BAB I
PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah seseorang pada masa transisi dari masa kanak - kanak ke masa dewasa yang berusia antara 10-19 tahun yang mengalami perkembangan tercepat kedua setelah bayi. Di dunia terdapat sekitar 1.2 miliar orang atau satu per enam populasi dunia (WHO, 2017). Remaja adalah aset untuk keberhasilan pembangunan bangsa di masa depan dan sebagai generasi penerus yang memegang peranan penting untuk memajukan Indonesia. Pembangunan suatu negara dikatakan berhasil jika terdapat sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas dan produktif.

Remaja yang sedang dalam pertumbuhan dan perkembangan memerlukan nutrisi sesuai dengan kebutuhan. Nutrisi yang dikonsumsi sebaiknya mengacu pada makanan gizi seimbang yaitu makanan yang mengandung karbohidrat sebagai sumber energi, protein untuk tumbuh dan berkembang yang bersumber dari lauk nabati dan hewani serta vitamin dan mineral yang bersumber dari sayur dan buah. Perkembangan sosial yang terjadi pada remaja dipengaruhi oleh lingkungannya yang menjadi salah satu faktor penting pada perubahan kebiasaan makan remaja.

Kebiasaan makan remaja dipengaruhi oleh kebiasaan makan temannya, mereka cenderung lebih mudah menerima jenis makanan yang relatif baru (Pratiwi, 2015). Mereka lebih mendengarkan teman sebaya dibanding orangtuanya, mereka juga akan lebih memperhatikan pendapat atau penilaian yang dikemukakan oleh teman sebayanya termasuk pendapat tentang fisiknya. Menurut Kemenkes (2014), kondisi penting yang berpengaruh pada kebutuhan gizi remaja putri salah satunya yaitu perhatian terhadap penampilan fisik yang disebut *body image*. Remaja putri sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuh dan membangun citra tubuh dirinya yang disebut *body image*. *Body image* adalah sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya berupa penilaian baik positif atau negatif (Andrea, 2010).

UPN "VETERAN" JAKARTA

Body image atau citra tubuh sering dikaitkan pada wanita dibanding pria karena wanita cenderung lebih memperhatikan penampilan dirinya (Mappiare dalam Bestiana, 2012). Menurut hasil penelitian Yushinta (2018), terdapat hubungan antara citra tubuh dan perilaku makan dengan status gizi remaja putri. Perubahan pola makan pada remaja putri biasanya dikarenakan mereka memiliki citra tubuh yang negatif, keinginan memiliki tubuh tinggi dan langsing. Persepsi yang salah tentang pola makan akan menyebabkan remaja membatasi asupan makan yang dikonsumsi karena remaja merasa bentuk tubuhnya kurang sesuai dengan keinginannya.

Body image berdampak negatif pada status gizi remaja karena adanya keinginan remaja putri agar tercapainya bentuk tubuh ideal yang mempengaruhi perubahan pola makan mereka menjadi tidak sehat serta tidak sesuainya dengan kebutuhan tubuh (Nurhaedar, 2012). Ini terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan gizi untuk pemenuhan kebutuhan dan pengeluaran energi. (Sedioetomo, 2010). Menurut Kemenkes (2018), beberapa masalah kesehatan dialami serta mengancam masa depan remaja di Indonesia yaitu kurang zat besi (anemia), stunting, kurang energi kronis (KEK) serta obesitas. Menurut hasil penelitian Pujiatun (2014), Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri yaitu kurang asupan gizi sehingga menyebabkan gizi buruk, kurang energi kronis, kurang energi protein dan anemia. Masalah tersebut berdampak pada remaja seperti penurunan konsentrasi belajar, kesegaran jasmani, terhambat pertumbuhan dan perkembangan.

