

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan dapat mengubah pola hidup dan pola makan, dari pola makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Hal tersebut terutama terlihat di kota-kota besar di Indonesia. Makanan jika tidak dikonsumsi secara rasional mudah menyebabkan kelebihan masukan kalori yang akan menimbulkan berat badan berlebih (Siswono, 2002).

Kunci utama untuk mempertahankan kesehatan tubuh adalah menjaga status gizi yang seimbang, artinya semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh harus terpenuhi dengan tepat guna. Hal ini berarti bahwa keseimbangan antara kebutuhan dan konsumsi zat gizi tidak dapat disamaratakan oleh setiap orang, karena dipengaruhi oleh berbagai faktor baik fisik maupun lingkungan (Astawan, 2004). Status gizi merupakan keadaan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi makanan. Menilai status gizi seseorang atau kelompok orang tersebut status gizinya baik atau tidak baik (Gibson, 2005)

Salah satu faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi adalah tingkat pengetahuan. Menurut Sediaoetama (2000) tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam

memilih makanan, yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menetapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, khususnya dalam memilih makanan yang tepat, bergizi seimbang dan memberikan dasar bagi perilaku gizi yang baik dan benar, yang menyangkut kebiasaan makan seseorang.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muniroh (2000), tentang faktor yang mempengaruhi perbedaan status gizi remaja putri di daerah perkotaan dan pedesaan di Jombang menunjukkan tingkat pengetahuan gizi remaja adalah baik 81,5% tetapi masih terdapat remaja yang berstatus gizi kurang sebesar 20% pengetahuan gizi mereka baik (Muniroh, 2000)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dasuki (2002), menyatakan bahwa status gizi yang diukur berdasarkan IMT menurut umur bahwa menunjukkan bahwa remaja di perkotaan dan desa menunjukkan status gizi lebih dari 50% yaitu 80% remaja di perkotaan dan 93% pedesaan. Angka prevalensi obesitas di atas baik pada anak-anak dan dewasa sudah merupakan peringatan bagi pemerintah dan masyarakat luas bahwa obesitas sudah menjadi ancaman yang serius bagi masyarakat Indonesia khususnya di kota-kota besar (Hadi, 2005). SUSENAS tahun 2004 menunjukkan bahwa obesitas pada anak telah mencapai 11% (Sudarmanto, 2008). Hasil survei yang dilakukan pada remaja siswi SMA di Boyolali

menunjukkan bahwa 9% remaja di perkotaan dan 4,5% remaja di pedesaan mengalami obesitas. Berdasarkan hal-hal tersebut peneliti ingin mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja putri di SMA N 1 Boyolali dan di SMA N 1 Cepogo.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan status gizi antara SMA N 1 Boyolali dengan SMA N 1 Cepogo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut "apakah ada perbedaan pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja di SMA kota dan desa?"

C. Tujuan Penelitian

1. Umum

Mengetahui perbedaan pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja di SMA desa dan SMA kota.

2. Khusus

- a. Mendiskripsikan pengetahuan gizi dan status gizi pada remaja di SMA kota dan SMA desa.
- b. Menganalisis perbedaan pengetahuan gizi pada remaja di SMA kota dan desa
- c. Menganalisis perbedaan status gizi di SMA kota dan desa

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

1. Bagi pihak Sekolah

Penelitian ini memberikan informasi kepada sekolah tentang tingkat pengetahuan gizi dan status gizi pelajarnya.

2. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini memberi masukan sebagai acuan penelitian lebih lanjut tentang terjadinya berat badan berlebih pada remaja.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini merupakan sarana peneliti untuk mengimplementasikan pengetahuan yang diperoleh selama masa kuliah, dan dapat menjadi pijakan bagi penelitian selanjutnya.