

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Status gizi merupakan keadaan yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik terhadap energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari asupan makanan yang dampaknya fisiknya dapat diukur. Status gizi dibedakan menjadi status gizi kurang, status gizi baik dan status gizi lebih. Status gizi selain dipengaruhi oleh pola konsumsi energi dan protein, status gizi juga dapat dipengaruhi oleh faktor status kesehatan, pengetahuan, ekonomi, lingkungan dan budaya. Faktor pencetus munculnya masalah gizi dapat berbeda antar wilayah ataupun antar kelompok masyarakat (Dianty, 2012)

Pangan dan gizi memiliki kaitan yang sangat erat. Mengonsumsi pangan yang sehat akan memiliki gizi yang baik. Dengan keadaan gizi yang baik akan berdampak pada peningkatan produktivitas sumber daya manusia (SDM) sehingga dapat berperan dalam peningkatan perekonomian keluarga dan bangsa (Muchtadi, 1996). Keadaan gizi yang baik pada usia produktif (18-55 tahun yang merupakan batas usia pensiun PNS (Pegawai Negeri Sipil)) merupakan hal yang sangat penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia (Rira, 2012).

Pangan dan gizi memiliki peranan penting dalam pembangunan nasional. Akan tetapi, pembangunan nasional secara tidak langsung dapat menyebabkan adanya transisi kesehatan. Dari sudut pandang gizi, transisi tersebut membawa perubahan pada peningkatan daya beli masyarakat termasuk dengan pemberian makanan berlebih pada keluarga, peningkatan usia harapan hidup pada golongan lanjut usia dengan kecenderungan memiliki pola makan yang berlebih. Selain itu, pembangunan nasional membawa perubahan pula pada peningkatan taraf kehidupan dengan berbagai kemudahan-kemudahan fasilitas yang mengarah pada gaya hidup yang sedentaris sehingga mengarah pada perilaku modern, khususnya masyarakat perkotaan dan pinggiran kota dengan kecenderungan memiliki makan yang mengandung tinggi kalori, lemak serta karbohidrat namun rendah serat sehingga hal tersebut dapat menimbulkan masalah gizi di masyarakat (Rira, 2012).

Banyak masalah-masalah kesehatan yang dapat ditimbulkan akibat tidak adanya keseimbangan gizi yang lebih dikenal sebagai akibat gizi salah. Gizi salah yang diderita pada masa janin (dalam kandungan) dan masa anak-anak dapat menghambat antara lain kecerdasan, motivasi, kesanggupan belajar serta adanya gangguan perkembangan fisik. Asupan gizi yang cukup kualitas serta kuantitasnya diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun mental. Telah dilakukan berbagai penelitian yang membuktikan bahwa asupan gizi memiliki kaitan dengan produktivitas kerja dimana secara umum kurang gizi akan menurunkan daya kerja serta produktivitas kerja (Maas, 2004)

Saat ini juga mulai banyak ditemui permasalahan gizi lebih. Obesitas merupakan salah satu permasalahan gizi lebih yang banyak ditemui saat ini. Obesitas meningkatkan risiko kematian untuk semua penyebab kematian. Orang yang memiliki berat badan 40% lebih berat dari berat badan rata-rata populasi, akan memiliki resiko kematian 2 kali lebih besar dibandingkan orang dengan berat badan rata-rata. Kenaikan mortalitas diantara penderita obesitas merupakan akibat dari beberapa penyakit yang mengancam kehidupan seperti diabetes tipe 2, penyakit jantung, penyakit kandung kemih, kanker gastrointestinal dan kanker yang sensitif terhadap perubahan hormon (Hadi, 2005). Keadaan gizi lebih atau obesitas yang terjadi akan berpengaruh terhadap ketahanan fisik sehingga mengurangi kebugaran dan produktivitas kerja. Selain itu, obesitas juga dapat menimbulkan gangguan emosional seperti rasa malu, rendah diri yang berakhir dengan berkurangnya produktivitas kerja (Nurusalma, 2006).

Masalah overweight dan obesitas meningkat dengan cepat di berbagai belahan dunia menuju proporsi epidemik. Hal tersebut disebabkan peningkatan diet yang tinggi lemak dan gula disertai penurunan aktivitas fisik. Di negara maju, obesitas telah menjadi epidemi dengan memberikan kontribusi sebesar 35% terhadap angka kesakitan dan memberikan kontribusi sebesar 15-20% terhadap kematian. Menurut jenis pekerjaan, Pegawai Negeri Sipil (PNS) menempati urutan pertama karakteristik penderita obesitas dengan prevalensi tertinggi sebesar 27,3%, ABRI 26,4%, dan wiraswasta sebesar 26,5% (Moehji, 2003). mereka yang memiliki pekerjaan aktif yang tinggi (petani, nelayan, tukang kayu). Berdasarkan hasil

Riskesmas 2013, prevalensi penduduk umur dewasa kurus 8,7%, berat badan lebih 13,5%, dan obesitas 15,4%.

