

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia atau SDM merupakan kunci pembangunan bangsa. Banyak faktor yang menentukan kualitas SDM, salah satunya adalah faktor gizi masyarakat sebagai cerminan keadaan gizi keluarga. Rendahnya kualitas gizi keluarga bisa mengakibatkan rendahnya kesehatan dan daya tahan fisik yang merupakan unsur kualitas SDM. Sumber daya manusia yang berkualitas dapat diperoleh dengan kesehatan yang baik dan pangan yang cukup sehingga bebas dari kekurangan gizi. Untuk memenuhi hal tersebut maka gizi harus cukup dan seimbang yang harus dibarengi dengan pengetahuan tentang gizi yang cukup. Pengetahuan yang harus diketahui keluarga terkait dengan kesehatan remaja meliputi: perubahan yang terjadi pada usia remaja, gizi pada remaja. Dengan adanya pengetahuan yang baik maka sikap yang timbul dalam keluarga juga diharapkan baik pula dan ini sangat berpengaruh terhadap perilaku keluarga pada remaja, karena perilaku ini merupakan bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan.

Pengetahuan gizi merupakan salah satu syarat penting untuk melakukan perubahan sikap dan perilaku bagi keluarga. Umumnya sebagian besar keluarga mengetahui pengetahuan gizi yang diperoleh dari berbagai sumber seperti dari kader program gizi yang telah disebar balai-balai kesehatan yang meliputi puskesmas, posyandu, ibu PKK, dan poliklinik. Semakin baik pengetahuan gizi

seseorang maka akan semakin baik untuk memperhatikan kualitas dan kuantitas pangan yang akan dikonsumsi keluarga. Pengetahuan juga mempengaruhi seseorang dalam memilih bahan-bahan makanan untuk menyeimbangkan pola makan sehat. Pengetahuan tentang gizi harus dimiliki oleh masyarakat khususnya keluarga antara lain kebutuhan-kebutuhan bagi tubuhnya sendiri seperti karbohidrat, protein, vitamin, lemak, dan mineral. Selain itu jenis-jenis makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi baik secara kuantitatif maupun kualitatif, akibat atau penyakit-penyakit yang disebabkan kekurangan gizi akan terhindar dan jarang terkena penyakit. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi, baik itu berupa masalah gizi lebih maupun gizi kurang.

Alasan penelitian ini mengambil sampel remaja karena paling mewakili populasi di lapangan khususnya di lingkungan SSB. Masalah gizi pada remaja usia dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor penyebab langsung maupun faktor penyebab tidak langsung. Menurut Depkes RI (1997) dalam Mastari (2009), faktor penyebab langsung timbulnya masalah gizi pada remaja usia adalah penyakit infeksi serta kesesuaian pola konsumsi makanan dengan kebutuhan remaja, sedangkan faktor penyebab tidak langsung merupakan faktor seperti tingkat sosial ekonomi, pengetahuan keluarga tentang kesehatan, ketersediaan pangan di tingkat keluarga, pola konsumsi, serta akses ke fasilitas pelayanan. Selain itu, pemeliharaan kesehatan juga memegang peranan penting dalam kebutuhan sehari-hari.

Istilah gizi berasal dari bahasa arab “*giza*” yang artinya zat makanan; dalam bahasa Inggris dikenal dengan *nutrilion* yang berarti bahan makanan atau zat gizi atau sering diartikan sebagai ilmu gizi. Lebih luas, gizi diartikan sebagai suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran dan zat gizi untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ tubuh serta untuk menghasilkan tenaga. Bogert (1973) mendefinisikan “ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari cara memberi makan tubuh yang layak atau pantas” (Irianto, 2007:2).

Keluarga sadar gizi (Kadarzi) adalah suatu keluarga yang mampu mengenal, mencegah dan mengatasi masalah gizi setiap anggotanya. Suatu keluarga disebut Kadarzi apabila telah berperilaku gizi yang baik yang dicirikan minimal dengan menimbang berat badan secara teratur, memberikan air susu ibu (ASI) saja kepada bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan (ASI eksklusif), makan beraneka ragam, menggunakan garam beryodium, minum suplemen gizi (kapsul vitamin A dosis tinggi) (Depkes RI, 2007).

Dalam hal ini, keluarga merupakan tatanan masyarakat terkecil dan paling inti dengan beranggotakan bapak, ibu, dan remaja-remaja. Di sinilah tata cara nilai, norma, kepedulian dan kasih sayang terbina sejak dini. Dalam keluarga, sumber daya dimiliki dan dimanfaatkan untuk memenuhi berbagai kebutuhan termasuk kebutuhan fisik yang paling dasar yaitu makan dan minum. Pada level ini pula terjadi pengambilan keputusan tentang makanan, gizi dan kesehatan. Masalah yang terjadi di tingkat keluarga seperti gizi kurang, gizi buruk, anemia

dan sebagainya, sangat erat kaitannya dengan perilaku keluarga yang bersangkutan selain akar masalah adalah kemiskinan. Pemahaman Kadarzi oleh semua yang bertujuan mewujudkan keluarga sehat, cerdas dan mandiri sangat diperlukan untuk menjadikan bangsa sehat dan negara kuat (Syahartini, 2006). Diharapkan bahwa dalam satu keluarga sadar gizi sedikitnya ada seorang anggota keluarga yang dengan sadar bersedia melakukan perubahan kearah keluarga yang berperilaku gizi baik dan benar. Bisa seorang ayah, ibu, remaja, atau siapa pun yang terhimpun dalam keluarga itu (Depkes RI, 1998).

