

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia beranjak dewasa merupakan periode puncak tumbuh kembang yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan dan pematangan (Hurlock, 2005). Masa remaja merupakan periode dari pertumbuhan dan proses kematangan manusia, pada remaja putri ditandai dengan mulainya menstruasi. Perubahan yang terjadi akan mempengaruhi status gizi dan kesehatannya, ketidakseimbangan antara asupan dengan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi baik itu gizi lebih atau gizi kurang (Permaisih, 2003).

Masalah gizi yang terjadi salah satunya adalah *stunting*. *Stunting* atau pendek merupakan refleksi jangka panjang yang disebabkan oleh kuantitas dan kualitas makanan yang tidak mencukupi pada saat kehamilan maupun pada anak yang akan berdampak hingga dewasa (UNICEF, 1998). Dampak dari *stunting* adalah penurunan fungsi kognitif, keterlambatan perkembangan, gangguan metabolik dan penurunan fungsi imun (Branca dan Ferrari, 2002).

Remaja putri yang mengalami *stunting* di masa kehamilan dapat berisiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) yang akan terus mempengaruhi keturunan selanjutnya (Gibson, 2005). *Stunting* dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan yang menyebabkan berkurangnya jumlah dan kualitas sel serta jaringan organ internal, hal tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi proses metabolisme lemak dalam tubuh, sehingga dapat berakibat pada penumpukan lemak di jaringan adiposa (Hales dan Barker, 2001).

Penelitian Usfar dkk (2010) menyebutkan bahwa dewasa yang *stunting* cenderung berkembang untuk menjadi *overweight* daripada dewasa *non-stunting*. Hal yang sama dikemukakan oleh Hoffman dkk (2000) pada penelitian *cross sectional* di Brazil bahwa terdapat hubungan antara status *stunting* dengan penumpukan lemak yang ditandainya adanya penurunan oksidasi lemak pada anak usia 7 -11 tahun dan mengakibatkan peningkatan persentase lemak dalam tubuh.

Barker (1992), menyatakan bahwa gangguan pertumbuhan dapat mengurangi jumlah dan kualitas sel, diantaranya adalah gangguan sistem endokrin. Sel endokrin berpengaruh untuk mengatur metabolisme, salah satunya adalah metabolisme lemak. Kelenjar yang berfungsi mengatur metabolisme lemak adalah kelenjar adrenal yang menghasilkan hormon hidrokortison atau hormon kortisol yang berperan dalam metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein. Gangguan tersebut yang dapat berdampak pada penumpukan lemak di dalam tubuh (Marks dkk, 2000). Teori tersebut dibuktikan oleh penelitian Clemente dkk (2011) di Brazil menyatakan bahwa persentase lemak tubuh pada remaja *stunting* lebih tinggi dibandingkan dengan remaja *non-stunting*.

Pertumbuhan tinggi badan yang pesat terjadi pada usia remaja, asupan zat-zat gizi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan remaja akan membantu remaja mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Yuniastuti, 2007). Asupan lemak merupakan salah satu asupan makan yang dapat mempengaruhi kejadian *stunting*, seperti disebutkan dalam penelitian Utami dkk (2014), bahwa salah satu faktor risiko penyebab *stunting* adalah asupan lemak yang tidak cukup dengan kebutuhan pada

masa anak-anak dan masa pertumbuhan. Asupan lemak pada masa pertumbuhan berfungsi untuk perkembangan sel-sel tubuh. Asupan energi yang rendah selama pertumbuhan diketahui menurunkan faktor pertumbuhan hormon seperti hormon hidrokortisin, sehingga dapat merusak lipolisis, sebagai konsekuensinya, peningkatan lemak tubuh mungkin terjadi karena berkurangnya kemampuan untuk mengoksidasi lemak dari makanan (Barry dkk, 1996).

Perubahan pada periode puncak tumbuh kembang tersebut dapat diukur dengan salah satu metode pengukuran yaitu persen lemak tubuh. Menurut Barasi (2007) lemak tubuh terdiri dari lemak subkutan (lemak dibawah kulit) dan lemak abdomen (lemak daerah perut). Perubahan tersebut dapat diukur dengan salah satu metode pengukuran persen lemak tubuh (Indriati, 2010).

Persentase lemak tubuh digunakan sebagai salah satu cara untuk melihat masalah gizi. Persen lemak tubuh menunjukkan proporsi komposisi tubuh. Semakin tinggi persentase lemak tubuh, maka semakin berlebihan komposisi lemak pada tubuh. Beberapa faktor yang mempengaruhi persentase lemak tubuh diantaranya adalah konsumsi energi, usia, jenis kelamin, postur tubuh, dan sosial ekonomi (Lopez dkk, 2006). Menurut hasil penelitian Kinanthi (2008), kecukupan lemak merupakan salah satu faktor risiko kejadian *overweight* pada remaja *stunting*, sehingga asupan lemak pada remaja *stunting* harus diperhatikan.

Permasalahan *stunting* di Indonesia menurut laporan yang dikeluarkan oleh UNICEF diperkirakan prevalensi pendek pada remaja usia 13-15 tahun adalah 35,1 persen (13,8% sangat pendek dan 21,3% pendek),

sedangkan di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 30,6% dengan rincian remaja sangat pendek sebanyak 10,2% dan pendek 20,4% (Riskesdas, 2013). Masalah kesehatan pada suatu wilayah dianggap berat bila prevalensi pendek sebesar 30-39%, dan dikatakan serius bila prevalensi pendek $\geq 40\%$ (Depkes RI, 2008). Prevalensi *stunting* di Sukoharjo sebesar 16,5%. Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan April 2016 di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo didapatkan prevalensi *stunting*, *mild stunting*, dan *severe stunting* sebesar 63,80% yang tergolong tinggi dan tergolong masalah gizi yang serius.

Penanganan yang serius pada remaja putri yang *stunting* harus diupayakan untuk mencegah efek panjang saat kehamilan. Menurut penelitian Lestari (2014), ibu yang mengalami *stunting* akan berisiko melahirkan anak yang *stunting* dan akan terus mempengaruhi keturunan selanjutnya. Berkaitan dengan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan asupan lemak dan persen lemak tubuh pada remaja putri *stunting* dan *non-stunting* di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan asupan lemak dan persen lemak tubuh pada remaja putri *stunting* dan *non-stunting* di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah yang diajukan adalah “Apakah ada perbedaan konsumsi lemak dan persen lemak tubuh antara remaja putri *stunting* dan *non-stunting*?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan asupan lemak dan persen lemak tubuh antara remaja putri *stunting* dan *non-stunting*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan lemak pada remaja putri di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan persen lemak tubuh pada remaja putri di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo.
- c. Menganalisis perbedaan asupan lemak dengan kejadian *stunting* dan *non-stunting* pada remaja putri di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo.
- d. Menganalisis perbedaan persen lemak tubuh dengan kejadian *stunting* dan *non-stunting* pada remaja putri di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat mengembangkan dan menambah wawasan dalam mengidentifikasi permasalahan gizi remaja.

2. Bagi Dinas Kesehatan Sukoharjo

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai faktor risiko *stunting* remaja, sehingga dapat menjadi referensi dalam merancang program untuk menurunkan prevalensi *stunting* pada remaja.

3. Bagi Siswi SMP Negeri 1 Nguter

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan pentingnya pencegahan *stunting* di masyarakat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya.