

## FAKTOR RISIKO KEJADIAN *WASTING* PADA REMAJA PUTRI (Studi Kasus pada Siswi Umur 13-15 Tahun di SMP Walisongo 1 Semarang Tahun 2017)

Erika Kusuma Hastuti, Siti Fatimah, Suyatno

Bagian Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan  
Masyarakat Universitas Diponegoro, Semarang,  
50275, Indonesia  
Email : erikakusuma423@gmail.com

### ABSTRACT

*The result of Basic Health Research in 2013 showed that the prevalence of wasting in adolescents aged 13-15 years old reached 11.1%. This figure indicates that wasting becomes a community nutritional problem (> 5%). The purpose of this study is to know the factors associated with the incidence of wasting in adolescent aged 13-15 years in Walisongo 1 Junior High School Semarang. This research is an explanatory research with case control design. Subjects were 60 female students consisting of 30 cases and 30 controls, then analyzed using chi-square test. Nutritional status data were measured using IMT/ Uindicator, body image data, peers, mass media and pocket money collected using questionnaire, and daily intake collected with recall. The results showed that body image ( $p$ -value = 0,121; CI = 0,158-1,249; OR = 0,444) it's a protective factor, peers ( $p$ -value = 0,069; CI = 0,411-3,204; OR = 1,147) and pocket money ( $p$  = value = 0,795; CI = 0,414-3,166; OR = 1,144) are not a risk factor, mass media ( $p$ -value=0,009, CI=1,387-12,270; OR=4,125); energy consumption level ( $P$ -value = 0,000, CI = 4,808-121,625; OR = 24,182) and protein consumption level ( $p$ -value = 0,024; CI = 1,150-12,713; OR = 3,824) are risk factor. This study recommends teenagers to reduce exposure advertisement in media mass and increase the consumption of food that contain energy and protein.*

**Keywords** : *Wasting, Adolescent, Risk Factor*

### PENDAHULUAN

*Wasting* masih menjadi suatu masalah gizi masyarakat sifatnya akut.<sup>1,2</sup> *Wasting* tidak hanya terjadi pada anak-anak, tetapi juga pada remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak menjadi dewasa, yaitu antara umur 10-19 tahun.<sup>3,4</sup> Remaja rentan terhadap masalah gizi.<sup>5</sup>

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menunjukkan bahwa prevalensi *wasting* pada remaja awal umur 13-15 tahun mencapai 10,1% dan pada tahun 2013 mencapai

11,1%.<sup>2,6</sup> Peningkatan prevalensi *wasting* dari tahun 2010 sampai 2013 membuktikan bahwa *wasting* menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. Dianggap serius bila prevalensi *wasting* antara 10,0-14,0%.<sup>2</sup>

Dampak *wasting* yaitu mengalami penurunan daya ekspolasi terhadap lingkungan, kurang bergaul, kurang perasaan gembira dan cenderung menjadi apatis.<sup>7</sup> Dampak jangka panjang yaitu seperti mengalami gangguan kognitif, penurunan prestasi belajar,

gangguan tingkah laku, bahkan peningkatan risiko kematian.<sup>7</sup>

Penyebab langsung permasalahan gizi adalah terjadinya ketidaksimbangan antara konsumsi gizi dan penyakit infeksi.<sup>8,9</sup> Penyebab lain kejadian permasalahan gizi yaitu karena perilaku makan remaja sendiri. Faktor yang berperan dengan perilaku makan pada remaja yaitu *body image*, teman sebaya, media massa, dan uang saku<sup>10,11,12,13</sup>

Jawa Tengah termasuk dalam 16 provinsi dengan kejadian *wasting* diatas nasional.<sup>2</sup> Kejadian *wasting* di Jawa Tengah yaitu sebesar 11,4%. Semarang merupakan ibukota provinsi Jawa Tengah, namun kejadian *wasting* masih menjadi suatu masalah gizi masyarakat karena prevalensinya mencapai lebih dari 5% yaitu sebesar 6,4%.<sup>1,14,15</sup>

