

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gizi merupakan penentu kualitas sumber daya manusia. Upaya untuk peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dimulai dengan cara yaitu penanganan pertumbuhan sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi dan perawatan yang baik seseorang (Ratih et al., 2020). Gizi memiliki peran bermanfaat dalam hidup semua orang sejak dalam masa kandungan hingga pada usia lanjut. Negara ini harus memiliki standar hidup yang tinggi untuk generasi berikutnya. Saat ini, ada sejumlah aspek yang perlu diperhatikan dalam rangka meningkatkan kualitas hidup seseorang, antara lain kesehatan, pendidikan, dan gizi. Rendahnya kesadaran gizi merupakan salah satu faktor penyebab permasalahan gizi pada orang dewasa. Pengetahuan gizi memegang peranan penting yaitu bekal kepada seseorang tentang bagaimana pemilihan makanan sehat dan mengetahui bahwa makanan yang dikonsumsi memiliki hubungan erat terhadap gizi yang berperan penting dalam menentukan derajat kesehatan (Jayanti et al., 2019)

Berdasarkan data dari *World Health Organization* sebanyak 1,9 miliar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan (Obesitas), sementara 462 juta orang mengalami kekurangan berat badan (WHO, 2023). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi dewasa di atas 18 tahun yang mengalami obesitas sebesar 21,8%. Pada kelompok pekerja

di institusi pemerintah (PNS/TNI/Polri/BUMN/BUMD). Sedangkan data Survei Kesehatan Indonesia pada proporsi status gizi penduduk dewasa laki-laki berdasarkan kategori IMT dengan kelompok umur 20-24 tahun yaitu mengalami wasting sebesar 16,3%, overweight 7,9%, obesitas 10,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2023)

Status gizi normal yaitu apabila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sedangkan gizi kurang terjadi apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial (Muliyati et al., 2019). Status gizi dipengaruhi dari jumlah asupan gizi dan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh seseorang. Seseorang yang memiliki status gizi baik akan tercapai apabila asupan makanan yang dikonsumsi terpenuhi oleh tubuh. Status gizi merupakan kondisi seseorang yang ditentukan oleh kebutuhan dari fisik seseorang terhadap energi dan zat gizi yang didapatkan dari asupan makanan dengan dampak fisik yang dapat diukur (Arieska & Herdiani, 2020). Status gizi kurang akan terjadi apabila tubuh seseorang mengalami kekurangan zat-zat gizi. Pemilihan makanan yang bergizi baik tergantung pada pengetahuan dan sikap gizi dari seseorang. Pada kebiasaan makan remaja akan dapat mempengaruhi status gizi remaja. Status gizi remaja akhir sebaiknya dalam kategori yang baik dimana akan menjamin pertumbuhan dan perkembangan remaja (Indrasari et al., 2020). Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi pada seorang remaja akhir adalah pengetahuan gizi yang rendah.

Pengetahuan gizi memegang peranan penting yaitu bekal kepada seseorang tentang bagaimana pemilihan makanan sehat dan mengetahui

bahwa makanan yang dikonsumsi memiliki hubungan erat terhadap gizi yang berperan penting dalam menentukan derajat kesehatan (Jayanti et al., 2019). Konsumsi pangan individu dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi. Pengetahuan gizi setiap individu meliputi dari pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi makanan setiap hari dengan baik dan memberikan zat gizi yang dibutuhkan agar fungsi tubuh yang normal (Almatsier, 2010). Pengetahuan juga dapat menjadikan seseorang tersebut untuk memiliki kesadaran sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Apabila memiliki pengetahuan gizi yang baik maka kebiasaan makan juga akan baik pula yaitu dengan pola makan gizi yang seimbang (Patrianjalana et al., 2023).

Salah satu faktor yang menyebabkan remaja mengalami gizi buruk yaitu pada pola konsumsi, Pola konsumsi sangat mempengaruhi status gizi dikarenakan jumlah zat gizi yang diperoleh untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Pola konsumsi menunjukkan frekuensi dari jumlah makan dan jenis dari konsumsi pangan seseorang dalam waktu tertentu (Nurwulan et al., 2017). Menurut penelitian yang dilakukan Rahman et al (2016) mengatakan bahwa ada hubungan antara faktor pengetahuan gizi dengan perilaku makan, berbekal dengan pengetahuan gizi yang cukup tersebut dapat mempengaruhi mereka untuk mengonsumsi makanan yang bergizi. Pola konsumsi merupakan kebiasaan konsumsi makanan yang dilakukan seseorang yang memiliki pengaruh terhadap status gizi seseorang tersebut (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI 2018). Pola makan sendiri menggambarkan berbagai macam dan jumlah makanan yang dikonsumsi

setiap hari oleh seseorang (Christia et al., 2021). Berdasarkan hasil penelitian Arieska & Herdiani (2020) diketahui ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi. Pola hubungan antara pengetahuan dengan status gizi menginterpretasikan bahwa semakin rendah pengetahuan tentang gizi akan semakin besar peluang seseorang untuk memiliki status gizi kurus.

