

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Menurut Barry M. Popkin, manusia telah mengalami transisi gizi sejak zaman paleolitikum hingga saat ini. Konsep transisi gizi berfokus pada perubahan besar dalam pola makan dan aktivitas fisik yang diantaranya disebabkan oleh kesejahteraan masyarakat yang semakin meningkat dan perkembangan teknologi. Akibat kondisi ini, dampak yang dihasilkan dapat tercermin pada perubahan status gizi dan pola penyakit terkait gizi di masyarakat (Popkin, 2006). Masalah gizi di telah bertransformasi menjadi tiga beban masalah gizi (*Triple Burden of Malnutrition*) sekaligus, yang dimana masalah kekurangan gizi masih belum sepenuhnya teratasi, namun muncul masalah kelebihan gizi (Simbolon dan Tafrieani, 2018).

Global Nutrition Report tahun 2020 menunjukkan bahwa dari 143 negara di dunia, sebanyak 124 negara (86,7%) mengalami setidaknya dua masalah gizi yang serius (*Double Burden of Malnutrition*). Dari 124 negara tersebut, 37 negara termasuk Indonesia menghadapi tiga masalah gizi yang serius yaitu stunting pada balita, *overweight*/obesitas, serta anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (Development Initiatives, 2020). *Double Burden of Malnutrition* (DBM) merujuk pada situasi dimana kekurangan gizi dan kelebihan gizi (obesitas atau *overweight*) atau penyakit tidak menular (PTM) terjadi secara bersamaan. Hal ini dapat muncul pada tingkat individu, rumah tangga, atau bahkan populasi keseluruhan (WHO, 2017). Di sisi lain, *Triple Burden of Malnutrition* (TBM) adalah kondisi yang mengacu pada DBM yang juga terjadi secara bersamaan dengan kelaparan yang tersembunyi (*hidden hunger*) atau kekurangan zat gizi mikro (UNICEF, 2020).

Hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menyebutkan bahwa kejadian *overweight* dan obesitas pada remaja usia 13 – 18 tahun didominasi oleh remaja putri dan mengalami laju peningkatan secara signifikan dari tahun 2013, yaitu sebesar 10,8% menjadi 16,0% pada usia 13 – 15 tahun dan 7,3% menjadi 16,1% pada usia 16 – 18 tahun. Kejadian anemia pada remaja putri juga mengalami

peningkatan dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Perubahan fisik dan fisiologis yang terjadi pada masa remaja menuntut kebutuhan gizi remaja tercukupi, tidak hanya dilihat dari kualitasnya tetapi juga dengan kuantitasnya (Sufyan et al., 2020). Proses pertumbuhan dan perkembangan untuk menuju matang yang dialami oleh remaja meningkat secara signifikan yang berdampak pada peningkatan kebutuhan asupan gizi makro maupun mikro (Oktariana et al., 2020). Oleh karena itu, pentingnya penerapan pola makan dan gaya hidup sehat pada masa remaja, karena hal tersebut merupakan alasan utama remaja menjadi salah satu populasi yang rentan terhadap masalah gizi, terutama pada remaja putri.

Beberapa penelitian menyatakan bahwa meningkatnya risiko masalah kesehatan dapat dikaitkan dengan kejadian *overweight*/obesitas. Menurut Dewita (2021), *overweight*/obesitas dapat meningkatkan risiko kejadian penyakit tidak menular bahkan hingga meningkatkan risiko kematian (Dewita, 2021). Kondisi ini disebabkan meningkatnya jaringan lemak yang dapat meningkatkan beban kerja bagi pembuluh darah atau organ lainnya. Hasil riset *World Health Organization* (WHO) mengungkapkan bahwa kejadian *overweight*/obesitas lebih rentan terjadi pada perempuan yang memiliki jumlah lemak lebih besar daripada laki-laki yaitu sekitar 26,9% dari total berat badan, sedangkan jumlah lemak pada laki-laki lebih rendah sekitar 14,7% (WHO, 2016). Pada remaja perempuan, kelebihan lemak akibat *overweight*/obesitas dapat meningkatkan kadar hormon estrogen yang memicu terganggunya perkembangan folikel ovarium sehingga mengganggu siklus menstruasi (Herman et al., 2015).

