

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi adalah keadaan keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi (Wulanta, 2019). Status gizi merupakan ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat – zat gizi dalam tubuh. Status gizi terbagi menjadi lima kategori : sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan obesitas (Kemenkes RI, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan status gizi remaja di Kota Tangerang Provinsi Banten sebanyak 74,47% remaja yang termasuk kedalam gizi normal sisanya yaitu sangat kurus 1,56%, kurus 3,72%, gemuk 11,61% dan obesitas 8,64% (Kemenkes, 2018). Berdasarkan hasil survei pada siswi SMAN 7 Kota Tangerang yaitu tujuh dari sepuluh siswi memiliki status gizi tidak normal. Empat siswi termasuk dalam kategori gemuk, satu siswi termasuk dalam kategori obesitas, dan dua siswi termasuk dalam kategori kurus.

Dampak dari kekurangan gizi pada remaja dapat berakibat pada menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terserang suatu penyakit. Kekurangan gizi pada remaja putri dapat mempengaruhi siklus menstruasi, menghambat masa pembentukan otot pada masa pertumbuhan, kurangnya tingkat intelegensi (kecerdasan) dan produktivitas yang rendah akan mempengaruhi kualitas hidup di masa dewasa. Kelebihan zat gizi pada

seseorang akan membuat seseorang mengalami kelebihan berat badan dan jelas meningkatkan resiko terserang penyakit degeneratif seperti diabetes, tekanan darah tinggi dan penyakit jantung (Hasdianah dalam Fatimatuzzahro, 2016).

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi status gizi pada remaja, yaitu sosial ekonomi, pengetahuan orang tua, lingkungan, umur, jenis kelamin, aktifitas fisik, dan persepsi (Cash, 1994). Penelitian yang dilakukan oleh Ningsih dan Nurhasanah (2017) remaja putri lebih negatif memandang *body image* daripada remaja putra. Remaja putri merupakan kelompok masyarakat yang rentan terhadap dampak diet berlebihan dengan estimasi hingga 70%. Jumlah remaja putri yang mengalami hal tersebut mencapai dua kali lipat jika dibandingkan remaja putra.

Persepsi *body image* menjadi sangat berpengaruh terhadap status gizi remaja putri dikarenakan masa remaja merupakan masa di mana seseorang menjadi sangat perhatian terhadap penampilannya (Damayanti, 2016). Beberapa siswi kelas XI SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022 menyatakan mereka sangat memperhatikan bentuk tubuh mereka dan kadang merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang mereka miliki.

Salah satu yang dianggap dapat mendukung penampilan adalah bentuk tubuh yang ideal, ramping dan menarik. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja dapat mempengaruhi perkembangan psikologinya, termasuk memengaruhi kepercayaan diri dan keyakinan dalam diri seperti penerimaan bentuk tubuh dan persepsi citra tubuh (*body image*) (Husna, 2013).

Body image adalah gambaran mental atau sikap seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, hal - hal yang menyebabkan remaja putri tidak menerima kondisi fisiknya seperti: tinggi badan, bentuk badan, jerawat. Remaja putri sangat sensitif terhadap penampilan dirinya dan kondisi wajahnya (Sada *et al.*, 2012).

Body image dibagi menjadi dua yaitu *body image* positif dan negatif. *Body image* positif merupakan individu yang mempunyai persepsi yang baik terhadap bentuk tubuhnya, merasa bangga, menerima keunikan yang dimiliki dan merasa nyaman dengan bentuk tubuhnya sendiri. *Body image* negatif merupakan individu yang mempunyai persepsi yang salah dan berbeda terhadap bentuk tubuhnya, merasa malu, cemas, dan tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya sendiri (Fauziah *et al.*, 2021).

Remaja putri yang memiliki *body image* tidak ideal akan merasa stress dan terobsesi memiliki *body image* yang ideal (Marlina dan Ernalia, 2020). Remaja putri yang terobsesi memiliki *body image* ideal akan menerapkan pengaturan pembatasan makanan secara keliru. Pembatasan makanan secara keliru dapat menyebabkan kebutuhan gizi mereka tidak terpenuhi sehingga berpengaruh terhadap status gizi remaja tersebut (Setyorini, 2016).

Penelitian Widiyanti dan Aryu (2012) membuktikan terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi. Marlina dan Ernalia (2020) menunjukkan terdapat korelasi positif antara status gizi dengan persepsi *body image* ($p=0,0001$; $r=0,526$), setiap kenaikan 1 poin z-score IMT/U diprediksikan skor persepsi *body image* meningkat sebesar 9,529 poin. Jumlah responden yang menyatakan puas terhadap bentuk tubuhnya sebesar 62,5%

dan yang tidak puas 37,5%. Uraian latar belakang di atas memotivasi peneliti untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan dari penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja putri (siswi kelas XI SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022)?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara *body image* dengan status gizi pada remaja putri (siswi kelas XI SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai hubungan *body image* dengan status gizi remaja putri kelas XI di SMAN 7 Kota Tangerang tahun 2022.

2. Bagi Program Studi Gizi

Memberikan informasi baru bagi program studi khususnya bagi mahasiswa jurusan Gizi Universitas Siliwangi sebagai data pendukung bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian dalam bidang yang sama.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi keilmuan mengenai hubungan *body image* dengan status gizi remaja putri.

4. Bagi Peneliti

Menambah kepustakaan bagi peneliti, juga pengembangan kemampuan dalam bidang penelitian dan menelaah sejauh mana teori yang diperoleh pada masa perkuliahan dan penerapannya.

E. Lingkup Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Hubungan *body image* dengan status gizi remaja putri.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan studi *cross-sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Dalam penelitian ini, yang berperan sebagai subjek dan responden yaitu siswi kelas XI SMAN 7 Tangerang.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di Kota Tangerang yaitu tepatnya di SMAN 7 Kota Tangerang.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai dengan bulan November tahun 2022.