

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Status gizi adalah ukuran keberhasilan seseorang dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi tubuh dan penggunaan zat-zat gizi yang ditandai dengan berat badan dan tinggi badan. Remaja merupakan masa transisi dari anak – anak menuju awal dewasa. Usia remaja Menurut WHO (*World Health Organization*) adalah 10–19 tahun. Seseorang dapat dikatakan remaja jika memasuki usia 11 – 20 tahun bagi perempuan dan 12-21 tahun bagi laki-laki. Pada saat memasuki masa remaja maka akan terjadi fase perubahan kenaikan kecepatan pertumbuhan yang di sebut *adolescence growth spurt* yaitu perubahan yang terjadi pada fisik disertai perkembangan kognitif dan psikis. Pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi gizi remaja sehingga memerlukan zat gizi yang baik, cukup, seimbang dan relatif lebih besar untuk mendapatkan status gizi yang optimal (Hafiza et al., 2021).

Pola asuh dalam keluarga merupakan proses mendidik anak dari kelahiran hingga memasuki usia dewasa. Berdasarkan kerangka konsep Unicef yang telah disesuaikan dengan kondisi Indonesia, Unicef mengemukakan bahwa pola asuh meliputi makanan, kesehatan dan psikososial. Orang tua merupakan pusat sentral yang dijadikan sorotan dalam perkembangan remaja dalam menyediakan waktu, perhatian dan dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh dan berkembang. Pada kenyataannya tidak semua individu melewati masa remaja dengan dampingan orang tua. Ada beberapa remaja yang harus rela berpisah dengan keluarganya sehingga berada di sebuah panti asuhan (Hafiza et al., 2021).

Panti asuhan adalah lembaga sosial yang menampung, mendidik mengurus dan membimbing anak-anak kurang mampu dan kurang beruntung seperti anak yatim, yatim piatu, dhuafah dan anak-anak yang terlantar secara berkelompok berbeda dengan anak yang tinggal dengan orang tuanya secara langsung. Hal ini menyebabkan perbedaan pola asuh karena perbandingan jumlah pengasuh yang sedikit dibandingkan dengan jumlah anak yang lebih banyak. Anak yang tinggal secara berkelompok rentan mengalami permasalahan pada status gizi dimana konsumsi makanan sehari-hari dipengaruhi oleh dana, fasilitas dan ketenagaan dipanti asuhan sehingga akan berdampak pada pemenuhan kebutuhan zat gizi dan status gizi (Barus et al., 2022).

Remaja yang tinggal dipanti asuhan rentan mengalami stres karena remaja yang tinggal dipanti asuhan dituntut untuk hidup mandiri dimana dapat dilihat dari kehidupan sehari-hari remaja yang tinggal di panti asuhan mamiyai kota medan yang mengharuskan semuanya berbagi kamar dan tempat tidur, berbagi kamar mandi, makanan dan fasilitas lain. Selain itu keharusan kedisiplinan yang ketat untuk menaati peraturan rutinitas yang ada seperti jadwal sekolah yang dimulai dari jam 8 pagi hingga jam 4 sore, belajar, ibadah sholat 5 waktu dan membaca al-quran yang rutin dilakukan setiap hari, jadwal piket panti dan jadwal piket pribadi khusus teman 1 kamar, jadwal ekstrakurikuler dan jadwal gotong royong untuk membersihkan lingkungan panti yang rutin dilakukan dalam satu bulan sebanyak dua kali serta jadwal keluar masuk panti asuhan. Dalam menghadapi berbagai masalah yang dihadapi remaja dipanti asuhan dan dengan sedikit perhatian ataupun bimbingan ibu/bapak pengasuh yang kurang mandalam/terbatas maka

remaja dituntut untuk mengatur hidupnya sendiri. Terbatasnya pengasuh dan jumlah anak asuh juga dapat menyebabkan gaya hidup yang kurang baik untuk remaja. Gaya hidup merupakan cara hidup yang dipilih individu dalam kehidupan sehari-hari yang diekspresikan dalam bentuk aktivitas, minat, dan opini. Perubahan gaya hidup remaja terjadi karena pada saat remaja biasanya lebih menginginkan kebebasan dan mencoba hal-hal baru untuk menemukan jati diri (Anggraini et al., 2022).