Selain permasalahan *overweight*/obesitas, remaja putri merupakan kelompok populasi dominan mengalami anemia. Hal ini dapat dikaitkan dengan *growth spurt* atau masa pertumbuhan puncak pada 12 – 18 bulan sebelum menarache atau haid pertama yang berkisar pada usia 10 – 14 tahun. Kondisi ini membutuhkan zat gizi tercukupi dengan baik, terutama asupan zat besi untuk menunjang kebutuhan dasar tubuh dan mendukung pertumbuhan tubuh. Oleh karena itu, kebutuhan zat besi yang tinggi selama masa pertumbuhan penting guna menggantikan zat besi yang hilang selama haid (Sufyan et al., 2020). Anemia yang terjadi pada remaja putri

dapat menurunkan konsentrasi, daya tahan tubuh, aktivitas fisik menurun, dan mudah terpapar penyakit (Sulistiyawati dan Nurjanah 2018).

Dalam beberapa studi menunjukkan kejadian *overweight*/obesitas dapat terjadi secara bersamaan (*concurrent*) dengan kejadian anemia, baik pada tingkat individu, rumah tangga atau populasi. Studi yang dilakukan di 8 negara Amerika Latin (Argentina, Brasil, Kolombia, Ekuador, Guatemala, Peru, México, dan Bolivia), menyimpulkan beberapa faktor yang berkaitan dengan kejadian *concurrent overweight*/obesitas dan anemia diantaranya adalah jenis kelamin perempuan, status ekonomi sosial rendah, tingkat pendidikan rendah, wilayah tempat tinggal pedesaan dan perubahan kebiasaan makan serta gaya hidup (Shimabuku et al., 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian Pratama et al., (2021), bahwa pengetahuan mengenai gizi pada masyarakat pedesaan masih terbatas dan sulitnya akses mendapatkan makanan bergizi seimbang, sehingga dapat meningkatkan risiko masalah gizi (Pratama et al., 2021).

Namun, dalam penelitian Irache, Gill, dan Caleyachetty (2022), menunjukkan hal yang sebaliknya, dimana sebanyak 4,5% remaja (15-19 tahun) mengalami *concurrent overweight*/obesitas dan anemia dengan sebaran responden berada pada sosial ekonomi tertinggi, tinggal di wilayah perkotaan, dan tingkat pendidikan tertinggi (Irache et al., 2022). Kondisi ini dapat dikaitkan dengan perubahan teknologi digital yang menawarkan kemudahan untuk masyarakat dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan pemilihan terhadap makanan cepat saji yang mengakibatkan terbentuknya pola hidup sedentari (Kemenkes RI, 2020).

Menurut Aini (2012), peningkatan pendapatan di kelompok masyarakat tertentu, terutama di kota, menyebabkan perubahan dalam gaya hidup yang berdampak utama pada pola makan. Perubahan ini telah menggeser keseimbangan gizi yang ada sebelumnya. Perubahan ini didorong oleh penyebaran budaya makanan asing yang semakin kuat akibat kemajuan teknologi informasi dan globalisasi ekonomi (Aini, 2012). Selain itu, perbaikan ekonomi juga telah mengurangi aktivitas fisik masyarakat tertentu. Sebaliknya, pada penelitian Nadiyah et al (2022), mengenai anemia, remaja putri yang tinggal di wilayah pedesaan memiliki risiko 2 kali lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri di wilayah perkotaan (Nadiyah et al., 2022).

Selain wilayah tempat tinggal dan perubahan aktivitas fisik, pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi kejadian *overweight*/obesitas dan anemia. Menurut Ni'mah et al., (2015), pendidikan seseorang memengaruhi kemampuannya dalam menerima informasi. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah dalam menerima informasi dan keinginan untuk menambah pengetahuan dibandingkan dengan orang yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah. Hal ini dapat dikaitkan dengan pengetahuan dan pemahaman mengenai gizi dan kesehatan, terutama pada pemilihan makanan sehat dan asupan gizi seimbang.

Kondisi kejadian gizi lebih/obesitas dan anemia yang terjadi secara bersamaan (*concurrent*) memiliki dampak sosial maupun ekonomi yang besar bagi negara, terutama jika hal ini terjadi pada kelompok usia muda yang diharapkan menjadi generasi produktif di kemudian hari. Selain itu, kondisi gizi lebih/obesitas dan anemia yang terjadi dalam waktu lama pada tingkat individu remaja putri dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti PTM, perubahan *irreversible* yang negatif pada pertumbuhan dan kemampuan kognitif, dan mengingat remaja putri adalah para calon ibu yang akan menghasilkan generasi selanjutnya, sehingga memperbesar risiko kematian ibu, melahirkan bayi prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Sulistyawati dan Nurjanah, 2018). Maka dari itu, perlu adanya perhatian lebih dan kerja sama dari berbagai sektor mengenai kejadian ini, sehingga dapat meminimalisir masalah kesehatan masyarakat di beberapa daur kehidupan karena masyarakat yang memiliki kesehatan baik dan didukung oleh asupan gizi yang mencukupi akan membentuk dasar yang kuat untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dan mampu menghadapi tantangan di masa depan.

