

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi merupakan gambaran kondisi tubuh sebagai akibat pemanfaatan zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi (Rahmat, 2022). Status gizi menjadi faktor penting karena berhubungan dengan kecerdasan, produktivitas dan kreativitas yang tentunya dapat mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) (Dewi et al., 2022).

Status gizi akan menentukan masalah gizi yang terjadi pada seseorang dan setiap kelompok umur berisiko mengalami masalah gizi. Menurut (Azizah et al., 2022) bahwa masalah gizi adalah masalah yang kompleks yang perlu ditangani karena dapat terjadi pada semua siklus kehidupan, mulai awal kehidupan dalam kandungan, balita, remaja hingga lanjut usia.

Status derajat kesehatan pada remaja menjadi hal penting yang harus diperhatikan. Status gizi, status anemia, dan tekanan darah merupakan contoh indikator kesehatan yang perlu diperhatikan untuk mencapai kesehatan yang prima dan optimal. Kecukupan gizi pada remaja juga akan berpengaruh kedepannya terhadap tingkat kecerdasan. Periode remaja menjadi salah satu tahapan kehidupan seseorang dimana pertumbuhan berat badan dan tinggi badan mengalami puncaknya. Sehingga pengetahuan tentang pentingnya kecukupan gizi bagi kesehatan remaja sangat dibutuhkan (M. Zurnila et al., 2018).

Masalah gizi yang terjadi pada remaja akan berdampak pada status gizi dan menyebabkan masalah kesehatan. Status gizi kurang dapat berpengaruh terhadap reproduksi dan status gizi lebih dapat menyebabkan risiko terhadap penyakit-penyakit degeneratif, misalnya hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung serta beberapa jenis penyakit lainnya (Rahmat, 2022).

Remaja merupakan kelompok dengan usia 10-18 tahun yang membutuhkan berbagai zat gizi (Rumida & Doloksaribu, 2021). Remaja membutuhkan lebih banyak zat gizi, karena merupakan periode peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa (Husnah & Fitriani, 2022). Asupan zat gizi remaja menjadi hal penting untuk menghindari terjadinya masalah gizi selama periode pertumbuhan remaja (Sandala et al., 2022).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 mengenai status gizi berdasarkan IMT/U pada remaja umur 16-18 tahun, secara nasional prevalensi kurus sebesar 6,7%, normal 78,3%, gemuk sebesar 9,5%, dan obesitas sebesar 4,0 % .Jawa Timur merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi status gizi diatas prevalensi nasional dengan prevalensi kurus sebesar 6,8%, normal 75,7%, gemuk sebesar 11,3%, dan obesitas sebesar 5,1% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi status gizi di kabupaten Probolinggo merupakan 3 terbesar di Jawa Timur setelah Kota Pasuruan dan Sumenep dengan prevalensi kurus sebesar 7,83%, normal 76,85%, gemuk sebesar 9,10%, dan obesitas sebesar 2,57% (Riskesdas Jawa Timur, 2018). Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan melalui wawancara dengan kepala seksi kesehatan keluarga dan gizi bahwa di

Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo belum terdapat data terbaru tahun 2022 terkait dengan status gizi di kabupaten Probolinggo.

Peningkatan jumlah obesitas ini terjadi karena lebih sering mengkonsumsi fast food modern yang dapat dikategorikan junk food, yang lebih banyak mengandung energi dan sedikit serat. Hal tersebut perlu mendapat perhatian, sebab gizi lebih yang muncul pada usia remaja cenderung berlanjut hingga dewasa dan lansia. Sementara gizi lebih itu sendiri merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif. Junk food dideskripsikan sebagai makanan yang tidak sehat atau memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang. Junk food umumnya banyak mengandung gula, tepung, lemak trans, lemak jenuh, garam serta zat pengawet atau pewarna, tetapi sedikit mengandung vitamin dan serat. Makanan dari restoran cepat saji, seperti hamburger, ayam goreng dan kentang goreng sering dianggap sebagai junk food (M. Dody Izhar, 2016).

Remaja yang tidak mengonsumsi makanan bergizi seimbang juga berisiko mengalami penyakit Kurang Energi Kronis atau disebut KEK yang dapat menyebabkan berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal lainnya (Kemenkes RI, 2018). Khusus remaja putri, pemenuhan asupan zat gizi perlu menjadi perhatian karena berkaitan dengan persiapan menjadi calon ibu (Hidana et al., 2022). Masalah gizi pada remaja, baik gizi kurang atau gizi lebih akan berisiko terkena penyakit misalnya penyakit menular. Jika masalah gizi berlanjut hingga dewasa dan menikah dapat berdampak pada kesehatan janin yang dikandungnya (Dwimawati, 2020).