Salah satu faktor masalah gizi pada remaja merupakan faktor seperti tingkat sosial, ekonomi, pengetahuan keluarga tentang kesehatan, ketersediaan pangan di tingkat keluarga, pola konsumsi, serta akses ke fasilitas pelayanan. Dari faktor diatas pengetahuan keluarga tentang kesehatan dan pola konsumsi pada remaja menjadi perhatian yang sangat penting bagi masalah gizi pada remaja. Keluarga (Ibu) sangat berperan penting dalam pengendalian gizi pada remaja dikarenakan keluarga berperan penting untuk memenuhi berbagai kebutuhan / keperluan dari inilah tingkat pengetahuan keluarga (Ibu) terhadap gizi sangat di butuhkan untuk diterapkan oleh remaja di lapangan.

Dengan adanya pengetahuan gizi yang baik maka sikap yang timbul dalam keluarga diharapkan baik pula dan dapat diterapkan di remaja sehingga memiliki pengetahuan gizi yang baik dan dapat diaplikasikan di lapangan Tujuan dari tingkat pengetahuan gizi keluarga untuk mengetahui seberapa besar hubungan pengetahuan gizi remaja di lapangan karena pengetahuan gizi remaja tersebut dipengaruhi oleh orangtuanya yang akan memberi makanan yang dibutuhkan

untuk menjaga kondisi tubuh saat beraktivitas di lapangan. Sehubungan dengan hal tersebut diatas maka dilakukan kegiatan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan Ibu dan remaja tentang gizi dilapangan khususnya di lingkungan SSB.

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka penulis mencoba mengemukakan suatu permasalahan yang menjadi dasar penelitian ini, yaitu:

1. Sejauh mana tingkat pengetahuan Ibu?
2. Sejauh mana tingkat pengetahuan remaja tentang gizi dilapangan khususnya di lingkungan SSB?
3. Adakah hubungan antara pengetahuan gizi Ibu dengan pengetahuan gizi remaja di lapangan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengkaji sejauh mana tingkat pengetahuan gizi Ibu terhadap remaja.
2. Mengkaji sejauh mana tingkat pengetahuan gizi remaja dalamnya dilapangan.
3. Mengetahui adanya hubungan antara pengetahuan gizi Ibu dengan pengetahuan gizi remaja.

D. Manfaat Penelitian

Apabila penelitian ini telah selesai dan terbukti/berarti pada hal, yang diharapkan dari hasil penelitian ini yaitu :

1. Teoritis

Dapat menambah pengetahuan tentang pengetahuan gizi Ibu dan remaja dilapangan.

2. Praktis

Sebagai bahan informasi dan referensi bagi peneliti lain untuk meneliti masalah-masalah yang berhubungan dengan pengetahuan gizi.

E. Anggapan Dasar

Dalam menentukan anggapan dasar penelitian, penulis terlebih dahulu menentukan suatu anggapan dasar sebagai titik awal penelitian. Seperti dikemukakan Surakhmad dalam Arikunto (2006:65) bahwa, “Anggapan dasar adalah sebuah titik tolak pemikiran yang kebenarannya diterima oleh penyidik”. Anggapan dasar penulisan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Zat gizi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu untuk menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan.
2. Kata gizi hanya dihubungkan dengan kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun, dan memelihara jaringan tubuh serta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Tetapi, sekarang kata gizi memiliki pengertian yang lebih luas. Di samping untuk kesehatan, gizi

dikaitkan dengan potensi ekonomi seseorang, karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas kerja. Oleh karena itu dianggap penting untuk memacu pembangunan di Indonesia yang sekarang sedang membangun, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas.

F. Hipotesis

Sugiono, (2010:64) "hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. "Berdasarkan anggapan dasar yang telah diungkapkan di atas, maka penulis data penelitian adalah:

H_0 : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi Ibu dengan pengetahuan gizi remaja di lapangan.

H_1 : Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi Ibu dengan pengetahuan gizi remaja di lapangan.

G. Batasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian penulis perlu membatasi ruang lingkup penelitian agar cakupan bahasan penelitian tidak terlalu luas, melenceng dari pokok bahasan, dan lebih terarah pada tujuan yang ingin di capai. Adapun ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan gizi Ibu dan pengetahuan gizi remaja dilapangan sepak bola.

2. Hubungan pengetahuan gizi Ibu dan pengetahuan gizi remaja dilapangan.
3. Penelitian di laksanakan di lapangan. Pengambilan data melalui kuisisioner atau data angket, serta pendukung tambahan studi berupa dokumentasi.
4. Sample penelitian ini yaitu Ibu dan remaja usia 13 – 15 tahun.di lapangan.

H. Definisi Operasional

Untuk menghindari interpretasi yang salah dalam penelitian ini, ada beberapa istilah yang harus diberikan penjelasan antara lain:

1. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui inatal (penglihatan) dan telinga (pendengaran). (Notoadmodjo, 2005: 50).
2. Pengetahuan juga dapat mempengaruhi sikap keluarga terhadap remaja. “Sikap merupakan respon seseorang sehari-hari merupakan reaksi emosional terhadap stimulus sosial.” (Notoatmodjo, 2005: 52).
3. Bogert (1973) mendefinisikan “ilmu gizi sebagai ilmu yang mempelajari cara memberi makan tubuh yang layak atau pantas” (Irianto, 2007:2).
4. Browne dan Wildavsky (dalam Nurdin dan Usman, 2004 : 70) mengemukakan bahwa “ adalah perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan”. Pengertian sebagai aktivitas yang saling menyesuaikan juga dikemukakan oleh Mclaughin (dalam Nurdin dan Usman, 2004).

5. Lapangan yang dimaksud di dalam penelitian ini adalah di lapangan kehidupan yang salah satunya yaitu di lapangan sepak bola (SSB).

