

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Remaja merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi, karena dalam masa ini remaja membutuhkan asupan gizi yang baik untuk mendukung tumbuh kembang dan mencegah masalah gizi (Muchtar, 2023). Masalah gizi yang saat ini dihadapi Indonesia adalah masalah gizi lebih dan gizi kurang. Faktor utama yang memengaruhi status gizi secara langsung adalah asupan makanan dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor lainnya adalah pola konsumsi, pengetahuan gizi, ketersediaan pangan, dan keadaan sosial ekonomi (Charina *et al.*, 2022).

Prevalensi status gizi remaja usia 5-19 tahun berdasarkan *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, yaitu remaja obesitas 8,2%, dan kurus 9,6%. Prevalensi status gizi remaja usia 13–15 tahun di Indonesia berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) sebesar 4,1% obesitas, 12,1% gizi lebih, 76,1% normal, 5,1% kurus, dan 1,9% sangat kurus (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Prevalensi status gizi remaja usia 13-15 tahun berdasarkan Z-skor IMT/U di Provinsi Jawa Barat yaitu 5,2% obesitas, 11,8% gizi lebih, 74,6% normal, 6,1% kurus, dan 2,3% sangat kurus (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Prevalensi status gizi di Kota Bandung berdasarkan data Riskesdas Jawa Barat 2018, menunjukkan data *overweight* sebesar 12,38%, obesitas sebesar 5,44%, dan *underweight* sebesar 8,14% (Riskesdas, 2018). Kebutuhan gizi remaja perlu diperhatikan karena masih berada pada fase pertumbuhan. Sehingga diperlukan asupan gizi yang seimbang (Wongkar *et al.*, 2021).

Masalah gizi pada remaja perlu menjadi perhatian serius karena dapat memberikan dampak signifikan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan saat memasuki masa dewasa (Putri *et al.*, 2022). Kondisi ini biasanya disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat, yaitu adanya ketidakseimbangan antara jumlah

asupan makanan dengan kebutuhan gizi yang direkomendasikan (Margiyanti, 2021).

Keragaman pangan yang dikonsumsi remaja sangat berkontribusi pada kualitas asupan gizi. Konsumsi pangan yang baik mengikuti prinsip “Pedoman Gizi Seimbang”, salah satunya adalah mengonsumsi makanan secara beragam dari berbagai kelompok pangan (Manalu, 2023). Pola konsumsi pangan di Indonesia, khususnya di kalangan remaja mengalami perubahan signifikan, ditandai dengan kecenderungan remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), yang kandungan gizinya sangat rendah atau bahkan tidak mengandung zat gizi (Amaliyah *et al.*, 2021). Konsumsi pangan pada remaja dapat dilihat melalui tingkat keragaman pangan yang dikonsumsi. Semakin beragam jenis pangan yang dikonsumsi, maka kebutuhan energi dan gizi terpenuhi (Kustiyah *et al.*, 2024).

Keragaman pangan dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal yaitu ketersediaan, produksi dan distribusi bahan pangan yang dapat memengaruhi keragaman jenis makanan yang dikonsumsi. Salah satu faktor internal yaitu pendapatan keluarga. Semakin tinggi pendapatan, maka semakin besar kemampuan keluarga dalam membeli dan mengonsumsi jenis makanan yang beragam (Sari *et al.*, 2021). Selain itu, pendidikan dan jenis pekerjaan juga memengaruhi kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan makan sehari-hari (Suriyati *et al.*, 2021). Peluang mendapatkan pekerjaan yang lebih baik dan stabil lebih besar dimiliki keluarga dengan tingkat pendidikan yang tinggi. Dengan pekerjaan yang baik, pendapatan keluarga pun cenderung lebih tinggi, sehingga mendukung kondisi ekonomi yang lebih stabil (Simanjuntak *et al.*, 2024)

Studi pendahuluan yang telah dilakukan BPS Kota Bandung tahun 2021 mengenai data kepala rumah tangga dengan penghasilan rendah, didapatkan hasil bahwa kecamatan Kiaracandong memiliki jumlah kepala rumah tangga dengan penghasilan rendah yang cukup besar, yaitu 24.958 orang. Berdasarkan permasalahan diatas, penelitian ini dapat memberikan kebaruan (*novelty*) mengenai pendekatan yang menggabungkan tiga faktor keragaman pangan, konsumsi makan, dan status ekonomi keluarga sebagai variabel yang saling berinteraksi dalam

mempengaruhi status gizi siswa. Berdasarkan hal tersebut, penulis berminat untuk meneliti lebih dalam topik ini.