SMP Walisongo 1 merupakan salah satu SMP swasta yang terletak dekat dengan pusat kota yaitu di jalan Ki Mangunsarkoro no. 17 Semarang. Studi pendahuluan di SMP Walisongo 1 Semarang menunjukkan bahwa status gizi menurut indikator IMT/U terdapat 13 dari 40 siswi (32,5%) yang berumur 13-15 tahun termasuk dalam kategori *wasting*. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin mengetahui faktor risiko kejadian *wasting* pada remaja putri di SMP Walisongo 1 Semarang Tahun 2017.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *explanatory research* melalui pendekatan *case control*.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri umur 13-15 tahun di SMP Walisongo 1 Semarang Tahun 2017 sebanyak 146 orang. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang

dengan jumlah kasus sebanyak 30 orang dan kontrol sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Kriteria inklusi pada kelompok kasus yaitu bersedia menjadi responden, perempuan berumur 13-15 tahun, status gizi (IMT/U)  $-3SD$  sampai dengan  $<-2SD$ , tidak memiliki riwayat penyakit selama 1 bulan. Kriteria inklusi pada kelompok kontrol yaitu bersedia menjadi responden, perempuan berumur 13-15 tahun, status gizi (IMT/U)  $-2SD$  sampai dengan  $1SD$ , tidak memiliki riwayat penyakit selama 1 bulan. Kriteria eksklusi pada kelompok kasus dan kontrol yaitu absen saat penelitian.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah karakteristik responden, *body image*, teman sebaya, media massa, uang saku, tingkat kecukupan energi, tingkat kecukupan protein, dan status gizi (IMT/U). Variabel dalam penelitian ini meliputi variabel bebas antara lain *body image*, teman sebaya, media massa, uang saku, tingkat kecukupan energi, dan tingkat kecukupan protein. Variabel terikat yaitu *wasting*. Variabel pengganggu yaitu umur, jenis kelamin, genetik, dan riwayat penyakit.

Data diperoleh dari hasil pengisian kuesioner *body image*, teman sebaya, media massa, dan uang saku. Selain itu wawancara *recall* konsumsi gizi 24 jam selama 2 hari tidak berturut-turut yang mewakili hari kerja dan bukan hari kerja dan wawancara *recall* aktivitas fisik serta pengukuran tinggi badan, berat badan.

Data yang sudah diperoleh kemudian diolah menggunakan *software Nutrisurvey* dan SPSS. Data tersebut dianalisis dengan

membuat tabulasi silang (*cross tabs*) menggunakan uji *Chi Square*.

### Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Body Image*, Teman Sebaya, Media Massa, Uang Saku, Tingkat Kecukupan Energi, Tingkat Kecukupan Protein

Variabel	Status Gizi			
	Kasus		Kontrol	
	f	%	f	%
<b>Body Image</b>				
Negatif	12	40,0	18	60,0
Positif	18	60,0	12	40,0
<b>Teman Sebaya</b>				
Terpengaruh	18	60,0	17	56,7
Tidak Terpengaruh	12	40,0	13	43,3
<b>Media Massa</b>				
Terpengaruh	22	73,3	12	40,0
Tidak Terpengaruh	8	26,7	18	60,0
<b>Uang Saku</b>				
Sedikit	14	46,7	13	43,3
Cukup	16	53,3	17	56,7
<b>Tingkat Kecukupan Energi</b>				
Kurang	28	93,3	11	36,7
Cukup	2	6,7	19	63,3
<b>Tingkat Kecukupan Protein</b>				
Kurang	25	83,3	17	56,7
Cukup	5	16,7	13	43,3

Tabel 1. menunjukkan bahwa *body image* negatif memiliki peluang *wasting* dan status gizi normal hampir sama, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 40% dan kelompok status gizi normal sebesar 60%. Terpengaruh teman sebaya memiliki peluang *wasting* dan status gizi normal hampir sama, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 60% dan kelompok status gizi normal sebesar 56,7%. Terpengaruh media massa memiliki peluang lebih besar pada *wasting* dibandingkan status gizi normal, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 73,3% dan kelompok status gizi normal sebesar 40%. Uang saku sedikit memiliki

peluang *wasting* dan status gizi normal hampir sama, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 46,7% dan kelompok status gizi normal sebesar 43,3%. Tingkat kecukupan energi kurang memiliki peluang lebih besar pada *wasting* dibandingkan dengan status gizi normal, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 93,3% dan kelompok status gizi normal sebesar 36,7%. Tingkat kecukupan protein kurang memiliki peluang lebih besar pada *wasting* dibandingkan dengan status gizi normal, yaitu pada kelompok *wasting* sebesar 83,3% dan kelompok status gizi normal sebesar 56,7%.

