

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Status gizi adalah suatu keadaan yang diakibatkan mengkonsumsi makanan dan zat-zat gizi lainnya (Almatsier, 2010). Zat gizi diperlukan untuk pemenuhan zat gizi pada usia remaja, terutama remaja putri berhubungan dengan perannya di masa yang akan datang karena merekalah yang akan melahirkan generasi selanjutnya tanpa mengalami masalah gizi (Mardalena, 2017). Masalah gizi remaja putri di dunia yaitu anemia, *stunting*, *wasting* dan obesitas (WHO, 2008).

Masalah gizi yang paling sering terjadi pada remaja adalah kelebihan asupan gizi yang dapat menyebabkan obesitas. Obesitas menjadi ancaman serius bagi kesehatan, kondisi obesitas akan membawa beberapa konsekuensi, seperti diskriminasi dari teman-teman, kesan negatif dari diri sendiri, kurang bisa bersosialisasi dan depresi. Selain itu kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi (Waryana, 2010).

Prevalensi anemia yang tinggi pada remaja putri menjadi perhatian dunia karena pada remaja putri telah menikah perlu adanya tambahan zat besi saat kehamilan, dengan menyediakan suplemen zat besi selama kehamilan untuk mencoba memastikan remaja putri memiliki cadangan zat besi yang cukup dan hemoglobin sebelum konsepsi (Kaur, Bassi & Sharma, 2011).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), 2008 prevalensi anemia secara global pada anak usia sekolah di perkirakan sejumlah 25,4%. Adapun di Indonesia, prevalensi status gizi dan anemia terbilang masih tinggi, berdasarkan kriteria WHO (20-39,9%) yang dianggap sebagai masalah kesehatan berkategori sedang. Sedangkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2007, menunjukkan bahwa 19,7% perempuan berumur lebih dari 15 tahun menderita anemia (8% responden dari penduduk perkotaan) dan menderita anemia mikrositik-hipokromik diantaranya 59,9%, dan angka kejadian status gizi menurut Indeks Masa Tubuh (IMT) pada remaja berusia 15 tahun keatas di Indonesia menunjukkan 14,8% kurus, 66,1% normal, 8,8% berat badan lebih, 10,3% obesitas dan di Jawa tengah 17,0% kurus, 65,9% normal, 8,0% berat badan lebih, 9,0% obesitas (Depkes RI, 2008). Adapun data antropometri sesuai dengan data Riskesdas 2010, bahwa status gizi remaja putri secara nasional usia 16-18 tahun yang tergolong kependekkan (*stunting*) sebesar 25,9% dan kekurusan (*wasting*) sebesar 5,2% (Kemenkes, 2010).

Faktor internal yang mempengaruhi status gizi yang terjadi pada remaja putri umumnya lebih kurang dominan karena ketidakpuasan terhadap tubuhnya dan memiliki lebih banyak gambaran tubuh yang negatif dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini disebabkan pada saat memasuki masa remaja seorang perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang membuat tubuh akan semakin jauh dari bentuk tubuh yang ideal dan ketidakpuasan pada remaja. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merupakan masalah yang rumit bagi remaja bahkan dapat menimbulkan

frustrasi, menciptakan konsep diri yang kurang tepat, mengurangi kepercayaan diri juga menyebabkan mereka kurang menghargai diri mereka sendiri (Anthony, 2009).

Hasil penelitian Sahputri (2015) menyatakan adanya hubungan antara status gizi dan gambaran tubuh pada remaja putri usia 15-17 tahun dengan hasil statistik responden memiliki gizi normal yakni sebanyak 72,7% siswi, dan hasil gambaran tubuh siswi sebanyak 52,5% negatif dan 47,5% positif. Adapun penelitian Kusmanjaya (2007) menyatakan bahwa adanya ketidakpuasan remaja terutama remaja putri usia 14-17 tahun yang menganggap dirinya lebih gemuk dari ukuran tubuh mereka yang sebenarnya. Remaja putri yang gemuk juga lebih banyak melakukan upaya penurunan berat badan berkaitan dengan bertambahnya umur mereka. Berdasarkan penelitian Widianti (2012) 40,3 % remaja tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan 59,7 % remaja puas dengan bentuk tubuhnya.

Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) N 10 Semarang pada tanggal 18 Juli 2017 di dapatkan data jumlah siswi kelas X sebanyak 203 orang dan siswi kelas XI sebanyak 177 orang. Hasil pada 10 siswi kelas X didapatkan hasil 3 siswi sangat kurus, 2 siswi kurus, 2 siswi normal dan 3 siswi gemuk. Kemudian hasil wawancara didapatkan hasil siswi yang sangat kurus dan gemuk tidak puas dengan *body imagenya*, adapun siswi yang kurus dan normal juga tidak puas dengan *body imagenya*, tetapi tidak berkaitan dengan postur tubuhnya melainkan dengan hal lain yaitu tumbuhnya jerawat di bagian wajah dan keinginan mempunyai kulit yang putih. Kemudian di kelas XI hasil didapatkan 2 siswi sangat kurus, 2 siswi kurus, 3 siswi normal, 3 siswi gemuk dan hasil wawancara didapatkan

hasil siswi yang sangat kurus, kurus dan gemuk mengatakan tidak puas dengan *body image* yang dimiliki, adapun siswi yang normal mengatakan puas dengan *body image* yang sekarang. Gambaran pola makan siswi kelas X dan XI kebanyakan makan 2 x sehari di tambah lagi siswi saat di sekolah kebanyakan memakan makanan ringan atau cemilan.

Latar belakang tersebut menjadi dasar peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara status gizi dengan *body image* pada remaja di SMA N 10 Semarang”. Beda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada variabelnya *dependent*, pada penelitian Syatyawati (2015) variabel *dependent*nya adalah prestasi belajar bertempat di Sekolah Dasar Di Desa Grenggeng Kecamatan Karanganyar Kebumen dengan sampel 73 responden. Adapun pada penelitian Nurvita (2015) variabel *independent*nya adalah *self-esteem* ber tempat di SMA Negeri 1 Jember, SMA Negeri 2 Jember, SMA Negeri 4 Jember, SMA Negeri 6 Jember, dan SMA Negeri 7 Jember dengan responden 41 siswi. Adapun beda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah lokasi, jumlah dan rentang usia respondennya.

B. Rumusan Masalah

Hasil penelitian Sahputri (2012) menunjukkan bahwa adanya ketidakpuasan terhadap *Body image* remaja putri. Hasil studi pendahuluan didapatkan hasil siswi yang memiliki IMT kurang atau lebih dari normal menunjukkan ketidakpuasan terhadap *Body imagenya*. Berdasarkan uraian tersebut maka rumusan masalah penelitian yang ditegakkan apakah ada “Hubungan antara status gizi dengan *Body image* pada remaja?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara status gizi dengan *body image* pada remaja putri SMA N 10 Semarang.

2. Tujuan khusus :

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mendeskripsikan karakteristik remaja putri di SMA N 10 Semarang.
- b. Mendeskripsikan karakteristik status gizi remaja putri di SMA N 10 Semarang.
- c. Mendeskripsikan *body image* pada remaja putri di SMA N 10 Semarang.
- d. Menjelaskan keeratan hubungan antara status gizi dengan *body image* pada remaja putri di SMA N 10 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi profesi

Sebagai materi pembelajaran, bahan diskusi, kajian, informasi dan pemahaman bagi tenaga medis dan perawat tentang hubungan status gizi dengan *body image* remaja putri sehingga dapat menyusun strategi yang tepat dalam rangka pemberian penyuluhan, pencegahan dan intervensi.

2. Bagi institusi

Sebagai bahan diskusi, kajian dan pemahaman kepada mahasiswa Ilmu Keperawatan UNISSULA. Bagi sekolah diharapkan menjadi bahan pembelajaran dan edukasi untuk pencegahan persepsi negatif terhadap *Body image* pada remaja putri di SMA N 10 Semarang.

3. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan kepada kelompok usia remaja mengenai status gizi yang baik, tidak hanya memandang *Body image* sebagai penilaian status gizi.