

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Gizi adalah salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia. Kebutuhan gizi yang tidak tercukupi baik zat gizi makro maupun zat gizi mikro dapat menyebabkan pertumbuhan fisik yang tidak optimal dan penurunan perkembangan kecerdasan, dan menurunkan daya tahan tubuh yang berakibat tingginya angka kesakitan dan kematian.

Masalah kekurangan dan kelebihan gizi pada orang dewasa merupakan masalah penting, karena selain mempunyai risiko mengalami berbagai penyakit, juga dapat mempengaruhi produktivitas kerjanya. Karena itu pemantauan keadaan tersebut perlu dilakukan oleh setiap orang secara berkesinambungan. Kebutuhan gizi dewasa relatif besar, karena masih mengalami pertumbuhan. Selain itu, dewasa umumnya melakukan aktivitas fisik lebih tinggi dibanding usia lainnya, sehingga diperlukan zat gizi yang lebih banyak. Salah satu masalah gizi pada

orang dewasa adalah obesitas, anemia dan kurang energi kronik (Almatsier, 2011).

Alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa adalah Indeks Massa Tubuh (IMT), khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Berat badan yang kurang dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit infeksi, sedangkan berat badan lebih akan dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit degeneratif. Oleh karena itu mempertahankan berat badan normal memungkinkan seseorang dapat mencapai usia harapan hidup yang lebih panjang.

Berdasarkan hasil data RISKESDAS 2010 dapat dilihat masalah gizi pada penduduk dewasa di atas 18 tahun adalah: 12,6% kurus, dan 21,7% gabungan kategori berat badan lebih (BB lebih) dan obese, yang bisa juga disebut obesitas. Prevalensi penduduk dewasa kurus untuk laki-laki adalah 12,9% dan pada perempuan adalah 12,3%. Prevalensi Obesitas pada laki-laki lebih rendah (16,3%) dibanding perempuan (26,9%).

Di provinsi Jawa Barat status gizi kurus sebanyak 12,5%, status gizi normal sebanyak 64,8%, status gizi BB lebih sebanyak 10,0% dan status gizi obese sebanyak 12,8%. Sedangkan di provinsi DKI Jakarta status gizi kurus sebanyak 9,7%, status gizi normal sebanyak 61,8%, status gizi BB lebih sebanyak 12,3% dan status gizi obese sebanyak 16,2%.

Menurut RISKESDAS 2010 terkait dengan asupan energi dan protein, persentase penduduk umur 19–55 tahun yang mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal sebesar 40,7% dan persentase penduduk umur 19–55 tahun yang mengkonsumsi protein di bawah kebutuhan minimal sebesar 38,3%.

Hasil penelitian Andi mengenai “Hubungan Asupan Energi, Protein dan Zat Besi Dengan Status Gizi Santri Putri Yayasan Pondok Pesantren Hidayatullah Makassar, Sulawesi Selatan Tahun 2013 ” Energi, Protein dan Zat Besi terdapat hubungan dengan status gizi dapat dilihat dari nilai $p < 0.05$.

Dari data tersebut menggambarkan bahwa masalah gizi pada dewasa masih cukup tinggi. Maka upaya pencegahannya adalah pendidikan yang tinggi akan menentukan kualitas dan kuantitas bahan pangan yang akan mereka konsumsi sehari-hari yang akan tercermin pada pemilihan menu yang tepat serta variasi dari jenis bahan makanan tersebut. Dengan tingkat pendidikan yang tinggi pula diharapkan pengetahuan atau informasi yang dimiliki tentang gizi menjadi lebih baik.

Banyaknya faktor yang menjadi penyebab terjadinya masalah gizi yang dapat mempengaruhi status gizi pada dewasa melatar belakangi penulis untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status gizi dewasa (19-29 tahun) di Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan menggunakan analisis data RISKESDAS 2010.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dapat dilihat dari segi variabel dependent dan variabel independent. Variabel dependent adalah status gizi dewasa (19-29 tahun). Sedangkan variabel independent meliputi asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C. Dewasa merupakan salah satu kelompok rentan gizi, sehingga sangat penting untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein, vitamin C dan zat besi dengan status gizi dewasa.

Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta merupakan salah satu provinsi yang memiliki jumlah kepadatan penduduk lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah lainnya di Indonesia. Tingkat persaingan hidup semakin meningkat dan mungkin berdampak pada munculnya aneka pergeseran hidup, mulai dari pola makan, aktivitas fisik, dan stress. Tingkat persaingan tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan tentang status gizi.

C. Pembatasan Masalah

Status gizi pada dewasa dapat berhubungan dengan berbagai faktor penyebab yang tidak bisa diteliti secara keseluruhan karena keterbatasan yang dimiliki peneliti dalam segi waktu, biaya dan tenaga, dan agar penelitian ini lebih terarah dan tidak menyimpang dari tujuannya, maka ruang lingkup permasalahan ini dibatasi pada masalah yang ada terbatas pada perbedaan antara asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status gizi dewasa (19-29 tahun) di

Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan menggunakan Analisis Data Sekunder (RISKESDAS 2010).

D. Perumusan masalah

Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan, baik sel tubuh maupun sel otak. Kekurangan kadar Hb dalam darah dapat menimbulkan gejala lesu, lemah, letih, lalai dan cepat capai. Akibatnya dapat menurunkan prestasi belajar, olahraga dan produktivitas kerja. Selain itu penderita kekurangan zat besi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga dapat mengakibatkan mudah terkena infeksi (DEPKES,2008).

Dari hasil analisis RISKESDAS 2010 yang menunjukkan bahwa masalah gizi pada penduduk dewasa di atas 18 tahun adalah: 12,6 persen kurus, dan 21,7 persen gabungan kategori berat badan lebih (BB lebih) dan obese, yang bisa juga disebut obesitas. Prevalensi penduduk dewasa kurus untuk laki-laki adalah 12,9 persen dan pada perempuan adalah 12,3%. Prevalensi Obesitas pada laki-laki lebih rendah (16,3%) dibanding perempuan (26,9%). Oleh karena itu penulis ingin mengetahui hubungan asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status gizi dewasa (19-29 tahun) di Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan menggunakan analisis data RISKESDAS 2010.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status gizi dewasa (19-29 tahun) di Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan menggunakan analisis data RISKESDAS 2010.

2. Tujuan khusus

- a) Mengidentifikasi karakteristik dewasa meliputi jenis kelamin, umur, status gizi, asupan energi, asupan protein, asupan zat besi dan asupan vitamin C di Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- b) Menganalisa hubungan jenis kelamin dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- c) Menganalisa hubungan umur dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- d) Menganalisa hubungan asupan energi dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- e) Menganalisa hubungan asupan protein dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- f) Menganalisa hubungan asupan zat besi dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.
- g) Menganalisa hubungan asupan vitamin C dengan status gizi dewasa di Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta.

3. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C dengan status gizi dewasa di Jawa Barat dan DKI Jakarta serta dapat menjadi acuan dalam perencanaan program dan kebijakan perbaikan gizi makro dan mikro.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang masalah gizi pada dewasa sehingga dapat mendukung program pemerintah dalam penanggulangan masalah gizi pada dewasa.

3. Bagi penulis

Penelitian ini merupakan pengalaman dan pembelajaran bagi peneliti untuk menerapkan ilmu yang telah didapat di universitas dan dapat mempraktkannya secara langsung di lapangan.