

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gizi adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kesehatan dan keseimbangan antara perkembangan pada fisik dan mental dalam tumbuh kembang remaja. Upaya dari peningkatan status gizi dapat meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas dapat dilakukan pada masa transisi anak-anak menuju dewasa adalah remaja (Sinaga dkk., 2020). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 yaitu prevalensi remaja usia 16-18 tahun yang mengalami status gizi sangat pendek sebesar 26,9%, sangat kurus sebesar 8,1%, berat badan lebih dan obesitas sebesar 13,5% (Kementrian Kesehatan RI, Tahun).

Sementara itu, Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2018) menunjukkan bahwa prevalensi status gizi sangat kurus dan kurus pada remaja laki-laki sebesar 10,85% dan remaja perempuan sebesar 14,76%. Sedangkan prevalensi status gizi gemuk pada remaja laki-laki sebesar 7,36% dan remaja perempuan sebesar 14,48%. Prevalensi status gizi obesitas pada remaja laki-laki sebesar 3,31% dan remaja perempuan sebesar 5,72%.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2018) di Kabupaten Bogor menunjukkan bahwa prevalensi status gizi (IMT/U) sangat kurus sebesar 1,56%, kurus sebesar 4,66%, gemuk sebesar 13,71% dan obesitas sebesar 5,72%. Hal ini menunjukkan bahwa remaja di kabupaten bogor salah satunya yaitu kecamatan jonggol mengalami masalah gizi ganda sehingga perlu diperhatikan dan ditindaklanjuti agar prevalensinya tidak mengalami peningkatan.

Kelompok remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah gizi salah satunya yaitu masalah gizi ganda (Cunningham dkk., 2015). Masalah gizi ganda seperti gizi kurang atau gizi lebih dapat terjadi karena adanya masalah ketidakseimbangan asupan zat gizi. Faktor penyebab secara langsung dari masalah gizi ganda adalah asupan gizi yang tidak seimbang dari konsumsi makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh seseorang (Fitriani, 2020). Adanya ketidakseimbangan dalam konsumsi makanan termasuk faktor yang dapat

mempengaruhi masalah gizi ganda pada remaja yang berdampak langsung terhadap status gizi (Pahlevi, 2012).

Status gizi suatu individu dapat diamati dari seberapa besar kebutuhan suatu individu yang telah terpenuhi. Keseimbangan dalam gizi yang masuk dan gizi yang dibutuhkan untuk kesehatan optimal itu suatu hal yang sangat penting. Ketika sudah tercukupi kebutuhan gizi dalam tubuh maka seseorang dapat mencapai status gizi yang optimal (Rachmayani dkk., 2018).

Hal ini dapat diatasi dengan perubahan perilaku remaja salah satunya yaitu pola makan yang baik, yaitu secara mengarahkan pola makan yang baik ataupun menghindari pola makan yang tidak baik. Pola makan yang baik dapat dilakukan dengan cara pola gizi seimbang, yaitu pemenuhan zat gizi dalam tubuh dan diperoleh asupan dari makanan yang dikonsumsi dalam sehari-hari. Pola makan dapat dilihat dari cara pemenuhan kebutuhan zat gizi suatu individu yang dicapai dari jenis, jumlah dan frekuensi makanan (Utami dkk., 2020). Hal utama yang perlu diperhatikan yaitu kecukupan gizi dan kesiediaan jumlah makanan. Asupan zat gizi yang dibutuhkan yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air (Fiamanatillah & Rohmawati, 2019). Ketika asupan zat gizi tidak seimbang akan kemungkinan enam kali lebih besar mengalami kejadian malnutrisi (Permatasari & Farudin, 2018).

Tingkat kecukupan zat gizi merupakan rerata dari asupan gizi dalam sehari yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi orang sehat pada kelompok usia, jenis kelamin dan kondisi fisiologis tertentu. Tingkat kecukupan zat gizi yang tidak seimbang akan berdampak pada masalah gizi, baik masalah gizi kurang ataupun lebih (Rokhmah dkk., 2016). Di Indonesia pada masalah gizi remaja perlu diperhatikan karena dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta berdampak pada masalah gizi dewasa (Rachmayani dkk., 2018). Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (2019), remaja laki-laki usia 16-18 tahun membutuhkan energi sebesar 2650 kkal, protein 75 g, lemak 85 g dan karbohidrat 400 g. Sedangkan remaja putri usia 16-18 tahun membutuhkan energi sebesar 2100 kkal, protein 65 g, lemak 70 g dan karbohidrat 300 g.

