

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut definisi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja merujuk pada individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Masa remaja ini merupakan periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, baik secara fisik maupun mental. Selama masa ini, terjadi perubahan yang signifikan baik dalam hal fisik maupun psikologis. Berdasarkan data terbaru dari Badan Pusat Statistik tahun 2022, jumlah total populasi di Indonesia mencapai 272,682 juta jiwa, dengan 44,316 juta di antaranya berada dalam rentang usia 10-19 tahun.

Masa remaja sering kali diiringi oleh sejumlah masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka saat memasuki masa dewasa yang produktif. Salah satu masalah kesehatan yang menjadi ancaman terhadap kualitas hidup remaja pada masa dewasa adalah malnutrisi, yang dapat berupa kelebihan gizi (IMT/U) maupun kekurangan gizi (IMT/U). Dampak dari malnutrisi ini termasuk penurunan produktivitas pada remaja, masalah kesehatan yang terkait dengan penyakit tidak menular, serta menjadi salah satu faktor penyebab stunting.

Berdasarkan data Riskesdas 2018, ditemukan bahwa prevalensi gizi kurang (IMT/U) pada remaja mencapai 11,8%, dengan angka yang lebih tinggi pada remaja perempuan dibandingkan remaja laki-laki. Terjadi peningkatan prevalensi gizi kurang pada remaja sebesar 3,4% dibandingkan dengan tahun 2015. Selain itu, terdapat pula masalah gizi lebih (IMT/U) yang menjadi perhatian bagi remaja di Indonesia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun mencapai 13,5%, terdiri dari 9,5% remaja dengan kegemukan dan 4% remaja dengan obesitas. Dalam lima tahun terakhir, terjadi peningkatan angka gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun sebesar 3,8% untuk kegemukan dan 2,4% untuk obesitas.

Provinsi Jawa Barat merupakan salah satu provinsi yang angka prevalensi gizi lebih dan gizi kurangnya melebihi prevalensi nasional. Di Provinsi Jawa Barat, sebanyak 15,4% remaja mengalami gizi lebih (IMT/U), angka ini lebih tinggi daripada tingkat nasional sebesar 12,7%. Kota Bekasi, salah satu kota di Provinsi Jawa Barat, juga memiliki tingkat prevalensi gizi lebih dan gizi kurang pada remaja yang melebihi tingkat nasional. Terdapat 13,9% remaja di Bekasi yang mengalami gizi kurang (IMT/U) dan 26,9% remaja yang mengalami gizi lebih (IMT/U).

Malnutrisi dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal melibatkan kondisi yang terjadi di dalam tubuh individu, seperti gangguan pola makan (*eating disorder*) dan tingkat stres yang dapat menyebabkan malnutrisi. Faktor eksternal melibatkan faktor-faktor yang terjadi di lingkungan individu, seperti kondisi sosial ekonomi.

Eating disorder merupakan gangguan psikiatri atau gangguan mental yang mempengaruhi pola makan seseorang dan menjadi salah satu penyebab dari malnutrisi. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa prevalensi anoreksia nervosa pada perempuan adalah 1,4% dan pada laki-laki adalah 0,2%. Bulimia nervosa memiliki prevalensi 1,9% pada perempuan dan 0,6% pada laki-laki. Gangguan makan lebih sering terjadi pada perempuan, terutama pada usia muda. Terdapat beberapa jenis *eating disorder* yang dapat terjadi pada remaja, seperti anoreksia nervosa, bulimia nervosa, dan binge eating disorder.

Tingkat stres pada remaja juga menjadi perhatian penting karena dapat berdampak pada kesehatan dan gizi mereka. Tingkat stres pada remaja umumnya disebabkan oleh tugas sekolah yang menumpuk, masalah pertemanan, dan masalah sosial lainnya. Saat mengalami stres, tubuh merespons dengan melepaskan hormon adrenalin dan kortisol yang dapat mempengaruhi nafsu makan. Stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan penurunan nafsu makan dan mengganggu asupan gizi yang kuat..

