# BAB I
# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Periode remaja adalah tahap penting dalam proses pertumbuhan manusia yang ditandai oleh peningkatan pesat pada aspek fisik serta perubahan yang berarti pada aspek biologis, kognitif, dan emosional (Naibaho dkk., 2024). Remaja juga menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri secara sosial dan emosional, menjadikan mereka lebih rentan terhadap tekanan dari lingkungan sekitar. Dukungan yang tepat dari orang tua dan lingkungan sangat penting untuk membantu remaja melalui fase transisi ini dengan sehat dan positif (Martony, 2020). Dampak permasalahan gizi pada pertumbuhan, perkembangan, kemampuan intelektual, dan tingkat produktivitas mencerminkan betapa pentingnya peran gizi dalam kehidupan manusia (Shi *et al*., 2023).

Remaja cenderung memerlukan zat gizi yang relatife besar dan seimbang sesuai kebutuhan. Asupan gizi yang optimal, baik dalam kualitas dan kuantitas sangat bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan. Zat gizi yang berperan dalam mendukung masa remaja meliputi karbohidrat, lemak, protein, kalsium, zat besi, seng, serta vitamin C. Apabila konsumsi makan melebihi kebutuhan tubuh, maka remaja berisiko mengalami kelebihan gizi (Pangow dkk., 2020).

Data dari Riskesdas 2018 usia ≥18 tahun terdapat 9,7 % yang berada dalam kategori kurus dan sangat kurus. Di sisi lain, prevalensi berat

badan berlebih overweight 13,6 %  dan obesitas tercatat sebesar 21,8 % (Kemenkes, 2018). dan Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan sebanyak 580.834 remaja di Indonesia mengalami masalah gizi, dengan status gizi Underweight sekitar 7.8%, *overweight* 14.4%, dan obesitas 23,4%. Dan Prevalensi status gizi Penduduk ≥18 tahun Di Bengkulu pada tahun 2023 sebanyak 6,9% underweight, 14,4% *overweight*, 19,4% Obesitas. Sedangkan di prevalensi obesitas sentral pada penduduk umur  ≥15 tahun di Indonesia sebanyak 36,8% dan prevalensi obesitas sentral di Provinsi Bengkulu pada tahun 2023 adalah 33,8% (SKI, 2023).

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada sebagian besar remaja yaitu, *underweight* sebesar 10,6%, normal 54,1%, *overweight 20%*, dan obesitas 15,3%. Dan pada penelitian (Susantini, 2021).

Terdapat hubungan antara jenis kelamin dan status gizi, di mana anak laki-laki cenderung mengalami masalah gizi kurang dan buruk lebih sering dibandingkan anak perempuan. Hal ini disebabkan oleh tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi pada anak laki-laki, sehingga pengeluaran energi mereka lebih besar. Akibatnya, asupan nutrisi yang diperoleh sering kali tidak memenuhi kebutuhan tubuh mereka (Putri, 2024).

Dalam penelitian (Purnamasari et al., 2021), Berdasarkan data mengenai status gizi mahasiswa Program Sarjana Angkatan 1 Universitas Pertahanan Republik Indonesia dengan jumlah subjek sebanyak 288 orang,

ditemukan bahwa 8%  dari total responden tergolong obesitas 64,6% memiliki status gizi kategori normal, 20,1% mengalami kelebihan berat badan (overweight), dan 7,3% termasuk dalam kategori gizi kurang. Kategori ini ditentukan berdasarkan pengelompokan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Jika ditinjau melalui jenis kelamin, ditemukan bahwa 6,7% mahasiswa laki-laki mengalami obesitas, 24,7% berada dalam kategori overweight, 7,3% mengalami gizi kurang, dan 61,2% memiliki status gizi normal. Sedangkan pada mahasiswa perempuan, 10% termasuk obesitas, 70% memiliki status gizi normal, 12,7% tergolong overweight, dan 7,3% mengalami gizi kurang.

Status gizi mencerminkan keseimbangan antara asupan zat gizi yang diperoleh dari makanan dengan kebutuhan zat gizi tubuh (Anam dkk., 2022). ini memainkan peran penting dalam menentukan masalah gizi yang dialami oleh individu. Setiap kelompok usia memiliki risiko yang berbeda dalam menghadapi masalah gizi (Muchtar dkk., 2022). masalah status gizi pada usia remaja terjadi karena berbagai faktor, salah satu diantaranya yaitu faktor konsumsinya. Makanan sangat diperlukan oleh tubuh (Hafiza dkk., 2021).

Indeks massa tubuh ialah penanda umum kondisi gizi individu yang dapat dibedakan menjadi underweight, normal, overweight, dan obesitas. Sementara itu, lingkar pinggang berfungsi sebagai penilaian distribusi lemak di area pinggang dan panggul, yang berpotensi memicu

obesitas (Khanna dkk., 2022). Lingkar pinggang adalah salah satu parameter antropometri menggambarkan lemak visceral. Ukuran ini menjadi indikasi obesitas sentral dan mudah untuk diukur. Konsumsi makanan yang mengandung banyak lemak dan kalori dapat menyebabkan peningkatan ukuran lingkar pinggang (Widjaja dkk., 2020).

