

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi merupakan sebuah keadaan yang ditentukan dengan tingkat kebutuhan fisik terhadap energi serta zat-zat gizi yang didapatkan dari asupan makanan dengan dampak fisik yang dapat diukur. Status gizi selain dipengaruhi oleh faktor status kesehatan, pengetahuan, ekonomi, lingkungan dan budaya juga dapat dipengaruhi pada pola konsumsi energi serta protein. Pengetahuan gizi merupakan suatu kemahiran dalam memilih makanan yang pada dasarnya merupakan sumber gizi dan keterampilan dalam memilih makanan jajanan yang sehat dan bergizi. Pengetahuan gizi yang rendah dapat menjadi suatu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan pola makan, serta pola konsumsi makanan bergizi pada masa remaja. Pola konsumsi ini meliputi aneka jenis dan kuantitas makanan yang dikonsumsi serta frekuensi dan waktu makan secara jumlah akan menentukan ukuran tinggi rendahnya makanan yang dikonsumsi. (Kanah, 2020)

RISKESDAS (2013) mengatakan bahwa terdapat suatu data Indeks Massa Tubuh (IMT) pada remaja dengan persentase gizi kurus pada laki-laki sebesar 13,1% sedangkan persentase pada gizi perempuan 5,7%. Di Indonesia Terjadi fenomena peningkatan status gizi pada remaja di Indonesia dari yang sangat kurus menjadi kurus.

Hal ini juga berbeda dengan persentase pada status gizi gemuk. Pada tahun 2010 ada sebesar 1,4% prevalensi gizi gemuk yang mengalami peningkatan pada sebesar 7,3% pada tahun 2013. Asupan energi makro yang dibutuhkan oleh tubuh dari pola konsumsi penduduk Indonesia yaitu 40-60%, energi karbohidrat 5-15%, dan energi protein 25-55% energi lemak tergantung usia atau tahap tumbuh kembang.

Status gizi remaja merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian khusus sebab pengaruhnya besar dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan tubuh saat dewasa. Berdasarkan penelitian, menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan pengetahuan gizi pada mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung. Berdasarkan penelitian yang MTPH Journal, Volume 4, No. 2, September 2020 Medical Technology and Public Health Journal (MTPH Journal) | 205 dilakukan pada mahasiswa Universitas Indonesia, diperoleh 15,6% memiliki Indeks Massa Tubuh lebih besar dari 25 dan sebanyak 53,1% memiliki tingkat pengetahuan rendah berkaitan dengan nutrisi. Kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian tersebut adalah tidak adanya hubungan yang signifikan antara asupan energi dan status nutrisi.

Status gizi ialah salah satu sebagai penanda baik buruknya dalam menyediakan makanan setiap harinya, selain itu juga sebagai bentuk ekspresi dari kondisi keseimbangan yang dipresentasikan dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi yang baik digunakan untuk

mempertahankan tingkat kesehatan, membantu pertumbuhan masa anakanak, juga mendukung prestasi bagi olahragawan profesional. Secara definisi, remaja merupakan suatu fase antara pubertas dan maturitas penuh (berkisar pada usia 10-21 tahun), perkembangan dari anak-anak menuju masa dewasa terjadi suatu proses yaitu proses pematangan fisik. Terdapat 3 periode perkembangan remaja, yaitu remaja awal (10-14 tahun), remaja pertengahan (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Mahasiswa dapat dikatakan sebagai remaja, dengan kisaran umur antara 17-22 tahun.

Setidaknya ada 2 teknik yang terkenal untuk menilai status gizi, yaitu ingatan teknik ingatan pangan 24 jam (24-hour food recall) dan Food Frequency Questionare (FFQ). Dari kedua teknik ini akan diperoleh gambaran mengenai pola konsumsi masyarakat yang kemudian diolah sedemikian hingga agar menjadi sebuah kesimpulan yang tepat. Menentukan status kesehatan masyarakat bukan suatu hal yang mudah, perlu ketelitian dan kecermatan dalam melakukan perhitungan. Pengetahuan tentang ilmu gizi dan kesehatan pun menjadi syarat yang utama agar diperoleh hasil yang akurat. Hal lain yang sering dipertanyakan adalah kebenaran data. Kebanyakan data yang diperoleh dari sampel tidak dapat mewakili data yang sesungguhnya, atau dalam kasus lain sering kali sampel tidak serius memberikan data, sehingga hal seperti ini pun dapat mempengaruhi hasil dari sistem yang akan dirancang. Data tentang frekuensi konsumsi makanan selama

periode tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun dikenal dengan Metode frekuensi makanan. Penelitian epidemiologi sering menggunakan metode ini sebab mampu menemukan kelemahan maupun kelebihan zat gizi mikro (baik mineral maupun vitamin) yang dikaitkan dengan kejadian penyakit tertentu (*relative sensitive*). Selain itu pertimbangan dari sisi kecepatan, murah, dan juga kemudahan diterapkan dilapangan, membuat metode ini banyak digunakan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti permasalahan ini dengan *Literature Review* yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi: *Literature Review*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang diatas maka dapat di rumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi : *Literature Review*”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulisan KTI (Karya Tulis Ilmiah) ini dalam bentuk *Literature Review*. Yang bertujuan Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi: *Literature Review*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi responden tentang Gizi Mahasiswa
- b. Menganalisis Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi.

D. Manfaat Penelitian

Adapun Manfaat dari penulisan KTI (Karya Tulis Ilmiah) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam aspek yaitu menambah referensi keilmuan bagi penulis.

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi untuk penelitian berikutnya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan di perpustakaan.

c. Bagi Perawat Pelaksana

Memberikan informasi mengenai Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi: *Literature Review*.