

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Karena sifat perubahan tersebut relatif cepat, maka diperlukan konsumsi nutrisi yang memenuhi kebutuhan remaja. Tanda-tanda seperti perubahan fisik, mental, emosional, dan sosial menunjukkan adanya berbagai perubahan (Mardalena, 2017). Masalah gizi remaja memerlukan perhatian khusus karena mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta berdampak pada masalah gizi orang dewasa (Pudjiadi, 2005) seiring dengan meningkatnya populasi remaja Indonesia.

Remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah gizi seperti status gizi kurang dan status gizi lebih. Status gizi adalah ukuran keberhasilan dalam pemenuhan zat gizi yang dapat ditunjukkan oleh Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB). Status gizi kurang merupakan gambaran kekurangan zat gizi yang tidak terpenuhi oleh tubuh, sedangkan status gizi lebih merupakan kelebihan zat gizi tertentu di dalam tubuh. Permasalahan gizi pada remaja ini perlu mendapatkan perhatian yang khusus, sebab mempengaruhi perkembangan di masa dewasa (Al-Jawaldeh et al, 2020).

Tubuh memerlukan suplai semua zat gizi yang memadai untuk dapat tumbuh dengan baik. Oleh karena itu, remaja membutuhkan makanan yang adekuat baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Semakin bervariasi atau beraneka ragam makanan yang dikonsumsi, maka semakin terpenuhi pula kecukupan zat gizinya yang selanjutnya dapat berdampak pada status gizi dan kesehatannya (Azrimaidaliza & Purnakarya, 2011).

Kekurangan gizi pada remaja dapat mengakibatkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan morbiditas, mengalami pertumbuhan tidak normal, tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya pertumbuhan organ reproduksi (Emilia, 2009).

Menurut Data Riskesdas tahun 2018 prevalensi status gizi kurang di Kota Malang menurut IMT umur 16-18 tahun yaitu 9,74%. Kemudian menurut data dari Dinas Kesehatan kota Malang, prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 16-18 tahun pada tahun 2021 sebesar 17,52%. Sedangkan pada tahun 2022 prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 16-18 tahun mengalami peningkatan menjadi 20,47%.

Masalah gizi merupakan gangguan kesehatan serta kesejahteraan seseorang atau kelompok orang dan masyarakat sebagai akibat dari tidak merata antara asupan dengan kepentingan tubuh terhadap makanan serta pengaruh interaksi penyakit. Ketidakseimbangan ini dapat berdampak pada terjadinya gizi lebih maupun gizi kurang (Dewi & Mustika, 2012). Penelitian (Rorimpandei et al., 2020) menunjukkan terdapat adanya hubungan antara asupan protein dan lemak dengan status gizi remaja putri di Desa Kayuuwi satu Kecamatan Kawangkoan Barat. Lebih lanjut sesuai dengan penelitian (Mulalinda et al., 2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara asupan protein dan lemak, dengan status gizi pelajar kelas VII dan VIII di SMP Kristen Tateli Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. Menurut Rachmayani dkk.(2018 ) juga menyatakan bahwa Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dan status gizi Siswi SMA Negeri 4 Manado ( $p = 0,000$ ) dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0,567$ .

## **B. Rumusan Masalah**

“Apakah ada hubungan dari tingkat konsumsi energi, protein, lemak dengan status gizi siswa di SMA Laboratorium UM?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mempelajari hubungan tingkat konsumsi energi, protein, lemak dengan status gizi pada siswa SMA Laboratorium UM.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat konsumsi energi pada siswa SMA Laboratorium UM.
- b. Mengetahui tingkat konsumsi protein pada siswa SMA Laboratorium UM.
- c. Mengetahui tingkat konsumsi lemak pada siswa SMA Laboratorium UM.
- d. mengetahui status gizi siswa SMA Laboratoirum UM.
- e. Mempelajari hubungan tingkat konsumsi energi dengan status gizi.
- f. Mempelajari hubungan tingkat konsumsi protein dengan status gizi.
- g. Mempelajari hubungan tingkat konsumsi lemak dengan status gizi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai gambaran mengenai tingkat konsumsi zat gizi pada siswa agar dapat mencegah terjadinya status gizi kurang pada siswa .

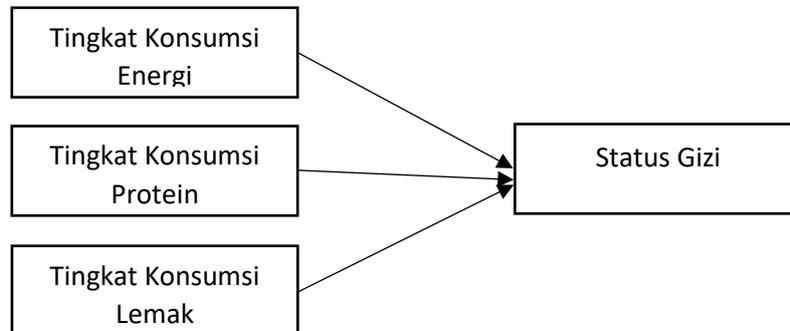
### **2. Manfaat bagi Peneliti**

Dapat menjadikan penelitian sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan serta meningkatkan kepedulian terhadap masalah gizi remaja.

### **3. Manfaat Bagi polkesma**

Sebagai bahan masukan penelitian lebih lanjut di masa yang akan datang dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang dan dapat dimasukkan kedalam jurnal terakreditasi.

## E. Kerangka Konsep



\_\_\_\_\_ : variable yang diteliti

..... : variable yang tidak diteliti

## F. Hipotesis

1. Ada hubungan tingkat konsumsi energi dengan status gizi pada siswa SMA Laboratorium UM Malang.
2. Ada hubungan tingkat konsumsi Protein dengan status gizi pada siswa SMA Laboratorium UM Malang
3. Ada hubungan tingkat konsumsi lemak dengan sstatus gizi pada siswa SMA Laboratorium UM Malang