BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan individu dengan usia 10-19 tahun (WHO, 2014). Masa remaja adalah masa saat terjadi perubahan yang berlangsung dengan cepat baik terkait pertumbuhan fisik, psikososial, maupun kognitif (Hardinsyah dan Supriasa, 2017). Remaja membutuhkan asupan zat gizi yang cukup dan seimbang untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhannya. Asupan zat gizi yang tidak sesuai dapat meningkatkan risiko permasalahan gizi pada remaja.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi gizi kurang pada remaja umur 16-18 tahun di Indonesia sebesar 8,1% (1,4% sangat kurus dan 6,7% kurus). Prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun di Indonesia sebesar 13,5% (9,5% gemuk dan 4,0% obesitas). Prevalensi gizi kurang pada remaja umur 16-18 tahun di Provinsi Jawa Barat sebesar 7,03% (1,42% sangat kurus dan 5,61% kurus). Prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun di Provinsi Jawa Barat sebesar 15,41% (10,90% gemuk dan 4,51% obesitas). Prevalensi gizi kurang pada remaja umur 16-18 tahun di Kota Tasikmalaya sebesar 6,53% (1,19% sangat kurus dan 5,34% kurus). Prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun di Kota Tasikmalaya sebesar 16,23% (13,74% gemuk dan 2,49% obesitas) (Kemenkes RI, 2018).

Status gizi merupakan suatu kondisi tubuh yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh (Bimantara,

Adriani dan Suminar, 2019). Status gizi pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. Faktor yang dapat memengaruhi status gizi diantaranya asupan zat gizi, penyakit infeksi, pola konsumsi, gaya hidup, ekonomi, aktivitas fisik, lingkungan, pengetahuan gizi, serta citra tubuh (Februhartanty dkk, 2016).

Pengetahuan gizi dan citra tubuh merupakan faktor yang dapat memengaruhi status gizi pada remaja (Fitriani dkk, 2020). Pengetahuan gizi menyebabkan para remaja dapat memilih makanan yang sehat serta mengetahui bahwa makanan yang mereka konsumsi dapat berhubungan erat dengan gizi dan kesehatan (Jayanti dan Novananda, 2017). Kurangnya pengetahuan gizi dapat berkontribusi pada praktik diet yang buruk. Remaja dengan tingkat pengetahuan gizi yang baik dapat mengubah persepsi citra tubuh yang negatif dikarenakan para remaja akan lebih memperhatikan kebutuhan asupan zat gizinya (Fitriani dkk, 2020).

Citra tubuh yaitu suatu keyakinan atau persepsi individu dengan keadaan sadar mengenai bentuk tubuhnya (Bimantara, Adriani dan Suminar, 2019). Remaja pada umumnya sangat memperhatikan penampilan fisiknya. Remaja putri lebih banyak mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh dibandingkan dengan remaja putra (Fitriani dkk, 2020). Remaja putri menganggap bentuk tubuh yang ideal digambarkan dengan tubuh langsing. Hal tersebut menimbulkan persepsi negatif terhadap citra tubuh yang nantinya dapat berpengaruh terhadap status gizi (Yusinthia dan Adriyanto, 2018).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan pada 158 santriwati remaja di Pondok Pesantren Modern Darussalam Gontor Jawa Timur, terdapat 13,9% santriwati memiliki pengetahuan gizi seimbang dengan kategori kurang dan 86,1% santriwati memiliki pengetahuan gizi seimbang dengan kategori baik (Damayanti, Fathimah dan Setyorini, 2018). Penelitian sebelumnya yang dilakukan pada 106 santriwati berusia 15-17 tahun di Pondok Pesantren Mubtadi-aat Lirboyo Kediri, ditemukan terdapat proporsi ketidakpuasan citra tubuh sebesar 17,92% dan adanya hubungan bermakna antara ketidakpuasan citra tubuh dengan status gizi (Fitria, Sudargo dan Huriyati, 2016).

Studi pendahuluan mengenai pengetahuan gizi dan citra tubuh dilakukan terhadap 10 orang remaja putri kelas 12 Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya pada tanggal 17 Maret 2022. Berdasarkan studi pendahuluan tersebut terdapat 20% remaja putri memiliki tingkat pengetahuan gizi kurang, selain itu terdapat 60% remaja putri memiliki citra tubuh negatif. Penelitian terkait hubungan tingkat pengetahuan gizi maupun citra tubuh dengan status gizi remaja putri masih jarang dilakukan di Pondok Pesantren. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan gizi dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022?
2. Apakah ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.
2. Menganalisis hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya tahun 2022.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Lingkup masalah penelitian ini mengenai hubungan tingkat pengetahuan gizi dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya.

2. Lingkup Metode

Metode yang digunakan yaitu penelitian observasional dengan desain *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu ilmu gizi masyarakat, ilmu gizi dasar, penilaian status gizi, dan lain-lain.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran pada penelitian ini adalah remaja putri tingkat SMA di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman Tasikmalaya.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibadurrohman yang beralamat di Jalan Cisumur, RT 06 RW 02, Kelurahan Karsamenak, Kecamatan Kawalu, Kota Tasikmalaya, Provinsi Jawa Barat.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2022 sampai Maret 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Dinas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan evaluasi bagi dinas kesehatan untuk dapat menyusun langkah intervensi terhadap permasalahan gizi pada remaja.

2. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan, sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi Pondok Pesantren

Hasil penelitian diharapkan menjadi informasi serta evaluasi terkait tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh, dan status gizi remaja di pesantren.

4. Bagi Prodi Gizi

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah sumber literasi bagi kepastakaan prodi gizi. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan mahasiswa lainnya sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh, dan status gizi remaja.

5. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi keilmuan tentang tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh, dan status gizi remaja.

6. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman, wawasan, serta pemahaman peneliti terhadap permasalahan gizi, terutama berkaitan dengan tingkat pengetahuan gizi, citra tubuh, dan status gizi remaja putri.