

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis, dan psikososial. Masa ini mulai pada usia 12 tahun dan berakhir sekitar usia 18 tahun. Pada masa remaja akan muncul serangkaian perubahan fisiologis yang kritis, yang membawa individu pada kematangan fisik dan biologis. (Semiun, 2006a ; Prawirohardjo, 2006; Wiknjosastro, 2005).

Anak sekolah merupakan sumber daya manusia di masa depan sebagai generasi penerus bangsa yang potensi dan kualitasnya masih perlu ditingkatkan. Sumber daya manusia yang tangguh, sehat dan produktif dapat dibentuk dengan cara memberikan perhatian sedini mungkin. Mewujudkan harapan tersebut masih banyak kendala yang harus diatasi. Beberapa hasil penelitian mengungkapkan sebagian anak sekolah masih mengalami berbagai gangguan gizi seperti obesitas, anoreksia nervosa dan sebagainya (Rosmalina, 2010).

Seiring dengan meningkatnya populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi dewasa (Pudjiadi, 2005). Gizi lebih dapat menyebabkan gangguan fungsi tubuh dan merupakan faktor resiko terjadinya penyakit seperti diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung koroner, penyakit kanker dan memperpendek harapan hidup (Almatsier, 2004). Pola penyebaran lemak tubuh pada perempuan dan laki-laki cenderung berbeda. Perempuan menimbun lemaknya di sekitar daerah pinggul, paha, lengan, punggung dan perut. Penumpukan jaringan lemak pada laki-laki terjadi di bagian perut (Wirakusumah, 2001).

Hasil Riskesdas (2013), menunjukkan prevalensi status gizi remaja umur 16-18 tahun secara nasional menurut Indeks Massa Tubuh per umur dengan

kategori sangat kurus sebesar 1,9%, kurus 7,5% sedangkan untuk kategori gemuk 5,7% dan sangat gemuk 1,6%. Hasil Riskesdas tahun 2013 juga

menunjukkan kecenderungan prevalensi remaja kurus relatif sama dengan tahun 2007 dan prevalensi sangat kurus naik 0,4%. Prevalensi gemuk naik dari 1,4% pada tahun 2007 menjadi 7,3% pada tahun 2013

Menurut Muchlisa (2013), ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja akan menimbulkan masalah gizi kurang maupun masalah gizi lebih. Penelitian Aini (2013), didalam Jurnal Kesehatan Universitas Negeri Semarang menyebutkan bahwa ada hubungan antara frekuensi asupan dari kudapan dengan kejadian gizi lebih yang dihitung menggunakan indeks IMT/U yaitu semakin banyak frekuensi memakan kudapan dalam sehari semakin mudah mengalami gizi lebih. Keseimbangan energi merupakan hasil dari pengurangan asupan energi terhadap energi yang dipakai. Sumber energi bagi manusia terdiri dari karbohidrat, lemak dan protein. Ketiga zat gizi tersebut merupakan zat gizi makro yang diperlukan bagi tubuh manusia dalam jumlah cukup besar. Karbohidrat di dalam tubuh berada dalam sirkulasi darah sebagai glukosa untuk keperluan energi, sebagian disimpan sebagai glikogen dalam hati dan jaringan otot serta sebagian diubah menjadi lemak kemudian disimpan sebagai cadangan energi di dalam jaringan lemak (Almatsier, 2004).

Asupan lemak memiliki densitas energi lebih tinggi dibandingkan zat gizi makro lain. Satu gram lemak menyumbang 9 kilokalori (WHO, 2000). Penelitian yang dilakukan Kharismawati (2010), menjelaskan bahwa ada 3 hubungan antara tingkat asupan lemak dengan status obesitas. Konsumsi lemak berlebih mengakibatkan kegemukan karena energi yang berasal dari lemak lebih dari 2 kali energi karbohidrat, sehingga terjadi penumpukan lemak di jaringan adiposa. Makanan berlemak juga mempunyai rasa yang lezat sehingga akan meningkatkan selera makan yang akhirnya terjadi konsumsi yang berlebih.

Status gizi secara antropometri lebih dikaitkan dengan asupan zat gizi makro (Suhardjo, 2003). Penilaian status gizi dapat dilakukan dengan indeks antropometri. Antropometri gizi merupakan hal-hal yang berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh berbagai tingkatan umur dan tingkat gizi (Supariasa dkk, 2004).

