

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa dimana pertumbuhan manusia, pada masa ini terjadi pertambahan perubahan yang sangat cepat. Status kesehatan dan gizinya dapat mudah terpengaruhi oleh perubahan fisik karena pertumbuhannya. Masalah gizi dapat disebabkan oleh ketidakseimbangan asupan kebutuhan, baik itu berupa masalah gizi lebih maupun kurang. Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan remaja, misalnya penurunan konsentrasi belajar, risiko melahirkan BBLR dan penurunan kesegaran jasmani (Permaisih, 2003). Masa pertumbuhan, baik secara fisik, yang ditandai dengan berkembangnya jaringan-jaringan dan organ tubuh yang membuatnya lebih berisi, maupun secara kejiwaan, yaitu kelabilan emosi karena merupakan masa transisi dari jiwa anak-anak menuju dewasa (Garwanti dan Wijayati, 2010).

Salah satu prioritas pembangunan nasional di bidang kesehatan adalah upaya perbaikan gizi yang berbasis pada sumber daya, kelembagaan, dan budaya lokal. Kurang gizi akan berdampak pada penurunan kualitas SDM yang lebih lanjut dapat berakibat pada kegagalan pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan kecerdasan, menurunkan produktivitas, meningkatkan kesakitan serta kematian. Visi pembangunan gizi adalah “Mewujudkan keluarga mandiri sadar gizi untuk mencapai status gizi masyarakat/keluarga yang optimal”

Secara umum di Indonesia terdapat dua masalah gizi utama, yaitu kurang gizi mikro dan kurang gizi makro. Kurang gizi makro pada umumnya disebabkan oleh kekurangan asupan energi dan protein dibanding kebutuhannya yang menyebabkan gangguan kesehatan, sedangkan kurang gizi mikro disebabkan kekurangan zat gizi mikro (Dinkes Purworejo, 2006).

Gizi buruk adalah bentuk terparah dari proses terjadinya kekurangan gizi menahun. Anak balita sehat atau kurang gizi secara sederhana dapat diketahui dengan membandingkan antara berat badan menurut umurnya dengan rujukan (standar) yang telah ditetapkan. Apabila berat badan menurut umur sesuai dengan standar, anak disebut gizi baik. Kalau sedikit dibawah standar disebut gizi kurang. Apabila jauh dibawah standar disebut gizi buruk.

Gizi buruk adalah bentuk terparah (akut), merupakan keadaan kurang gizi tingkat berat yang disebabkan oleh rendahnya tingkat konsumsi energi dan protein dan makanan sehari-hari dan terjadi dalam waktu yang cukup lama. Penyebab gizi buruk terdiri dari penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung, yaitu kurangnya asupan gizi dari makanan, akibat terjadinya penyakit yang mengakibatkan infeksi. Sedangkan penyebab tidak langsungnya yaitu ketahanan pangan keluarga yang kurang memadai, pola pengasuhan anak kurang memadai, pelayanan kesehatan dan lingkungan kurang memadai.

Kecukupan nutrisi dan zat gizi, dibutuhkan untuk mendukung proses pertumbuhan anak, anak harus mempunyai tubuh yang sehat untuk melawan beragam radikal bebas yang menyerang anak dengan antioksidan, dengan memberikan asupan nutrisi yang seimbang. Anak harus mendapatkan unsur-unsur gizi seimbang, yang dapat menutupi kekurangan asupan gizi, yang

tidak didapat karena kesulitan anak untuk makan, serta pola makan yang tidak sehat (Gizi.net, 2008). Dengan mendapat gizi seimbang, masalah akibat kekurangan gizi maupun kelebihan gizi pada anak akan dapat ditekan.

Vitamin C adalah salah satu jenis vitamin yang larut dalam air dan memiliki peranan penting dalam menangkal berbagai penyakit. Vitamin ini juga dikenal dengan nama kimia dari bentuk utamanya yaitu asam askorbat. Vitamin C termasuk golongan vitamin antioksidan yang mampu menangkal berbagai radikal bebas ekstraselular. (Davies MB, Austin J, Partridge DA. 1991). Beberapa karakteristiknya antara lain sangat mudah teroksidasi oleh panas, cahaya, dan logam.

Tanda-tanda awal kekurangan vitamin C antara lain adalah lemah, nafas pendek, kejang otot, tulang dan persendian sakit serta berkurangnya nafsu makan, kulit menjadi kering, kasar, dan gatal, warna merah kebiruan di bawah kulit, perdarahan gusi, kedudukan gigi menjadi longgar, mulut dan mata kering dan rambut rontok. Di samping itu luka akan menjadi sulit sembuh. Gejala skorbut akan terlihat apabila taraf asam askorbat dalam serum menurun di bawah 0,20 mg/dl. Kelebihan vitamin C yang berasal dari makanan tidak menimbulkan gejala. Tetapi konsumsi vitamin C berupa suplemen secara berlebihan setiap harinya akan menimbulkan hiperoksaluria dan risiko lebih tinggi untuk menderita batu ginjal (Sunita, 2004).

