

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Provinsi DKI Jakarta merupakan kota metropolitan yang terbagi menjadi 6 kabupaten/kota yaitu Jakarta Pusat, Jakarta Utara, Jakarta Selatan, Jakarta Barat, Jakarta Timur, dan Kep.Seribu (Riskesdas 2010). Berdasarkan Laporan Provinsi DKI Jakarta tahun 2009, wilayah DKI Jakarta memiliki kepadatan penduduk terbesar adalah Jakarta Pusat sebesar 18.745 jiwa/km² dan wilayah terjarang selain Kep. Seribu adalah Jakarta Utara sebesar 10.035 jiwa/km². Berdasarkan teori yang ada bahwa “semakin jarang penduduk dalam satu wilayah maka semakin tinggi tingkat kesejahteraannya”.

Pada dasarnya proses tumbuh kembang anak dapat dibagi atas beberapa periode yaitu masa janin/pralahir, masa bayi, prasekolah, masa sekolah dasar dan masa remaja (Sayogo, 2006). Masa remaja merupakan periode yang menjembatani kehidupan anak-anak dan dewasa, berawal dari usia 9-10 tahun dan berakhir di usia 18 tahun (Arisman, 2004). Berdasarkan BPS tahun 2009 sebesar 16.24% penduduk DKI Jakarta merupakan usia remaja. Pada tahap ini perubahan berlangsung sangat cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Khususnya pada remaja putri yang akan mengalami pematangan seksual lebih dulu dibandingkan laki-laki.

Mineral merupakan bagian dari tubuh yang memegang peran penting dalam pemeliharaan fungsi tubuh, baik pada tingkat sel, jaringan, organ, maupun fungsi tubuh secara keseluruhan. Kalsium merupakan mineral yang banyak terdapat didalam tubuh yaitu 99% berada di dalam jaringan keras (tulang dan gigi) (Almatsier, 2001).

Pada masa remaja penyerapan kalsium dari makanan mencapai 75%. Lalu menurun hingga 20-40% begitu menginjak dewasa. Periode pembentukan tulang optimal pada usia 9-18 tahun dengan anjuran asupan kalsium sebesar 1000 mg/hari berdasarkan AKG 2004. Oleh Karena itu, sangat penting untuk mengoptimalkan konsumsi kalsium pada masa remaja (Mulyani, 2009). Laporan USDA, hampir 9 dari 10 remaja wanita dan 7 dari 10 pria di Amerika Serikat tidak cukup mengkonsumsi kalsium. Hasil penelitian yang dilakukan di 13 SMU di kota Bandung tahun 2004 menunjukkan rata-rata asupan kalsium remaja kurang dari angka kecukupan gizi (AKG) yaitu hanya 55.9% AKG atau sebesar 559.05 mg/hr dan sebanyak 76.2% remaja mengkonsumsi kalsium kurang dari 75% AKG (Universa Medicine).

Asupan yang tidak mencukupi pada remaja dapat mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan menundanya pematangan seksual. Pengaruh budaya, status ekonomi, *personal preference*, media, gaya hidup merupakan faktor yang mempengaruhi pola makan remaja. Semakin baik sosial ekonomi seseorang maka ketersediaan pangan terhadap jenis dan kualitas

makanan dirumah akan semakin beragam. Pengetahuan juga dapat mempengaruhi konsumsi kalsium pada remaja. Semakin banyak informasi yang diperoleh maka jenis makanan yang dipilih semakin tepat.

Peningkatan kebutuhan terjadi pada masa pertumbuhan, kehamilan, menyusui. Defisiensi kalsium dan tingkat aktivitas fisik yang dapat meningkatkan densitas tulang sehingga membantu absorpsi kalsium dalam tubuh yaitu semakin tinggi kebutuhan dan semakin rendah persediaan kalsium dalam tubuh maka semakin efisien absorpsi kalsium (Almatsier, 2001). Berdasarkan penelitian Croll tahun 2006 menyatakan meningkatnya aktivitas olahraga seperti atlet yang tidak didukung dengan asupan kalsium yang adekuat dapat menyebabkan meningkatnya risiko rendahnya massa tulang dan patah tulang.