Dalam rekrutmen TNI calon siswa harus memiliki pengetahuan yang baik dikarenakan pengetahuan yang baik mempunyai peranan di dalam mempertahankan kelangsungan hidup seseorang dan rekrutmen memiliki persyaratan umur yaitu 17 tahun 9 bulan - 22 tahun dalam hal ini tergolong dalam kategori dewasa awal (RekrutmenTNI, 2024). Jenis profesi pekerjaan yang salah satunya membutuhkan status gizi yang optimal maupun normal adalah prajurit Tentara Nasional Indonesia (TNI). Oleh sebab itu setiap prajurit TNI harus memiliki pengetahuan gizi yang baik agar prajurit memahami kegunaan, dari masing-masing zat gizi yang terdapat didalam makanan sehari-hari pentingnya untuk lebih mengenal komponen gizi yang dimakan oleh individu agar mengenali jenis makanan yang dikonsumsi ketika seorang sarapan, makan siang, makan malam, baik itu pada selingan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kadar zat gizi yang telah masuk ke tubuh agar tetap hidup sehat dan seimbang yang artinya jenis zat gizi yang masuk dan keluar tidak kurang ataupun lebih hal ini yang akan berdampak pada status gizi siswa prajurit, maka dari itu perlunya mempelajari pengetahuan tentang ilmu gizi.

Resimen Induk Komando Daerah Militer (RINDAM) adalah lembaga pendidikan militer bagi calon tamtama dan bintara angkatan darat serta kolat belanegara bagi instansi swasta lain. Rindam memiliki tanggung jawab membantu menyelenggarakan latihan dan pendidikan bagi seluruh jajaran kodam untuk menghasilkan prajurit yang professional, handal serta berkualitas.

Lembaga Pendidikan (Lemdik) Resimen Induk Daerah Militer (Rindam I/BB) terletak di kota Pematangsiantar Provinsi Sumatera Utara. Sebelum peneliti melakukan penelitian ke Lembaga Pendidikan Rindam I/BB, peneliti melakukan yaitu observasi melihat pengetahuan, pola konsumsi, dan status gizi siswa prajurit yang ada di Lembaga Pendidikan Rindam I/BB, pada observasi awal peneliti memberikan kuesioner berjumlah 8 pertanyaan terhadap 20 orang responden, didapatkan hasil observasi awal menunjukkan bahwa 14 orang (71%) memiliki pengetahuan gizi rendah, sedangkan pada pola konsumsi 12 orang (60%) masih suka mengonsumsi makanan yang diperjualbelikan baik itu di dalam lemdik maupun di luar lemdik. Pada status gizi siswa saat dilakukan pengukuran masih terdapat masalah gizi yaitu gizi kurang ringan 8 orang (40%), maupun gizi lebih tingkat ringan 5 orang (25%) sedangkan pada gizi normal 7 orang (35%). Hal ini menunjukkan dimana pengetahuan mereka tentang gizi masih kurang, pola konsumsi dan status gizi. Pola konsumsi mereka ketika diwawancara makanan pokok sudah disediakan langsung dengan frekuensi makan 3x sehari oleh lembaga pendidikan tetapi ketika melaksanakan kegiatan di dalam maupun saat diluar masih ada yang

mengonsumsi gorengan, kerupuk, *fast food* dll. Jika dilihat melalui makanan yang mereka konsumsi adanya sedikit ketidakseimbangan pada makanan yang mereka konsumsi ssat diluar lemdik, sehingga mempengaruhi status gizi siswa prajurit tersebut. Berdasarkan masalah tersebut maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Siswa Prajurit TNI-AD di Lembaga Pendidikan Resimen Induk Daerah Militer (RINDAM I/BB)”

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Masih terdapat status gizi lebih tingkat ringan dan status gizi kurang tingkat ringan pada siswa prajurit kategori dewasa
2. Masih terdapat pengetahuan gizi kurang pada siswa prajurit dengan kelompok usia 19-21 tahun
3. Masih terdapat pola konsumsi yang kurang baik (*snack* dan *fast food*) pada siswa prajurit kategori dewasa

1.3 Pembatasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Pengetahuan gizi siswa prajurit dibatasi pada defenisi, manfaat, jenis zat gizi, dan akibat dari kekurangan gizi.

2. Pola konsumsi siswa prajurit dibatasi pada frekuensi makan perhari, perminggu, perbulan dengan menggunakan formulir *Food Frequency Questionnaire*
3. Status gizi siswa prajurit dibatasi status gizi kurus ringan, status gizi normal, status gizi lebih tingkat ringan dengan menggunakan IMT (Indeks Massa Tubuh)
4. Subjek penelitian dibatasi pada siswa prajurit atau dalam kategori dewasa (19-21 tahun) di Lembaga Pendidikan Rindam 1/BB

1.4 Perumusan Masalah

Rumusan masalah ini, sebagai berikut :

1. Bagaimana karakteristik responden berdasarkan usia responden, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, serta pendapatan keluarga ?
2. Bagaimana pengetahuan gizi siswa prajurit kategori dewasa?
3. Bagaimana pola konsumsi siswa prajurit kategori dewasa?
4. Bagaimana status gizi siswa prajurit kategori remaja dewasa?
5. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi siswa prajurit kategori dewasa?
6. Bagaimana hubungan pola konsumsi dengan status gizi siswa prajurit kategori dewasa?

7. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi siswa prajurit kategori dewasa

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden (usia responden, pendidikan ayah dan ibu, pekerjaan ayah dan ibu, pendapatan keluarga dan besaran keluarga)
2. Pengetahuan gizi siswa prajurit
3. Pola konsumsi siswa prajurit
4. Status gizi siswa prajurit
5. Hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi siswa prajurit
6. Hubungan pola konsumsi dengan status gizi siswa prajurit
7. Hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi siswa prajurit

1.6 Manfaat Penelitian

Bagi pihak instansi, hasil penelitian ini dapat menjadi rekomendasi perencanaan, mengetahui faktor, dan evaluasi sebagai bahan masukan dan tambahan. Bagi pihak responden hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan siswa prajurit mengenai faktor apa saja yang mempengaruhi mereka.