Vitamin A merupakan salah satu vitamin yang sangat terkenal di antara vitamin yang lainnya, hal ini dikarenakan vitamin A sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia. Vitamin A sering juga dikenal sebagai Retinol yang mana fungsinya sangat penting sekali untuk menjaga kesehatan mata

dan juga membuat tubuh anda sehat dan juga dapat dijadikan bahan kecantikan yang alami.

Vitamin A merupakan salah satu vitamin yang larut dalam lemak atau minyak. Vitamin A stabil terhadap panas, asam dan alkali tetapi sangat mudah teroksidasi oleh udara dan akan rusak pada suhu tinggi. (Soejarwo, 2002). Vitamin A adalah salah satu zat gizi esensial yang tidak bisa diproduksi sendiri oleh tubuh manusia. Untuk memperolehnya harus di ambil dari sumber diluar tubuh terutama dari sumber alam, seperti bahan sereal, umbi, biji-bijian, sayuran, buah-buahan, hewani dan bahan-bahan olahan lainnya (Desi & Dwi, 2009).

Seseorang dikatakan sakit apabila keluhan kesehatan menurun dan tidak dapat melakukan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari, seperti bekerja, mengurus rumah tangga dan kegiatan lainnya secara normal atau sebagai mana mestinya (BPS RI, 2009). Seseorang akan mengeluhkan kesehatannya atau merasakan sakit dimana seseorang mengalami gangguan kesehatan atau gangguan kejiwaan yang disebabkan penyakit akut, kronis, kecelakaan, tindakan kriminal atau hal lainnya yang dapat menggagu kesehatan (BPS Jatim, 2010). Morbiditas (kesakitan) merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk mengukur derajat atau persentase kesehatan penduduk. Semakin tinggi morbiditas, maka menunjukkan derajat kesehatan penduduk semakin buruk. Sebaliknya semakin rendah morbiditas (kesakitan) menunjukkan derajat atau persentase kesehatan penduduk yang semakin baik (BPS RI, 2009).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi derajat kesehatan adalah lingkungan, perilaku, pelayanan kesehatan dan keturunan. Salah satu

indikator untuk mengukur derajat kesehatan yang optimum diantaranya dengan melihat indikator-indikator morbiditas atau kesakitan (Depkes RI, 2003).

Data terbaru Riskesdas (2013), secara umum persentase anak remaja di Indonesia yang memiliki tubuh pendek hampir mencapai 30%, anak yang kurus mencapai 8,9% dan anak yang kegemukan mencapai 1,4%. Data Riskesdas (2010) Jawa Tengah menunjukkan status gizi remaja umur 14-15 tahun menurut kategori TB/U yang memiliki tubuh pendek sebesar 23,9 % dan yang memiliki status gizi normal sebesar 70,3%. Status gizi remaja Jawa Tengah yang dihitung dengan rumus IMT didapatkan hasil, remaja yang memiliki tubuh kurus sebesar 6,7%, normal 91,0% dan gemuk 0,7%. Jika dilihat dari besarnya angka jumlah masalah gizi pada remaja di Indonesia, utamanya provinsi Jawa Tengah maka dapat disimpulkan bahwa sejauh ini masih terjadi masalah gizi remaja di provinsi Jawa Tengah.

Berdasarkan survey pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 13 Januari 2014 terhadap 31 siswa-siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura , prevalensi status gizi siswa-siswi 50% status gizi kurang, 31,2% status gizi normal, 18,7% status gizi *overweight* dan tingkat morbiditas 31,25%.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud melakukan penelitian di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura, untuk mengetahui hubungan tingkat asupan zat gizi mikro dan morbiditas terhadap status gizi siswa di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah adalah Apakah ada hubungan antara tingkat asupan zat gizi mikro (vit A dan vit C)

dan morbiditas dengan status gizi siswa / siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat asupan zat gizi mikro (vitamin A dan vitamin C) dan morbiditas terhadap status gizi siswa/siswi di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

2. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan tingkat asupan zat gizi mikro (vitamin A dan vitamin C) siswa-siswi SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.
2. Mendeskripsikan morbiditas siswa-siswi SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.
3. Menganalisis hubungan asupan zat gizi mikro dengan status gizi siswa-siswi SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.
4. Menganalisis hubungan morbiditas dengan status gizi siswa-siswi SMP Muhammadiyah 1 Kartasura.

D. Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran dan masukan dalam meningkatkan mutu pendidikan, penelitian dan pelayanan kesehatan khususnya dibidang gizi, yaitu :

1. Bagi Siswa

Memberikan informasi kepada siswa tentang gizi, sehingga siswa senantiasa menjaga status gizi mereka.

2. Bagi Pihak Sekolah

Memberikan masukan kepada sekolah agar memasukkan informasi gizi melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Member manfaat sebagai bahan bacaan, acuan tentang zat gizi mikro, morbiditas dan status gizi.