

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Batas usia remaja menurut Menteri Kesehatan RI tahun 2010 yaitu 10 sampai 19 tahun dan belum menikah (Pritasari, Damayanti dan Lestari, 2017). Remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, psikis, maupun sosial. Hal ini membuat remaja mengalami berbagai macam perubahan pola hidup seperti sikap dalam memilih makanan yang dikonsumsi, kebiasaan jajan, menstruasi, serta perhatian terhadap penampilan fisik gambaran tubuh (*body image*) pada remaja putri (Suha dan Rosyada, 2022).

Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh (Harjatmo, Par'i dan Wiyono, 2017). Menurut Riskesdas Nasional (2018) prevalensi status gizi (IMT/U Z-skor) pada remaja usia 16-18 tahun di Indonesia yaitu 1,4 sangat kurus, 6,7% kurus, 78,3% normal, 9,5% gemuk, dan 4,0% obesitas. Pada kelompok usia 13-15 tahun di Indonesia yaitu 1,9% sangat kurus, 6,8% kurus, 75,3% normal, 11,2% gemuk, dan 4,8% obesitas. Sedangkan prevalensi status gizi pada kelompok usia 5-12 tahun yaitu kurus 6,8% dan gemuk 10,8%. Berdasarkan data tersebut, kelompok usia 13-15 tahun memiliki prevalensi malnutrisi yang lebih tinggi daripada kelompok usia remaja lainnya.

Prevalensi status gizi (IMT/U Z-skor) pada remaja usia 13 - 15 tahun pada tingkat Provinsi Jawa Barat, yaitu 1,7% sangat kurus, 6,1% kurus, 75,3% normal, 12,0% gemuk, dan 4,9% obesitas (Riskesdas Jawa Barat, 2019). Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa prevalensi remaja gemuk dan remaja obesitas pada kelompok usia 13-15 tahun di Provinsi Jawa Barat lebih tinggi daripada di tingkat Nasional. Prevalensi status gizi gemuk pada remaja perempuan 13-15 tahun (12,66%) lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki (11,34%). Wilayah kota di Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi status gizi gemuk dan obesitas pada remaja usia 13 - 15 tahun lebih tinggi daripada prevalensi status gizi (IMT/U Z-skor) di kabupaten. Di antara wilayah kota di Jawa Barat, Kota Tasikmalaya menduduki peringkat ketiga dengan prevalensi status gizi gemuk dengan persentase 11,61%, dan angka tersebut lebih tinggi daripada prevalensi status gizi remaja gemuk tingkat nasional yaitu 11,2%.

Prevalensi status gizi sangat kurus dan kurus pada remaja 13-15 tahun di Kota Tasikmalaya yaitu sangat kurus (2,16%) dan kurus (7,74%), angka tersebut lebih tinggi daripada di tingkat Provinsi Jawa Barat yaitu sangat kurus (1,7%) dan kurus (6,1%) (Riskesdas Jawa Barat, 2019). Hal ini menandakan bahwa masalah gizi kurus dan gizi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun masih tergolong tinggi.

Gemuk atau *overweight* merupakan suatu kelainan atau penyakit akibat ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang keluar sehingga menjadi timbunan jaringan lemak yang berlebihan di dalam tubuh (Putra,

2017). Determinan permasalahan gizi kurus pada remaja yaitu pola sarapan yang tidak teratur akibat tingkat aktivitas, rendahnya asupan harian akibat nafsu makan yang kurang dan rendahnya tingkat pengetahuan pola makan yang sehat (Hariati, 2021).

Masalah gizi yang terjadi pada remaja putri saat ini akan berdampak pada masa yang akan datang. Kematangan fisik dan psikologis remaja putri sangat mempengaruhi kesiapan menjadi seorang ibu dalam sebuah keluarga yang sehat. Tidak terpenuhinya kebutuhan gizi pada masa ini dapat berakibat terlambatnya pematangan seksual dan hambatan pertumbuhan linear (Setyawati *et al.*, 2022). Penyebab masalah gizi pada remaja berkaitan dengan pemahaman gizi yang kurang, tidak sehat atau buruknya kebiasaan makan, mudah percaya dengan promosi makanan siap saji, kebiasaan makan yang berlebihan, dan kebiasaan jajan yang kurang sehat (Rohmah, Rohmawati dan Sulistiyani, 2020).

