

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas tinggi sangatlah dibutuhkan dalam suatu negara agar terciptanya kesejahteraan. Kesehatan dan gizi merupakan faktor penting karena secara langsung berpengaruh terhadap kualitas SDM di suatu negara (Kemenkes, 2013).

Dalam UU No. 2 Tahun 2002 tentang Kepolisian Negara Republik Indonesia tertulis bahwa Polisi Republik Indonesia (Polri) termasuk di dalamnya Polisi Resort (Polres) adalah suatu lembaga tinggi negara yang melaksanakan tugas keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, dan memberikan perlindungan, pengayoman, serta pelayanan kepada masyarakat. Seorang polisi harus memiliki jasmani dan rohani yang sehat agar dapat melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik. Menurut Subagyo dan Nugroho (2010), jasmani yang sehat adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti dan masih memiliki cadangan tenaga untuk melakukan aktivitas yang lainnya. Menurut Fikri (2015), Polisi memiliki status gizi lebih ketika telah selesai melaksanakan pendidikan kepolisian. Sari dan Amaliah (2014) menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih pada orang dewasa di Indonesia yang bekerja sebagai PNS/pegawai/TNI/Polri meningkat dari 25,39% tahun 2007 menjadi 33,38% tahun 2010.

Data WHO (2009) menunjukkan sebanyak 2,8 juta orang dewasa mengalami kematian yang diakibatkan gizi lebih. Pada tahun 2014, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa di seluruh dunia berusia di atas 18 tahun mengalami kelebihan berat badan (WHO, 2016). Di Indonesia, angka berat badan berlebih mengalami peningkatan. Pada laki-laki dewasa terjadi peningkatan dari 13,9% pada tahun 2007 dan 7,8% pada tahun 2010 menjadi 19,7% pada tahun 2013. Pada wanita dewasa prevalensi gizi lebih tahun 2013 adalah 32,9%, mengalami peningkatan dari tahun 2007 sebesar

13,9% dan 15,5% dari tahun 2010 (Kemenkes, 2013). Sari dan Amaliah (2014) menyatakan bahwa orang dewasa yang bekerja sebagai PNS/pegawai/TNI/Polri dan tinggal di kota merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gizi lebih. Status gizi lebih di Kota Jakarta tahun 2013 termasuk prevalensi tertinggi kedua serta termasuk enam belas provinsi dengan prevalensi gizi lebih diatas nasional (Kemenkes, 2013).

Gizi lebih merupakan faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular, seperti hipertensi, penyakit jantung, dan diabetes melitus (Sudargo *et al.*, 2014). Masalah kelebihan gizi pada orang dewasa (usia 18 tahun keatas) merupakan masalah penting, karena selain mempunyai risiko penyakit-penyakit tertentu, juga dapat memengaruhi produktifitas kerjanya. Oleh karena itu, perlu adanya kesadaran untuk pemantauan keadaan status gizi oleh setiap orang secara berkesinambungan (Kemenkes, 2011).

Pemantauan status gizi dapat dilakukan dengan mengukur berat badan per tinggi badan kuadrat (IMT). Selain dari IMT, status gizi juga dapat dilihat dari persen lemak tubuh (Supariasa *et al.*, 2002). Persen lemak tubuh menunjukkan jumlah dari massa lemak tubuh dibandingkan dengan berat total seluruh tubuh (Omron, 2006; dalam Roselly, 2008). Persen lemak tubuh memiliki pengaruh terhadap berat badan dan bentuk tubuh serta dapat memengaruhi kesehatan seseorang (Arroyo *et al.*, 2004). Tindakan pemantauan akan dilakukan akibat dari pengetahuan yang dimiliki seseorang khususnya pengetahuan terkait gizi (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan seseorang terkait gizi juga berhubungan dengan kejadian berat badan berlebih. Penelitian Gomez *et al.* (2011) menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan berat badan berlebih. Sama halnya dengan penelitian Sari dan Amaliah (2014) bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian gizi lebih.

Gibney *et al.* (2015) menyatakan bahwa gizi lebih terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi. Asupan energi yang relatif berlebih dapat terjadi karena asupan lemak yang berlebih.

