

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia dan mempunyai hubungan erat antara tingkat keadaan gizi dengan konsumsi makanan. Tingkat keadaan gizi optimal akan tercapai apabila kebutuhan gizi optimal terpenuhi, apabila konsumsi gizi makanan pada seseorang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh maka akan terjadi malnutrisi. Malnutrisi mencakup gizi lebih (*overnutrition*) dan gizi kurang (*undernutrition*) (Andea dan Raisa, 2010).

Menurut Riskesdas tahun 2010 tentang status gizi remaja umur 16-18 tahun secara nasional yang mempunyai status gizi normal adalah 89,7%, masih ada sekitar 10,3% yang mempunyai status gizi tidak normal. Untuk prevalensi kekurusan pada remaja 16-18 tahun secara nasional adalah 8,9% yang mana sangat kurus 1,8% dan kurus 7,1%. Dari angka kekurusan nasional tersebut Sumatra barat termasuk salah satu dari 13 provinsi yang mempunyai angka kekurusan di atas angka nasional. Prevalensi kegemukan pada remaja umur 16-18 tahun secara nasional masih kecil yaitu 1,4%. Status gizi pada remaja harus selalu diperhatikan karena remaja masih dalam keadaan tumbuh dan pembentukan diri yang mungkin dapat merubah keadaan status gizinya.

Survei Diet Total tahun 2014, mengungkapkan bahwa sebagian besar (79,6%) penduduk di Indonesia berada pada tingkat kecukupan energi sangat kurang dan kurang, yang terdiri dari 45,7% penduduk dengan tingkat kecukupan energi sangat kurang/minimal dan 33,9% penduduk dengan tingkat kecukupan energi kurang (Kemenkes, 2015). Data tersebut juga menunjukkan bahwa kelompok umur remaja yaitu antara 13-18 tahun menjadi kelompok yang paling banyak mengalami kekurangan energi. 52,5% remaja tersebut berada pada kategori kecukupan energi sangat kurang.

Remaja putri yang ditandai dengan masuknya masa pubertas akan banyak mengalami perubahan termasuk perubahan fisik. Berbagai Usaha dilakukan untuk mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkannya seperti melakukan diet dengan mengurangi konsumsi makanan, bahkan ada yang sampai menggunakan obat-obatan pelangsing tubuh. Perilaku diet pada remaja putri yang tidak diimbangi dengan pengetahuan yang cukup tentang gizi dan kebutuhan nutrisi tubuh tersebut akan berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, kekurangan gizi, dan perkembangan psikososialnya. Disamping itu pada masa remaja juga perlu adanya aktivitas fisik yang cukup, yang secara tidak langsung juga menjadi penyebab terjadinya kasus kekurangan energi kronik yang merupakan salah satu bentuk malnutrisi (WHO, 2010).

Studi pendahuluan dilakukan di Madrasah Aliyah (MA) Nahdlatul Ulama(NU) Mranggen pada kelas II, terdiri dari dua kelas II IPS dan satu kelas II IPA dengan jumlah siswa putri keseluruhan adalah 43 siswa, berdasarkan jumlah tersebut ditemukan hasil pengukuran LILA sebanyak 31 siswa putri (64,58%) mengalami Kekurangan Energi Kronik (KEK). Artinya sebagian besar remaja putri yang menjadi siswa di MANU Mranggen dalam kategori Kekurangan Energi Kronik, sehingga perlu mendapatkan perhatian mengenai kebutuhan energi protein bagi tubuh.

Adanya temuan di MANU Mranggen membuat penulis tertarik untuk mengetahui lebih mendalam tentang hubungan pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan body image dengan Panjang LiLa pada remaja putri.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan body image dengan Panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum penelitian adalah mengetahui hubungan pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan body image dengan Panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mendeskripsikan pengetahuan gizi pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
2. Mendeskripsikan aktivitas fisik pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
3. Mendeskripsikan body image pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
4. Mendeskripsikan panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
5. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
6. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.
7. Menganalisis hubungan antara body image dengan panjang LiLa pada remaja putri di Ma Nu Mranggen Demak.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi remaja putri

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi remaja putri agar dapat lebih mengerti informasi tentang body image, panjang LiLa, menambah pengetahuan tentang gizi dan aktivitas fisiknya, sehingga tidak salah dalam menerapkan diet yang pada akhirnya dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi.

