

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Adolescent atau remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan mulai dari hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial. Perubahan ini terjadi sangat cepat dan terkadang tidak kita sadari (Batubara, 2010). Adanya perubahan perilaku terkait kesehatan dapat mendorong perubahan pada beban penyakit antara masa anak-anak sampai masa dewasa. Selain itu, banyak penyakit serius di masa dewasa berakar pada masa remaja (WHO, 2017). Berdasarkan data UNICEF (2016) populasi remaja umur 10-19 tahun menyumbang 16% total penduduk dunia dan hampir separuh populasi remaja di dunia berada di Asia Tenggara dengan populasi sekitar 340 miliar jika dibandingkan dengan negara lain.

Ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih. Gizi yang tidak optimal berkaitan dengan kesehatan yang buruk. Gizi yang tidak baik seperti faktor resiko PTM (Penyakit Tidak Menular) meliputi penyakit kardiovaskular (penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi, dan stroke), diabetes, serta kanker merupakan penyebab kematian utama di Indonesia. Sebagian besar PTM terkait dengan kelebihan berat badan dan kegemukan akibat kelebihan gizi (KEMENKES, 2014). Hasil laporan RISKESDAS (2016), secara nasional prevalensi remaja gemuk sebesar 7,3 % (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas). Sedangkan prevalensi remaja gemuk di DKI Jakarta berada di atas nilai nasional jika dibandingkan dengan provinsi lainnya yaitu prevalensi gemuk sebesar 11% dan obesitas sebesar 4,2%.

Adanya pengetahuan gizi akan mempengaruhi seseorang terutama dalam pemilihan makanan dan pola makannya sehingga mempengaruhi status gizinya (Erpridawati, 2013). Pada penelitian Aningsih dkk (2013) menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi, penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan siswa tentang gizi maka

semakin normal status gizinya. Suryani dkk (2014) menjelaskan pengetahuan gizi yang lebih baik memungkinkan memiliki informasi tentang gizi dan kesehatan yang lebih baik, hal ini juga dipengaruhi oleh tingkat konsumsi pangan melalui cara pemilihan bahan makan.

Ketidakseimbangan energi seperti energi yang diperoleh dari makanan melebihi dari yang dikeluarkan kemudian akan disimpan dalam bentuk lemak tubuh sehingga terjadi peningkatan berat badan dan jika dibiarkan akan menjadi kegemukan. Hal ini dapat terjadi dengan seseorang yang asupan energinya cukup namun orang tersebut jarang berolahraga maka dapat membuat status gizinya gemuk, karena olahraga dapat mengambil energi yang disimpan dalam bentuk lemak tubuh untuk dijadikan kembali menjadi energi (Efendi dkk, 2014). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Efendi dkk (2014) yang menyatakan adanya hubungan asupan energi dengan status gizi.

Penelitian yang dilakukan oleh Aini (2013) menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi jajan dengan status gizi. Penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 30 siswa yang diteliti, 9 orang siswa yang biasa sehari mengonsumsi kudapan 1-3x, 2 orang diantaranya mengalami gizi lebih dan 21 orang yang memiliki kebiasaan sehari mengonsumsi kudapan 4-6x, 15 orang diantaranya mengalami gizi lebih. Sehingga siswa yang semakin banyak frekuensi memakan kudapan dalam sehari maka semakin mudah mengalami gizi lebih.

Paparan media informasi/iklan pangan juga memiliki peranan penting dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan pola makan seseorang. Pengaruh media informasi/iklan pangan tersebut membuat remaja mengalami berbagai macam perubahan gaya hidup, perilaku, dan tidak terkecuali pengalaman dalam menentukan produk pangan yang dikonsumsi (Soetjningsih, 2004, dalam Nurcahya & Indrawani, 2014). Penelitian Story & French (2004) menyatakan bahwa paparan iklan pangan memiliki hubungan langsung terhadap perilaku makan seseorang dan tidak berhubungan secara langsung dengan status gizi namun berperan penting terhadap status gizi.

