

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Personel militer merupakan angkatan bersenjata yang memiliki peran dalam memelihara pertahanan dan keamanan negara. Personel militer dituntut untuk memiliki kondisi fisik dan mental yang prima serta harus selalu siap dalam menghadapi kemungkinan yang terjadi yang dapat mengancam keamanan negara (Putra, 2017). Disamping itu, status gizi yang baik adalah hal yang wajib dimiliki oleh personel militer. Dengan dukungan gizi yang optimal, personel militer dapat memiliki status gizi yang baik sehingga dapat mendukung dan melaksanakan tugas dengan maksimal sesuai fungsinya masing-masing. Kecukupan asupan gizi dan aktivitas fisik yang baik merupakan faktor yang harus dipenuhi untuk mencapai fisik yang kuat dan tubuh yang ideal (Dewi, 2017). Pemenuhan kebutuhan zat gizi yang seimbang dan melakukan aktivitas fisik secara rutin sangat dibutuhkan untuk mempertahankan dan mencapai status gizi yang optimal sehingga seseorang juga akan mendapatkan kesehatan yang optimal (Indresti, 2017).

Masalah gizi pada usia dewasa seperti kelebihan berat badan merupakan masalah penting karena dapat mempengaruhi produktivitas kerja dan berdampak pada risiko penyakit tertentu (Husnah, 2012). Oleh karena itu, penting dilakukan pemantauan kesehatan pada setiap orang secara berkesinambungan (Astarwan, 2008). Menurut *World Health Organization* (WHO), kelebihan berat didefinisikan sebagai penumpukan lemak yang tidak normal di dalam tubuh dan dapat mengganggu kesehatan. Faktor risiko utama dari status gizi lebih adalah penyakit tidak menular, yaitu penyakit kardiovaskular (penyakit jantung dan stroke), diabetes mellitus, gangguan pada muskuloskeletal (osteoarthritis, penyakit degeneratif, sendi lumpuh), penyakit kanker (kanker endometrium, kanker payudara, kanker ovarium, kanker prostat, kanker hati, dan kandung empedu).

Pada tahun 2016, sebanyak lebih dari 1,9 miliar orang dewasa yang berusia 18 tahun keatas di dunia mengalami kelebihan berat badan dan sebanyak 650 juta orang mengalami obesitas. Dampak dari kelebihan berat badan dan obesitas dapat

membunuh lebih banyak orang dibandingkan orang yang memiliki berat badan kurang (WHO, 2018). Di Indonesia, berdasarkan hasil data Riset Kesehatan Dasar Indonesia memperlihatkan proporsi berat badan lebih pada orang dewasa di Indonesia yang berusia >18 tahun meningkat dari 8,6% (Riskesdas, 2007) menjadi 11,5% (Riskesdas, 2013).

Asupan energi berpengaruh pada status gizi. Status gizi lebih terjadi karena berlebihan dalam mengonsumsi makanan dari jumlah yang dianjurkan berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (Sitohang dan Fatmah, 2013). Kelebihan energi yang terjadi akan diubah menjadi lemak dalam tubuh dan berdampak pada terjadinya berat badan lebih atau kegemukan (Almatsier, 2004). Penelitian Rany *et al.*, (2017) pada 74 anggota polisi laki-laki di Polsek Tampan Pekanbaru menunjukkan hasil adanya hubungan bermakna antara asupan energi dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,011$). Status gizi lebih pada polisi cenderung banyak terjadi pada polisi yang memiliki asupan energi lebih (88,9%). Sedangkan status gizi normal banyak terjadi pada polisi yang memiliki asupan energi cukup (58,5%).

