

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Jumlah asupan makanan pada masa remaja lebih besar daripada masa anak-anak. Mereka membutuhkan nutrisi makanan untuk mendukung aktivitas mereka. Remaja termasuk dalam kelompok yang sangat rentan terhadap masalah gizi, salah satunya adalah double burden atau masalah gizi ganda, di mana kekurangan atau kelebihan gizi dapat terjadi akibat pola makan yang tidak seimbang. Asupan gizi yang tidak seimbang atau tidak sesuai kebutuhan tubuh menjadi salah satu faktor penyebab langsung dari adanya double burden atau masalah gizi ganda. (Fitriani, 2020).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas), status gizi anak usia 13-15 tahun periode 2013-2018 menunjukkan bahwa remaja sangat kurus memiliki status gizi 3,3-19%, remaja kurus memiliki status gizi 3,3-19%. Status gizi bervariasi antara 7,8% sampai 6,8%, status gizi remaja normal bervariasi antara 78,1% sampai 75,3%, status gizi remaja obesitas bervariasi antara 8,3% sampai 11,2% dan status gizi remaja obesitas bervariasi antara 2,5% . menjadi 4,8%. (Cahyaning, Supriyadi dan Kurniawan, 2019). Menurut (Kemenkes, 2013) 7,3% remaja usia 16-18 tahun mengalami obesitas, dimana 5,7% mengalami obesitas dan 1,6% merasa gemuk (Kemenkes, 2013).

Berdasarkan Data Riskesdas 2013, Provinsi Bali merupakan salah satu provinsi dengan angka prevalensi obesitas di atas angka nasional (5,7%) tepatnya (8,6%),

angkat tersebut berdasarkan dari hasil penelitian riskesdas 2013 (Saraswati, Mulyasari dan Pontang, 2017). Sedangkan, berdasarkan Data Riskesdas 2018 (Kemenkes, 2018) menunjukkan Provinsi Bali memiliki prevalensi kurus (5,2%), prevalensi gemuk (12,5%), dan (9,3%) obesitas. Kemudian, menurut riskesdas (2013) status gizi pada remaja usia 13 – 15 tahun di Kabupaten Tabanan menunjukkan prevalensi sangat kurus (1,2%), kurus (5,6%), gemuk (12%) dan sangat gemuk (obesitas (4,3%). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2017, Obesitas laki-laki di Kabupaten Tabanan pada usia di atas 15 tahun prevalensinya (4,7%), sedangkan obesitas perempuan di Kabupaten Tabanan prevalensinya (6,81%), menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2017. Hal ini dapat diatasi dengan mengubah perilaku remaja, salah satunya dengan memastikan bahwa mereka mendapatkan nutrisi yang dibutuhkan, yang disediakan dengan jumlah dan variasi makanan dalam bentuk makanan biasa yang mencakup nutrisi seperti energi, protein, lemak, karbohidrat.

Status gizi remaja dipengaruhi oleh berbagai factor, antara lain faktor keturunan, gaya hidup (life style), dan pengaruh lingkungan. Dalam faktor keturunan, kemungkinan besar anak dari orang tua yang menagalami obesitas juga akan mengalami kelebihan berat badan ataupun sebaliknya. Gaya hidup serta kebiasaan makan remaja yang mementingkan body image juga akan berdampak pada jumlah asupan makanan dan zat gizinya. Selain itu, perilaku remaja juga dipengaruhi oleh factor lingkungan yang kemudian kana berdampak pada jumlah asupan gizi dan makanan yang dikonsumsi (Serly, Vicennia; Sofian, Amru; Ernalia, 2015)

Zat gizi makro seperti energi, protein, lemak, dan karbohidrat merupakan

penghasil energi utama bagi tubuh. Dengan rincian, energi yang dihasilkan oleh karbohidrat yaitu sebesar 65%, protein 10% – 20%, dan lemak 20% – 30%. Jika rata-rata asupan zat gizi makro yang dikonsumsi dibawah rata-rata AKG, maka kebutuhan energi akan sulit terpenuhi. (Almatsier, 2006). Menurut (Nusi dan Arbie, 2018) konsumsi energi nasional penduduk Indonesia berada di bawah standar minimum atau kurang dari 70% AKG atau lebih tepatnya berada pada angka 40,7%

Dalam menentukan status gizi pada individu dapat dilakukan dengan mengukur sejauh mana kebutuhan suatu individu telah terpenuhi. Sangat penting untuk menjaga keseimbangan antara nutrisi yang dikonsumsi dan yang dibutuhkan untuk kesehatan yang optimal. Seseorang dapat mencapai status gizi optimal apabila kebutuhan gizi tubuhnya terpenuhi (Rachmayani dkk., 2018).

Panti asuhan merupakan salah satu fasilitas yang menyediakan makanan. Oleh karena itu diperlukan sistem pengelolaan pangan yang baik untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dimana pola makan atau gizi merupakan salah satu faktor kunci dalam kesehatan. Namun, panti asuhan hanya bisa menyediakan makanan dengan sumber daya keuangan yang terbatas, maka penyediaan konsumsi asupan makanan masih dalam kategori tidak seimbang. Sementara itu, perbandingan antara jumlah pengasuh dan jumlah anak juga tidak proporsional karena jumlah anak di panti asuhan lebih banyak daripada jumlah pengasuh di Panti Asuhan. Panti asuhan harus memantau asupan dan kondisi gizi anak-anak yang diasuhnya. (kumalasari 2012)

Panti Asuhan LKSA (Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak) Widya Asih Badung didirikan pada tanggal 15 Juli 1981 dan berlokasi di Jl. Sang Hyang, Abianbase,

Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung, Bali. Panti asuhan ini menggunakan sistem manajemen fasilitas sosial yang memungkinkan penyediaan makanan untuk kebutuhan gizi anak-anak panti asuhan. Ada 20 anak berusia 13 hingga 17 tahun yang mengenyam pendidikan sekolah menengah. Berdasarkan hasil wawancara dengan Widya Asih Badung, Direktur Yayasan Panti Asuhan LKSA, terdapat set menu atau sarapan, makan siang, makan malam dan makan malam.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka akan dilakukan pengamatan mengenai tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi remaja di Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam pengamatan ini adalah “Bagaimanakah Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Remaja Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung?”

## **C. Tujuan Pengamatan**

### **1. Tujuan umum**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Remaja Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat konsumsi zat gizi makro (energi, protein, lemak dan karbohidrat) remaja Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung.
- b. Menentukan status gizi remaja Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung.

- c. Mendeskripsikan gambaran tingkat konsumsi zat gizi makro ( energi, protein, lemak dan karbohidrat ) dengan status gizi.

#### **D. Manfaat Pengamatan**

##### **1. Manfaat teoritis**

Hasil pengamatan diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya.

##### **2. Manfaat praktis**

Hasil pengamatan ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu informasi bagi pihak panti asuhan mengenai tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi remaja Panti Asuhan LKSA Widya Asih Badung.