

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan peningkatan populasi remaja di Indonesia, masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus karena berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh.(Mokoginta dkk, 2016). Masalah tersebut memasuki masalah ganda yang artinya, masalah gizi kurang belum sepenuhnya teratasi namun, masalah gizi lebih juga muncul. Perubahan ini pada dasarnya sangat dipengaruhi oleh konsumsi makanannya. Konsumsi makanan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan akan berdampak pada penyakit kronis di kemudian hari. Ketidakseimbangan antara asupan energi pada remaja dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi lebih maupun masalah gizi kurang (Depkes, 2007).

Gizi lebih yang muncul pada usia remaja cenderung berlanjut hingga kedewasa dan lansia. Di kalangan remaja, gizi lebih menimbulkan masalah, karena dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius. Gizi lebih yang terjadi pada remaja, mengakibatkan remaja akan tumbuh menjadi remaja yang kurang percaya diri. (Budiatiningsih, 2014)

Menurut Riskesdas tahun 2013 presentase obesitas khususnya di kota Denpasar yaitu sebesar 17,6 %, ini berarti presentase meningkat pada riset kesehatan

yang dilakukan pada tahun sebelumnya yaitu tahun 2007, dengan persentase obesitas sebesar 15,2 %, ini berarti persentase meningkat sebesar 2,4%.

Begitu pula gizi kurang yang terjadi pada remaja tentunya terjadi karena salah satunya yaitu energi yang tidak terpenuhi secara optimal. Remaja yang tak memperoleh cukup gizi ditandai dengan lambatnya pertumbuhan tubuh, daya tahan tubuh rendah, kurangnya tingkat kecerdasan, dan produktivitas yang rendah. (Swamawati, 2016). Dalam hal ini hasil Riskeddas tahun 2013 persentase gizi kurang khususnya di kota Denpasar yaitu sebesar 6,2%, walaupun selisih persentase di tahun 2013 lebih rendah dari tahunnya sebelumnya hal tersebut tidak membuat kita menjadi lengah dalam pengawasan status gizi kurang pada usia remaja. Masalah gizi lebih, maupun gizi kurang terjadi karena pada masa remaja pola konsumsi yang kurang teratur yang disebabkan oleh banyaknya aktifitas, terutama di luar rumah (Marine, 2015).

Golongan remaja merupakan kelompok yang tidak bisa diabaikan masalah gizinya. Periode remaja adalah perubahan yang berlangsung cepat baik pertumbuhan fisik, kognitif dan tingkah laku. Adanya aktifitas yang semakin meningkat, maka kebutuhan zat gizi juga meningkat. Oleh karena itu kecukupan energi sangat dibutuhkan remaja untuk pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu upaya untuk memperkecil angka gizi lebih maupun gizi kurang yaitu adanya sistem penyelenggaraan makanan (Marine, 2015).

Penyelenggaraan makanan khususnya di asrama merupakan suatu pengadaan makanan yang dimulai dari perencanaan sampai pendistribusian menu kepada konsumen. Dalam rangka menyediakan makanan dalam jumlah dan mutu yang memenuhi syarat gizi. Penyelenggaraan makanan di asrama pada dasarnya mendapatkan pelayanan secara kontinyu, untuk meningkatkan keadaan gizi, jika institusi dapat menyediakan makanan yang memenuhi prinsip-prinsip dasar penyelenggaraan makanan yang sesuai dengan macam dan jumlah zat gizi khususnya energi yang diperlukan bagi seluruh penghuni asrama (Puspita, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di STIKES AIAIC, mahasiswa yang tinggal di asrama menunjukkan bahwa rerata IMT mahasiswa yang tinggal di asrama adalah 20,93% yang artinya tergolong ke dalam status gizi normal, tentunya dengan tingkat konsumsi yang baik dan asupan makanan yang diberikan sudah sesuai dengan kebutuhan masing-masing penghuni asrama serta keragaman bahan makanan yang digunakan untuk menghidangkan makanan setiap harinya. Nilai IMT terendah adalah 16,42 yang artinya walaupun masih ada mahasiswa dengan status gizi sangat kurus tetapi, sudah ada peningkatan dibandingkan dengan sebelum tinggal di asrama. Nilai IMT tertinggi adalah 35,11 artinya sesudah tinggal di asrama masih ada juga mahasiswa dengan status gizi sangat gemuk atau obesitas. Banyak mahasiswa dengan status gizi normal sesudah tinggal di asrama disebabkan karena pola makan (*eating behavior*) di asrama lebih sehat dan teratur sehingga mampu memenuhi keseimbangan asupan gizi dan tingkat aktifitas fisiknya. (Sarwa & Apriani, 2014).

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti masalah yang berjudul gambaran tingkat konsumsi energi dan status gizi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar. Sebab sampai saat ini belum ada yang memantau atau meneliti status gizi serta tingkat konsumsi energi mahasiswa setelah tinggal di Asrama Kesdam IX Udayana Denpasar.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan gambaran permasalahan yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dijabarkan melalui pertanyaan penelitian sebagai berikut :

Bagaimanakah gambaran tingkat konsumsi energi dan status gizi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat konsumsi energi dan status gizi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar

2. Tujuan Khusus

a. Menentukan tingkat konsumsi energi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar

- b. Menentukan status gizi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar
- c. Menggambarkan tingkat konsumsi energi dan status gizi mahasiswa di Asrama Akademi Keperawatan Kesdam IX Udayana Denpasar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan atau informasi untuk meningkatkan kualitas pelayanan gizi sebagai bagian dari peningkatan status gizi apabila masih dibawah normal, tetapi bila sudah normal penelitian ini bisa dijadikan. Status gizi mahasiswa bisa dijadikan sebagai acuan keberhasilan suatu penyelenggaraan makanan dalam penyajian makanan yang sudah memenuhi gizi seimbang bagi setiap elemen penghuni asrama. Agar nantinya dapat lebih baik lagi sehingga mahasiswa mendapatkan pelayanan gizi yang maksimal.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan atau informasi tambahan untuk pengembangan ilmu gizi kedepan. Khususnya dalam tingkat konsumsi energi dan pemantauan status gizi di asrama, sehingga terbentuknya status gizi yang normal, serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya berkaitan status gizi mahasiswa di asrama