Status gizi remaja akan menentukan proses pertumbuhan dan perkembangan seorang remaja. Sesuai dengan temuan Asakura & Sasaki (2017) yang menyebutkan bahwa nutrisi yang baik akan menunjang tumbuh kembang seorang anak maupun remaja. Disebutkan pula bahwa dengan nutrisi yang diberikan secara teratur, akan meningkatkan konsentrasi anak dalam proses belajarnya sehingga secara tidak langsung menunjang perkembangan kognitif dan nilai akademiknya di sekolah. Remaja yang teratur asupan gizi dan porsi makannya juga akan mengalami pertumbuhan yang lebih baik dibandingkan remaja yang asupan gizi dan porsi makannya tidak teratur.

Perilaku konsumsi remaja yang tidak seimbang dan kurang bervariasi pada penelitian yang dilakukan oleh Mokoginta, dkk di Bolaang Mongondow Utara (2016), dimana tingkat kecukupan energi yang didapati sangat kurang (97,5%), pemenuhan asupan karbohidrat, asupan protein dan lemak, Sebagian remaja yang ikut dalam penelitian dilaporkan kurang dari 70% angka kecukupan gizi (AKG) per hari. Hal tersebut juga didukung oleh laporan riset kesehatan, yaitu konsumsi sayuran untuk umur diatas 10 tahun masih rendah. Sedangkan konsumsi sayur dan buah merupakan sumber berbagai vitamin, mineral dan serat pangan yang berperan penting sebagai antioksidan (Mokoginta et al., 2016).

Upaya pemerintah untuk mengatasi status gizi pada remaja meliputi program pembangunan kesehatan melalui program gizi masyarakat antara lain menciptakan keluarga sadar gizi (Kadarzi) yaitu menimbang berat badan secara teratur, makan beranekaragam, menggunakan garam beryodium, suplementasi

gizi, dan upaya pendidikan gizi di sekolah yaitu program edukasi gizi (Kemenkes RI, 2018). Masyarakat mendukung dan ikut serta program pemerintah untuk mewujudkan pelayanan promotif dan preventif dalam mewujudkan kadarzi sehingga remaja dan WUS dapat menjaga kesehatan tubuh mengenai gizi melalui program gizi masyarakat dan pendidikan gizi disekolah atau edukasi gizi (Kemenkes RI, 2018).

SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong, merupakan salah satu sekolah swasta yang ada di Pajajaran Kulon, Kecamatan Pajajaran, Kabupaten Probolinggo, Jawa Timur. Sekolah ini termasuk salah satu cabang pendidikan di Pondok Pesantren Zainul Hasan Genggong dengan akreditasi A, menggabungkan pendidikan formal dengan berbasis pesantren. Santri mengikuti segala kegiatan yang ada di pesantren, pola makan pun telah diatur oleh pesantren dengan jadwal makan dua kali sehari, makan pagi mulai pukul 06.30 sampai 09.00 WIB dan makan sore mulai pukul 15.00 sampai 18.00, menu yang disediakan yaitu nasi, tahu atau tempe, ayam atau lele, dan sayur dalam satu porsi. Padatnya kegiatan sekolah maupun pondok pesantren, terkadang membuat santri tidak sempat mengambil jatah makan sehingga beberapa dari mereka tidak sarapan pagi, dengan adanya hal tersebut perlu adanya penilaian dan pemantauan status gizi untuk mencegah terjadinya masalah gizi dan kesehatan pada tahap dewasa nantinya. Berdasarkan survey lapangan yang peneliti lakukan dari hasil wawancara dan pengamatan yang dilakukan di SMA Unggulan bahwa penilaian status gizi remaja putri belum pernah dilakukan dan secara umum banyak diantara remaja yang tidak paham

tentang penilaian dan tujuan penilaian status gizi di usia remaja. Berdasarkan uraian yang dipaparkan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Status Gizi Menggunakan KMS Remaja Pada Santri Putri di SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Status Gizi Menggunakan KMS Remaja Pada Santri Putri di SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong Kabupaten Probolinggo ?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Status Gizi Menggunakan KMS Remaja Pada Santri Putri di SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong Kabupaten Probolinggo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk memberikan gambaran dan informasi bagi tenaga kesehatan dan remaja tentang status gizi pada remaja

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Merupakan wahana untuk belajar, menambah pengetahuan, wawasan dan mendapat pengalaman nyata dalam melaksanakan penelitian tentang status gizi remaja

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan kepustakaan dalam pengembangan ilmu di Program Studi Sarjana Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang berkaitan dengan status gizi remaja

3. Bagi SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong

Sebagai bahan informasi dan masukan bagi SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong mengenai status gizi remaja sehingga pendidikan tentang gizi seimbang dapat lebih fokus untuk diajarkan kepada santri putri SMA Unggulan Haf-Sa Zainul Hasan BPPT Genggong.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi, sebagai panduan dan sebagai bahan masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya.