

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi yang saat ini sedang terjadi di Indonesia adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang biasa disebut dengan stunting, kondisi ini dapat mengancam kualitas hidup generasi penerus bangsa. Stunting adalah kondisi yang timbul akibat kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama, sehingga menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari seharusnya untuk seusianya. Kondisi ini akan terlihat setelah anak berusia dua tahun (Satriawan 2018). Pemahaman remaja mengenai stunting memiliki peran penting dalam membantu penurunan angka kejadian dan sebagai upaya pencegahan stunting. Remaja dianggap sebagai kelompok berpotensi yang dapat menjadi agen perubahan perilaku (Mitra, 2022).

Kelompok remaja sangat perlu memahami tentang stunting, hal ini tidak hanya ditujukan pada ibu hamil dan balita. Remaja yang tidak paham tentang stunting dapat berdampak pada kemampuannya dalam memenuhi kebutuhan gizi yang dibutuhkan dan salah satu faktor penyebab dari stunting itu adalah pola makan yang tidak sehat. Risiko stunting pada generasi berikutnya akan meningkat jika pola makan yang tidak sehat berlanjut dan menjadi kebiasaan tetap oleh para remaja.

Pemerintah sangat memperhatikan upaya pencegahan stunting dengan meningkatkan kesehatan, terutama pada remaja yang merupakan cikal bakal keluarga. Hasil penelitian terdahulu oleh Andiani *et al* (2023) menunjukkan gambaran pemahaman remaja tentang stunting diketahui sebagian besar remaja berpengetahuan kurang tentang stunting. Hal ini dikarenakan remaja kurang

mendapatkan informasi tentang stunting baik di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal.

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Unipa Surabaya menunjukkan bahwa Responden menganggap stunting berdampak karena postur tubuh pendek, yang menghalangi mereka untuk memilih pekerjaan secara mandiri ketika mereka dewasa, tetapi belum ada yang menyatakan bahwa stunting juga berdampak pada perkembangan jaringan otak dan kesehatan. Pemahaman tentang dampak stunting pada remaja harus meliputi lebih dari sekadar perubahan pada postur tubuh atau tinggi badan akan tetapi dampak tersebut mencakup aspek yang lebih luas (Wirdayanti, 2022). Penelitian Alfi, *et al* (2021) menunjukkan menemukan bahwa 85% remaja memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dan stunting. Namun, 77,5% remaja putri belum menyadari bahwa anemia dapat meningkatkan risiko stunting.

Kebiasaan makan remaja yang tercermin dari hasil survei *Global School Health Survey* tahun 2015, terlihat bahwa pola makan remaja tercermin dalam kurangnya kebiasaan sarapan (65,2%), mayoritas kurangnya asupan serat dari sayur dan buah (93,6%), serta kebiasaan makan makanan yang mengandung penyedap (75,7%). Selain itu, sebagian besar remaja juga kurang aktif dalam melakukan aktivitas fisik (42,5%). Upaya pencegahan stunting dapat dikatakan berhasil teratasi, salah satunya disebabkan oleh perilaku kesehatan masyarakat itu sendiri (Kemenkes RI, 2018).

Publikasi terkini data dari WHO menunjukkan bahwa sekitar sekitar 154,8 juta anak balita di seluruh dunia mengalami stunting pada tahun 2016. Pada tahun yang sama, di Asia terdapat 87 juta anak yang mengalami stunting (WHO 2018).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat stunting yang tinggi. Dalam pandangan dunia, angka kejadian stunting pada anak usia balita di Indonesia termasuk tinggi yang berada di peringkat lima setelah Pakistan (45%), Congo (43%), India (39%), dan Ethiopia (38%) (Siswati 2018). Provinsi dengan prevalensi stunting tertinggi pada tahun 2019 adalah Provinsi Nusa Tenggara Timur yaitu sebesar 43,82 persen yang diikuti oleh Provinsi Sulawesi Barat sebesar 40,38 persen dan Provinsi Nusa Tenggara Barat sebesar 37,85 persen. Sementara itu, provinsi dengan prevalensi stunting terendah pada tahun 2019 adalah Provinsi Bali yaitu sebesar 14,42 persen (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2019).

