

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok penduduk berusia 10 hingga 18 tahun (Kemenkes RI, 2020) dan termasuk dalam kategori yang rentan terhadap masalah gizi. Salah satu tantangan gizi yang dihadapi di Indonesia adalah masalah gizi ganda, yang mencakup kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Berdasarkan data, prevalensi remaja berusia 16–18 tahun yang tergolong kurus di Indonesia mencapai 8,1%, terdiri dari 1,4% sangat kurus dan 6,7% kurus. Sementara itu, prevalensi remaja yang mengalami kelebihan berat badan mencapai 13,5%, dengan rincian 9,5% gemuk dan 4,0% obesitas (Kemenkes RI, 2020a). Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi remaja dengan status gizi kurus sebesar 6,8%, sementara yang mengalami kelebihan berat badan sebesar 11,3%, termasuk 5,1% yang tergolong obesitas (Kemenkes RI, 2020a). Di Kabupaten Situbondo, angka remaja dengan gizi kurang mencapai 8,6%, sedangkan yang mengalami kelebihan gizi sebesar 3,3%. Adapun di Kecamatan Besuki, prevalensi gizi kurang pada remaja lebih tinggi, yakni sebesar 17,6%, dengan angka gizi berlebih mencapai 4,6% (Dinas Kesehatan Kabupaten Situbondo, 2021). Ketidakseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan gizi menjadi faktor utama yang menyebabkan permasalahan ini, yang kemudian dapat berdampak pada kondisi gizi kurang maupun gizi lebih (Novanda, 2019).

Gangguan gizi pada remaja berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan, termasuk meningkatkan risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, serta berbagai penyakit lainnya (Merita et al., 2018). Selain itu, remaja dengan status gizi buruk juga berisiko mengalami hambatan dalam pertumbuhan fisik, perkembangan mental, dan bahkan perkembangan seksual (Arza & Nola Sari, 2021). Masalah gizi ini juga dapat memicu rasa cemas pada remaja, yang berakibat pada kesulitan berkonsentrasi, mudah lupa, gangguan nafsu makan, serta pola makan yang tidak teratur (Leonardo dkk, 2021).

Permasalahan gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang dapat dikategorikan sebagai faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung meliputi

pola asupan makanan serta penyakit infeksi yang dialami remaja (Damayanti et al., 2023). Sementara itu, faktor tidak langsung mencakup kondisi sosial ekonomi keluarga yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pola asuh orang tua yang kurang optimal, keterbatasan ketersediaan pangan, serta persepsi individu terhadap bentuk tubuh dan kepuasan terhadap berat badan (body image) (Bintoro & Kuntjoro, 2021).

Selain itu, keragaman pangan juga menjadi salah satu indikator ketahanan pangan dan gizi. Menurut Badan Pangan Nasional, indeks pola pangan harapan yang mencerminkan tingkat keragaman pangan masyarakat Indonesia mencapai 86,3%, masih di bawah target yang ditetapkan sebesar 90,4% (Badan Pangan Nasional, 2022). Ketahanan pangan dan gizi memiliki keterkaitan erat, di mana gizi berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup. Ketahanan pangan sendiri mencakup aspek ketersediaan pangan serta akses individu terhadapnya (Yustika Devi et al., 2020). Masalah kerawanan pangan sering kali berkaitan dengan kondisi kemiskinan (Atem & Niko, 2020). Jika ketahanan pangan tidak terpenuhi, maka asupan makanan menjadi kurang, yang pada akhirnya berdampak pada status gizi seseorang (Abdullah et al., 2018).

Asupan makan merujuk pada jumlah makanan yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Kemenkes RI, 2020a). Pola makan yang beragam sangat penting bagi kelangsungan hidup seseorang, karena setiap jenis makanan memiliki kandungan zat gizi yang berbeda dan saling melengkapi, sehingga membantu mencegah berbagai permasalahan gizi (Retri & Arfianti, 2023). Namun, kenyataannya, pola konsumsi pangan remaja masih kurang beragam, yang ditandai dengan rendahnya konsumsi buah dan sayur serta tingginya konsumsi makanan dan minuman manis (Kemenkes RI, 2020a).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja umumnya hanya mengonsumsi kurang dari tiga kelompok pangan, sehingga sekitar 49% masuk dalam kategori konsumsi pangan dengan keragaman rendah. Jenis bahan pangan yang paling jarang dikonsumsi oleh remaja adalah buah dan sayur (Ronitawati et al., 2021). Temuan ini sejalan dengan data Riskesdas 2018, yang mengungkap bahwa 96,8% remaja berusia 10–14 tahun dan 96,4% remaja berusia 15–19 tahun

di Indonesia masih kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah (Kemenkes RI, 2020a). Penilaian asupan makan dapat dilakukan berdasarkan kuantitas dan kualitasnya, di mana kuantitas mengacu pada tingkat kecukupan makanan yang dikonsumsi, sedangkan kualitas berkaitan dengan keberagaman jenis pangan yang dikonsumsi (H. P. Sari et al., 2021).

Berdasarkan hasil observasi, Kecamatan Besuki merupakan suatu daerah yang memiliki geografis pertanian dan kelautan. Jika dibandingkan dengan kecamatan yang lain, Kecamatan Besuki merupakan kecamatan yang memiliki wilayah laut yang tersebar di sebelah utara dan wilayah pertanian yang luas di sebelah selatan. Desa yang memiliki wilayah pertanian dan kelautan yang luas yaitu Desa Demung dan Desa Pesisir. Menurut data statistic sectoral Kabupaten Situbondo (2023) Kecamatan Besuki memiliki luas lahan sawah sebesar 3.603 ha dengan luas lahan sawah Desa Demung sebesar ± 1.729 ha. Sebagian besar masyarakat Desa Demung bekerja sebagai petani sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa daerah di Desa Demung kaya akan hasil tani. Selain memiliki lahan pertanian yang luas, Kecamatan Besuki juga memiliki potensi laut di wilayah utara yang sangat luas yang terletak di Desa Pesisir. Masyarakat di Desa Pesisir sebagian besar bekerja sebagai nelayan yang menunjukkan bahwa daerah di Desa Pesisir kaya akan hasil laut yang melimpah. Masyarakat dari kedua desa tersebut memiliki akses dan ketersediaan pangan yang melimpah namun cenderung tidak beragam dalam mengonsumsi bahan pangan yang lain. Ketidakeragaman pangan tersebut menyebabkan tingginya permasalahan status gizi di Desa Demung dan Desa Pesisir. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nova Lila Harahap (2020) menyatakan bahwa keragaman makanan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja, karena keragaman pangan memiliki peran penting dalam mencegah berbagai masalah gizi serta juga mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada remaja (Lila Harahap et al., 2020). Prevalensi remaja dengan permasalahan gizi di Desa Demung masih tinggi yaitu 10,27% untuk status gizi kurang dan 5,47% untuk status gizi gemuk sedangkan permasalahan gizi di Desa Pesisir yaitu sebanyak 12,4% untuk status gizi kurang dan 4,4% untuk status gizi gemuk. Berdasarkan latar belakang masalah

tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti terkait hubungan antara keragaman dan ketahanan pangan dengan status gizi pada remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka didapatkan rumusan masalah yaitu: Apakah ada hubungan antara keragaman dan ketahanan pangan dengan status gizi pada remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara keragaman dan ketahanan pangan terhadap status gizi pada remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mendeskripsikan status gizi remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki .
2. Untuk mendeskripsikan keragaman pangan remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki.
3. Untuk mendeskripsikan ketahanan pangan remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki.
4. Untuk menganalisis hubungan antara keragaman pangan dengan status gizi remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki.
5. Untuk menganalisis hubungan antara ketahanan pangan dengan status gizi remaja di Desa Demung dan Desa Pesisir Kecamatan Besuki.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Institusi

Manfaat penelitian bagi institusi adalah sebagai berikut :

1. Sebagai rujukan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan penelitian tentang Kesehatan di bidang Masyarakat.
2. Memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan penelitian berikutnya.

1.4.2 Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat penelitian bagi peneliti yaitu sebagai tambahan wawasan dan ilmu pengetahuan tentang keragaman dan ketahanan pangan serta pengaruhnya terhadap status gizi.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Manfaat penelitian bagi Masyarakat yaitu sebagai berikut:

1. Menjadi sarana informasi dan ilmu pengetahuan mengenai keragaman dan ketahanan pangan terhadap status gizi khususnya pada remaja
2. Dapat digunakan sebagai acuan dan referensi untuk pembuatan program yang berkaitan dengan keragaman dan ketahanan pangan