Hasil pengamatan awal yang dilakukan pada bulan Maret 2017 di SMK Negeri 57 Jakarta peneliti melakukan survei ke 5 siswa program keahlian jasa boga, berdasarkan hasil perhitungan IMT/U didapatkan 2 dari 5 siswa program

keahlian jasa boga berstatus gizi obesitas (2,23 SD), sedangkan 3 siswa lainnya berstatus gizi normal. Tidak menutup kemungkinan bahwa siswa program keahlian jasa boga di SMK Negeri 57 Jakarta berstatus gizi lebih sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Energi, Frekuensi Jajan, dan Keterpaparan Iklan Pangan Dengan Status Gizi Siswa Program Keahlian Jasa Boga di SMKN 57 Jakarta Tahun 2017”.

I.2 Rumusan Masalah

Status gizi pada remaja perlu diperhatikan karena merupakan manifestasi untuk perkembangan selanjutnya serta menentukan derajat kesehatan pada saat dewasa nanti. Prevalensi status gizi gemuk remaja setiap tahunnya terus meningkat, hal ini berdasarkan hasil laporan RISKESDAS (2013) bahwa prevalensi remaja gemuk nasional sebesar 7,3% sedangkan provinsi DKI Jakarta sebagai ibu kota Indonesia memiliki prevalensi remaja gemuk yang melampaui prevalensi remaja gemuk nasional yaitu sebesar 15,2%. Pengetahuan gizi dapat merubah cara berfikir dalam pemilihan makanan. Pengetahuan gizi yang kurang dapat mempengaruhi pola makan seseorang agar cenderung ke arah yang tidak baik. Sedangkan adanya paparan media informasi/iklan pangan dapat mempengaruhi keyakinan seseorang dalam pemilihan makanan. Pemilihan makanan yang tidak baik/kurang tepat serta pola makan yang salah dan jika tidak tertangani secara baik dapat mempengaruhi status gizi secara langsung. Hasil studi awal yang dilakukan di SMKN 57 Jakarta dengan melakukan survei terhadap 5 orang siswa didapatkan 2 dari 5 siswa memiliki status gizi lebih sedangkan 3 siswa lainnya berstatus gizi normal. Berdasarkan uraian diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan terhadap status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta Tahun 2017.

I.3 Hipotesis

- a. Adanya hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta

- b. Adanya hubungan asupan energi dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- c. Adanya hubungan frekuensi jajan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- d. Adanya hubungan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMK Negeri 57 Jakarta.
- e. Adanya hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.

I.4 Tujuan Penelitian

I.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.

I.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- b. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- c. Mengetahui gambaran asupan energi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- d. Mengetahui gambaran frekuensi jajan siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- e. Mengetahui gambaran keterpaparan iklan pangan siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- f. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- g. Mengetahui hubungan asupan energi dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.

- h. Mengetahui hubungan frekuensi jajan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- i. Mengetahui hubungan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.
- j. Mengetahui hubungan pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.

I.5 Manfaat Penelitian

I.5.1 Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi pihak sekolah mengenai status gizi pada siswa program keahlian jasa boga serta bagaimana peran pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, kebiasaan jajan dan paparan iklan pangan mempengaruhi status gizi siswanya. Diharapkan dengan adanya penelitian ini menjadi bahan pertimbangan untuk meningkatkan peran serta sekolah dalam permasalahan gizi peserta didiknya.

I.5.2 Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan penulis, pengalaman belajar, dan mengaplikasikan ilmu yang telah di peroleh serta menjadi informasi yang dapat digunakan sebagai referensi dalam mengembangkan penelitian yang lebih lanjut.

I.5.3 Responden

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi mengenai status gizi serta peran serta pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, kebiasaan jajan, dan paparan iklan pangan pada siswa program keahlian jasa boga dan dapat meningkatkan kepedulian reseponden terhadap status gizinya.

I.6 Ruang Lingkup Penelitian

Mengingat banyaknya faktor yang berhubungan dengan status gizi maka perlu adanya pembatasan agar menambah jelas fokus permasalahan. Penelitian ini

difokuskan pada hubungan pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan dengan status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental yang menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan pendekatan analitik. Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 57 Jakarta pada tahun 2017 dengan variabel independen/bebas yang diamati yaitu pengetahuan gizi seimbang, asupan energi, frekuensi jajan, dan keterpaparan iklan pangan serta variabel dependen/terikat yang diamati adalah status gizi siswa program keahlian jasa boga di SMKN 57 Jakarta.