Berdasarkan uraian di atas, mengenai kondisi masalah gizi pada remaja putri di Indonesia dan masih sedikitnya penelitian yang membahas terkait kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk menganalisis kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia serta faktor-faktor yang terkait berdasarkan analisis data Riskesdas 2018. Penggunaan data Riskesdas 2018 pada penelitian ini diharapkan mampu merepresentasikan bagaimana kondisi kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia di Indonesia.

I.2 Rumusan Masalah

Indonesia sedang dan akan menghadapi tiga beban masalah gizi secara bersamaan. Dua diantaranya terjadi pada kelompok populasi remaja putri, bahkan dapat terjadi pada tingkat individual dalam waktu yang bersamaan atau sering disebut sebagai beban ganda malnutrisi, masalah gizi tersebut adalah *overweight*/obesitas dan anemia. Riset Kesehatan Dasar 2018 menyebutkan bahwa *overweight* dan obesitas pada usia 13-18 tahun lebih sering terjadi pada remaja putri usia 13-15 tahun dengan persentase sebesar 16,0% dan 16,1% pada usia 16-18 tahun. Selain itu, adanya laporan dari Riskesdas dimana terjadinya peningkatan prevalensi pada kejadian anemia remaja putri yang semula 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Beberapa penelitian menyatakan bahwa kondisi *overweight*/obesitas dan anemia yang dialami oleh remaja putri dapat berdampak pada kondisi kesehatan baik jangka pendek maupun jangka panjang.

Dampak yang dapat dirasakan dalam waktu dekat adalah mudah lelah, menurunnya konsentrasi, daya tahan fisik, rendahnya aktivitas fisik, dan mudah terpapar penyakit yang mengakibatkan penurunan produktivitas. Risiko masalah kesehatan semakin meningkat dan kompleks apabila kondisi ini berkelanjutan dan tidak ada upaya menanganinya. Kondisi tersebut antara lain, perubahan *irreversible* yang negatif pada pertumbuhan dan kemampuan kognitif, risiko mengalami penyakit tidak menular dan beberapa masalah kesehatan pada saat kehamilan nantinya (menurunkan genetik *overweight*/obesitas, mengakibatkan melahirkan bayi prematur atau berat bayi dengan lahir rendah (BBLR), dan risiko kematian ibu.

Beberapa penelitian menunjukkan berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *concurrent overweight*/obesitas dan anemia pada remaja putri, diantaranya wilayah tempat tinggal, tingkat pendidikan, rendahnya aktivitas fisik, asupan makanan berisiko, kurangnya konsumsi buah dan sayur, dan kepatuhan konsumsi TTD. Melihat tingginya prevalensi kejadian *overweight*/obesitas dan anemia, serta dampak serius yang dapat terjadi, maka penulis tertarik untuk melakukan kajian data Riskesdas 2018 mengenai analisis *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia, sehingga dapat dijadikan informasi bagi masyarakat untuk menjaga pola hidup sehat dan sebagai pertimbangan dalam menyusun program intervensi yang tepat untuk mencegah terjadinya permasalahan kesehatan dimasa mendatang.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri di Indonesia serta faktor-faktor yang terkait berdasarkan analisis data Riskesdas 2018.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018.
- b. Menganalisis hubungan karakteristik sosiodemografi dengan kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018.
- c. Menganalisis hubungan perilaku kesehatan dengan kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018.
- d. Menganalisis faktor-faktor paling mempengaruhi kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada remaja putri di Indonesia terkait kejadian *overweight*/obesitas dan anemia yang dapat dialami secara bersamaan, serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian tersebut. Sehingga, remaja putri dapat mencegah dan menghindari kondisi ini dan menurunkan prevalensi kejadian *concurrent* gizi lebih dan atau anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia.

I.4.2 Bagi Pemangku Kebijakan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan bagi pemangku kebijakan sebagai acuan dan pertimbangan dalam mewujudkan program-program intervensi yang dapat meningkatkan derajat kesehatan

masyarakat, sehingga dapat mencegah peningkatan kejadian kejadian *concurrent* gizi lebih dan atau anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun di Indonesia.

I.4.3 Bagi Litbangkes RI

Penelitian ini diharapkan menjadi data yang dapat digunakan untuk dasar penyusunan strategi intervensi baik pencegahan ataupun pengendalian kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri di Indonesia.

I.4.4 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat dipublikasikan dalam bentuk jurnal dan menjadi acuan pada penelitian yang akan datang mengenai kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri di Indonesia.