawa Barat (data tahun 2018) di dapat 1,7% sangat kurus, 6,1% kurus, 75,3% normal, 12,0% gemuk, 4,9% obesitas. Prevalensi status gizi berdasarkan Indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja usia 16-18 tahun di provinsi jawa barat yaitu 1,4% sangat kurus, 5,6% kurus, 77,6% normal, 10,9% gemuk, 4,5% obesitas.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, data tentang status gizi berdasarkan indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja yang berusia 13-15 tahun di Tasikmalaya (data tahun 2018) didapat 0,78% sangat kurus, 7,21% Kurus, 71,36% normal, 14,39% gemuk, 6,26% obesitas. Status gizi berdasarkan Indikator Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada remaja usia 16-18 tahun di Tasikmalaya yaitu 0% sangat kurus, 6,07% kurus, 78% normal, 13,71% gemuk, 2,22% obesitas.

Berdasarkan hasil riskesdas 2013 dan 2018 pada remaja 13-15 tahun di Tasikmalaya adanya peningkatan masalah terkait status gizi remaja, Peningkatan kurus data 2013 ada 5,8% sedangkan data 2018 ada 7,21 %. Peningkatan yang gemuk di data 2013 ada 11% sedangkan di data 2018 ada 14,39%. Yang obesitas di data 2013 ada

2,5% sedangkan di data 2018 ada 6,26%. Selanjutnya pada remaja 16-18 tahun di Tasikmalaya ditemukan adanya peningkatan masalah terkait status gizi remaja, peningkatan yang kurus data 2013 ada 3,2% sedangkan data 2018 ada 6,07%. Peningkatan yang gemuk data 2013 4,5% sedangkan data 2018 ada 13,7%. Peningkatan obesitas data 2013 ada 0,5% sedangkan data 2018 ada 2,21%.

Penelitian yang dilakukan oleh Yunda Dwi Jayanti dan Nidya Elsa Novananda pada remaja putri kelas XI Akuntansi 2 di SMK PGRI 2 kota Kediri ditemukan bahwa adanya korelasi antara pengetahuan gizi seimbang dan status gizi. Dari 50 responden Kelas XI Akuntansi 2 di SMK 2 PGRI Kota Kediri ada 2 responden (4,0%) dengan pengetahuan baik yang mempunyai status gizi gemuk, 11 responden (22,0%) dengan pengetahuan cukup yang mempunyai status gizi gemuk, dan 1 responden (2,0%) dengan pengetahuan kurang yang mempunyai status gizi gemuk. Remaja pengetahuan baik dengan status gizi remaja normal sebanyak 9 responden (18,0%), remaja dengan pengetahuan cukup dengan status gizi normal sebanyak 12 responden (24,0%) dan remaja yang pengetahuan kurang dan status gizi normal sebanyak 5 responden (10,0%).

Perum Bumi Elang Indah merupakan Perumahan yang berada di tengah kota Tasikmalaya, tepatnya berada di kelurahan Sukamanah, Kecamatan Cipedes, Provinsi Jawa Barat. Perumahan ini memiliki 80 Kartu Keluarga dengan populasi 351 orang. Karena perumahan ini terdapat organisasi karang Taruna, dimana organisasi ini banyak remaja awal dan remaja akhir yang masih aktif menjalankan organisasi tersebut. Untuk menjadi remaja yang aktif, pemahaman gizi sangat diperlukan karena akan mempengaruhi status gizi, agar remaja bisa memenuhi gizi seimbang dan bisa lebih aktif untuk mengikuti organisasi dimanapun dan kapanpun.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pemahaman gizi seimbang dan status

gizi pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya, karena ingin mengetahui perkembangannya dan sebelumnya tidak pernah ada penelitian ini di lokasi tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang dan status gizi pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran status gizi pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya.
- c. Hubungan antar Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada remaja di Perum Bumi Elang Indah kota Tasikmalaya.

1.4 Manfaat Penelitian

Bagi peneliti

Manfaat bagi peneliti yaitu sebagai sarana pembelajaran, memperluas wawasan dan menambah informasi dalam menerapkan ilmu yang telah dipelajari serta aktualisasi pada pekerjaan.

Bagi Masyarakat (remaja)

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan dan wawasan remaja tentang pengetahuan gizi seimbang dan Status Gizi yang baik

Bagi Jurusan Gizi

Di harapkan penelitian yang dilakukan ini dapat menjadi salah satu bahan masukan untuk institusi sebagai tambahan kepastakaan, informasi serta menjadi bahan referensi atau perbandingan untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Keterbatasan Penelitian

Di harapkan penelitian yang dilakukan dapat menjadi salah satu bahan masukan untuk institusi sebagai tambahan kepastakaan, informasi serta menjadi bahan referensi atau perbandingan untuk penelitian selanjutnya.