BAB I
PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja menurut UNICEF (2011) adalah penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun. Pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual (Kemenkes, 2015). Sekitar 20% dari total tinggi badan dan juga 50% dari massa tulang pada saat dewasa diperoleh pada masa ini. Oleh karena itu, kebutuhan energi, makronutrien, dan mikronutrien pada usia ini relatif lebih tinggi dibandingkan kebutuhan pada masa anak-anak (Chaparro & Lutter, 2011).

Remaja sehat menjadi aset bangsa yang sangat berharga bagi kelangsungan pembangunan dimasa mendatang. Dengan demikian, status kesehatan remaja merupakan hal yang perlu dipelihara dan ditingkatkan agar dapat menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat, tangguh, produktif dan mampu bersaing (Permatasari, 2012).

Remaja yang mengalami masalah gizi, akan berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia (SDM) dimana dapat berakibat pada hilangnya generasi muda serta berdampak pada keadaan perekonomian bangsa dimasa yang akan datang (Fauzi, 2012). Masalah gizi pada remaja dipengaruhi oleh beberapa hal, yang salah satunya adalah ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan gizi pada remaja yang akan menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih (Cavadin *et al*, 2000 cit. Emilia, 2009).

Stunting atau pendek merupakan salah satu bentuk gizi kurang yang ditandai dengan indikator tinggi badan menurut umur (Anindita, 2012). Menurut data dari WHO (2011) di dunia pada tahun 2010 terdapat 171 juta anak yang mengalami *stunting* dan 167 juta diantaranya merupakan anak yang tinggal di negara berkembang. Menurut data dari Riskesdas (2013) di Indonesia, prevalensi *stunting* atau pendek secara nasional tahun 2013 adalah 37,2%, yang berarti terjadi peningkatan dibanding tahun 2010

(35,6%) dan 2007 (36,8 %). Sedangkan untuk remaja usia 13-15 tahun, prevalensi *stunting* mencapai 35,1%. Hal ini menunjukkan kejadian *stunting* pada anak dan remaja di Indonesia yang terbilang masih cukup tinggi, mengingat standar WHO untuk anak *stunting* adalah 20% (Saniarto, 2014).

Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan, kematian, dan perkembangan otak yang suboptimal (Lewit, 1997, cit. Mitra, 2015). Remaja yang terhambat pertumbuhannya lebih tinggi tingkat kecemasan, gejala depresi, dan memiliki harga diri (*self esteem)* yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang tidak terhambat pertumbuhannya (Walker, 2007 cit. Mitra, 2015). Sedangkan, pada orang dewasa yang mengalami *stunting*, memiliki tingkat produktivitas kerja rendah serta upah kerja lebih rendah bila dibandingkan dengan orang dewasa yang tidak mengalami *stunting* (Hunt, 2005 cit. Oktarina, 2013).

Asupan makanan yang tidak seimbang, berkaitan dengan kandungan zat gizi dalam makanan yaitu karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, dan air merupakan salah satu faktor yang dikaitkan dengan terjadinya *stunting* (UNICEF, 2007). Protein merupakan suatu zat gizi yang penting bagi tubuh, selain fungsinya sebagai penghasil energi, fungsi lain dari protein adalah dalam membangun jaringan seperti otot, tulang, enzim, dan sel darah merah (Brown, 2005 cit. Wiyogowati, 2012). Menurut IDAI (2013) kebutuhan protein tertinggi pada saat puncak percepatan tinggi terjadi pada masa remaja. Namun, di Jawa Tengah data menunjukkan penduduk dengan Angka Kecukupan Protein (AKP) sangat kurang sebanyak 52,4% dialami oleh penduduk usia 13 – 18 tahun (Santoso *et al*, 2014).

Tingginya angka kejadian *stunting* dan rendahnya konsumsi protein seperti yang telah dipaparkan sebelumnya merupakan fenomena yang akan diteliti dalam penelitian ini. Hal ini dilakukan mengingat protein adalah zat gizi penting yang erat hubungannya dengan proses pertumbuhan seseorang dan diduga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *stunting*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rinanti (2014) di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura menunjukkan bahwa 54,8% siswa-siswi di sekolah tersebut mengalami defisit protein. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti akan melakukan penelitian di SMP Muhammadiyah 1 Kartasura, untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dengan kejadian *stunting* pada remaja.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut "Adakah hubungan antara asupan protein dengan kejadian *stunting* pada remaja di Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah?"

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dengan kejadian *stunting* pada remaja di Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai sebab terjadinya *stunting* dan dapat dijadikan sebagai salah satu referensi untuk mengambil langkah dalam pencegahan terjadinya *stunting*.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti yang ingin meneliti tentang penelitian yang serupa.

3. Manfaat bagi penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman aplikasi ilmu gizi dan kesehatan pada suatu penelitian.