Panti asuhan merupakan tempat pengasuhan anak secara berkelompok yang berbeda dengan anak yang diasuh oleh orangtuanya secara langsung. Hal ini

berdampak pada pola asuh, asupan makanan dan kesehatan remaja yang secara lanhsung mengalami malnutrisi (William, 2011). Pemberian konsumsi asupan makanan masih kategori tidak seimbang dikarenakan panti asuhan dapat menyediakan makanan sesuai dengan sarana biaya yang terbatas. Sementara itu dengan jumlah anak dengan jumlah pengasuh termasuk perbandingan yang tidak seimbang karena jumlah anak lebih banyak dibandingkan jumlah pengasuh di Panti Asuhan. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Sinaga *dkk.*, 2020), yaitu adanya hubungan pola konsumsi dengan status gizi pada remaja di Panti Asuhan UPT. Pelayanan Sosial Anak Dinas Sosial Padangsidempuan.

Panti Asuhan Peduli “Mama Sayang Orphanage Jonggol” merupakan Yayasan Talitha Cumi yang berlokasi di Kecamatan jonggol yang menggunakan sistem penyelenggaraan institusi sosial sehingga memiliki penyelenggaraan makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi para anak-anak di panti asuhan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Yayasan Panti Asuhan Mama Sayang Orphanage Jonggol yaitu Setiap hari di dapur menyediakan 3 kali makan utama untuk anak-anak panti asuhan dengan sistem pengambilan makanan jenis makanan pokok, lauk dan sayur.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan februari 2022 yaitu hasil analisis distribusi frekuensi pada remaja di Panti Asuhan Peduli “Mama Sayang Orphanage Jonggol” bahwa 100% responden memiliki asupan zat gizi makro kurang dari AKG tahun 2019. Rata-rata asupan energi pada remaja di Panti Asuhan Jonggol senilai 43,04%, rata-rata protein senilai 52,16%, rata-rata lemak senilai 32,21% dan rata-rata karbohidrat senilai 46,03%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja di Panti Asuhan Jonggol memiliki asupan zat gizi makro kurang dari AKG tahun 2019.

Hal ini berkaitan dengan porsi makanan dan kecukupan zat gizi anak-anak panti asuhan yang dapat berpengaruh terhadap status gizi dan kesehatan remaja di panti asuhan. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja di Panti Asuhan Jonggol.

I.2 Rumusan Masalah

Walaupun pengelolaan dapur oleh pengelola panti asuhan namun pola makan remaja dilihat dari pemilihan makan itu dari remaja masing-masing. (lanjutan di vn). Berlandaskan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana hubungan pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a) Mengetahui karakteristik remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- b) Mengetahui gambaran pola makan remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- c) Mengetahui gambaran asupan zat gizi makro remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- d) Mengetahui gambaran status gizi remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- e) Mengetahui hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- f) Mengetahui hubungan antara kecukupan gizi dengan status gizi remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- g) Menganalisis hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.
- h) Menganalisis hubungan antara kecukupan gizi dengan status gizi remaja usia 16-18 tahun di Panti Asuhan Jonggol.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang pentingnya gaya hidup sehat yaitu pola makan dan kecukupan gizi yang

terdiri dari zat gizi makro yaitu asupan kecukupan gizi dari karbohidrat, lemak dan protein dan diharapkan remaja dapat peduli dengan kesehatan.

I.4.2 Bagi Panti Asuhan Jonggol

Adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai pengetahuan dan sarana informasi bagi pihak panti asuhan mengenai pengetahuan pola makan dan kecukupan gizi untuk remaja di Panti Asuhan Jonggol.

I.4.3 Bagi Masyarakat

Adanya penelitian ini diharapkan untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja untuk dijadikan informasi dan pedoman untuk hidup yang lebih sehat khususnya pada remaja.

I.4.4 Bagi Program Studi Ilmu Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan masukan dan menambah informasi mengenai hubungan pola makan dan tingkat kecukupan gizi dengan status gizi pada remaja bagi Program Studi Ilmu Gizi serta menjadi acuan untuk melakukan intervensi pada remaja.

I.4.5 Bagi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.