Menurut WHO (2010) yang dikutip oleh Sri (2011), Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global. Secara nasional hampir separuh penduduk (48,2%) kurang melakukan aktivitas fisik. Menurut kelompok umur, kurang aktivitas fisik paling tinggi terdapat pada kelompok 75 tahun keatas (76%) dan umur 10 – 40 tahun (66,9%), dan perempuan (54,5%) lebih tinggi dibanding laki-laki (41,4%). Berdasarkan tingkat pendidikan, semakin tinggi pendidikan semakin tinggi prevalensi kurang aktivitas fisik. Prevalensi kurang aktivitas fisik penduduk perkotaan (57,6%) lebih tinggi dibanding pedesaan (42,4%) (Aklima et al, 2012).

Kemajuan di bidang ekonomi yang dialami oleh negara-negara berkembang seperti Indonesia, telah memberikan beberapa dampak pada masyarakat. Salah satu dampak yang terjadi adalah perubahan gaya hidup yakni dari *traditional life style* berubah menjadi *sedentary life style*, yaitu gaya hidup dengan tidak banyak melakukan aktivitas fisik atau tidak banyak melakukan gerakan (Hadi, 2005, dalam Intan, 2008). Data menunjukkan bahwa beberapa tahun terakhir terlihat adanya perubahan gaya hidup yang menjurus kepada penurunan aktivitas fisik seperti ke kampus menggunakan kendaraan, lebih senang bermain komputer/games, serta menonton televisi atau video dibandingkan melakukan aktivitas fisik (Hidayati et al, 2006). Penurunan tingkat aktivitas fisik akan menjadi kontributor yang signifikan dalam meningkatnya prevalensi overweight dan obesitas pada remaja selama dua dekade terakhir (Mira, 2012).

Kepolisian Negara Republik Indonesia merupakan satuan Negara yang berperan dalam memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, penegakkan hukum, serta memberi perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat dalam rangka terpeliharanya Keamanan Dalam Negeri. Polisi sebagai kekuatan pertahanan dan keamanan negara harus memiliki kemampuan dan kualitas yang prima agar dapat melaksanakan tugas pokok sebagai kekuatan pertahanan dan

keamanan maupun kekuatan sosial dan politik. Kemampuan dan kualitas kepolisian ditentukan oleh kondisi polisi yang tangguh yang dapat diandalkan dalam setiap saat maupun dalam melaksanakan tugasnya (Rira 2010). Pertahanan dan keamanan negara merupakan salah satu fungsi pemerintahan untuk menghadapi dan meniadakan segala ancaman baik dari dalam maupun dari luar negeri, yang diselenggarakan melalui sistem pertahanan dan keamanan rakyat semesta sebagai suatu cara pandang yang menempatkan pertahanan dan keamanan negara sebagai tanggung jawab bersama seluruh warga negara dengan hak dan kewajiban yang dijamin oleh Undang-Undang Dasar 1945 (Mirtusin, 2010)

Dalam UU No 2 Tahun 2002 Tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia disebutkan Polisi Republik Indonesia (Polri) merupakan lembaga tinggi negara yang melaksanakan tugas keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, dan memberikan perlindungan, pengayoman, serta pelayanan kepada masyarakat. Dalam melaksanakan tugasnya, anggota polri harus siap memberikan respon secara tepat terhadap masalah yang dihadapi dan terkadang terhadap kondisi yang membahayakan (Anderson, 2001). Untuk menunjang tugasnya maka anggota polri sebagai abdi negara dan pelayan masyarakat harus memiliki ketahanan fisik yang prima. Dengan jasmani yang bugar, seseorang mampu melakukan pekerjaan sehari-hari secara efisien tanpa timbul kelelahan yang berlebihan (Irianto, 2005). Tubuh sehat ideal secara fisik dapat dilihat dan dinilai dari penampilan luarnya. Tubuh sehat ideal dapat dilihat dari postur tubuh, sikap, tutur kata serta interaksi dengan orang lain. Postur tubuh ideal dinilai dari pengukuran antropometri untuk menilai apakah komponen tubuh tersebut sesuai dengan standar normal atau ideal (Azwar, 2004). Mempertahankan berat badan normal akan memungkinkan seseorang dapat mencapai usia harapan hidup (Life expectancy) yang lebih panjang. Berat badan yang kurang dapat meningkatkan resiko penyakit infeksi sementara berat badan lebih akan meningkatkan resiko terhadap penyakit degeneratif (Almatsier, 2009)

