

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang berlangsung dari usia belasan ke usia awal dua puluhan. Masa remaja dibagi dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 11-14 tahun), remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan remaja akhir (usia 17-20 tahun). Pada masa ini terjadi perubahan yang sangat cepat, baik secara psikologis, fisiologis maupun social yang sering diikuti dengan terjadinya berbagai permasalahan social, termasuk masalah gizi. Masalah gizi pada remaja terjadi akibat pola konsumsi yang salah, sehingga mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan. (Adriani dan Bambang, 2012).

Masalah gizi yang banyak dijumpai pada usia remaja, diantaranya adalah gizi lebih, obesitas, gizi kurang, kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia, terdapat 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Prevalensi berat badan lebih dan obesitas 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2015, mengungkapkan bahwa di Kota Semarang prevalensi obesitas penduduk usia 15 tahun keatas 18,9%, yang terdiri dari laki-laki 11,5% dan perempuan 26,1%. Penelitian lain (Ramadhani. D. I) yang dilakukan di Semarang mengungkapkan 17,9% remaja mengalami gizi kurang, yang berhubungan dengan pola makan yang salah akibat berkembangnya "*body image*" pada sebagian remaja. Disisi lain prevalensi overweight dan obesitas pada remaja usia 13-15 tahun berturut-turut adalah 11,0% dan 4,9%. Kota Semarang termasuk salah satu kota dengan prevalensi gemuk diatas prevalensi provinsi Jawa Tengah, khususnya untuk remaja usia 13-15 tahun.

SMA Negeri 11 Semarang memiliki kegiatan belajar dan ekstrakurikuler yang cukup padat. Lokasinya yang berada di dalam perumahan membuat mereka hanya mengonsumsi jajanan kantin, Kantin sekolah yang berjumlah 5 yang rata-rata menyediakan produk yang sama dan tidak beragam, seperti ayam geprek, sosis goreng, bakso, sate telur, sate hati ayam, dan lainnya. Konsumsi Bahan Makanan Hewani Dan Sumbangan Lemak Hewani Pada Kecukupan Lemak Harian Remaja Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Kota Semarang .

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana konsumsi bahan makanan hewani, dan sumbangan Lemak hewani pada kecukupan lemak siswa SMAN 11 Semarang ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui konsumsi bahan makanan hewani, dan sumbangan Lemak hewani pada kecukupan lemak siswa SMAN 11 Semarang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan konsumsi bahan makanan hewani siswa SMAN 11 Semarang.
2. Mendeskripsikan sumbangan Lemak hewani pada kecukupan lemak siswa SMAN 11 Semarang

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah

Hasil penelitian akan di sampaikan kepada pihak sekolah agar dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler pendidikan gizi, dalam program UKS. Program ini bisa dikembangkan bekerjasama dengan Puskesmas atau Dinas Kesehatan setempat.

1.4.2 Bagi Responden

Hasil penelitian akan dipublikasikan agar dapat menambah pengetahuan dan pemahaman remaja tentang pentingnya asupan makanan hewani dan sumbangan Lemak hewani pada kecukupan lemak.