1.4.2 Institusi sekolah

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi tenaga pendidik dalam hal ini guru sebagai informasi dan pengetahuan tentang Body Image, aktivitas fisik serta pengetahuan gizi dengan panjang LiLa pada remaja putri.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, khususnya penelitian yang berkaitan dengan pengetahuan gizi, aktivitas fisik dan Body Image dengan panjang LiLa.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Nama Judul Penelitian	Tahun Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Sri Handayani, Siti Budianingrum	Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kekurangan Energi Kronik Di Wilayah Puskesmas Wedi Klaten	2011	<i>Cross-Sectional</i>	Faktor yang berpengaruh terhadap kejadian KEK di wilayah Puskesmas Wedi Klaten adalah pendidikan dan pengetahuan.
2	Nursari Abdul Syukur	Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kurang Energi Kronik Di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda	2016	<i>Deskriptif</i>	Berdasarkan penelitian faktor yang banyak menyebabkan KEK di Puskesmas Sidomulyo adalah ekonomi 31,82%, dan faktor pendapatan 22,73%.
3	Nilfar Ruaida, Michran Marsaoly	Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik Pada Siswa Putri Di SMA Negeri 1 Kairatu	2017	<i>Cross-Sectional</i>	Uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan KEK dengan tingkat konsumsi Energi dan tidak terdapat hubungan KEK dengan tingkat konsumsi Protein.
4	Agustin Dwi Arista, Ir. Laksmi Widajanti, M.Si, Drs. Ronny Aruben,	Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkat Konsumsi Energi, Protein, dan Indeks Massa	2017	<i>Cross-Sectional</i>	Tidak ada hubungan antara sikap, tingkat pengetahuan, konsumsi energi dan protein dengan kejadian KEK. Namun ada hubungan antara IMT dengan

M.A	Tubuh/Umur dengan Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri	kejadian KEK.
-----	--	---------------

Berdasarkan tabel diatas, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya (Tabel 1) sebagai berikut:

1. Sasaran

Sasaran penelitian pertama adalah ibu hamil. Sasaran penelitian kedua adalah ibu hamil. Sasaran penelitian ketiga adalah siswa putri SMA. Sasaran penelitian keempat adalah remaja putri kelas XI. Sasaran penelitian ini adalah siswa kelas II Madrasah Aliyah.

2. Tujuan

Tujuan penelitian pertama untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian KEK pada ibu hamil. Tujuan penelitian kedua untuk mendeskripsikan tingkat ekonomi, pendapatan, dan pengetahuan pada ibu hamil. Tujuan penelitian ketiga untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi energi dan protein dengan kejadian KEK pada remaja putri. Tujuan penelitian keempat untuk mengetahui hubungan antara sikap, pengetahuan gizi, tingkat konsumsi energi protein, dan IMT/U dengan kejadian KEK. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan body image dengan panjang LiLa.

3. Variabel Yang Diteliti

Variabel penelitian pertama adalah KEK. Variabel penelitian kedua adalah tingkat pengetahuan, dan KEK. Variabel penelitian ketiga adalah tingkat konsumsi energi dan protein dengan KEK. Variabel penelitian keempat adalah KEK, pengetahuan gizi, sikap, tingkat konsumsi energi

protein, dan IMT/U. Variabel penelitian ini adalah aktivitas fisik, pengetahuan gizi, body image dengan panjang LiLa.

4. Tempat

Tempat penelitian pertama dilakukan di Puskesmas Wedi Klaten Tempat penelitian kedua dilakukan di Puskesmas Sidomulyo Samarinda. Tempat penelitian ketiga dilakukan di SMAN 1 Kairatu. Tempat penelitian keempat dilakukan di SMK Islamic Centre Baiturrahman Semarang. Tempat penelitian ini dilakukan di MA Nahdlatul Ulama Mranggen Demak.