Hasil sensus penduduk Tahun 2020 menunjukkan bahwa Generasi Z atau kelompok individu yang dilahirkan mulai dari tahun 1997 hingga 2012. Mewakili 27,9% penduduk Indonesia. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 25,7% dari remaja berusia 13 hingga 15 tahun mengalami status gizi yang pendek atau sangat pendek, sementara pada remaja usia 16-18 tahun, persentasenya mencapai 26,9%. Informasi ini menunjukkan adanya masalah pada aspek gizi pada kaum muda di Indonesia yang perlu segera ditangani (Kemenkes RI 2018).

Bali memiliki tingkat kejadian stunting pada balita yang paling rendah di seluruh Indonesia, mencapai 19.1% menurut hasil Pantauan Status Gizi (PSG) tahun 2019. Dua Kabupaten Buleleng dan Kabupaten Gianyar di Provinsi Bali termasuk dalam 160 kabupaten/kota yang diprioritaskan untuk penanganan stunting dari tahun 2018 hingga 2021 (DPR RI 2020). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng (2022) menunjukkan bahwa prevalensi stunting di kecamatan banjar sebesar 10%. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Banjar yang

dilakukan pada hari Senin, 18 Desember 2023 didapatkan jumlah siswa-siswi kelas VIII yaitu sebanyak 170 orang yang dibagi menjadi 5 kelas.

Pengetahuan dapat membentuk perilaku dan sikap seseorang karena dengan pengetahuan dapat menumbuhkan pemahaman seseorang dalam bersikap. Pengetahuan pada diharapkan dapat mempengaruhi perilaku (Mustika & Sudiantara 2019). Banyak faktor yang mampu mempengaruhi perilaku, individu dengan pengetahuan baik akan lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku (Kim *et al*, 2022). Teori *Green* juga menjabarkan faktor awal terbentuknya perilaku yang diinginkan adalah pengetahuan (Mayasari, 2021). Semakin baik pengetahuan akan menciptakan semakin baiknya perilaku orang tersebut. Pengetahuan yang memadai dapat membentuk suatu tindakan atau menciptakan perilaku yang baik.

Pola makan dapat mengancam kesehatan, pengetahuan mengenai pentingnya menjaga asupan gizi yang seimbang menjadi hal yang krusial. Selama beberapa tahun terakhir, kebiasaan dan cara hidup masyarakat Indonesia, khususnya di kalangan remaja telah mengalami transformasi yang besar yang dapat terlihat dari peningkatan aktivitas sosial, keinginan untuk menjaga penampilan, dan upaya untuk mempertahankan status sosial dengan bersenang-senang. Hal ini sering kali menyebabkan remaja menghabiskan waktu di luar rumah dan mengikuti tren, termasuk dalam mengonsumsi makanan instan yang tidak memperhatikan nilai nutrisi yang terkandung di dalamnya.

Masa remaja dianggap sebagai periode yang rentan terhadap berbagai perubahan situasi di sekitarnya. Perubahan perilaku yang terjadi pada masa remaja dapat mencakup kebiasaan makan sehat maupun tidak sehat. Masa remaja adalah periode yang rentan terhadap kebutuhan nutrisi (Amaliyah *et al*. 2021). Khususnya

untuk remaja putri, penting untuk memastikan bahwa asupan nutrisi mereka tercukupi karena hal ini dapat mempersiapkan mereka pada masa kehidupan selanjutnya sebagai seorang ibu (Hidana *et al.* 2022). Status gizi perempuan sebelum hamil memengaruhi kondisi kehamilannya. Status gizi selama masa remaja atau saat masa subur perempuan sebelum hamil dapat mempengaruhi kondisi saat hamil (Siswanti *et al.* 2022).

