BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu indikator untuk menilai tinggi rendahnya kualitas Sumber Daya Manusia adalah Indeks Pembangunan Manusia (*Human Development Index/ HDI).* Berdasarkan peringkat H*uman Development Index (HDI)*, pada tahun 2011 Indonesia berada di urutan 124 dari 187 negara, jauh di bawah negara ASEAN lainnya seperti Singapore (26), Brunei (33), Malaysia (61), Thailand (103) dan Filipina (112). Faktor-faktor yang menjadi penentu HDI yang dikembangkan oleh UNDP (*United Nations Development Program*) adalah pendidikan, kesehatan, dan ekonomi. Ketiga faktor tersebut sangat berkaitan dengan status gizi masyarakat (UNDP, 2001). Karena anak yang memperoleh makanan yang adekuat sejak dari kandungan (status gizi baik) akan tumbuh dan berkembang dengan optimal sesuai usianya dan mempunyai umur harapan hidup yang baik.

Remaja merupakan salah satu sumber daya manusia yang harus diperhatikan karena remaja adalah generasi penerus bangsa yang berperan penting dalam pembangunan nasional dimasa yang akan datang. Dampak akhir dari konsumsi gizi yang baik dan seimbang adalah meningkatnya kualitas sumber daya manusia. Dengan demikian, kualitas manusia dimasa yang akan datang sangat dipengaruhi oleh kualitas remaja masa kini. Masa remaja memiliki masa pertumbuhan yang cepat dan sangat aktif yang disebut *"adolescence growth spurt"*, sehingga memerlukan zat gizi yang relatif besar jumlahnya (Sediaoetama, 2006). Perubahan tersebut menyebabkan remaja rentan terhadap masalah gizi karena adanya pola konsumsi pangan remaja yang ikut berubah (Savige *et al.*, 2007) sehingga perlu perhatian khusus karena pengaruhnya yang besar tidak hanya untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, tetapi juga untuk kesehatan saat ini dan masa depan remaja (Lietz *et al.*, 2002). Pengaruh masalah gizi terhadap pertumbuhan, perkembangan, intelektual dan produktivitas menunjukkan besarnya peranan gizi bagi kehidupan manusia. Jika terjadi gangguan gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih, pertumbuhan tidak akan berlangsung optimal. Kekurangan

zat gizi menyebabkan seseorang mudah terkena infeksi dan jatuh sakit, sedangkan kelebihan zat gizi akan meningkatkan resiko penyakit degeneratif di masa yang akan datang (Almatsier, 2002).

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) dari tahun 2007, 2010, dan 2013 menyebutkan bahwa prevalensi remaja usia 13-15 tahun berdasarkan IMT/U memiliki status gizi kurus yaitu sebanyak 24,2% dilihat dari tingkat kecukupan energi dan protein masih kurang yaitu 52,5% kurang dari 70% Angka Kecukupan Energi (AKE). Remaja rentan mengalami kurang gizi pada periode puncak tumbuh kembang. Hal ini bisa disebabkan kurangnya asupan zat gizi karena pola makan yang salah, serta pengaruh dari lingkungan pergaulan.

Pertumbuhan pesat atau *growth spurt* yang terjadi pada masa remaja merupakan fase terakhir dari 3 fase pertumbuhan yang membutuhkan asupan zat gizi (Karlberg, J,F *et al*., 1994). Remaja membutuhkan mineral kalsium dan zat besi untuk pendukung pertumbuhan fisik (Khomsan, 2004). Defisiensi mineral seperti zat besi, dan kalsium merupakan masalah gizi kurang yang banyak diderita oleh remaja (Ruel, 2002). Di Negara berkembang banyak remaja yang kurang gizi, membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit dan kematian dini. Jumlah remaja yang kelebihan berat badan atau obesitas meningkat karena kurang aktivitas sehari-hari. Zat besi membantu meningkatkan kesehatan remaja. Mengembangkan kebiasaan makan dan olahraga yang sehat adalah pondasi yang baik di masa dewasa (WHO, 2016).