Antropometri merupakan indikator status gizi yang dapat dilakukan dengan cara mengukur beberapa parameter. Parameter merupakan ukuran tunggal dari tubuh manusia, antara lain: umur, berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, lingkar pinggul dan tebal lemak di bawah kulit (Supariasa dkk, 2004). Tebal lemak tubuh dihitung sebagai presentase terhadap berat badan dengan menjumlah tebal lemak pada 4 daerah pengukuran, selanjutnya dibandingkan dengan standar persentase lemak tubuh berdasarkan lipatan bawah kulit untuk menentukan besarnya persentase lemak tubuh (Irianto, 2007).

Sepertiga dari total lemak tubuh dapat diketahui dengan cara melakukan pengukuran lemak tubuh (subkutan). Lemak tubuh dapat diukur dalam bentuk absolut (kg) sebagai berat dari total lemak tubuh atau berupa persentase dari berat badan total diukur dengan menggunakan alat ukur skinfold caliper (mm). Pengukuran ini merupakan pendekatan tidak langsung dari lemak tubuh, sehingga dapat digunakan untuk mengestimasi total lemak tubuh. Proporsi lemak tubuh (subkutan) pada orang yang sangat kurus lebih rendah dibandingkan dengan orang yang obesitas (Fadila, 2001).

Adityawarman (2007), melakukan penelitian tentang komposisi tubuh pada remaja dengan menggunakan pengukuran IMT, persen lemak tubuh dan lingkar pinggang LILA. Persen lemak tubuh diukur dengan menggunakan dengan merk Omron dan lingkar pinggang menggambarkan lemak yang tersimpan dalam perut.

Kompleksitas problematika kehidupan di era globalisasi telah menawarkan banyak tantangan dan keuntungan bagi kelangsungan hidup manusia. Dan tantangan yang paling berat dalam hal ini adalah persoalan pilihan nilai moral, budaya, dan terutama karakter islam bagi kalangan peserta didik untuk segera diatasi atau bahkan diantisipasi sedini mungkin. Program pengembangan pendidikan khususnya pendidikan islam mulai banyak dilaksanakan oleh para

pakar pendidikan dan juga oleh setiap lembaga pendidikan islam guna meningkatkan mutu dan prestasi belajar peserta didik serta berkarakter mulia. Salah satunya adalah program Boarding School yang diterapkan di MAN 1 Semarang ini , dengan menerapkan pendidikan karakter islam secara kuantitas dan kualitas, maka diharapkan akan menumbuhkan mereka atas kedisiplinannya alasan memilih MAN 1 Semarang sebagai objek penelitian karena Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang sebagai Madrasah unggulan di kota Semarang yang memiliki fasilitas yang baik dalam meningkatkan 5 mutu pendidikan. Fasilitas unggulan dari Madrasah ini yaitu sebuah pesantren sekolah atau Boarding School sebagai tempat tinggal siswa 24 jam seluruh aktivitasnya terpantau oleh pihak sekolah.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimana Gambaran tentang status pada remaja putri di MAN 1 Semarang ? “

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan status gizi pada remaja putri di MAN 1 Semarang

2. Tujuan

- a. Mendeskripsikan karakteristik remaja Putri di MAN 1 Semarang
- b. Mendeskripsikan status gizi dengan indeks IMT remaja putri di MAN 1 Semarang
- c. Mendeskripsikan status gizi dengan indeks LILA remaja putri di MAN 1 Semarang
- d. Mendeskripsikan status gizi dengan indeks RLPP remaja putri MAN 1 Semarang
- e. Mendeskripsikan status gizi dengan indeks persen lemak dalam tubuh remaja putri MAN 1 Semarang

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan memiliki manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi baru dan sumbangan kepada ilmu pengetahuan khususnya ilmu kesehatan tentang gambaran status gizi antropometri pada remaja.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Peneliti
Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan hasil penelitian agar lebih baik
 - b. Bagi tempat penelitian
Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengetahuan baru dan acuan kepada pihak sekolah untuk lebih giat memberikan penyuluhan dan memberikan informasi kepada para remaja/siswanya terutama mengenai status antropometri remaja
 - c. Bagi peneliti
Hasil penelitian selanjutnya diharpkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan hasil penelitian agar lebih baik lagi .