Kekurangan energi kronis (KEK) adalah salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada remaja yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi. Berdasarkan data hasil Riskesdas (2013), kurang energi kronis (KEK) menjadi masalah yang kedua dikarenakan angka KEK setelah stunting mengalami peningkatan dari tahun 2010. Berdasarkan data hasil Riskesdas (2013), prevalensi kekurusan yang terjadi pada remaja umur 16-18 tahun diketahui mengalami kenaikan. Pada tahun 2010 sebesar 8,9% (1,8% sangat kurus dan 7,1% kurus) dan mengalami kenaikan pada 2013 menjadi 9,4% (1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus). Sedangkan berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi risiko kurang energi kronis (KEK)

pada wanita usia subur (WUS) tertinggi dialami oleh remaja usia 15 – 19 tahun yang mencapai 36,3%.

Jawa Barat berada pada peringkat ke-23 dari 34 provinsi dan memiliki angka 12,5%, angka tersebut lebih tinggi dibanding DKI Jakarta yaitu 11,2% pada prevalensi kurang energi kronis yaitu (Riskesdas, 2018). Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada 2016, prevalensi kurus yang terjadi pada remaja umur 16-18 tahun secara umum sebesar 9,1% (1,4% sangat kurus dan 7,7% kurus). Sebanyak 12 kabupaten/kota memiliki angka prevalensi kurus diatas prevalensi Jawa Barat, yaitu Kab. Sumedang, Kab. Bogor, Kab. Subang, Kab. Karawang, Kota Bekasi, Kab. Cirebon, Kab. Kuningan, Kota Banjar, Kota Sukabumi, Kota Bogor, Kab. Indramayu dan Kota Cirebon. Sedangkan pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi risiko kurang energi kronis (KEK) pada WUS sebesar 20-30% terjadi di Jawa Barat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa prevalensi risiko kurang energi kronis (KEK) pada WUS masih tinggisalah satunya di Kota Bogor.

Pada tahun 2017 Dinas Kesehatan Kota Bogor meluncurkannya Mobil Curhat untuk mendeteksi kekurangan gizi di kalangan remaja dan penyakit menular, dari hasil program tersebut diketahui selama ini remaja di Kota Bogor cenderung kurus. Tubuh kurus di kalangan remaja di Bogor khususnya remaja putri sudah menjadi fenomena. Tubuh kurus tersebut diakibatkan oleh konsumsi makanan yang tidak seimbang dengan kebutuhan gizi tubuh remaja.

Kurang energi kronis (KEK) merupakan salah satu masalah kekurangan gizi, dimana terjadi kekurangan sumber makanan yang berlangsung menahun (kronik) dan mengakibatkan timbul gangguan kesehatan. Keadaan ini berhubungan dengan remaja putri yang dalam upaya mencapai tubuh yang dianggap ideal (Helena, 2013). Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) dengan ambang batas < 23,5 cm (Kemenkes RI, 2018) sedangkan pengukuran *body image* dilakukan dengan lima dimensi yang terdiri dari a*ppearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appereance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *self-classified weight* (mengklasifikasikan ukuran tubuh).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Setijowati, dkk (2013) menyebutkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan status gizi remaja putri. *Body image* negatif akan mempengaruhi perilaku makan sehingga remaja putri melakukan usaha untuk menurunkan berat badannya dengan cara tidak benar dan akan mempengaruhi status gizinya. KEK menunjukkan status gizi pada seseorang yang kurang baik.