Penelitian di Indonesia oleh Nurfatimah (2007) menyatakan status gizi prajurit Batalyon 33 Cijantung Jakarta Timur sebanyak 11,39% berstatus obesitas dan 18,98% berstatus overweight. Dalam penelitian Adhi (2012) nilai persen lemak tubuh polisi laki-laki di Kabupaten Purworejo tahun 2012 yang tergolong obesitas

sebanyak 54%. Dari semua responden, 66,7% responden yang melakukan aktivitas fisik tidak berat masuk kategori obesitas. Penelitian Martaliza (2010) menyebutkan 39,7% polisi di Kota Bogor tergolong obesitas.

Berdasarkan uraian di atas dapat kita ketahui bahwa masalah gizi merupakan masalah yang penting bagi semua kalangan tidak terkecuali bagi polisi. Hal ini dikarenakan masalah gizi pada polisi akan berpengaruh terhadap produktivitas kerja. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian pada polisi sektor pinang ranti. Alasan dilakukannya penelitian pada polisi sektor pinang ranti dikarenakan peneliti ingin mengetahui permasalahan status gizi pada polisi di DKI Jakarta, khususnya pada polisi Polsek Pinang Ranti. Atas dasar tersebut, peneliti ingin mengetahui status gizi pada polisi sektor pinang ranti.

I.2 Tujuan Penelitian

I.2.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pola konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan status gizi Polisi laki-laki sektor Pinang Ranti Jakarta timur.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi pada polisi laki-laki di Polsek Pinang Ranti Jakarta.
- b. Mengetahui hubungan antara asupan energi terhadap status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.
- c. Mengetahui hubungan antara asupan protein terhadap status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.
- d. Mengetahui hubungan antara asupan lemak terhadap status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.
- e. Mengetahui hubungan antara asupan karbohidrat terhadap status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.
- f. Mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.

I.3 Perumusan Masalah

Dari data Riskesdas (2010) prevalensi gizi lebih di Jakarta lebih tinggi yaitu 16,2% jika dibandingkan dengan prevalensi gizi lebih di Jawa Barat sebesar 12,8%. Angka prevalensi obesitas di Jakarta juga masih berada diatas angka prevalensi gizi lebih di Indonesia. Sementara itu data prevalensi gizi lebih PNS di Indonesia untuk laki-laki sebesar 17,5% dan untuk perempuan sebesar 19,4% yang juga masih berada diatas prevalensi gizi lebih di Indonesia untuk kelompok umur dewasa 19 tahun keatas. Hal ini akan berdampak terhadap kinerja dari para polisi. Karena polisi yang mengalami gizi lebih akan lebih cepat merasa lelah dan mengakibatkan berkurangnya produktivitas kerja dari anggota polisi. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan mengetahui hubungan pola konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Polisi sektor pinang ranti Jakarta timur.

Hasil penelitian ini memberikan informasi berkaitan dengan status gizi Polisi laki-laki sektor pinang ranti Jakarta timur. Serta dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk membuat kebijakan terkait tugas dan fungsi Polri.

1.4.2 Manfaat Bagi Anggota Polisi sektor pinang ranti Jakarta timur.

Hasil penelitian ini memberikan informasi berkaitan dengan status gizi dan pola konsumsi pangan anggota Polisi laki-laki sektor pinang ranti Jakarta timur

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai penerapan pengetahuan ilmu gizi, sarana belajar dan mengaplikasikan ilmu yang telah di pelajari mengenai hubungan pola konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan status gizi.

1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi, gambaran maupun bahan acuan perbandingan bagi penelitian yang akan datang.

I.5 Hipotesis

1. Ada hubungan pola konsumsi pangan dengan status gizi pada polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti.
2. Ada hubungan aktifitas fisik dengan status gizi pada polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti.
3. Ada hubungan pola konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan status gizi polisi laki-laki Polsek Pinang Ranti.

I.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk meneliti adanya hubungan antara pola konsumsi pangan, aktivitas fisik terhadap status gizi pada polisi Polsek Pinang Ranti Jakarta timur tahun 2017. Penelitian ini menggunakan metode *cross secsional* dengan pengambilan data primer melalui kuesioner recall 2x24jam dan kuesioner aktivitas fisik.

