

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Wanita usia subur (WUS) menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merupakan wanita yang memiliki umur 15-49 tahun, tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Definisi lain menyebutkan bahwa wanita usia subur merupakan kelompok rawan yang harus diperhatikan status kesehatan, terutama status gizi. Dampak dari bertambahnya jumlah usia produktif berpengaruh pada kejadian penyakit dan kematian. Kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia pada ibu hamil menjadikan resiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah sebesar 4,7 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami KEK dan tidak anemia. Pada usia subur (masa pra konsepsi) merupakan calon ibu yang dijadikan kelompok usia yang rawan dan perlu adanya perhatian khusus. Kesehatan pra konsepsi perlu diperhatikan karena ada kaitannya dengan outcome kehamilannya.(Hendriyani, n.d.2018)

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk perilaku setiapindividu, termasuk perilaku kesehatan individu tersebut. Pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Semakin luas pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan, maka semakin beragam pula jenis makanan yang dikonsumsi sehingga dapat memenuhi kecukupan gizi dan mempertahankan kesehatan. Seorang dengan pengetahuan yang kurang tidak akan mampu menyediakan makanan yang baik dan hal ini berisiko tinggi terhadap masalah kurang gizi(Nurqadriyani et al., 2021).

Asupan zat gizi makro sangat penting dikarenakan asupan zat gizi makro ini merupakan kontributor utama untuk energi yang merupakan sumber utama untuk pertumbuhan otot. Selain untuk pertumbuhan otot, zat gizi makro ini berfungsi untuk menjaga perkembangan dan fungsi tubuh yang normal serta membangun dan memperbaiki jaringan yang rusak.(Mawitjere et al., 2021)

Asupan gizi seseorang juga berkaitan langsung dengan status gizinya. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi serta kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik mengatakan asupan gizi yang dilihat dari pola makan seseorang memengaruhi status gizi

seseorang dengan asupan karbohidrat sebagai yang faktor paling dominan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan yang menunjukkan hubungan signifikan asupan gizi yang berupa energi, karbohidrat, dan protein dengan status gizi. (Masyarakat & Sriwijaya, 2023)

Aktivitas fisik merupakan setiap aktivitas yang dilakukan oleh otot-otot skelet sehingga menyebabkan adanya pergerakan tubuh dan pengeluaran energi. Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu memiliki aktivitas fisik yang meliputi berbagai macam jenis diantaranya yaitu aktivitas fisik yang terjadi selama bekerja, tidur, dan pada saat waktu luang. Aktivitas fisik sedang seperti latihan-latihan fisik ataupun olahraga yang dilakukan dengan terencana terstruktur dan dilakukan berulang-ulang yang dilakukan secara terus-menerus dapat mencegah risiko terjadinya penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif seperti diabetes kanker dan lain-lain. (Lara, 2022)

Status gizi dapat dipengaruhi dari pola makan seseorang. Pola makan akan menentukan jumlah zat gizi yang masuk ke dalam tubuh. Jumlah makanan yang cukup, jenis makanan yang beragam dan frekuensi makan yang teratur berperan penting dalam penentuan status gizi. Namun, masih terdapat permasalahan terkait pola makan di masyarakat Indonesia. (Krisdayani et al., 2023).

Terdapat beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengetahui status gizi WUS, diantaranya yaitu dengan melakukan pengukuran antropometri berupa tinggi badan dan berat badan yang menghasilkan IMT, lingkar pinggang, lingkar lengan atas (LILA), dll. Pengukuran status gizi secara berkala, penting dilakukan untuk dapat menjaga kesehatan, keseimbangan dalam tubuh, serta dapat mengurangi adanya resiko terhadap penyakit-penyakit degeneratif. Keseimbangan yang sehat antara konsumsi makanan dan kebutuhan gizi, dapat menentukan status gizi seseorang. Seseorang yang ingin mencapai kesehatan yang optimal, maka diperlukan status gizi yang baik. Status gizi yang baik juga penting bagi wanita usia subur selama masa pra konsepsi, selama masa konsepsi, persalinan, dan setelah melahirkan. (Izza, n.d.2023)

Lingkar pinggang adalah salah satu indikator yang digunakan untuk menentukan status gizi seseorang, khususnya untuk mengetahui obesitas sentral. Lingkar pinggang dapat berfungsi sebagai alternatif penanda massa lemak perut. Hal tersebut dapat menjadi antisipasi terhadap sindrom metabolik dan penyakit degeneratif seseorang. untuk mengukur

status gizi wanita dewasa dalam usia subur dapat menggunakan metode lain yaitu menggunakan lingkar pinggang. Lingkar pinggang dapat di ukur menggunakan pita meteran, dengan standar yang ditetapkan yaitu dikategorikan sebagai obesitas apabila memiliki nilai >80 cm untuk perempuan. Lingkar pinggang merupakan salah satu indikator penting yang perlu diperhatikan karena dapat mengetahui danantisipasi resiko penyakit kardiovaskular. Pengukuran lingkar pinggangn dapat dilakukan dengan menggunakan pita ukur dengan kategori untuk wanita yaitu normal >80 cm, dan untuk laki laki yaitu >90 cm. Seseorang yang memiliki lingkar pinggang lebih dari ambang batas maka dapat dikatakan obesitas.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018, kejadian overweight dan obesitas di Indonesia pada usia dewasa mengalami peningkatan dengan prevalensi berat badan berlebih (13,6%) dan prevalensi obesitas (21,8%). Berdasarkan catatan Riskesdas pada Provinsi Nusa Tenggara Timur mengalami kejadian obesitas dengan prevalensi sebesar 6,2%. Berdasarkan prevalensi status gizi usia 16-18 tahun di Kota Kupang, terdapat 1,9% penduduk yang mengalami obesitas dan persentase status gizi penduduk dewasa (>18 tahun) terdapat 12,1% penduduk Kota Kupang yang mengalami obesitas terbanyak di Provinsi Nusa Tenggara Timur. Masalah tersebut memberikan dampak negatif pada tubuh dan menjadi perubahan bentuk fisik seperti adanya banyak lipatan salah satunya lipatan pada pinggang (Anwar & Khalda, 2023)

