

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kepolisian Negara Republik Indonesia merupakan satuan yang berperan dalam memelihara keamanan dan ketertiban masyarakat, penegakan hukum, serta memberi perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat dalam rangka terpeliharanya keamanan dalam negeri. Polisi sebagai kekuatan pertahanan dan keamanan negara harus memiliki kemampuan dan kualitas yang prima agar dapat melaksanakan tugas pokok sebagai kekuatan pertahanan dan keamanan maupun kekuatan sosial dan politik. Kemampuan dan kualitas kepolisian ditentukan oleh kondisi polisi yang tangguh yang dapat diandalkan dalam setiap saat maupun dalam melaksanakan tugasnya (UU No.2, 2002).

Tubuh sehat ideal secara fisik dapat dilihat dan dinilai dari penampilan luarnya. Tubuh sehat ideal dapat dilihat dari postur tubuh, sikap, bahasa tubuh serta interaksi dengan orang lain. Postur tubuh ideal dinilai dari pengukuran antropometri untuk menilai apakah komponen tubuh tersebut sesuai dengan standar normal atau tidak (Adrianto & Ningrum, 2018).

Faktor gizi memegang peranan yang menentukan dalam pembinaan fisik, mental maupun keterampilan terhadap calon anggota Polri, terutama dalam pembentukan struktur tubuh dan keadaan fisik yang prima (Rachmawati dkk., 2019). Kedua kondisi ini hanya mungkin dicapai melalui latihan-latihan intensif yang disertai dengan pengaturan konsumsi zat-zat gizi yang tepat guna dan berdaya guna. Makanan yang disediakan oleh institusi sangat erat hubungannya dengan keadaan gizi atau status gizi siswa. Status gizi mempunyai korelasi positif dengan kualitas fisik manusia. Makin baik status gizi seseorang semakin baik kualitas fisiknya. Ketahanan dan kemampuan tubuh untuk melakukan pekerjaan dengan produktifitas yang memadai akan lebih dimiliki oleh individu dengan status gizi baik (Adrianto & Ningrum, 2018).

Menurut Brown (2005) dan Shills (2004), Status gizi remaja di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor lingkungan, faktor sosial ekonomi, faktor gaya hidup, faktor kognitif, faktor prilaku, faktor biologis, dan faktor status kesehatan. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi secara langsung antara lain konsumsi makanan sehari-hari, aktivitas fisik, dan keadaan kesehatan. Selain itu faktor yang mempengaruhi status gizi secara tidak langsung adalah pengetahuan, pendapatan, dan kebiasaan makannya.

Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman di konsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta cara hidup sehat. Pengetahuan gizi akan mempengaruhi asupan makanan yang masuk kedalam tubuh, karena pengetahuan gizi memberikan informasi yang berhubungan dengan gizi, makanan dan hubungannya dengan kesehatan (Ninda, 2021).

Asupan makanan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi. Makanan akan memberikan kontribusi pemenuhan zat gizi seperti asupan makanan merupakan sumber memperoleh zat gizi esensial yang dibutuhkan tubuh untuk memelihara pertumbuhan dan kesehatan yang baik (Budianto, 2009).

Aktivitas fisik merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk mencegah *overweight*, tetapi jika berlebihan bisa terjadi gizi kurang. Aktivitas fisik didefinisikan sebagai pergerakan baik secara terstruktur maupun tidak terstruktur dalam berbagai kegiatan dengan bermacam intensitas yang mempromosikan kebugaran dan kesehatan yang substansial (Katzmarzyk *et al.*, 2015). Oleh sebab itu, asupan zat gizi yang dikonsumsi harus sesuai dengan aktivitas yang dilakukan untuk menghindari terjadinya kelebihan asupan maupun kekurangan asupan.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi status gizi di Indonesia pada remaja usia 16-18 tahun prevalensi kurus sebanyak 70,8%, gemuk 9,2% dan sangat gemuk 9,5% (obesitas). Provinsi Lampung memiliki prevalensi status gizi berdasarkan perhitungan Z-score dengan indikator IMT/U usia 16-18 tahun, yaitu sangat kurus sebesar 0.7%, kurus 6.78%, normal 80.93%, gemuk 9.42%, dan obesitas sebesar 2.17%. Sementara, prevalensi di Kota Bandar Lampung sangat kurus sebesar 0.6%, kurus 9.63%, normal 76.46%, gemuk 11.15%, dan obesitas

