

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Program kesehatan yang dilaksanakan secara berkesinambungan dalam tiga dekade ini telah cukup berhasil meningkatkan derajat kesehatan. Namun demikian derajat kesehatan di Indonesia masih terhitung rendah apabila dibandingkan dengan negara-negara tetangga. Permasalahan utama yang dihadapi adalah rendahnya kualitas kesehatan penduduk yang antara lain ditunjukkan dengan masih tingginya angka kematian bayi, anak balita, dan ibu maternal, serta tingginya proporsi balita yang menderita gizi kurang; masih tingginya angka kematian akibat beberapa penyakit menular serta kecenderungan semakin meningkatnya penyakit tidak menular; kesenjangan kualitas kesehatan dan akses terhadap pelayanan kesehatan yang bermutu antar wilayah/daerah, gender, dan antar kelompok status sosial ekonomi; belum memadainya jumlah, penyebaran, komposisi, dan mutu tenaga kesehatan; serta terbatasnya sumber pembiayaan kesehatan dan belum optimalnya alokasi pembiayaan kesehatan (Depkes RI, 2005).

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Menurut WHO (badan PBB untuk kesehatan dunia) batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun. Sedangkan dari Departemen Kesehatan, remaja adalah mereka yang berusia 10 sampai 19 tahun dan belum kawin (bkkbn, 2010). Siswa / Siswi SLTP merupakan anak remaja karena usia mereka 13 – 15 tahun.

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh lingkungan yang dapat mempengaruhi gaya hidup remaja termasuk kebiasaan mengkonsumsi makanan. Tidak sedikit survei yang mencatat ketidakcukupan asupan gizi para remaja akibat mengkonsumsi makanan jajanan yang berlebihan. Saat ini terjadi pergeseran pola makan tradisional menjadi pola makan yang siap saji (*fast food*) yang mengalami peningkatan. Kehadiran *fast food* langsung disukai masyarakat, khususnya remaja karena cara penyajiannya cepat sehingga bisa langsung menyantapnya sambil berdiri atau berjalan, bahkan sambil jalan-jalan di taman kota. Sebuah penelitian di 6 kota di Jakarta menunjukkan bahwa sekitar 15,20% remaja mengkonsumsi *fast food* sebagai makan siang. Angka tersebut perlu penanganan lebih lanjut mengingat remaja merupakan generasi penerus bangsa. Apalagi mengingat makanan siap saji tersebut memiliki kandungan energi yang tidak tinggi, namun kandungan lemak yang tinggi. Hal ini jika dikonsumsi secara terus menerus, maka remaja akan mengalami kegemukan (Khomsan, 2003).

Hasil Riskesdas 2010 menunjukkan 40,6% penduduk mengkonsumsi makanan dibawah kebutuhan minimal (kurang dari 70% dari angka kecukupan gizi /AKG) yang dianjurkan tahun 2004. Berdasarkan kelompok umur dijumpai 54,5% adalah remaja.

Sarapan pagi termasuk dalam pedoman umum gizi seimbang dalam pesan yang kedelapan (Depkes, 2009). Makan pagi dengan makanan yang beraneka ragam akan memenuhi kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesegaran tubuh dan memudahkan konsentrasi belajar sehingga prestasi belajar bisa lebih ditingkatkan (Soekirman, 2000). Khususnya bagi remaja, sarapan pagi sangat penting untuk menunjang prestasi dan aktivitas fisik yang meningkat.

Kabupaten karawang termasuk dalam provinsi Jawa Barat. Berdasarkan Riskesdas 2010 untuk Jawa barat menunjukkan bahwa prevalensi status gizi kurang pada remaja 8,8 %, gizi normal 88.7% dan gizi lebih 2.5%. Status gizi ini erat kaitannya dengan aktivitas fisik. Jika remaja memiliki status gizi baik, maka dapat melakukan aktivitas fisik dengan optimal. Tetapi jika remaja memiliki status gizi kurang atau lebih, maka aktivitas fisik yang dilakukan tidak optimal karena kekurangan atau kelebihan energi.

Berdasarkan data-data diatas dan saat ini belum dilakukan penelitian mengenai remaja di Karawang, maka penulis merasa perlu mengadakan penelitian mengenai Perbedaan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang Tahun 2012.

1.2 Identifikasi Masalah

Pola makan yang salah pada remaja dapat menimbulkan masalah gizi yang berdampak buruk pada aktivitas fisik. Dan kebiasaan sarapan yang mulai ditinggalkan remaja dapat berdampak pada prestasi belajar. Masalah tersebut perlu ditangani dan mendapat perhatian karena hal ini akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan Remaja tersebut.

Bila hal ini tidak segera ditangani, maka masalah gizi lebih akan mempengaruhi aktivitas dan prestasi belajar.

1.3 Pembatasan Masalah

Dikarenakan banyaknya faktor yang mempengaruhi status gizi remaja maka peneliti memilih beberapa faktor yaitu Pola Makan, Aktivitas Fisik,

Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang Tahun 2012.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian adalah apakah ada Perbedaan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang Tahun 2012.

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui Perbedaan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Prestasi Belajar Siswa / Siswi Kelas 2 SLTP Negeri 2 Karawang Tahun 2012.

1.5.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik (Usia, Jenis kelamin, jumlah saudara kandung, pendidikan ibu, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, jumlah penghasilan Orangtua,) pada siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.
- b. Mengidentifikasi pola makan (kebiasaan sarapan, makan makanan lengkap, jajan, makanan Bekal, jumlah uang jajan asupan energi, karbohidrat, protein, lemak,) pada siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.
- c. Mengidentifikasi Energi untuk Aktivitas fisik siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.
- d. Mengidentifikasi Pengetahuan Gizi pada siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.

- e. Menilai Rata-rata Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat pada siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.
- f. Menilai Prestasi belajar siswa/ siswi SLTP Negeri 2 Karawang.
- g. Menganalisis Perbedaan antara karakteristik terhadap Status gizi.
- h. Menganalisis Perbedaan antara Pengetahuan Gizi terhadap Status Gizi.
- i. Menganalisis Rata-rata Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat terhadap Status Gizi
- j. Menganalisis Perbedaan antara Energi untuk aktivitas fisik terhadap status gizi.
- k. Menganalisis Perbedaan Kebiasaan Sarapan terhadap Prestasi belajar.
- l. Menganalisis Perbedaan Status Gizi Terhadap Prestasi belajar.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi mengenai Gizi Remaja dan bahaya terhadap makanan jajanan.

1.6.2 Bagi Pihak Sekolah

- a. Agar dapat dibuatnya kantin sehat di SLTPN 2 Karawang.
- b. Agar diberikan pendidikan mengenai gizi dan kesehatan untuk remaja.

1.6.3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan pengalaman penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu acuan pengambilan data bagi penulis dalam melakukan penelitian.