Tabel 2. Analisis Faktor Risiko *Body Image*, Teman Sebaya, Media Massa, Uang Saku, Tingkat Kecukupan Energi, dan Tingkat Kecukupan Protein dengan Kejadian *Wasting*.

Variabel Bebas	p-value	IK 95% CI	OR
<i>Body Image</i>	0,121	0,158-1,249	0,444
Teman Sebaya	0,069	0,411-3,204	1,147
Media Massa	0,009	1,387-12,270	4,125
Uang Saku	0,795	0,414-3,166	1,144
Tingkat Kecukupan Energi	0,000	4,808-121,625	24,182
Tingkat Kecukupan Protein	0,024	1,150-12,713	3,824

Tabel 2 menunjukkan bahwa *body image* positif merupakan faktor protektif kejadian *wasting*. Teman sebaya dan media massa bukan faktor risiko kejadian *wasting*. Terpengaruh media massa, tingkat kecukupan energi kurang, dan tingkat kecukupan protein kurang merupakan faktor risiko kejadian *wasting*. terpengaruh media massa

dapat meningkatkan risiko *wasting* sebanyak 4,125 kali dibandingkan dengan tidak terpengaruh media massa. tingkat kecukupan energi yang kurang akan meningkatkan risiko 24,182 kali lebih besar memiliki status gizi *wasting* dibandingkan dengan tingkat kecukupan energi yang cukup, tingkat kecukupan protein yang kurang akan meningkatkan risiko 3,824 kali lebih besar memiliki status gizi *wasting* dibandingkan dengan tingkat kecukupan protein yang cukup.

## PEMBAHASAN

### A. Faktor Risiko *Body Image* dengan *Wasting*

Penelitian ini menunjukkan bahwa *body image* negatif banyak dialami oleh siswi yang memiliki status gizi normal dibandingkan siswi *wasting*. Hal ini disimpulkan bahwa siswi yang berstatus gizi normal tidak puas terhadap kondisi tubuhnya saat ini, sebaliknya pada siswi yang berstatus gizi *wasting* puas terhadap kondisi tubuhnya saat ini.

Tidak adanya hubungan *body image* dengan *wasting* pada penelitian ini dikarenakan *wasting* hanya dipengaruhi oleh *body image* tetapi status gizi juga dipengaruhi oleh konsumsi makanan dan infeksi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Surakarta.<sup>16</sup> Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Semarang, Riau, dan Lampung.<sup>17-19</sup>

### B. Faktor Risiko Teman Sebaya dengan *Wasting*

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi yang memiliki status gizi *wasting*

maupun normal terpengaruh dengan teman sebayanya.

Tidak adanya hubungan teman sebaya dengan *wasting* dalam penelitian ini dikarenakan teman sebaya bukan merupakan faktor langsung kejadian *wasting*. Selain itu teman sebaya juga mempengaruhi semua kelompok baik responden yang *wasting* maupun status gizi normal. Hal ini membuktikan bahwa teman sebaya sangat mempengaruhi remaja.

Meskipun dalam penelitian ini tidak terdapat hubungan teman sebaya dengan *wasting* tetapi secara teori teman sebaya banyak mempengaruhi kepribadian anak usia sekolah.<sup>20</sup> Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian ini yaitu sebagian besar teman sebaya mengingatkan responden terlalu banyak makan, mengkritik tentang makanan yang responden makan, menganjurkan cara mengontrol pola makan/ diet, dan mengajak untuk mengontrol pola makan/ diet. Pengaruh yang ditimbulkan oleh teman sebaya cenderung negatif termasuk tekanan menjadi *wasting*.<sup>21</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Jakarta Timur.<sup>13</sup>

### C. Faktor Risiko Media Massa dengan *Wasting*

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang *wasting* terpengaruh dengan media massa. Tetapi, sebagian besar responden yang normal tidak terpengaruh dengan media massa. Dapat diketahui dalam hasil penelitian ini bahwa sebagian besar responden mengetahui informasi dari media massa tentang cara mengontrol

pola makan yang sesuai dengan apa yang diinginkan, media massa yang dilihat atau didengar juga memberikan contoh cara mengontrol pola makan/ diet. Selain itu hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa model kurus di media massa merupakan bentuk tubuh ideal dan sempurna menurut responden. Media massa yang sering dilihat responden yaitu televisi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Palu.<sup>20</sup> Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian di Bogor.<sup>22</sup>

#### D. Faktor Risiko Uang Saku dengan *Wasting*

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki uang saku yang cukup, baik yang memiliki status gizi *wasting* maupun normal.

