

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi penting dalam siklus kehidupan manusia, dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan pesat secara fisik, psikologis, maupun sosial (Izzani *et al.*, 2024). Kebutuhan gizi pada masa remaja semakin meningkat untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan tersebut (Izah *et al.*, 2023). Status gizi yang optimal pada masa remaja sangat penting untuk mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan yang maksimal, serta mencegah terjadinya masalah kesehatan di masa depan (Pitaloka Putri *et al.*, 2022).

Remaja di negara berkembang seperti Indonesia mengalami permasalahan gizi berupa masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih (Fadilah dan Sefrina, 2022). Hal tersebut dibuktikan dari data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, yang menunjukkan bahwa prevalensi remaja pada kelompok usia 16-18 tahun sebanyak 16% berada pada kategori status gizi kurang dan prevalensi remaja pada kelompok usia 13-15 tahun sebanyak 15% berada pada kategori status gizi lebih (Kemenkes RI, 2023).

Penelitian terdahulu menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi. Sebanyak 44,3% remaja dengan tingkat kecukupan energi tidak baik memiliki status gizi yang tidak

normal dengan hasil analisis asosiasi responden berpeluang 3,4 kali lebih besar memiliki status gizi tidak normal dibandingkan dengan responden yang memiliki kecukupan energi baik (Utami *et al.*, 2020).

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi remaja adalah tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro (Oktavia *et al.*, 2024). Asupan zat gizi makro mempengaruhi status gizi secara langsung karena keragaman asupan makanan mempermudah pemenuhan kebutuhan berbagai zat gizi (Khoerunisa dan Istianah, 2021). Energi dan zat gizi makro berperan penting untuk melakukan aktivitas sehari-hari, membangun dan memperbaiki jaringan tubuh, serta mengatur fungsi-fungsi tubuh (Darwis, 2021). Kekurangan zat gizi dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh terhadap penyakit, produktivitas rendah, meningkatkan angka kematian, dan pertumbuhan tubuh menjadi tidak normal (Rokhmah *et al.*, 2017). Sebaliknya, kelebihan asupan energi dan zat gizi makro dapat berpengaruh pada kenaikan berat badan dan dapat meningkatkan resiko penyakit tidak menular (Astutik *et al.*, 2020).

Remaja yang tinggal di panti asuhan merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah gizi (Kusumawati *et al.*, 2024). Kondisi kehidupan di panti asuhan, seperti keterbatasan ekonomi, kurangnya variasi makanan, dan kurangnya pengetahuan tentang gizi, dapat mempengaruhi tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro anak asuh (Mahmud, 2019). Panti asuhan atau Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) memberikan pemenuhan dasar terhadap makanan yang dikonsumsi anak asuh, selain sebagai penyedia tempat tinggal serta memberikan

pelayanan pengganti orang tua dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial yang tepat (Kementerian Sosial RI, 2011).

Makanan yang disediakan oleh panti asuhan memiliki kontribusi besar dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan remaja di tengah padatnya kegiatan belajar (Sembiring *et al.*, 2022). Apabila makanan yang disediakan tidak mengandung zat gizi yang mencakup kebutuhan individu, maka akan berdampak kesehatan dan masalah gizi yang serius (Kusumawati *et al.*, 2021). Evaluasi pengolahan makanan di LKSA sebaiknya dilakukan secara berkala oleh pihak yang kompeten di bidang kesehatan minimal setiap enam bulan sekali (Kemensos RI, 2011).

Pemilihan lokasi penelitian dilakukan secara *purposive* berdasarkan pertimbangan bahwa Panti Asuhan Syubbaanul Wathon melakukan penyelenggaraan makana. Panti asuhan melayani 107 orang dan tidak ada standar porsi yang diterapkan, sehingga pemorsian dilakukan mandiri oleh anak dan tidak sesuai anjuran porsi yang disarankan menyebabkan pemenuhan tingkat kecukupan zat gizi belum optimal. Berdasarkan hasil pengukuran antropometri yang dilakukan oleh peneliti, data status gizi pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon sebanyak 8.89% orang mengalami gizi kurang, 75.5% orang mengalami gizi baik dan 15.56% mengalami gizi lebih. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Apakah ada hubungan tingkat kecukupan energi dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024?
2. Apakah ada hubungan tingkat kecukupan karbohidrat dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024?
3. Apakah ada hubungan tingkat kecukupan lemak dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024?
4. Apakah ada hubungan tingkat kecukupan protein dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.
2. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan karbohidrat dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.
3. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan lemak dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.
4. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan protein dengan status gizi remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi remaja serta evaluasi penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya tahun 2024.

2. Lingkup Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Bidang ilmu yang diterapkan dalam penelitian ini adalah gizi institusi.

4. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon, Cikalang, Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya, Provinsi Jawa Barat.

5. Lingkup Sasaran

Lingkup sasaran pada penelitian ini adalah pengelola penyelenggaraan makanan dan remaja di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Waktu yang digunakan untuk penelitian ini yaitu dilakukan dari bulan Januari hingga Maret tahun 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Panti Asuhan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak pengelola panti asuhan tentang pentingnya kecukupan energi dan zat gizi makro dari makanan yang disajikan untuk meningkatkan status gizi yang optimal pada remaja serta evaluasi membentuk penyelenggaraan makanan di panti asuhan yang lebih baik.

2. Bagi Program Studi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian berikutnya dan bermanfaat bagi kepentingan pendidikan khususnya pada bidang gizi institusi.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Manfaat bagi keilmuan gizi yakni diharapkan dapat menambah kepustakaan pengembangan ilmu gizi tentang pelaksanaan manajemen sistem penyelenggaraan makanan institusi.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan pengalaman peneliti dengan mengaplikasikan teori yang telah diperoleh tentang tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada remaja serta evaluasi penyelenggaraan makanan di Panti Asuhan Syubbaanul Wathon Kota Tasikmalaya.