Pemilihan ragam gaya hidup ini biasanya berdampak negatif tanpa bimbingan orang dewasa karena remaja usia (10-18 tahun) merupakan periode rentan gizi. Remaja menjadi fase usia yang terdampak modernisasi zaman dan dari kemajuan teknologi sehingga menghasilkan gaya hidup cenderung hedonis seperti mengarahkan aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup dengan cara mengabdikan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, selalu ingin menjadi pusat perhatian. Akibat dari kemajuan teknologi ini maka nongkrong di kafe dianggap sebagai kegiatan yang paling menyenangkan bagi remaja. Trend nongkrong di kafe ini tidak terlepas dari adanya pengaruh gaya hidup modern karena bagi remaja kafe merupakan tempat menyenangkan yang memberikan fasilitas, kenyamanan, pelayanan yang ramah bagi para pengunjung terlebih pada kalangan remaja (Alfira, 2021).

Perubahan gaya hidup remaja akan merubah kebiasaan makan remaja dan dapat mempengaruhi status gizinya. Jika remaja memilih gaya hidup yang kurang baik maka akan mempengaruhi status gizinya. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan Juli tahun 2023 terdapat perbedaan status gizi yang terjadi

pada anak remaja di panti asuhan mamiyai termasuk status gizi lebih dan kurang. Pola asuh dan gaya hidup merupakan faktor tidak langsung yang dapat menyebabkan permasalahan pada status gizi remaja. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan di panti asuhan mamiyai pemberian makanan dilakukan sebanyak 3 kali sehari tanpa cemilan. Ketersediaan makanan dipanti asuhan tergantung dengan dana dan pemberian dari sedekah baik berupa uang ataupun makanan. Jika dana tersedia lebih maka makanan yang diberikan akan lebih lengkap dan beragam lengkap dengan susu, buah, dan cemilan. Tetapi jika ketersediaan dana sedang berkurang maka makanan yang disediakan kurang beragam seperti hanya menyediakan makanan pokok dan sayur saja. Khusus di hari jumat pihak dapur dipanti asuhan mamiyai tidak memasak makanan karena pada hari jumat banyak yang memberikan sedekah makanan kepada pihak panti asuhan. Jika terus menerus dibiarkan maka pola asuh dan gaya hidup dapat menyebabkan permasalahan pada status gizi remaja yang tinggal di panti asuhan. Dari alasan inilah penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Asuh Dan Gaya Hidup Dengan Status Gizi Remaja di Panti Asuhan Mamiyai Kota Medan”. Hal ini mungkin dapat terjadi pada remaja yang berada di panti asuhan mamiyai.

1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah pada penelitian ini adalah :

1. Pola asuh di panti asuhan berbeda dengan pola asuh orang tua terhadap remaja.

2. Kurangnya jumlah pengasuh di panti asuhan yang tidak sebanding dengan jumlah remaja.
3. Kurangnya pemahaman pengasuh terhadap gaya hidup remaja yang sangat mudah mengikuti trend.
4. Kurangnya pemahaman remaja terhadap dampak dari gaya hidup terhadap status gizi.
5. Rendahnya pemahaman remaja terhadap pentingnya status gizi di masa remaja.

1.3. Pembatasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Pola asuh remaja di batasi pada pola asuh makan, psikososial, kesehatan.
2. Gaya hidup dibatasi pada aktivitas, ketertarikan, pandangan.
3. Status gizi dibatasi pada gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, obesitas
4. Subjek penelitian dibatasi pada remaja dengan usia 11-15 tahun yang tinggal di Panti Asuhan Mamiyai Kota Medan.

1.4. Perumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana karakteristik remaja?
2. Bagaimana pola asuh remaja?
3. Bagaimana gaya hidup remaja?

4. Bagaimana status gizi remaja?
5. Bagaimana hubungan pola asuh dengan status gizi remaja?
6. Bagaimana hubungan gaya hidup dengan status gizi remaja?
7. Bagaimana hubungan pola asuh dan gaya hidup dengan status gizi remaja?

1.5. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik remaja
2. Pola asuh remaja
3. Gaya hidup remaja
4. Status gizi remaja
5. Hubungan pola asuh dengan status gizi remaja
6. Hubungan gaya hidup dengan status gizi remaja
7. Hubungan pola asuh dan gaya hidup dengan status gizi remaja

1.6. Manfaat Penelitian

Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menjadi sumber informasi kepada masyarakat mengenai hubungan pola asuh dan gaya hidup yang berdampak pada status gizi remaja. Dengan demikian hasil penelitian ini dapat dikembangkan dalam penerapan pola asuh bagi remaja serta pengawasan terhadap gaya hidup remaja yang berdampak pada pencapaian status gizi remaja yang baik.