

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Masa remaja adalah suatu masa transisi, dimana seorang anak akan mengalami serangkaian perubahan baik dari segi fisik, psikologis, maupun kognitif. Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah mereka yang berusia antara 10 hingga 19 tahun.¹ Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 menyatakan bahwa, remaja adalah mereka yang usianya berkisar antara 10 hingga 18 tahun.¹

Pada masa remaja, pertumbuhan dan perkembangan fisik terjadi dengan sangat pesat. Ini menyebabkan kebutuhan nutrisi pada remaja meningkat. Selain itu, adanya perubahan lingkungan sosial pada remaja, juga menyebabkan terjadinya peningkatan aktivitas, sehingga kebutuhan akan nutrisi dan energipun ikut meningkat. Peningkatan kebutuhan nutrisi dan energi pada remaja, disertai dengan kemampuan kognitif yang belum sepenuhnya matang, dan peningkatan otonom dalam pemilihan makanan, menyebabkan para remaja berisiko untuk terkena gangguan nutrisi.²

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2013 (Riskesdas 2013), sebesar 35,1 % remaja di Indonesia yang berusia 13-15 tahun, memiliki bentuk tubuh yang pendek (13,8% sangat pendek dan 21,3% pendek) dan sebanyak 11,1% remaja usia 13-15 tahun memiliki bentuk tubuh yang kurus (3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus). Selain itu, untuk prevalensi gemuk pada remaja yang berusia 13-15 tahun adalah sebesar 10,8% (8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk/obesitas).³

Tentang status gizi remaja di Indonesia untuk usia 16-18 tahun, dimana 31,4% diantaranya memiliki bentuk tubuh yang pendek (7,5% untuk sangat pendek dan 23,9% pendek) dan 9,4% memiliki bentuk tubuh yang kurus (1,9% untuk sangat kurus dan 7,5% kurus).³ Salah satu dari 11 provinsi di Indonesia, dengan prevalensi kurus di atas nasional adalah DKI Jakarta.³ Ini mengejutkan, dimana DKI Jakarta yang merupakan ibu kota negara memiliki angka prevalensi kurus di atas nasional. Selain menjadi provinsi dengan prevalensi kurus di atas nasional, DKI Jakarta juga menjadi provinsi dengan prevalensi gemuk tertinggi di

Indonesia, yaitu sebesar 4,2%.³ Prevalensi remaja dengan status gizi gemuk secara nasional di Indonesia adalah sebesar 7,3% (5,7% gemuk dan 1,6% obesitas).³

Berdasarkan data-data tersebut, DKI Jakarta nampaknya memiliki beban ganda untuk masalah nutrisi pada remaja, berupa tingginya angka kurus dan gemuk pada remaja. Masalah nutrisi ini dapat terjadi karena berbagai faktor, diantaranya adalah perilaku makan yang tidak tepat.⁴ Perilaku makan yang tidak tepat ini salah satunya dapat dipengaruhi oleh ketidakpuasan akan *body image* / persepsi *body image* yang negatif.⁴ Ketidakpuasan ini muncul ketika bentuk dan ukuran tubuh yang sebenarnya tidak sesuai dengan bentuk dan ukuran tubuh yang dianggap ideal oleh para remaja.

Berdasarkan penelitian, sebanyak 19,5% remaja mengalami ketidakpuasan terhadap *body image* (26,6% pada remaja perempuan dan 10% pada remaja laki-laki).⁵ Dalam penelitian lain didapatkan, sebesar 74,5% remaja mengalami ketidakpuasan terhadap *body image*, dimana tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara remaja perempuan dan remaja laki-laki yang mengalami ketidakpuasan terhadap *body image* (remaja perempuan 73,1% dan remaja laki-laki 76%).⁶ Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Jakarta tahun 2013, sebanyak 41,8% pelajar Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA), mengalami persepsi *body image* yang negatif (53,6% untuk remaja perempuan dan 29,1% untuk remaja laki-laki).⁷

Selain itu, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan hubungan antara status Indeks Masa Tubuh (IMT) pada remaja dengan perilaku makan dan tingkat kepuasan terhadap *body image*.^{5, 6, 8, 9} Remaja dengan status IMT *overweight* dan obesitas, didapatkan lebih sering melewatkan sarapan mereka dibandingkan dengan remaja yang memiliki IMT *underweight* dan normal.⁶ Selain itu, pada remaja dengan status IMT *overweight* dan obesitas, memiliki tingkat ketidakpuasan terhadap *body image* yang tinggi.⁵

Ketidakpuasan *body image* yang terjadi pada para remaja dapat mencetuskan perilaku penurunan berat badan yang tidak sehat dan akan berujung pada perilaku makan menyimpang yang berbahaya.¹⁰ Hal tersebut dikhawatirkan akan berujung pada terjadinya malnutrisi hingga kematian. Maka dari itu,

penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara perilaku makan dan tingkat kepuasan *body image* dengan status gizi pada remaja.

1.2. Rumusan Masalah

1.2.1. Pernyataan Masalah

Tingginya angka pelajar dengan status gizi tidak normal yang dipengaruhi oleh perilaku makan menyimpang dan ketidakpuasan terhadap *body image*.

1.2.2. Pertanyaan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh perilaku makan terhadap status gizi?
2. Apakah terdapat pengaruh tingkat kepuasan *body image* terhadap status gizi?

1.3. Hipotesis Penelitian

1. Terdapat pengaruh perilaku makan terhadap status gizi.
2. Terdapat pengaruh tingkat kepuasan *body image* terhadap status gizi.

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh perilaku makan dan tingkat kepuasan *body image* terhadap status gizi pada pelajar kelas 8 dan 9 di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Da'il Khairaat Kalideres Januari 2018.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengaruh perilaku makan terhadap status gizi pada pelajar kelas 8 dan 9 di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Da'il Khairaat Kalideres.
2. Mengetahui pengaruh tingkat kepuasan *body image* terhadap status gizi pada pelajar kelas 8 dan 9 di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Da'il Khairaat Kalideres.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Dapat memberikan informasi mengenai pengaruh perilaku makan dan tingkat kepuasan *body image* terhadap status gizi pada pelajar.
2. Dapat memberikan kontribusi untuk digunakan dalam penelitian selanjutnya.