

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja mengalami perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial yang sangat pesat. Pertumbuhan puncak mempengaruhi kebutuhan gizi remaja karena mempengaruhi perubahan komposisi tubuh. Remaja putri seringkali rentan terhadap masalah gizi remaja seperti obesitas, makan berlebihan, anemia dan malnutrisi (KEK)(Zaki & Sari, 2019). Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah suatu keadaan dimana seseorang menderita kurang asupan energi dan protein yang berlangsung lama. Apabila seseorang memiliki lingkaran lengan atas kurang dari 23,5 maka dapat dikatakan mengalami Kekurangan Energi Kronis. KEK mengacu terhadap lebih rendahnya asupan energi dan protein dibandingkan dengan besarnya energi dan protein yang dibutuhkan yang berlangsung selama berbulan-bulan hingga bertahun-tahun. (Ruaida & Marsaoly, 2017)

Berdasarkan hasil laporan Riskesdas Provinsi Bali tahun 2018 pada remaja putri 30,05% mengalami Kekurangan Energi Kronis. Dengan kabupaten yang memiliki angka prevalensi KEK paling tinggi, yaitu Kota Denpasar (13,25%) remaja yang mengalami KEK dan Kabupaten Tabanan memiliki prevalensi paling rendah, yaitu 7,52% remaja yang mengalami KEK. Berdasarkan hasil Penelitian Suarjana, I Made., dkk pada SMU/SMK di Kabupaten Karangasem. Dari 298 remaja putri, sebanyak 105 orang (35,2%) yang mengalami KEK. Dari hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa proporsi KEK pada remaja putri pelajar SMU/SMK di Kabupaten Karangasem masih tinggi (Suarjana, dkk., 2020).

Kekurangan Energi Kronis memiliki dampak negatif terhadap remaja putri antara lain anemia dan berkurangnya daya konsentrasi remaja putri sehingga dapat menurunkan prestasi belajar remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiryawati, Ika pada siswi SMP di SMPN 17 Makassar. Dari 11 siswi yang mengalami KEK, sebanyak 11 orang (100%) mengalami anemia, sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara KEK dengan kejadian anemia pada remaja putri (Wirawanti, 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Khayatunnisa, Tri., dkk pada siswi SMK di SMK Swagaya 1 Purwokerto. Dari 56 siswi yang mengalami KEK, sebanyak 40 orang (71,4%) memiliki daya konsentrasi yang kurang, sehingga dapat dikatakan bahwa remaja yang mengalami KEK lebih beresiko memiliki daya konsentrasi yang kurang dibandingkan dengan siswi yang tidak mengalami KEK (Khayatunnisa, 2021).

Kekurangan Energi Kronis (KEK) sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan seseorang. Remaja putri sering melakukan diet yang salah atau tidak sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Berdasarkan hasil Penelitian Suarjana, I Made., dkk pada SMU/SMK di Kabupaten Karangasem. Dari 298 remaja putri, sebanyak 124 orang (41,6%) mendapat kategori kurang dalam asupan energi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui remaja putri yang kurang asupan energi lebih banyak yang mengalami KEK dibandingkan dengan yang tidak. Remaja putri yang mengonsumsi energi kurang dari kebutuhan akan memiliki resiko KEK 2,101 kali lipat dibandingkan dengan remaja putri yang mengonsumsi energi sesuai dengan kebutuhannya (Suarjana, dkk., 2020).

Menurut hasil penelitian Yuni Kartika, dkk pada remaja putri di SMK PGRI 4 Denpasar. Dari 109 remaja putri, sebanyak 58 (53,2%) memiliki pola makan yang buruk. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas sampel tergolong mengalami pola makan yang buruk akibat dari aktivitas remaja yang padat sehingga tidak sempat makan secara teratur dan adanya persepsi citra tubuh yang negatif sehingga mempengaruhi pola makan. Remaja putri cenderung membatasi konsumsi makan dikarenakan adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (Yuni Kartika, dkk., 2023).

Kebiasaan makan yang salah atau tidak tepat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Contohnya adalah banyaknya remaja yang saat ini sangat memperhatikan bentuk tubuhnya, terutama remaja putri. Remaja dengan persepsi citra tubuh negatif akan melakukan berbagai upaya untuk memiliki bentuk badan yang diinginkan. Memiliki persepsi citra tubuh yang negatif berdampak pada perubahan perilaku makan seperti melewatkan waktu makan, mengganti makanan utama dengan selingan, memuntahkan makanan, dan melakukan diet ekstrim. Hal ini dapat berdampak terhadap psikologi yang memicu terjadinya gangguan makan. Berdasarkan hasil penelitian Dian Purwanti, Annisa., Marlina, Yessi pada siswi SMA di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. Dari 38 siswa yang memiliki perilaku makan yang tidak baik 19 (57,58%) remaja putri memiliki persepsi citra tubuh negative (Purwanti & Marlina, 2023).

Berdasarkan hasil Penelitian Suarjana, I Made., dkk pada SMU/SMK di Kabupaten Karangasem. Dari 298 remaja putri, sebanyak 173 orang (58,1%) memiliki persepsi citra tubuh yang negatif. berdasarkan penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa ada kecenderungan berbanding lurus antara persepsi citra

tubuh dengan status KEK. Remaja putri yang memiliki persepsi *body image* negatif akan mengalami resiko mengalami KEK 1.863 kali lipat dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki persepsi *body image* positif (Suarjana, dkk., 2020).

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengamati lebih lanjut mengenai Gambaran Kekurangan Energi Kronis dan Persepsi Citra Tubuh Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam Pengamatan ini adalah Bagaimanakah Gambaran Kurang Energi Kronis dan Persepsi Citra Tubuh Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum diadakan pengamatan ini adalah untuk mengetahui Gambaran Kurang Energi Kronis dan Persepsi Citra Tubuh Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran kekurangan energi kronis di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.
- b. Mengidentifikasi pola makan pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

- c. Mengidentifikasi persepsi citra tubuh pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.
- d. Menganalisis kecenderungan tingkat konsumsi berdasarkan persepsi citra tubuh pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.
- e. Menganalisis kecenderungan kekurangan energi kronis berdasarkan tingkat konsumsi pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Kesiman Kertalangu.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil dari pengamatan ini dapat digunakan sebagai pengetahuan dan sumbangan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) khususnya tentang kekurangan energi kronis, persepsi citra tubuh, dan pola makan remaja putri.

2. Manfaat praktis

a. Terhadap Subjek Pengamatan

Hasil dari pengamatan ini dapat digunakan sebagai sumber informasi diri terkait penyakit kekurangan energi kronis dan meningkatkan kepedulian remaja putri terkait kekurangan energi kronis, persepsi citra tubuh dan pola makan remaja putri.

b. Terhadap Pelayanan Kesehatan

Hasil dari pengamatan ini dapat digunakan sebagai sumber informasi terbaru terkait upaya penanggulangan penyakit kekurangan energi kronis di daerah pengamatan dan gambaran terkait pola makan remaja.

c. Terhadap Masyarakat

Hasil dari pengamatan ini dapat digunakan sebagai upaya pencegahan dan untuk meningkatkan kepedulian masyarakat terkait penyakit kekurangan energi kronis yang dapat disebabkan oleh persepsi citra tubuh dan pola makan remaja putri.