Konsumsi zat besi pada sebagian remaja Indonesia masih berada di bawah standar konsumsi seharusnya. Berdasarkan Riskesdas prevalensi anemia dari tahun 2007, 2010, 2013 prevalensi berurut sebesar 25,3%, 26,4%, 22,7% hal ini bahwa prevalensi anemia menurun di tahun 2013. Berdasarkan klasifikasi masalah kesehatan menurut MOST *micronutrient* program (2004), prevalensi anemia termasuk berat jika ≥40 %, di Indonesia pada anemia remaja (10-19 tahun) sebesar 25,5 % yang mengonsumsi zat besi dibawah AKG. Asupan kalsium orang Asia menjadi yang paling rendah yaitu 868 mg/hari jika dibandingkan dengan orang kulit putih (1180 mg/hari) dan Hispanik (896 mg/hari). Begitu pula halnya dengan asupan kalsium di

Indonesia. Kecukupan kalsium pada remaja di Indonesia yaitu 1000 mg/hari (AKG Indonesia, 2004). Namun yang terjadi adalah rata-rata konsumsi kalsium hanya 240 mg/hari. Penelitian Fikawati *et al* ., (2007) menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi kalsium pada remaja di Kota Bogor 526,9 mg per hari atau 52,7% AKG. Penelitian Fikawati *et al.*, (2005) pada remaja di Bandung juga menyebutkan bahwa rata-rata kecukupan kalsium masih kurang yaitu 51,7% AKG, hal ini dapat memengaruhi status gizi remaja. Penelitian sebelumnya di Taiwan dan Amerika juga menunjukkan hasil yang tidak jauh berbeda dengan penelitian yaitu asupan kalsiumnya kurang dari 65% kurang dari Angka Kecukupan gizi (Chang, 2006). Defisiensi zat besi dan kalsium dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan atau status gizi (Lambert *et al.*, 2008).

Kualitas diet yang diselanggarakan *Boarding School* di Nigeria menunjukkan bahwa sebagian besar makanan mampu memenuhi kecukupan protein dan zat besi, makanan sekolah dan makanan ringan lebih banyak dikonsumsi makanan sekolah yaitu >70% yang direkomendasikan (Obong, O ,2001). Pada penelitian Luo, R *et al* .,(2009) menyatakan bahwa ada perbedaan antara status gizi siswa yang tinggal di *Boarding School* dengan yang tidak, banyak siswa yang mengalami kekurangan gizi pada yang tinggal di *Boarding School*, ditemukan bahwa fasilitas penyelenggaraan makanan disekolah jauh dibawah kebutuhan, tingkat konsumsi siswa berkurang karena makanan yang disajikan kurang berkualitas. Penelitian yang dilakukan Tryascipta (2015) di *Boarding School* Cahaya Madani Bogor menunjukkan bahwa penilaian makanan dari siswa sudah cukup baik dan dapat diterima dengan baik oleh siswa, namun belum ada variasi makanan agar lebih beragam. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian asupan makan yang baik dengan kualitas makan yang baik dapat meningkatkan tingkat kecukupan zat gizi sehingga diharapkan dapat mencapai status gizi baik.Penelitian di Indonesia mengenai konsumsi pangan masalah gizi sejauh ini masih banyak menekankan pada hubungan kuantitas konsumsi pangan dengan status gizi. selain kuantitas, kualitas juga diduga berpengaruh pada status gizi.

Berbagai penelitian diatas untuk penyelenggaraan makanan di sekolah, peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan Kualitas Diet, Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro dan Mikro dengan Status Gizi pada Remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan. Sekolah ini menyediakan makan untuk siswa yang tinggal di asrama, memiliki dapur sendiri, sudah ada siklus menu dibuat berdasarkan makanan kesukaan siswa. Dengan kualitas diet yang baik yang disediakan oleh sekolah sehingga diharapkan dapat memenuhi tingkat kecukupan zat gizi makro dan mikro dan dapat mencapai status gizi normal.