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan karakteristik, asupan gizi dan citra tubuh dengan status lingkar pinggang wanita usia subur di KUA kecamatan kelapa lima.

B. Rumusan masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan pengetahuan, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik dengan status lingkaran pinggang wanita usia subur di KUA kelapa lima” ?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis Hubungan Pengetahuan, Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Lingkaran Pinggang WUS di KUA Kelapa Lima

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui distribusi pengetahuan gizi WUS di KUA Kelapa Lima
- b. Mengetahui distribusi asupan zat gizi makro WUS di KUA Kelapa Lima
- c. Mengetahui distribusi aktivitas fisik WUS di KUA Kelapa Lima
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan status Lingkaran Pinggang WUS di KUA Kelapa Lima
- e. Menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dengan status Lingkaran Pinggang WUS di KUA Kelapa Lima
- f. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status Lingkaran Pinggang WUS di KUA Kelapa Lima

B. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat umum khususnya pasangan usia subur di KUA tentang hubungan lingkaran pinggang dengan pengetahuan, zat gizi makro dan aktivitas fisik

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi terkait hubungan pengetahuan, zat gizi makro dan aktivitas fisik dengan lingkaran pinggang pada wanita usia subur di KUA

3. Manfaat bagi Institusi

Sebagai referensi dan sumber bacaan bagi mahasiswa prodi gizi tentang hubungan pengetahuan, zat gizi makro dan aktivitas fisik dengan lingkaran pinggang pada pasangan usia subur di KUA

C. Keaslian Penelitian

Nama penelitian (th)	Judul	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
Gatot Indarjo (2021)	Gambaran Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2021	Hasilnya menunjukkan mahasiswa berpengetahuan gizi seimbang sebanyak 53 orang (98,1%), asupan energy kategori tidak baik sebanyak 47 orang (87,0%), asupan protein kategori tidak baik sebanyak 47 orang (87,0%) asupan lemak kategori tidak baik sebanyak 47 orang (88,9%) asupan karbohidrat kategori tidak baik sebanyak 49 orang (90,7%) dan status gizi remaja kategori normal 38 orang (70,4%).	Variabel bebas yang diteliti tentang pengetahuan dan zat gizi makro	Pada penelitian terdahulu variabel terikat yang di teliti adalah Status Gizi sedangkan pada penelitian ini variabel terikat yang di teliti adalah Lingkar Pinggang
Desi Tri Dian Rahayu (2021)	Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Remaja Di Sanggar Gendang Serunai Kota Bengkulu	Hasil Menunjukkan dari 50 sampel terdapat dengan asupan karbohidrat tidak baik 48,0%, responden asupan protein tidak baik 48,0%, responden asupan lemak tidak baik 50,0%, dan responden dengan	variabel bebas yang di teliti yaitu zat gizi makro dan aktivitas fisik	Pada penelitian terdahulu variabel terikat yang di teliti adalah status gizi sedangkan pada penelitian ini variabel terikat yang di teliti adalah lingkar pinggang

	Tahun 2021	aktivitas fisik ringan 54,0%. Hasil uji chi-square menunjukkan ada hubungan antara asupan karbohidrat, lemak, protein, aktivitas fisik dengan status gizi dengan nilai ($p = <0.005$).		
Zuhasna (2020)	Hubungan Asupan Zat Gizi, Pengetahuan Gizi, Body Image, Media Sosial Dan Teman Sebaya Dengan Status Gizi Wasting Siswi Sman 12 Padang Tahun 2019	menunjukkan 33,3% siswi SMAN 12 Padang memiliki status gizi wasting, sebanyak 59% asupan energi kurang, sebanyak 538% asupan karbohidrat kurang, sebanyak 61,5% asupan protein kurang, sebanyak 56,4% asupan lemak kurang, sebanyak 53,8% pengetahuan gizi kurang, sebanyak 59% body image negatif, sebanyak 56,4% sering terpapar media sosial, sebanyak 61,5% terpengaruh teman sebaya. Hasil uji Chi-Square menunjukkan ada hubungan bermakna antara asupan energi	Variabel bebas yang diteliti adalah zat gizi makro dan pengetahuan	Pada peneliti terdahulu Variabel terikat yang diteliti adalah status gizi wasting sedangkan pada penelitian ini variabel terikat yang diteliti adalah lingkaran pinggang

		(p=0,00), protein (p=0,04), lemak (0,00) dengan status gizi wasting, dan tidak ada hubungan bermakna antara asupa karbohidrat (p=0,19), pengetahuan gizi (p=0,49), body image (p=0,16), media sosial (p=1,00), teman sebaya (p=0,72).	
--	--	---	--