Penelitian ini dilakukan di salah satu institusi pendidikan di Kota Bogor, yaitu SMAN 6 Bogor. Pemilihan lokasi di Jawa Barat dikarenakan Jawa Barat menempati provinsi yang memiliki prevalensi kekurangan energi kronis (KEK) lebih tinggi dari DKI Jakarta dan mendekati prevalensi nasional, sedangkan Kota Bogor dipilih karena menjadi salah satu kota/kabupaten di Jawa Barat dengan prevalensi kekurusan diatas angka prevalensi Jawa Barat. Remaja putri dipilih karena prevalensi kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur tertinggi berada di usia 15 - 19 tahun berdasarkan data Riskesdas 2018. SMAN 6 Bogor dipilih karena lokasi penelitian berada di pusat Kota Bogor dengan rata-rata tingkat perekonomian berada pada status ekonomi sedang dan tinggi, sehingga mereka mudah terpengaruh oleh informasi dari media sosial serta pola pergaulan remaja di kota yang dapat membentuk adanya persepsi *body image* dan membuat siswi kurang memperhatikan gizi yang diperlukan tubuhnya sehingga pola makan mereka tidak sehat. Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui observasi beberapa remaja putri di lokasi dan wawancara dengan salah satu siswi SMAN 6 Bogor yaitu ketua palang merah remaja (PMR) mengakui sekitar 10 orang remaja putri pada setiap kelas memiliki tubuh kurus. Sekolah ini juga belum adanya penyuluhan mengenai kekurangan energi kronis (KEK) remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penting dilakukan penelitian mengenai Hubungan *Body Image* dan Pola Makan Dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat disusun rumusan permasalahan secara umum yang akan di teliti dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan *body image* dan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri di SMAN 6 Bogor tahun 2019?

Selain itu secara spesifik diuraikan rumusan masalahnya sebagai berikut:

a. Bagaimana gambaran KEK remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?
b. Bagaimana gambaran *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019?
c. Bagaimana gambaran *Appereance Orientation* (orientasi penampilan) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019?
d. Bagaimana gambaran *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019?
e. Bagaimana gambaran *Overweight Preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019?
f. Bagaimana gambaran *Self-Classified Weight* (mengklasifikasikan ukuran tubuh) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019?
g. Bagaimana gambaran frekuensi makan remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?
h. Bagaimana gambaran jenis ragam makanan remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?
i. Apakah ada hubungan *body image* dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?
j. Apakah ada hubungan frekuensi makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?
k. Apakah ada hubungan jenis ragam makanan dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan *Body Image* dan Pola Makan Dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

I.3.2 Tujuan Khusus

a. Mengetahui gambaran KEK remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

b. Mengetahui gambaran Appearance Evaluation (evaluasi penampilan) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019.

c. Mengetahui gambaran Appereance Orientation (orientasi penampilan) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019.

d. Mengetahui gambaran Body Area Satisfaction (kepuasan terhadap bagian tubuh) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019.

e. Mengetahui gambaran Overweight Preoccupation (kecemasan menjadi gemuk) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019.

f. Mengetahui gambaran Self-Classified Weight (mengklasifikasikan ukuran tubuh) remaja putri di SMA 6 Bogor Tahun 2019.

g. Mengetahui gambaran frekuensi makan remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

h. Mengetahui gambaran jenis ragam makanan remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

i. Mengetahui hubungan *body image* dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

j. Mengetahui hubungan frekuensi makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

k. Mengetahui hubungan jenis ragam makanan dengan kekurangan energi kronis (KEK) remaja putri di SMAN 6 Bogor Tahun 2019.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat bagi meningkatkan kemampuan peneliti dalam mengidentifikasi masalah nyata masyarakat berdasarkan teori konsep. Penulis juga mendapat kesempatan untuk mendalami masalah yang diambil dalam penelitan sebagai penambah ilmu pengetahuan dan pengalaman khususnya.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswi agar memiliki *body image* positif dan mengatur pola makan dengan baik agar tidak mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) dan dampaknya.

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran, wawasan, pengetahuan dan memberikan pengalaman untuk melakukan penelitian, dan ilmu yang telah didapat dari perguruan tinggi bisa digunakan dimasa akan datang.

c. Bagi Institusi

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada siswi SMAN 6 Bogor, sehingga pihak sekolah melakukan upaya dalam mencegah maupun mengatasi masalah kesehatan tersebut serta dapat memberikan edukasi gizi kepada siswi.