B. Identifikasi Masalah

Remaja rentan mengalami kurang gizi pada periode puncak tumbuh kembang. Hal ini bisa disebabkan kurangnya asupan zat gizi karena pola makan yang salah, serta pengaruh dari lingkungan pergaulan. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2007, 2010, dan 2013 menyebutkan bahwa prevalensi remaja berdasarkan IMT/U termasuk kategori kurus dengan tingkat kecukupan energi dan protein sebesar 52,5% kurang dari 70% AKE. Defisiensi zat besi dan kalsium dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan status gizi (Lambert *et al.*, 2008).

Penelitian di Indonesia mengenai konsumsi pangan masalah gizi remaja sejauh ini lebih banyak menekankan pada hubungan kuantitas konsumsi makanan dengan status gizi. Selain kuantitas, kualitas konsumsi makanan juga diduga berpengaruh pada status gizi remaja. Indeks kualitas konsumsi makan dapat menjadi alat yang berguna untuk menilai hubungan yang kompleks antara perilaku konsumsi makan dengan status gizi (Jennings *et al.*, 2011). Penyelenggaraan makanan di *Boarding school* harus dapat memenuhi kebutuhan gizi sehari dari siswanya, karena siswa hanya mendapat asupan makanan dari sekolah saja, selain harus mempertimbangkan aspek gizi, sekolah harus juga mempertimbangkan aspek kesukaan siswa terhadap makanan yang disediakan, menu dan porsi makan, sehingga harapannya tidak dapat mempertahankan status gizi siswa yang sudah baik, namun juga dapat meningkatkan status gizi siswa yang kurang ataupun menurunkan status gizi siswa yang lebih.

C. Pembatasan Masalah

Agar tidak meluasnya objek dalam penelitian, dan dengan segala keterbatasan maka peneliti membatasi masalah penelitian dengan meneliti kualitas diet, tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, protein, lemak) dan mikro (kalsium, zat besi) dengan status gizi remaja dengan melakukan *recall* 3 x 24 jam, SQ-FFQ, pengukuran antropometri, dan hanya mengidentifikasi responden berdasarkan umur dan jenis kelamin.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas maka permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut : Apakah ada hubungan kualitas diet, tingkat kecukupan zat gizi makro dan mikro dengan status gizi pada remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui hubungan kualitas diet, tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, protein) dan mikro (kalsium, zat besi) dengan status gizi remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

2. Tujuan Khusus

   a) Mendeskripsikan karakteristik responden, meliputi : umur dan jenis kelamin responden di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

   b) Mendeskripsikan kualitas diet di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

   c) Mendeskripsikan tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, protein) sehari remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

   d) Mendeskripsikan tingkat kecukupan zat gizi mikro (kalsium dan zat besi) remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

e) Mendeskripsikan status gizi remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

f) Menganalisis hubungan kualitas diet dengan status gizi remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

g) Menganalisis hubungan tingkat kecukupan zat gizi makro (energi, protein) dengan status gizi remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

h) Menganalisis hubungan tingkat kecukupan zat gizi mikro (kalsium, zat besi) dengan status gizi remaja di *Boarding School* dan Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

   Dari hasil penelitian ini, peneliti dapat mengetahui hubungan antara Kualitas Diet, Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro dan Mikro dengan Status Gizi Remaja di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan

2. Manfaat Bagi *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan mengenai kualitas makanan yang disajikan dan hubungannya dengan status gizi remaja. Sehingga dapat dijadikan masukan untuk meningkatkan kualitas makanan di *Boarding School* Islam Terpadu Umar Syarifuddin Kabupaten Kuningan.

3. Manfaat Bagi FIKES Universitas Esa Unggul

   Penelitian ini dapat mejadi sumber inspirasi bagi peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut terutama yang berkaitan dengan Penyelenggaraan Makanan di *Boarding School*.