Media merupakan sumber informasi utama yang palig mudah untuk diterima oleh masyarakat di segala kalangan dan usia. Media yang dapat digunakan yaitu media cetak, media elektronik maupun media papan atau *billboard*. Berdasarkan lokasi sekolah tersebut menunjukkan bahwa lokasi sekolah ini sangat berdekatan dengan tempat perbelajaan yang menyediakan berbagai jenis makanan yang cepat saji serta banyaknya billboard yang terpasang untuk mempromosikan berbagai jenis produk mereka, sehingga secara tidak langsung para peserta didik yang secara rutin melewati dan melihat tempat tersebut akan mempengaruhi pola pikir mereka tentang produk yang dipromosikan melalui *billboard* tersebut.

Setelah mempelajari hal tersebut di atas, peneliti ingin mengetahui asupan kalsium berdasarkan pola konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga dan tingkat pendidikan serta status pekerjaan orang tua pada remaja di SMA Negeri 80 Jakarta Utara.

B. Identifikasi Masalah

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pola konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga, tingkat pendidikan orang tua, dan status pekerjaan orang tua. Sedangkan variabel dependennya adalah asupan kalsium remaja. Asupan kalsium yang rendah akan menyebabkan pertumbuhan yang tidak optimal. Remaja perempuan jauh lebih berisiko kekurangan kalsium dibandingkan remaja laki-laki. Pengetahuan yang tidak cukup dapat menyebabkan kekeliruan dalam pemilihan jenis bahan makanan. Meningkatnya aktivitas olahraga meningkat pula kebutuhan zat gizi remaja. Rendahnya pendidikan orang tua dan status pekerjaan orang tua akan mempengaruhi ketersediaan jenis bahan makan selama dilingkungan keluarga. Sehingga pengaruh masa kini akan sangat menentukan perilaku makan selanjutnya.

C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini karena keterbatasan pengetahuan, kemampuan, waktu, biaya, peralatan dan tenaga maka peneliti membatasi masalah pada variabel yang diteliti, yaitu hanya menilai asupan kalsium berdasarkan pola

konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga dan tingkat pendidikan serta status pekerjaan orang tua pada remaja

D. Perumusan Masalah

Bagaimana penilaian asupan kalsium berdasarkan pola konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga dan tingkat pendidikan serta status pekerjaan orang tua pada remaja di SMA Negeri 80 Jakarta Utara?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memperoleh penilaian asupan kalsium berdasarkan pola konsumsi, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, aktivitas olahraga dan tingkat pendidikan serta status pekerjaan orang tua pada remaja di SMA Negeri 80 Jakarta Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai asupan kalsium remaja dan pola konsumsi bahan makanan sumber kalsium, mengidentifikasi jenis kelamin, tingkat pengetahuan tentang kalsium, aktivitas olahraga remaja, serta tingkat pendidikan dan status pekerjaan orang tua .
- b. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan pola konsumsi.

- c. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan jenis kelamin.
- d. Menganalisis hubungan asupan kalsium remaja dengan tingkat pengetahuan tentang kalsium.
- e. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan aktivitas olahraga.
- f. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan tingkat pendidikan ayah.
- g. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan tingkat pendidikan ibu
- h. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan status pekerjaan ayah.
- i. Menganalisis perbedaan asupan kalsium remaja berdasarkan status pekerjaan ibu.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Secara akademis, manfaat penelitian ini yaitu untuk memperkaya khasanah ilmu gizi khususnya dan ilmu kesehatan masyarakat pada umumnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menyediakan informasi dan masukan yang berharga dalam menetapkan peraturan/kebijakan di

sekolah dan kantin sekolah untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya konsumsi kalsium pada remaja.

b. Bagi Peneliti

Agar peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama di bangku kuliah serta dapat memperoleh pengalaman di bidang penelitian.

c. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan meningkatkan kemandirian remaja dalam memilih makanan dan minuman kaya kalsium. Penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan asupan kalsium pada remaja di periode kehidupan selanjutnya.