1. 2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikankan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut. Apakah terdapat hubungan antara keragaman pangan pada tingkat keluarga dan individu dengan status gizi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kota Bandung, apakah terdapat hubungan antara kecukupan zat gizi energi, protein, lemak, dan karbohidrat dengan status gizi siswa SMP di Kota Bandung, apakah terdapat hubungan antara status ekonomi keluarga dengan status gizi siswa SMP di Kota Bandung.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini terdapat dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan keragaman pangan keluarga dan individu, kecukupan zat gizi dan status ekonomi keluarga terhadap status gizi siswa SMP di Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

1. Menganalisis gambaran keragaman pangan, konsumsi makan dan status ekonomi keluarga terhadap status gizi siswa SMP di Kota Bandung.
2. Menganalisis hubungan keragaman pangan keluarga dan individu dengan status gizi siswa SMP di Kota Bandung.
3. Menganalisis hubungan hubungan tingkat kecukupan zat gizi energi, protein, lemak, dan karbohidrat dengan status gizi siswa SMP di Kota Bandung.
4. Menganalisis hubungan status ekonomi keluarga dengan status gizi siswa SMP di Kota Bandung.

1. 4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian diatas, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam upaya peningkatan pola konsumsi pangan yang lebih beragam pada remaja. Manfaat pada penelitian ini, yaitu:

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat praktis adalah manfaat yang bersifat langsung dan dapat diterapkan dalam kehidupan nyata oleh pihak-pihak tertentu yang berkaitan dengan objek penelitian. Adapun manfaat praktis dalam penelitian itu, yaitu:

1. Bagi Siswa SMP

Penelitian ini dapat membantu siswa SMP menyadari pentingnya mengonsumsi makanan yang beragam dan bergizi seimbang guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang maksimal. Setelah memahami hubungan keragaman pangan terhadap status gizi, diharapkan remaja akan lebih memperhatikan pilihan makanan yang mereka konsumsi setiap hari.

2. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat membantu orang tua dalam memahami pentingnya menyediakan berbagai jenis makanan yang bergizi seimbang untuk remaja. Penelitian ini dapat membantu orang tua dapat lebih bijak dalam memberikan makanan yang mendukung kecukupan gizi yang optimal, karena penting di usia remaja sebagai masa pertumbuhan fisik dan intelektual.

3. Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesempatan bagi pihak sekolah untuk menjalin kerjasama dengan instansi terkait seperti dinas kesehatan, puskesmas, atau lembaga yang fokus pada gizi dan kesehatan anak. Kerjasama ini dapat mendukung sekolah dalam menyelenggarakan program-program yang lebih baik terkait kesehatan dan gizi.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini dapat menambah pemahaman dan perspektif ilmiah terkait faktor-faktor yang memengaruhi status gizi siswa di tingkat SMP, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan yang lebih tepat sasaran dalam meningkatkan gizi di Indonesia. Temuan dalam penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar atau referensi bagi penelitian

lanjutan mengenai hubungan keragaman pangan keluarga dan individu, tingkat kecukupan zat gizi energi, protein, lemak, dan karbohidrat, status ekonomi keluarga, dan status gizi siswa di daerah lain atau dalam konteks yang berbeda. Data yang dihasilkan akan berguna untuk penelitian-penelitian yang lebih spesifik dan mendalam dalam bidang yang sama.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Studi ini dilaksanakan di SMP Negeri 30 Kota Bandung. Ruang lingkup penelitian ini mencakup tiga aspek utama yang berkaitan dengan status gizi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), yaitu keragaman pangan, konsumsi makan, dan status ekonomi keluarga. Penelitian ini melibatkan 42 responden yang bertujuan untuk menganalisis hubungan keragaman pangan, konsumsi makan dan status ekonomi keluarga terhadap status gizi siswa SMP di Kota Bandung. Terdapat dua variabel yang diteliti: variabel terikat (dependen) dan variabel bebas (independent). Variabel dependen yaitu status gizi (IMT/U), sedangkan keragaman pangan keluarga, keragaman pangan individu, tingkat kecukupan zat gizi energi, protein, lemak, dan karbohidrat, dan status ekonomi keluarga adalah variabel independent. Waktu penelitian ini di mulai pada bulan Oktober 2024 sampai April 2025. Tahapan penelitian ini dimulai dari pembuatan proposal penelitian, pengambilan data di lapangan, pengolahan data hingga analisis data.