sebesar 2.16%. Analisis faktor-faktor yang berkaitan dengan status gizi pada remaja sangat penting untuk dilakukan karena status gizi merupakan hal yang sangat penting dan harus diketahui oleh setiap individu untuk dapat mengantisipasi dan mencegah terjadinya kekurangan gizi dan gizi lebih.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan proporsi penduduk Indonesia usia lebih dari 10 tahun yang kurang melakukan aktivitas fisik jumlahnya meningkat dari 26,1% pada 2013 menjadi 33,5% pada 2018. Dapat disimpulkan bahwa kurangnya aktivitas fisik mengalami peningkatan sebesar 7,4%.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Jaihar (2013), mengatakan bahwa pada siswa di SPN Batua Makassar terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan ketahanan fisik siswa dan terdapat pula hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan ketahanan fisik siswa. Hasil penelitian Indresti (2017) melakukan penelitian pada siswa Skadik 105 Wara Lanud Adisutjipto mengatakan bahwa status gizi normal sebanyak 86,67%.

Berdasarkan uraian di atas dapat kita ketahui bahwa masalah gizi merupakan masalah yang penting agar calon Polri dapat menjadi Polri yang tangguh yang dapat diandalkan dalam setiap saat maupun dalam melaksanakan tugasnya. Hal ini dikarenakan masalah gizi pada Polri akan berpengaruh terhadap produktivitas kerja. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian pada remaja calon Polri. Alasan dilakukannya penelitian pada remaja calon Polri dikarenakan peneliti ingin mengetahui permasalahan status gizi pada remaja calon Polri di Lampung sebagai langkah awal skrining gizi. Atas dasar tersebut, peneliti ingin mengetahui status gizi pada remaja calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Sebagai seorang calon aparat kepolisian selain mempunyai perilaku yang baik, juga harus mempunyai fisik yang prima. Kondisi kesehatan yang baik juga harus dimiliki oleh seorang aparat kepolisian terutama dalam hal gizi dapat dilihat dari proporsionalnya antara berat badan dan tinggi badan. Karena seperti yang kita ketahui jika seseorang mengalami gizi lebih maka akan lebih cepat merasa lelah, mengakibatkan berkurangnya produktivitas kerja dari anggota Polri dan beresiko terjadinya penyakit degeneratif.

Berdasarkan uraian tersebut, karena pentingnya memperhatikan status gizi agar tetap produktif. Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana “Gambaran Status Gizi, Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro, Dan Aktivitas Fisik Pada Siswa Calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran status gizi, pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro, dan aktivitas fisik pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi dengan indeks IMT/U pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023.
- b. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023.
- c. Mengetahui gambaran asupan protein, lemak, dan karbohidrat pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023.
- d. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis :

Secara teoritis data hasil penelitian dapat digunakan untuk menggambarkan status gizi, pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro, dan aktivitas fisik pada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung.

2. Manfaat Aplikatif :

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan pihak bimbel sebagai upaya pencegahan terjadinya masalah gizi dan dapat menjadi acuan untuk memperbaiki status gizi pada siswa calon Polri melalui edukasi tentang gizi di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini adalah penelitian bidang gizi dengan menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan dengan cara pengukuran antropometri, pengisian angket tentang gizi, pengukuran *Physical Activity Level* (PAL), dan *Food Recall* 2 x 24 jam. Penelitian ini dilakukan kepada siswa calon Polri di Bimbel Abdi Negara Kota Bandar Lampung pada bulan Mei 2023. Variabel penelitian ini adalah status gizi, pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik.