

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja ditandai oleh percepatan pertumbuhan fisik serta proses pematangan hormon. Kondisi tersebut menyebabkan pemenuhan zat gizi menjadi hal yang sangat penting. Apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi pada periode ini, dampaknya dapat berlanjut dan memengaruhi kondisi kesehatan ketika memasuki usia dewasa (Nildawati *et al.*, 2024).

Besarnya kebutuhan gizi remaja berkaitan erat dengan proses pertumbuhan yang sedang berlangsung. Untuk menunjang aktivitas fisik, kegiatan sekolah, dan rutinitas sehari-hari, remaja membutuhkan asupan energi, protein, kalsium, zat besi, zinc, serta berbagai vitamin dalam jumlah yang memadai. Masalah gizi pada kelompok usia ini umumnya dipicu oleh pola konsumsi yang kurang tepat sehingga asupan zat gizi tidak seimbang dengan kebutuhan yang dianjurkan. Ketidacukupan maupun ketidakseimbangan asupan energi dan protein dapat meningkatkan risiko terjadinya obesitas, kekurangan energi kronis, gizi buruk, dan anemia (Dian Hafiza, Agnita Utami, 2020).

Status gizi merupakan gambaran kondisi seseorang yang menunjukkan apakah kebutuhan zat gizi tubuh telah terpenuhi dengan baik. Pemenuhan kebutuhan gizi yang sesuai sangat diperlukan, baik untuk menunjang aktivitas sehari-hari maupun memenuhi kebutuhan tubuh ketika proses metabolisme mengalami peningkatan. (Siti Andina Rachmayani, Mury Kuswari, 2018).

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, permasalahan gizi pada kelompok usia dewasa dan remaja di Indonesia masih menjadi perhatian. Prevalensi obesitas pada penduduk berusia 18 tahun ke atas tercatat sebesar 21,8%, sedangkan pada kelompok usia 20–24 tahun prevalensinya mencapai 12,1%. Pada kelompok remaja juga ditemukan berbagai permasalahan status gizi. Remaja usia 13–15 tahun yang mengalami kondisi pendek dan sangat pendek mencapai 24,9%, sementara pada usia 16–18 tahun sebesar 26,9%. Selain itu, status gizi kurang yang mencakup kategori kurus dan sangat kurus ditemukan sebesar 8,1% pada remaja usia 16–18 tahun. Permasalahan berat badan lebih dan obesitas juga masih ditemukan, yaitu sebesar 16,0% pada kelompok usia 13–15 tahun dan 13,5% pada kelompok usia 16–18 tahun (Riskesdas, 2018).

Masalah kekurangan gizi pada kelompok remaja di Indonesia masih menunjukkan angka yang cukup tinggi, yaitu sekitar 20,8%. Pada remaja berusia 10–19 tahun, stunting mencapai 30,8%, sedangkan masalah gizi buruk akut atau wasting sebesar 10,8%. Selain itu, gizi buruk kronis serta akut dengan stunting dan wasting sekitar 12,3%. Angka prevalensi status gizi buruk dapat bervariasi di setiap daerah di Indonesia (Felisianus Sumarna, 2024). Prevalensi kondisi gizi pada remaja (lebih dari 18 tahun) menurut klasifikasi IMT di Indonesia adalah kategori *underweight* sebesar 7,8%, normal 54,4%, *overweight* 14,3%, dan *obesitas* 23,4% (SKI, 2023). Secara nasional, proporsi remaja yang mengalami kekurangan berat badan berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 tercatat sebesar 25,4%.

Sementara itu, di Provinsi Bengkulu persentasenya mencapai 11,49%.

Berdasarkan hasil data yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, kondisi remaja dengan status gizi kurus dan sangat kurus di Kota Bengkulu pada tahun 2022 tercatat sebesar 6,22%. Persentase tersebut terdiri atas 5,07% remaja dalam kategori kurus dan 1,15% dalam kategori sangat kurus (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2022).

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah salah satu metode pengukuran yang praktis untuk menilai kondisi status gizi seseorang, khususnya dalam mengidentifikasi keadaan berat badan yang berada di bawah maupun di atas batas normal (Sinurat, Marbun and Syapitri, 2023). Kondisi berat badan yang kurang dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit *infeksi*, *malnutrisi*, *anemia*, penurunan sistem imun tubuh, gangguan menstruasi pada wanita, gangguan pertumbuhan dan perkembangan sementara berat badan yang berlebihan dapat meningkatkan peluang terjadinya penyakit *degeneratif*, seperti diabetes melitus tipe 2, penyakit jantung dan stroke, serta tekanan darah tinggi (Gantarialdha, 2021).

Hasil penelitian mengenai status gizi pada 20 mahasiswa semester 4 Program Studi Gizi Universitas Islam Malang (Unsima) menunjukkan adanya variasi kondisi status gizi. Sebanyak 4 mahasiswa atau 20% termasuk dalam kategori *underweight*, sedangkan 12 mahasiswa atau 60% berada pada kategori status gizi normal. Selain itu, ditemukan 1 mahasiswa atau 5% yang tergolong *overweight* dan 3 mahasiswa atau 15% termasuk dalam kategori obesitas (Andi Nurlianih, Sakinah Amir, 2021).

Pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) bertujuan untuk mengevaluasi seberapa tinggi prevalensi risiko Kurang Energi Kronis

(KEK) pada perempuan berusia 10 hingga 54 tahun dan ibu hamil dari semua usia. Di Indonesia, prevalensi kurang energi kronis (KEK) di kalangan wanita usia subur (WUS) mencapai 20,6 % (Andi Nurlianih, Sakinah Amir, 2021).

Dampak dari kekurangan energi kronik pada masa remaja putri seperti anemia, perkembangan dan pertumbuhan organ yang tidak ideal, dan kurangnya perkembangan fisik, yang semuanya dapat mempengaruhi produktivitas remaja (Yulianasari and Nugraheni, 2019). IMT dan LILA lebih sering digunakan pada remaja karena pada masa ini pertumbuhan tinggi dan berat badan sudah relatif stabil, sehingga kedua indikator tersebut dapat menggambarkan status gizi secara akurat (Irma Yunawati, S.K.M. *et al.*, 2023).

Berdasarkan Hasil penelitian menyebutkan bahwa presentase kategori responden yang beresiko KEK lebih banyak dengan hasil 46 orang (85.2%), dibanding responden yang tidak beresiko KEK yaitu 8 orang (14.8%) (Felisianus Sumarna, 2024).

Pengukuran lingkar pinggang lebih sensitif dalam menilai distribusi lemak dalam tubuh terutama yang berada di dinding *abdomen* dan juga digunakan untuk mengidentifikasi 2 tipe dari distribusi lemak, yaitu tipe *android* (pada bagian atas) dan *gynecoid* (pada bagian bawah). Pengukuran lingkar pinggang memiliki *sensitivitas* (82%) dan *spesifisitas* (72%) yang baik (Ayatun Fil Ilmi, 2020).

Pengukuran lingkar panggul penting dilakukan karena dapat memberikan gambaran distribusi lemak tubuh dan status gizi seseorang.

Semakin besar ukuran lingkaran panggul menunjukkan adanya penumpukan lemak tubuh yang lebih tinggi sehingga dapat meningkatkan

risiko terjadinya berbagai masalah kesehatan, seperti obesitas, diabetes melitus tipe 2, hipertensi, penyakit jantung, kolesterol tinggi, serta gangguan metabolisme lainnya. Penumpukan lemak tubuh yang berlebihan juga dapat mempengaruhi kebugaran tubuh dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa (Pratiwi *et al.*, 2021).

Setelah dilakukan survei awal pada 10 sampel, hasilnya status gizi pada perempuan yaitu memiliki Status gizi *underweight* 4 orang (40%), dengan status gizi Normal 5 orang (50%), *overweight* 1 orang (10%). Berdasarkan LILA, 7 orang (70%) memiliki LILA normal, dan orang (30%) LILA dibawah. Lingkaran pinggang normal sebanyak 8 orang lingkaran pinggang lebih 2 orang, lingkaran panggul normal 1 orang, lingkaran panggul berlebih 9 orang.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui “Gambaran Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) Lingkaran Lengan Atas (LILA) dan Lingkaran Pinggang Panggul pada Mahasisiwi perempuan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2026.”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Lingkaran Lengan Atas dan Lingkaran Pinggang Panggul pada Mahasiswi Jurusan Gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2026

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran status gizi Berdasarkan indeks massa tubuh lingkaran lengan atas dan lingkaran pinggang pada mahasiswa jurusan gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran status gizi mahasiswa berdasarkan IMT (indeks massa tubuh) pada mahasiswa jurusan gizi
- b. Diketahui gambaran status gizi mahasiswa berdasarkan LILA(lingkaran lengan atas) pada mahasiswa jurusan gizi
- c. Diketahui gambaran status gizi mahasiswa berdasarkan (Lingkaran Pinggang) pada mahasiswa jurusan gizi
- d. Diketahui gambaran status gizi mahasiswa berdasarkan (Lingkaran Panggul) pada mahasiswa jurusan gizi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Menambah wawasan, pengalaman penelitian, serta menjadi sarana penerapan ilmu gizi yang telah dipelajari

2. Bagi Akademik

Sebagai sumber informasi dan referensi, untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan status gizi, indeks massa tubuh lingkaran lengan atas dan Lingkaran Pinggang Panggul pada Remaja

3. Bagi Responden

Menambah pengetahuan, informasi, dan wawasan mengenai gambaran status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA), serta Lingkar Pinggang dan Lingkar Panggul pada mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2026

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	Nama dan tahun peneliti	Judul penelitian	Desain penelitian	Hasil
1	(Andi Nurlianih, Sakinah Amir, 2021).	Analisis Gambaran Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi Universitas Sipatokkong Mambo Tahun 2024 Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA)	Analisis data dilakukan melalui uji univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti. Selanjutnya, uji crosstabs digunakan untuk melihat proporsi atau gambaran hubungan antarvariabel yang dianalisis.	Berdasarkan hasil penelitian, diketahui responden pada rentang usia 19–22 tahun. Dari hasil pengukuran status gizi, sebanyak 4 orang kategori wasting, 12 orang status gizi normal, 1 orang kategori overweight, dan 3 orang tergolong obesitas. Selain itu, terdapat 7 orang yang berisiko mengalami KEK, sedangkan 13 orang lainnya tidak menunjukkan risiko KEK

2	(Felisianus Sumarna, 2024).	Deskripsi Status Gizi Ditinjau dari Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA)	Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional.	Hasil penelitian berdasarkan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori status gizi normal, yaitu sebanyak 31 orang. Berdasarkan hasil pengukuran IMT pada 54 responden, sebanyak 31 orang (57,4%) berada dalam kategori normal. Selanjutnya, 18 orang (33,3%) termasuk kategori kurus dan 5 orang (9,3%) berada dalam kategori gemuk. Tidak ditemukan responden yang

				termasuk dalam kategori obesitas. Secara keseluruhan, jumlah responden pada seluruh kategori tersebut adalah 54 orang dengan persentase 100,0%. Hasil pengukuran LILA menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), yaitu sebanyak 46 orang (85,2%). Sementara itu, responden yang tidak berisiko mengalami KEK berjumlah 8 orang (14,8%).
3	(Istiqomah, 2025).	Deteksi Dini Ketidaknормalan Status Gizi dan Risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja melalui Pengukuran IMT/U dan LILA	Penelitian ini menerapkan desain cross-sectional dengan metode pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Penelitian dilaksanakan di lokasi yang telah ditentukan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berdasarkan indikator IMT/U berada pada kategori kurus, yaitu sebanyak 15 responden (50%). Sementara itu, berdasarkan pengukuran LILA, sebanyak 20 responden (66,7%) termasuk dalam kategori tidak mengalami KEK.

4	(Ayatun Fil Ilmi, 2020).	Keterkaitan Lingkar Pinggang dan Rasio Lingkar Pinggang terhadap Lingkar Panggul (RLPP) dengan Kadar Glukosa Darah Puasa pada Mahasiswa	Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional dengan teknik pemilihan sampel secara purposive sampling.	Hasil penelitian memperlihatkan bahwa 31,9% mahasiswa memiliki kadar gula darah puasa dalam kategori tinggi, yaitu ≥ 100 mg/dl. Berdasarkan pengukuran lingkar pinggang, sebanyak 33,3% mahasiswa termasuk dalam kategori obesitas, sedangkan berdasarkan rasio lingkar pinggang- panggul (RLPP), terdapat 46,4% mahasiswa yang berada dalam kategori obesitas. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara lingkar pinggang dengan kadar gula darah puasa ($p=0,459$) maupun antara RLPP dengan kadar gula darah puasa ($p=0,470$).
---	-----------------------------	--	---	---