Saat ini, di indonesia sendiri sedang menghadapi tantangan gizi ganda, mulai dari masalah kekurangan gizi hingga gizi berlebih. Kekurangan gizi pada umumnya dipicu oleh sejumlah faktor, seperti ekonomi, pangan yang terbatas, serta lingkungan yang kurang mendukung. dan rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi. Di sisi lain, masalah gizi berlebih umumnya muncul akibat kemajuan ekonomi yang dirasakan oleh sebagian lapisan masyarakat, ditambah dengan minimnya pemahaman pemilihan makanan bergizi seimbang dan makanan yang sehat (Pangow et al., 2020).

Remaja termasuk kelompok yang rentan terhadap berbagai masalah gizi, baik itu kekurangan maupun kelebihan nutrisi. Seiring dengan bertambahny remaja di Indonesia, perhatian khusus perlu diberikan terhadap permasalahan gizi. Masalah gizi yang dialami selama masa remaja dapat memiliki dampak signifikan terhadap pekembangan dan pertumbuhan remja serta mempengaruhi status gizi di usia dewasa. Status gizi individu mencerminkan sejauh mana kebutuhan fisiologisnya terpenuhi. Menjaga keseimbangan antara asupan nutrisi dan kebutuhan gizi sangat penting untuk mencapai kesehatan yang optimal. Ketika

kebutuhan gizi terpenuhi, baik untuk mendukung aktivitas harian maupun untuk memenuhi peningkatan metabolisme, individu tersebut akan dapat mencapai status gizi yang ideal (Rachmayani dkk., 2018).

Setelah dilakukan survei awal pada 10 sampel yaitu 2 laki-laki, 8 perempuan hasilnya status gizi pada perempuan yaitu memiliki Status gizi Obesitas I 2 orang dengan status gizi *overweight* 2 orang dan status gizi normal 4 orang, sedangkan pada laki-laki didapatkan 1 orang obesitas II dan 1 orang status gizi kurang. Lingkar pinggang perempuan normal sebanyak 5 orang lingkar pinggang lebih 3 orang, sedangkan lingkar pinggang pada laki-laki lingkar pinggang normal 1 orang lingkar pinggang berlebih 1 orang.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui"Gambaran status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dan lingkar pinggang pada mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Bengkulu di tahun 2024.

## B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran status gizi (indeks massa tubuh dan lingkar pinggang) berdasarkan jenis kelamin dan masa studi pada mahasiswa Jurusan gizi di poltekkes kemenkes bengkulu tahun 2025

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran status gizi (indeks massa tubuh dan lingkar pinggang) berdasarkan jenis kelamin dan masa studi pada mahasiswa jurusan gizi di poltekkes kemenkes bengkulu tahun 2025.

### 2. Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran status gizi (Indeks massa tubuh dan lingkar pinggang) pada mahasiswa Jurusan Gizi berdasarkan jenis kelamin.

b. Diketahui gambaran status gizi (Indeks massa tubuh dan lingkar pinggang) pada mahasiswa Jurusan Gizi berdasarkan masa studi.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Bagi Penulis

Sebagai sarana dalam menigkatkan dan mengembangkan pengetahuan wawasan dalam karya tulis Ilmiah

### 2. Bagi Akademik

Sebagai sumber informasi pembaca, literatur dan wawasan untuk peneliti bagi mahasiswa yang meneliti hubungan status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dan lingkar pinggang pada remaja di poltekkes kemenkes Bengkulu.

### 3. Bagi Mahasiswa Jurusan Gizi

Mengetahui status gizi berdasarkan indeks massa tubuh dan linggkar pinggang dengan perkembangan remaja. Selain itu remaja

dapat mengetahui bagaimana perkembangan status gizi apakah sesuai dengan tahap perkembangan Remaja.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 keaslian penelitian**

| NO | Nama Penelitian | Judul Penelitian | Metode Penelitian | Hasil penelitian | Perbedaan |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | (A. R. S. Putri, 2024) | Pengaruh Jenis Kelamin terhadap Status Gizi Siswa Sekolah Dasar pada Tahun 2023 | Cross sectional | Hasil penelitian menunjukkan nilai p sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan status gizi. | Perbedaan= tempat,waktu penelitian, vairabel lingkar pinggang |
| 2 | (Izza, 2023) | Hubungan antara Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang dengan Status Gizi (IMT dan Lingkar Pinggang) pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Genuksari, Kecamatan Genuk, Kota Semarang. | Metode cross-sectional merupakan pendekatan yang dilakukan dengan mengumpulkan data variabel independen dan dependen pada waktu yang sama, dalam satu titik waktu tertentu | Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan mengenai gizi seimbang dengan indeks massa tubuh (IMT) dan ukuran lingkar pinggang | Perbedaan= sampel, tempat dan waktu penelitian, variabel pengetahuan, sikap da perilku gizi seimbang |
| 3 | (Dwimawati, 2020) | Gambaran Status Gizi Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas IBN Khaldun Bogor Berdasarkan Data Antropometri. | Menggunakan metode deskriptif Obervasional probability sampling | Berdasarkan hasil penelitian, distribusi kategori indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebanyak 10,6% responden tergolong underweight, 54,1% berada dalam kategori normal, 20% termasuk overweight, dan 15,3% obesitas. | Perbedaan = waktu, tempat, hanya menggunakan variabel Body mass index dan jenis kelamin |