Pengetahuan gizi berpengaruh terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam memilih makanan sehari-hari. Karena keterbatasan pengetahuan gizi, masalah gizi dapat terjadi. Pengetahuan gizi merupakan hal dasar yang penting dalam menentukan konsumsi makanan seseorang yang kemudian akan mempengaruhi status gizinya (Rany, *et al.*, 2017). Risiko terjadinya status gizi lebih dapat dikurangi bila seseorang tersebut memahami dan memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya hidup sehat sebagai suatu tindakan pencegahan terjadinya berat badan berlebih (Indriani, *et al.*, 2014). Penelitian Rany *et al.*, (2017) pada 74 anggota polisi laki-laki di Polsek Tampan Pekanbaru menunjukkan hasil adanya hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,000$). Status gizi lebih pada polisi cenderung lebih banyak terjadi pada polisi yang memiliki pengetahuan gizi kurang (100%). Sedangkan status gizi normal cenderung banyak terjadi pada polisi yang memiliki pengetahuan gizi baik (74,4%).

Asupan energi berlebih jika kurang melakukan aktivitas fisik dapat mengakibatkan kenaikan berat badan. Perubahan pola makan pada masyarakat seperti sering mengonsumsi makanan yang mengandung kalori, lemak dan kolesterol yang tinggi, serta tidak mengimbangnya dengan aktivitas fisik yang

cukup akan menyebabkan masalah gizi lebih (Hidayati, *et al.*, 2010). Penelitian Martaliza (2010) pada 73 anggota polisi laki-laki di Kepolisian Resort Kota Bogor menunjukkan hasil adanya hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian status gizi lebih ($p\text{-value} = 0,024$). Polisi yang memiliki status gizi lebih cenderung banyak terjadi pada polisi yang melakukan aktivitas fisik ringan (75%).

Berdasarkan uraian diatas, maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan asupan energi, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.

I.2 Rumusan Masalah

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2010 memperlihatkan prevalensi berat badan berlebih banyak terjadi pada orang dewasa yang bekerja sebagai PNS/TNI/Polri/Pegawai yaitu sebesar 15,6%. Kesehatan prima seorang personel militer dapat dilihat langsung melalui penampilan fisiknya, yaitu memiliki berat dan tinggi badan yang seimbang (Bonasari, 2003). Berat badan berlebih yang terjadi pada usia dewasa termasuk seorang personel militer merupakan masalah yang sangat penting karena akan berdampak pada kesulitan saat ingin sekolah atau naik pangkat. Karena salah satu persyaratan agar dapat mengikuti pendidikan adalah wajib lulus tes fisik termasuk memiliki berat badan normal.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Batalyon Satria Sandi Yudha pada tahun 2017 dengan menggunakan data sekunder yang didapat dari Staf Personel yaitu berupa Daftar Nilai Kesamaptaaan Jasmani pada 220 prajurit yang berusia 30-49 tahun diperoleh hasil sebanyak 82 prajurit (37,27%) mengalami status gizi lebih dan 2 prajurit (0,91%) mengalami status gizi obesitas (Laporan Hasil Samapta Periodik I Batalyon Satria Sandi Yudha, 2017).

Berdasarkan data di atas dapat diketahui masih terdapat personel militer yang memiliki status gizi lebih dengan presentase cukup tinggi. Belum banyak ditemukan penelitian mengenai status gizi di kalangan personel militer sehingga perlu dilakukan analisis bagaimana hubungan asupan energi, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi lebih pada personel prajurit di Batalyon Satria Sandi Yudha.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan energi, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- b. Untuk mengetahui gambaran asupan energi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- c. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- d. Untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- e. Untuk menganalisis adanya hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- f. Untuk menganalisis adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.
- g. Untuk menganalisis adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Batalyon Satria Sandi Yudha

Diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan asupan energi, pengetahuan gizi serta aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha sehingga dapat dijadikan bahan informasi dalam melakukan tindakan preventif dalam mengatasi masalah gizi melalui pola makan, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha agar tercapai status gizi optimal.

I.4.2 Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya status gizi dalam kehidupan dan kesehatan serta memberikan informasi mengenai faktor yang dapat mempengaruhi status gizi.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan asupan energi, pengetahuan gizi dan aktivitas fisik dengan status gizi pada personel prajurit Batalyon Satria Sandi Yudha. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi peneliti lainnya terkait status gizi pada personel militer.