Lemak menghasilkan lebih banyak energi dibandingkan karbohidrat dan protein karena diet tinggi lemak biasanya padat energi. Asupan energi memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi. Semakin baik asupan energinya maka semakin baik pula status gizinya, begitu pun sebaliknya (Sari, 2015). Disampaikan pula pada penelitian Amelia (2013) bahwa asupan energi memiliki hubungan dengan status gizi. Asupan karbohidrat berhubungan dengan kejadian status gizi lebih (Jitnarin *et al.*, 2010). Dibuktikan pula oleh penelitian Martaliza (2010) bahwa variabel tingkat konsumsi karbohidrat memiliki hubungan yang bermakna dengan status gizi lebih. Asupan lemak menjadi faktor dominan yang berhubungan dengan status gizi lebih (Rachman & Kusharisupeni, 2013). Sejalan dengan penelitian Kustiyah *et al.* (2013) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan status gizi lebih. Asupan protein pun berpengaruh terhadap status gizi lebih yang telah tertulis dalam penelitian Jitnarin *et al.* (2010). Hasil serupa juga terdapat pada penelitian Sari (2015) bahwa asupan protein berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Selain asupan energi dan zat gizi makro, asupan serat yang kurang menyebabkan adanya kecenderungan prevalensi gizi lebih yang lebih besar pada seseorang (Fitrah & Achadi, 2013). Makanan dengan kandungan serat kasar yang tinggi dapat membantu mengurangi terjadinya gizi lebih (Muchtadi, 2015). Ketidakseimbangan asupan dan rendahnya aktivitas fisik dapat berpengaruh pada status gizi.

Aktivitas fisik berkorelasi negatif bermakna dengan status gizi, apabila aktivitas fisik kurang maka akan menyebabkan status gizi seseorang berlebih. Aktivitas fisik menjadi faktor dominan yang paling berhubungan dengan gizi lebih (Amelia, 2013). Martaliza (2010) pun menyatakan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan bermakna secara statistik dengan status gizi seseorang.

Berdasarkan data di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh terhadap status gizi pada Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat.

B. Identifikasi Masalah

Seorang Polisi dituntut untuk sehat baik jasmani maupun rohani. Akan tetapi pada kenyataannya beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan masalah gizi pada Polisi khususnya gizi lebih. Penelitian Martaliza (2010) menunjukkan bahwa prevalensi gizi lebih pada Polisi di Kepolisian Kota Bogor cukup banyak yaitu sebesar 39,7%. Penelitian oleh Adhi (2012) di Kabupaten Purworejo juga menunjukkan Polisi dengan status gizi lebih adalah sebesar 54%. Di Depok pun pernah dilakukan penelitian oleh Rachman dan Kusharisupeni (2013), hasil gizi lebih pada Polisi sebesar 34,6%. Berdasarkan survei pendahuluan pada tanggal 18 Oktober 2016, diperoleh data sekunder dari rekapitulasi hasil pemeriksaan kesehatan lanjutan (RIKKESLA) Polres Metro Jakarta Barat T.A. 2016 bahwa pada 313 personil Polisi yang berpartisipasi terdapat sekitar 37,7% Polisi yang mengalami *overweight* dan 30% mengalami obesitas.

Dari latar belakang di atas, berbagai penelitian menunjukkan faktor-faktor penyebab terjadinya status gizi lebih. Status gizi lebih berawal dari pengetahuan yang menyebabkan adanya sikap serta tindakan terkait dengan asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, dan aktivitas fisik, serta persen lemak tubuh. Akibat dari gizi lebih seorang Polisi tidak hanya mengalami penurunan kinerja tetapi dapat menyebabkan penyakit tidak menular seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes melitus dan lain-lain.

C. Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi masalah pada variabel yang diteliti, yaitu hanya menilai hubungan pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh terhadap status gizi pada Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat serta faktor yang paling memengaruhinya.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat dan apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro,

asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat serta faktor apa yang paling memengaruhi status gizi.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat serta faktor yang paling memengaruhi status gizi.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik (umur, jenis kelamin) Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- b. Mengidentifikasi status gizi polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- c. Mengidentifikasi pengetahuan gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- d. Mengidentifikasi asupan energi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- e. Mengidentifikasi asupan zat gizi makro (karbohidrat, lemak, protein) Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- f. Mengidentifikasi asupan serat Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- g. Mengidentifikasi aktivitas fisik Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- h. Mengidentifikasi persen lemak tubuh Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- i. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- j. Menganalisis hubungan asupan energi terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat

- k. Menganalisis hubungan asupan zat gizi makro (karbohidrat, lemak, protein) terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- l. Menganalisis hubungan asupan serat terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- m. Menganalisis hubungan aktivitas fisik terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- n. Menganalisis hubungan persen lemak tubuh terhadap status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat
- o. Mengidentifikasi faktor dominan yang memengaruhi status gizi Polisi di Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Kepolisian Resort Metropolitan Jakarta Barat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai status gizi, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh sehingga dapat dijadikan acuan untuk evaluasi.

2. Bagi Polisi

Menambah informasi terkait status gizi, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh serta dapat meningkatkan kesehatan juga mencapai status gizi normal.

3. Bagi Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi tambahan mengenai faktor yang memengaruhi status gizi, serta dapat terbinanya suatu jaringan kerja sama antara pihak program studi ilmu gizi dengan institusi kepolisian.

4. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini menjadi bahan referensi yang dapat dijadikan bacaan dan tambahan informasi terkait gizi.

G. Keaslian/keterbaruan Penelitian

No	Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Variabel	Hasil
1.	Rira Wahdani Martaliza	Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi lebih pada polisi di Kepolisian Resort Kota Bogor tahun 2010	<i>Cross Sectional</i>	Variabel independen: umur, jenis kelamin, pengetahuan gizi, total energi, konsumsi zat gizi makro, makanan kudapan, dan aktivitas fisik. Variabel dependen: status gizi lebih	Hasil univariat menunjukkan polisi yang memiliki status gizi lebih adalah sebesar 39,7%, hasil bivariat menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan status gizi lebih adalah variabel jenis kelamin, konsumsi karbohidrat, makanan kudapan, dan aktivitas fisik dengan nilai $pValue < 0,05$
2.	Dwi Hantoro Adhi	Asupan zat gizi makro, serat, indeks glikemik pangan hubungannya dengan persen lemak tubuh pada polisi laki-laki kabupaten Purworejo	<i>Cross Sectional</i>	Variabel independen: asupan energi, zat gizi makro, serat, indeks glikemik pangan, dan aktivitas fisik Variabel dependen: persen lemak tubuh	Hasil univariat menunjukkan polisi dengan persen lemak tubuh (PLT) tinggi adalah sebesar 54%, hasil bivariat mengenai faktor yang berhubungan dengan PLT diantaranya asupan energi, zat gizi makro, indeks

No	Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Variabel	Hasil
		tahun 2012			glikemik pangan dan aktivitas fisik dengan $pValue < 0,05$
3.	Ratu Taty Rachman dan Kushari-supeni	Asupan Lemak Sebagai Faktor Dominan Obesitas Pada Polisi Satuan Samapta Bhayangkara Polresta Depok Tahun 2013	<i>Cross Sectional</i>	Variabel independen: durasi tidur, asupan makanan, aktivitas fisik, kebiasaan sarapan, dan status merokok Variabel dependen: obesitas	Hasil univariat menunjukkan bahwa sebanyak 34,6% polisi mengalami obesitas, hasil bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan antara durasi tidur, asupan lemak, dan kebiasaan sarapan dengan kejadian obesitas, dan hasil multivariat menunjukkan bahwa asupan lemak menjadi faktor dominan terjadinya obesitas

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Martaliza (2010), Adhi (2012), Rachman dan Kusharisupeni (2013) terletak pada judul penelitian, dan variabel (dependen dan independen), serta tempat penelitian. Persamaan penelitian terletak pada subjek sampel yang diambil yaitu polisi dan desain penelitian menggunakan desain *cross sectional*.