Jajanan merupakan makanan dan minuman yang dijual oleh penjual di tempat umum yang dapat langsung dikonsumsi (Rohmah, Rohmawati dan Sulistiyani, 2020). Kebiasaan konsumsi jajanan merupakan kebiasaan membeli makanan di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah berupa makanan ringan maupun minuman ringan yang dikonsumsi di luar waktu makan utama (Nuryani dan Rahmawati, 2018). Kebiasaan jajan remaja di sekolah menjadi perhatian karena sebagian besar waktu siang remaja dihabiskan di sekolah.

Seiring berjalannya waktu, kebiasaan konsumsi jajanan semakin meningkat di kalangan remaja. Hasil penelitian Hidayanti *et al.* (2022a) pada

remaja di Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa dari 379 subjek yang berpartisipasi dalam penelitian seluruhnya pernah jajan di sekolah, namun dalam penelitian tersebut belum dijelaskan bagaimana kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah. Kebiasaan konsumsi jajanan dengan kepadatan energi berkontribusi pada peningkatan asupan energi harian yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan (Almoraie *et al.*, 2021). Sejalan dengan survei yang dilakukan di USA menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi jajanan merupakan faktor utama yang bertanggung jawab dalam peningkatan energi total (Zalewska dan Maciorkowska, 2017).

Konsumsi jajanan pada remaja dapat berdampak pada defisiensi mikronutrien karena zat gizi yang lebih banyak dikonsumsi remaja dalam makanan jajanan yaitu karbohidrat dan lemak (Hidayanti *et al.*, 2022b). Sejalan dengan penelitian Zalewska dan Maciorkowska (2017) makanan jajanan yang dikonsumsi remaja adalah makanan yang tinggi lemak, gula, dan garam. Riskesdas Jawa Barat (2019) melaporkan bahwa proporsi kebiasaan konsumsi makanan manis dan makanan gorengan perhari penduduk di Kota Tasikmalaya berturut-turut yaitu 53,59% dan 62,23%. Angka tersebut lebih tinggi daripada proporsi kebiasaan konsumsi makanan manis dan makanan gorengan di tingkat Provinsi Jawa Barat yaitu 51,08% dan 52,47%. Kebiasaan konsumsi jajanan yang mengandung energi tinggi jika dikonsumsi dalam porsi besar dan dalam jangka waktu yang lama akan berpengaruh terhadap peningkatan berat badan dan berisiko obesitas (Almoraie *et al.*, 2021).

Penelitian lain mengungkapkan bahwa kebiasaan konsumsi jajanan dapat mengatasi masalah gizi kurang. Berdasarkan data *National Health and Nutrition Examination Surveys* (NHANES) 2009–2012 dalam Almoraie *et al.* (2021) peningkatan frekuensi dan konsistensi pola konsumsi makanan jajanan dapat membantu seseorang yang malnutrisi untuk meningkatkan konsumsi energi. Studi yang dilakukan oleh Hidayanti *et al.* (2022b) menunjukkan bahwa pada kelompok remaja pendek, konsumsi jajanan merupakan faktor protektif terhadap kejadian pendek pada remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Apakah ada hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya?
2. Apakah ada hubungan antara variabel *confounding* yang terdiri dari konsumsi energi jajanan, aktivitas fisik, konsumsi energi total, konsumsi protein total, konsumsi lemak total, dan konsumsi karbohidrat total dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Menganalisis hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

2. Menganalisis hubungan antara variabel *confounding* yang terdiri dari konsumsi energi jajanan, aktivitas fisik, konsumsi energi total, konsumsi protein total, konsumsi lemak total, dan konsumsi karbohidrat total dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Lingkup masalah pada penelitian ini yaitu hubungan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah, konsumsi energi jajanan, aktivitas fisik, konsumsi energi total, konsumsi protein total, konsumsi lemak total, dan konsumsi karbohidrat total dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

2. Lingkup Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif pendekatan *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Bidang ilmu yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu lingkup gizi masyarakat.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

5. Lingkup Sasaran

Lingkup sasaran dalam penelitian ini yaitu siswa perempuan kelas 7 dan kelas 8 di 7 SMP Negeri di Kota Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Januari sampai Bulan Juli 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi / Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sumber data mengenai gambaran kebiasaan konsumsi jajanan, status gizi serta hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

2. Bagi Program Studi Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan dalam kajian hubungan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman peneliti khususnya tentang hubungan kebiasaan konsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi remaja putri SMP di Kota Tasikmalaya.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi penelitian bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian dengan topik yang sama.