Stunting memiliki dampak yang sangat berpengaruh pada kehidupan remaja di masa mendatang, dimana kemudian akan mempengaruhi kondisi nutrisi bayi yang akan dilahirkan (Rusilanti and Riska 2021). Stunting pada anak dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan tingkat kecerdasan yang rendah. Dampaknya terlihat saat dewasa dengan postur tubuh yang kecil juga dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular diantaranya : obesitas, diabetes pada masa kehamilan, ketahanan insulin yang rendah, serta masalah reproduksi yang terganggu (Muchtar *et al.* 2023).

Stunting memiliki dampak yang sangat buruk di masa mendatang, maka dari itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting. Sejak tahun 2014, penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD) telah dimulai untuk kaum muda putri, serta saat ini diakui sebagai salah satu langkah khusus dalam mengatasi stunting (Kemenkes RI 2020). Mengatasi masalah gizi dapat dilakukan dengan memberikan Makanan Tambahan (PMT) kepada kelompok rawan.

Remaja dapat berkontribusi dalam upaya peningkatan kesehatan, termasuk deteksi dini stunting. Upaya deteksi dini stunting akan menjadi lebih efektif jika dimulai sejak remaja (Satriawan, 2018). Mempersiapkan remaja perempuan untuk menjadi perempuan dewasa yang sehat, siap untuk hamil dan memiliki keturunan

yang sehat. Salah satu metode untuk mencapai hal tersebut yaitu dengan menjaga pola makan yang sehat. Edukasi mengenai upaya pencegahan stunting di kalangan remaja, termasuk edukasi tentang perbaikan pola makan, dianggap sangat penting (Millati *et al.* 2021). Pencegahan stunting dimulai dengan meningkatkan kesadaran remaja perempuan tentang dampak stunting, karakteristiknya, dan cara mencegahnya dengan menjaga pola makan yang sehat. Pencegahan stunting yang efektif dimulai dengan memastikan bahwa calon ibu tidak mengalami anemia saat masa remaja (Adhyka *et al.*, 2023). Program PIK-R, BKR, dan posyandu remaja adalah beberapa cara bagi remaja untuk berpartisipasi dalam pencegahan stunting sejak dini. Namun, pandemi Covid-19 membuat kegiatan tersebut terhenti (Wirdayanti, 2022). Program ini bertujuan untuk mempercepat penurunan stunting dan menuju kawasan *zero new case* stunting, remaja harus kembali mengambil peran mereka dalam peningkatan kesehatan dan pencegahan stunting sejak dini.

Pengetahuan remaja dalam pencegahan stunting sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya generasi stunting. Tablet tambah darah perlu diberikan kepada remaja putri sebagai bentuk upaya pencegahan stunting (Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng, 2022). Berdasarkan latar belakang diatas salah satu penyebab dari kejadian stunting yaitu rendahnya pengetahuan remaja tentang stunting yang mengakibatkan remaja akan memiliki pola makan yang buruk karena remaja tidak mengetahui apa dampak jangka pendek maupun jangka panjang dari stunting, maka dari itu peneliti ingin meneliti Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Stunting Dengan Pola Makan Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Banjar Kabupaten Buleleng.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada hubungan pengetahuan remaja tentang stunting dengan pola makan pada remaja di SMP Negeri 2 Banjar Kabupaten Buleleng Tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja tentang stunting dengan pola makan pada remaja di SMP Negeri 2 Banjar Kabupaten Buleleng Tahun 2024

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang stunting di SMP Negeri 2 Banjar
- c. Mengidentifikasi pola makan pada remaja di SMP Negeri 2 Banjar
- d. Mengidentifikasi hubungan pengetahuan tentang stunting terhadap pola makan pada remaja di SMP Negeri 2 Banjar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, terutama yang berkaitan dengan pencegahan stunting dengan memperbaiki pola makan yang dimulai sejak usia remaja.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, manfaatnya adalah bermanfaat bagi masyarakat terutama pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan tentang stunting dan memperbaiki pola makan dalam mencegah stunting.