

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gambaran kecukupan gizi seseorang biasanya dikenal sebagai status gizi.¹ Status gizi bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti asupan makanan, aktivitas fisik, *body image*, ekonomi, ekologi, jenis kelamin, dan usia.^{2,3} Status gizi bisa dinilai secara langsung yaitu antropometri, pemeriksaan tanda-tanda klinik, tes biofisika dan biokimia maupun tidak langsung yaitu faktor ekologi, statistik vital serta survei konsumsi pangan.⁴ Status gizi bisa diklasifikasikan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) menjadi sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013, data nasional status gizi dilihat dari IMT/U remaja usia 16-18 tahun diperoleh persentase status gizi sangat kurus 1,9%; kurus 7,5%; normal 83,2%; gemuk 5,7% dan obesitas 1,6%. Dan data status gizi di provinsi DKI Jakarta diperoleh persentase sangat kurus 2,3%; kurus 8,8%; normal 77,4%; gemuk 7,3% dan obesitas 4,2%.⁵

Kebutuhan nutrisi saat remaja sangat tinggi untuk pertumbuhan secara dan perkembangan secara fisik dan kognitif secara pesat.⁶ Seiring pesatnya pertumbuhan pada remaja kebutuhan energi juga meningkat yang bisa diperoleh dari makanan yang mengandung karbohidrat, protein dan lemak.^{1,7,8} Kebutuhan energi bervariasi dalam keadaan dan jenis tubuh yang berbeda. Di tubuh manusia, energi kimia dari makanan diubah ke bentuk energi lain yang digunakan untuk kerja tubuh.¹ Remaja perlu mengonsumsi makanan dan minuman yang menyediakan energi yang adekuat untuk mengurangi risiko terjadinya gagal tumbuh, anemia, gangguan psikososial, serta penyakit kardiovaskular dan osteoporosis.⁹ Berdasarkan survei diet total tahun 2014, tingkat kecukupan energi berdasarkan kelompok usia 13-18 tahun dapat dibagi menjadi energi sangat kurang (52%), kurang (30,3%), normal (12,9%) dan berlebih (5%).¹⁰

Jika dibandingkan dengan kelompok usia lain, konsumsi makanan saat remaja terlihat lebih banyak termasuk pola makan tidak teratur, makan camilan berlebihan, sering makan di restoran cepat saji, diet dan *skip meals*. Banyak faktor yang memengaruhi kebiasaan di atas seperti, menurunnya pengaruh keluarga,

meningkatnya pengaruh teman, jadwal kegiatan yang padat, tinggal di luar rumah, serta variasi makanan yang ada di rumah dan di sekolah atau universitas.^{1,3,11}

Menurut penelitian yang dilakukan oleh *Evan Regar, Rini Sekartin* didapatkan hubungan antara asupan energi terhadap status gizi anak usia 5-7 tahun.¹² Penelitian yang dilakukan Triasih Arimurti didapatkan hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada anak usia 9-12 tahun.¹³ Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Faizzatur Rokhmah, Lailatul Muniroh, dan Triska Susila Nindya terdapat hubungan antara kecukupan energi dengan status gizi pada siswi SMA di pondok pesantren.¹⁴ Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Irene Ubro didapatkan hubungan antara asupan energi dengan status gizi mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2013 fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi.¹⁵ Namun, penelitian yang dilakukan oleh M. Fikri tidak didapatkan hubungan antara status gizi dengan asupan kalori pada anak usia 13-15 tahun di Madrasah Pembangunan Tsanawiyah Ciputat Tahun 2015.¹⁶ Dari beberapa hasil penelitian diatas hasilnya masih belum signifikan tentang hubungan asupan energi dengan status gizi serta masih belum dilakukan penelitian pada kelompok usia 16-18 tahun.

Berdasarkan uraian diatas, penulis ingin melakukan penelitian dengan judul, Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Mahasiswa Usia 16-18 Tahun Di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Pernyataan Masalah

Masih kurangnya kecukupan energi pada mahasiswa pada usia 16-18 tahun.

1.2.2 Pertanyaan Masalah

1. Bagaimana hubungan asupan energi dengan status gizi pada mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun?
2. Bagaimana asupan energi mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun?
3. Bagaimana sebaran status gizi mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun?

1.3 Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan asupan energi dengan status gizi pada mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Diketuainya hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada mahasiswa usia 16-18 tahun.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya asupan energi mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun.
2. Diketuainya sebaran status gizi mahasiswa FK UNTAR usia 16-18 tahun.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Responden Penelitian

1. Responden dapat mengetahui status gizinya.
2. Responden dapat mengetahui asupan energi dari makanan yang dikonsumsi.

1.5.2 Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

1. Dapat memberikan informasi tentang hubungan asupan energi dengan status mahasiswa berusia 16-18 tahun.

1.5.3 Bagi Peneliti

1. Peneliti dapat mempelajari serta meningkatkan kemampuan dalam penyusunan dan pembuatan suatu karya tulis ilmiah.