

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Salah satu masa puncak pertumbuhan terjadi pada masa remaja, banyak perubahan yang dapat berlangsung cepat seperti pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial atau tingkah laku. Asupan makanan yang buruk merupakan penyebab umum terjadinya masalah gizi pada remaja. Keseimbangan zat gizi yang masuk dibutuhkan untuk kesehatan yang optimal. Selain asupan makanan, aktifitas fisik juga merupakan salah satu faktor untuk mencapai kesehatan yang optimal (Pangow *et al.*, 2020).

Dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 disebutkan bahwa remaja adalah kelompok usia 10 tahun sampai berusia 18 tahun. Pada masa remaja, terjadi peningkatan pertumbuhan (*growth spurts*) yang ditandai dengan kenaikan berat badan dan tinggi badan. Peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan pada remaja serta perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan, menjadikan kebutuhan gizi pada masa remaja perlu mendapatkan perhatian khusus (Hardinsyah dan Supariasa, 2017).

Gizi merupakan salah satu kebutuhan yang mempengaruhi sumber daya manusia, dimana gizi yang cukup berkaitan erat dengan perkembangan kecerdasan, kesehatan, ketrampilan dan pertumbuhan. Asupan gizi seseorang dipenuhi dari konsumsi makanannya, karena makanan merupakan kebutuhan pokok yang diperlukan sehari-hari sebagai sumber energi. Makanan yang dikonsumsi setiap orang berbeda-beda. Kebutuhan akan energi dan zat-zat gizi bergantung pada berbagai faktor, yaitu umur, tinggi dan berat badan, jenis kelamin dan aktivitas (Prihatmoko dan Nurhayati, 2019).

Pada dasarnya masalah gizi remaja timbul karena adanya perilaku gizi yang salah, yaitu keadaan ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kebutuhan gizi yang diperlukan. Masalah gizi remaja ini dikaitkan dengan kejadian berat bayi lahir rendah (BBLR), bayi premature, dan kematian pada bayi yang menjadi faktor risiko terjadinya *stunting* pada anak balita (Natanael *et al.*, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) *stunting* adalah kondisi dimana nilai *Z-score* tinggi badan menurut umur (TB/U) berdasarkan standar

pertumbuhan mencapai kurang dari -2 standar deviasi (SD). *Stunting* dapat menyebabkan perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, dan verbal berkembang secara tidak optimal, peningkatan risiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, peningkatan biaya kesehatan, serta peningkatan kejadian kesakitan dan kematian. Anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat *stunting* pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperlebar ketimpangan di suatu negara. *Stunting* yang memiliki konsekuensi penting bagi kesehatan dan pembangunan, masih menjadi ancaman global, terutama di negara berkembang (Yadika *et al.*, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi *stunting* pada remaja usia 13-15 tahun di Indonesia adalah 25,7% dengan kategori sangat pendek 7,2% dan 18,5% pendek. Berdasarkan Laporan Provinsi Riau Riskesdas 2018 prevalensi *stunting* remaja berdasarkan tinggi badan menurut umur (TB/U) di provinsi Riau sebesar 24,09% dengan kategori sangat pendek 6,14% dan pendek 17,95%. Sedangkan untuk Kabupaten Kampar sebesar 28,24% dengan kategori sangat pendek 7,47% dan pendek 20,77% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Berdasarkan penelitian Martony *et al* (2020) dilihat bahwa pada kelompok *stunting* memiliki nilai rata-rata *z-score* TB/U sebelum intervensi sebesar -2,46, setelah dilakukan intervensi selama 21 hari mengalami penurunan menjadi -2,25. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nilai rata-rata *z-score* TB/U sebelum dan sesudah intervensi. Maka dengan intervensi berupa pemberian konsumsi ikan setiap hari dapat meningkatkan asupan protein, kalsium dan zink sehingga penambahan tinggi badan anak *stunting* dapat menyamai pertumbuhan tinggi badan anak tidak *stunting*.

Berdasarkan penelitian Hayati *et al* (2022) yang dilakukan di SMP Negeri 1 Kampar yang merupakan sekolah menengah pertama yang paling dekat dengan desa lokus *stunting* di Kabupaten Kampar, didapati hasil bahwa pengaruh pemberian intervensi konsumsi makanan tinggi protein berupa susu dan telur selama 3 bulan memiliki efek langsung positif terhadap tinggi badan menurut umur.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian yaitu “Perbedaan Kenaikan Tinggi Badan Menurut Umur pada Remaja *Stunting* dan Remaja Tidak *Stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja *stunting* dan perubahan tinggi badan remaja tidak *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Mengetahui gambaran kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.
2. Mengetahui gambaran kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja tidak *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.
3. Mengetahui perbedaan kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja *stunting* dan tidak *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti tentang perbedaan kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja *stunting* dan remaja tidak *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.

#### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumber informasi mengenai perbedaan kenaikan tinggi badan menurut umur pada remaja *stunting* dan remaja tidak *stunting* di SMPN 1 Kampar Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar dan dapat memberikan dampak untuk kualitas hidup yang lebih baik, khususnya pada remaja *stunting*.

#### **1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan di Poltekkes Kemenkes Riau.