Selain itu, faktor sosial ekonomi juga berperan dalam kejadian malnutrisi pada remaja. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara status sosial ekonomi yang rendah dengan kejadian gizi kurang (IMT/U), sementara

status sosial ekonomi yang lebih tinggi berhubungan dengan kejadian gizi lebih (IMT/U).

Dalam penelitian ini, akan dikaji hubungan antara eating disorder, tingkat stres, dan status sosial ekonomi dengan kejadian malnutrisi pada remaja di SMA 6 dan 11 Kota Bekasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan kejadian malnutrisi pada remaja.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi gizi kurang dan gizi lebih (IMT/U) pada remaja usia 15-18 tahun mencapai 11,8% dan 21,8% secara berturut-turut. Peningkatan ini menjadi masalah kesehatan bagi remaja di Indonesia, dengan peningkatan sebesar 2,8% untuk gizi kurang, 3,8% untuk gizi gemuk, dan 2,4% untuk gizi obesitas (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Kota Bekasi juga mengalami prevalensi gizi kurang dan gizi lebih (IMT/U) yang melebihi tingkat nasional, dengan 13,9% remaja di Bekasi mengalami gizi kurang (IMT/U) dan 23% mengalami gizi lebih (IMT/U) (Dinas Kesehatan Kota Bekasi, 2020). Peningkatan prevalensi ini dapat menyebabkan masalah gizi lainnya, seperti stunting, yang berpotensi mengurangi kualitas sumber daya manusia Indonesia. Penurunan kualitas sumber daya manusia juga dapat terjadi karena status gizi yang tidak sehat dapat menurunkan produktivitas remaja (Wulandari et al., 2019).

Berdasarkan uraian di atas, masalah malnutrisi masih perlu diteliti lebih lanjut untuk memahami penyebabnya dan cara penanganannya. Malnutrisi dapat dipengaruhi oleh faktor internal, seperti eating disorder dan tingkat stres, serta faktor eksternal, seperti faktor ekonomi. Prevalensi yang tinggi di Kota Bekasi juga menjadi perhatian khusus karena peningkatannya. Oleh karena itu, SMA 6 dan SMA 11 Kota Bekasi dipilih sebagai lokasi penelitian karena jumlah siswa di kedua sekolah ini merupakan yang terbanyak di Kota Bekasi, dengan total populasi sebanyak 2.156 siswa, sehingga diharapkan dapat mewakili populasi remaja SMA di Kota Bekasi. Melihat permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian guna mengetahui dan menganalisis hubungan antara eating disorder, tingkat stres, dan faktor sosial ekonomi dengan kejadian malnutrisi pada remaja.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk Menganalisis hubungan *eating disorder*, tingkat stress, serta faktor sosial ekonomi terhadap kejadian malnutrisi pada remaja SMA di Kota Bekasi.

I.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui gambaran *Eating disorder*, tingkat stress, serta faktor sosial ekonomi dengan kejadian malnutrisi pada remaja SMA 6 dan 11 Kota Bekasi.
- b. Menganalisis hubungan *Eating disorder*, tingkat stress, serta faktor sosial ekonomi dengan kejadian malnutrisi (IMT/U) pada remaja SMA 6 dan 11 Kota Bekasi.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi para responden, informasi tersebut antara lain adalah siswa dapat mengetahui status gizi dan cara pengukuran status gizi, siswa dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat menyebabkan malnutrisi dari edukasi yang diberikan, serta siswa dapat merapkan edukasi yang diberikan dalam rutinitas keseharian.

I.4.2. Bagi Sekolah

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai sebagai dasar pihak sekolah untuk membuat program-program yang menunjang kesehatan siswa serta program-program untuk perbaikan status gizi siswa.

I.4.3. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi dan sumber informasi bagi ilmu pengetahuan mengenai bagaimana hubungan antara *Eating disorder*, tingkat stress, serta status sosial ekonomi terhadap kejadian malnutrisi pada remaja SMA di Kota Bekasi.