G. Keterbaruan Penelitian

Tabel 1.1

Keterbaruan Penelitian

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
1	Stefania Widya S, Luthfan Budi P, Martalena Br Putba	2015	Konseling Gizi mempengaruhi Kualitas Diet Pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di RSUP Dr.Sardjito Yogyakarta	*Kuasi eksperimen* dengan rancangan *non-randomized*	Ada perbedaan proporsi jenis komplikasi yang signifikan pada kelompok kontrol dan perlakuan (*p-value* <0,001). Tingkat keberhasilan konseling gizi dalam meningkatkan skor HEI adalah sebesar 73%.
2	Stephanie smith, Leslie Cunningham-sabo dan Garry Auld.	2015	*Satisfaction of middle school lunch program participants and non participants with the school lunch experience*	*Cross sectional*	Hasil daya terima dari penampilan, aroma dan rasa banyak disukai murid, preferensi tingkat *participant* dan *non participant* untuk makan siang di sekolah bagus dengan nilai 3,47 vs 2,51, *p-value*<0,0001
3	Siti Nuraini Dongoran, Albiner Siagian, Zulhaida Lubis	2015	Kecukupan energi dan protein serta status gizi siswa SMP yang mendapat makan siang dan tidak mendapat makan siang dari sekolah dengan system *fullday school*	*Cross sectional*	Kecukupan energi dan protein siswa SMP *fullday school* yang mendapat makan siang dari sekolah *fullday* dengan Penyelenggaraan Makan (PM) lebih baik dari pada siswa SMP *fullday school* yang tidak mendapat makan siang dari sekolah/ sekolah *fullday* Tanpa Penyelenggaraan Makan (TPM). Dengan *p*-value 0,014 (*p-value*<0,05), defisit berat (46,6%)
4	Nurul Muslihah, Sri Winarsih, Soemardini, AS Zakaria, dan Zainudiin	2013	Kualitas diet dan hubungannya dengan pengetahuan, status gizi, dan status sosial ekonomi.	*Cross sectional study*	Skor pengetahuan gizi tidak berhubungan dengan IMT, skor pencegahan PTM (*p-value*>0.05), namun berhubungan posistif dengan SSE (*p-value*<0.05), total skor kualitas diet, skor kecukupan zat gizi mikro (*p-value* <0.01).
5	Friska Citra Agustia,	2013	Konsumsi zat gizi makro, mikro dan	Deskriptif study	Kualitas diet dinilai dengan penghitungan YHEI.

No	Nama	Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil
	Allmira Sitasari		kualitas diet pada anak usia 1-5 tahun di desa Sumampir Kabupaten Banyumas.		Diketahui bahwa sebagian besar anak memenuhi rekomendasi pemenuhan zat gizi dan kualitas diet dikategorikan sebagai "perlu peningkatan". diperlukan upaya untuk meningkatkan perilaku makan anak dengan pemilihan makanan yang sehat guna memenuhi rekomendasi pemenuhan zat gizi.
6	Yuniar Rosmalina dan Fitrah Ernawati	2010	Hubungan status gizi mikro dengan status gizi pada anak remaja SLTP	Cross sectional dengan uji *chi-square*	Tidak ada hubungan antara status zat gizi mikro dengan status gizi. *p*-value zat besi 0,107, vit.A 0,462, dan seng 0,088 (p-value <0,005)

Perbedaan secara garis besar penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Segi metode penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dimana penelitian terdahulu ada yang menggunakan metode *Kuasi eksperimen,deskriptif study*, namun ada juga yang sama menggunakan metode *cross sectional* dan beberapa penelitian juga dengan meneliti penyelenggaraan makanan sekolah.

b. Segi variabel penelitian yang diteliti adalah variabel independen dalam hal ini adalah kualitas diet, tingkat kecukupan zat gizi makro dan mikro, variabel dependen adalah status gizi remaja di *Boarding school* dimana penelitian terdahulu variabel independen adalah hanya asupan energi dan hanya protein makan siang pada anak, dan variabel dependen adalah status gizi anak sekolah di *fullday school* dan kecukupan energi dan protein serta status gizi pada siswa SMP yang dapat makan siang dan tidak dapat makan siang dari *fullday school*.

c. Segi tempat penelitian yang diteliti adalah lebih konsen meneliti remaja SMP di *Boarding school* dimana penelitian terdahulu adalah kebanyakan pada anak-anak sekolah dasar non *fullday school* dan *fullday school* dan belum banyak yang meneliti di Kuningan.