

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Saat ini Indonesia mengalami masalah gizi ganda. Selain masalah gizi kurang yang belum tertangani dengan baik, Indonesia dihadapkan juga pada masalah gizi lebih. Bila masalah gizi ini tidak ditangani sedini mungkin maka dapat berpengaruh pada kesehatan anak pada masa yang akan datang (Permanasar, 2017). Menurut permenkes, 2020 status gizi anak yang diukur menggunakan indikator IMT menurut umur dapat dibedakan menjadi 4 kategori yaitu, gizi kurang antara  $-3 \text{ SD s/d } < -2$ , gizi baik antara  $-2 \text{ SD s/d } +1 \text{ SD}$ , gizi lebih antara  $+1 \text{ SD s/d } +2 \text{ SD s/d}$ , obesitas antara  $> +2 \text{ SD}$  (permenkes, 2020)

Menurut Riskesdas, 2018 data remaja di Indonesia menunjukkan 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun status gizi pendek dan sangat pendek, 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun kurus dan sangat kurus, 16,0% remaja usia 13-15 tahun & 13,5% remaja 16-18 tahun obesitas. Jika di lihat di tingkat Provinsi, Bali memiliki prevalensi gizi lebih dan obesitas yang cukup tinggi dibandingkan dengan data nasional. Dimana, data Riskesdas Provinsi Bali, 2018 melaporkan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) di kota Denpasar prevalensi anak sangat kurus sebesar 5,25% dan yang gemuk dan sangat gemuk sebesar 18,66% (riskesdas 2018). Status gizi dapat terjadi pada semua kelompok umur, salah satunya adalah kelompok remaja. Status gizi dipengaruhi oleh konsumsi pangan dan aktivitas fisik dari seseorang. Konsumsi pangan merupakan faktor utama dalam memenuhi kebutuhan zat gizi di dalam tubuh. (Soraya et al., 2017).

Menurut data Riskesdas tahun 2018 menyebutkan juga bahwa kabupaten badung termasuk ke dalam kabupaten dengan pengukuran berdasarkan (IMT/U) pada anak usia 13-15 tahun prevalensi gemuk dan sangat gemuk di atas nasional, pada remaja usia 13-15 tahun dengan persentase kurus sebesar 1,70% dan persentase status gizi gemuk dan sangat gemuk sebesar 15,27% (riskesdas 2018).

Masalah gizi pada remaja terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan zat gizi dengan tingkat kecukupan zat gizi yang dianjurkan. Ketidakseimbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih. Remaja sebenarnya masih mengalami masa pertumbuhan sehingga cenderung membutuhkan kebutuhan gizi yang relatif besar dibandingkan dengan usia lainnya. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) diperoleh bahwa remaja putri dengan usia 13-15 tahun seharusnya membutuhkan energi sebesar 2125 kkal, protein 69 g, lemak 71 g, dan karbohidrat 292 g, sedangkan remaja putri di usia 16-18 tahun memerlukan energi sebesar 2125 kkal, protein 59 g, lemak 71 g, dan karbohidrat 292 g.(Mawaddah, 2019)

Berdasarkan penelitian pada siswa MTs.S AN-NUR kota padang pada tahun 2018, ketidak seimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja akan menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh mendapat asupan zat gizi yang cukup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro(Nova & Yanti, 2018).

Berdasarkan wawancara yang diperoleh pada tanggal 7 januari 2023. Rata-rata siswa di SMP N 1 Abiansemal memiliki postur tubuh yang normal. Ada beberapa yang memiliki postur tubuh obesitas. Abiansemal merupakan salah satu

kecamatan di Kabupaten Badung, Provinsi Bali. Lokasi dari SMP N 1 Abiansemal sangat strategis berada di samping pasar yang banyak terdapat gerai makanan fast food. Berdasarkan hasil survey bahwa siswa SMP N 1 Abiansemal suka mengonsumsi makanan fast food yang mengandung banyak lemak.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengamati Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Siswa SMP N 1 Abiansemal

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, rumusan permasalahan yang dapat diambil yaitu “Bagaimana Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi Siswa SMP Negeri 1 Abiansemal?”

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Tingkat konsumsi gizi makro dan status gizi siswa SMP Negeri 1 Abiansemal

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Menilai status gizi siswa SMP Negeri 1 Abiansemal.
- b. Menilai Tingkat konsumsi zat gizi makro siswa SMP Negeri 1 Abiansemal.
- c. Menggambarkan tingkat konsumsi gizi makro dan status gizi siswa SMP Negeri 1 Abiansemal.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat praktis

Dari hasil ini diharapkan bisa memberikan informasi kepada sekolah terkait tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi siswa SMP Negeri 1 Abiansemal.

## 2. Manfaat teoritis

Dari hasil ini diharapkan dapat memberikan hasil yang positif bagi pembaca terutama dalam memahami ilmu gizi masyarakat terutama bagi orang tua bahwa gambaran mengkonsumsi zat gizi makro dan status gizi khususnya siswa SMP Negeri 1 Abiansemal.