Tidak adanya hubungan uang saku dengan *wasting* dalam penelitian ini dikarenakan harga makanan jajanan di sekolah dan sekitar sekolah SMP Walisongo 1 Semarang tidak terlalu mahal atau dapat dijangkau oleh semua kalangan. Oleh karena itu meskipun uang saku sedikit dapat dipergunakan untuk membeli makanan jajanan yang ada di sekitarnya. Namun makanan jajanan yang dibeli tidak menjamin dapat memenuhi kebutuhan gizinya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Jakarta Timur dan di Malang.<sup>13,23</sup>

#### E. Faktor Risiko Tingkat Kecukupan Energi dengan *Wasting*

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang *wasting*

memiliki tingkat kecukupan energi dengan kategori kurang, sedangkan tingkat kecukupan energi dengan kategori cukup sebagian besar terjadi pada siswi yang memiliki status gizi normal.

Kekurangan energi pada seseorang akan mengakibatkan penurunan berat badan dan kekurangan zat gizi lain. Penurunan berat badan yang berlanjut akan menyebabkan keadaan gizi kurang.<sup>24</sup> Kekurangan energi pada penelitian ini dikarenakan berdasarkan hasil *recall* makanan, siswi yang memiliki status gizi kurang mengonsumsi makanan yang kurang beragam, kurangnya frekuensi makan dalam sehari seperti seperti meninggalkan sarapan. Hal ini menyebabkan asupan energi yang dikonsumsi belum memenuhi kebutuhannya, sehingga akan berdampak pada status gizi kurang/ *wasting*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Indonesia.<sup>25</sup> Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Jakarta, Sumatera Barat dan Malang.<sup>10,23,26</sup>

#### F. Faktor Risiko Tingkat Kecukupan Protein dengan *Wasting*

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang *wasting* memiliki tingkat kecukupan protein dengan kategori kurang, sedangkan tingkat kecukupan energi dengan kategori cukup sebagian besar terjadi pada siswi yang memiliki status gizi normal.

Kurangnya asupan protein ini dikarenakan berdasarkan hasil *recall* makanan, siswi yang memiliki status gizi kurang

bengkonsumsi makanan yang sumber protein kurang beragam. Hal ini meyebabkan asupan protein yang dikonsumsi belum memenuhi kebutuhannya, sehingga akan berdampak pada status gizi kurang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Indonesia dan Malang.<sup>25,23</sup> Namun, peneliti ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Jakarta, Pontianak dan Soppeng.<sup>10,27,28</sup>

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa:

1. Terpengaruh media massa, tingkat kecukupan energi kurang dan tingkat kecukupan protein kurang merupakan faktor risiko kejadian *wasting* pada remaja putri SMP Walisongo 1 Semarang.
2. *Body image* positif merupakan faktor protektif kejadian *wasting* pada remaja putri SMP Walisongo 1 Semarang.
3. Uang saku bukan faktor risiko kejadian *wasting* pada remaja putri SMP Walisongo 1 Semarang..

### REFERENSI

1. Kementerian Kesehatan RI. *Buku Saku Pemantauan Status Gizi Dan Indikator Kinerja Gizi Tahun 2015*. Jakarta: Direktorat Gizi Kesehatan Masyarakat, Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI; 2016.
2. RI KK. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI; 2013.
3. Gunarsa SD dan YSDG. *Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia; 2008.
4. Widyastuti Y. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya; 2009.
5. Arisman. *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. 2nd ed. Jakarta: EGC; 2009.
6. Kementerian Kesehatan RI *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI; 2010.
7. Insani HM. *Indonesia Sehat Tanpa Wasting*. Bogor: Intitut Pertanian Bogor; 2017.
8. Pramudya AE dan SB. *Prevalensi Anak Berisiko Wasting dan Faktor-Faktor yang Berhubungan*. 2011.
9. Supariasa; *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2002.
10. Savitri W. Hubungan Body Image, Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMAN 63 Jakarta. *Univ Islam Negei Syarif Hidayatullah*. 2015. [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20294684-S-Ratna Indra Sari.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20294684-S-Ratna%20Indra%20Sari.pdf).
11. Nurcahyani FD. Hubungan antara Body Image dan Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Remaja. *Univ Jember*. 2014.
12. Syati SN. Hubungan Teman Sebaya dan Citra Tubuh terhadap Status Gizi Wanita Usia Subur Pranikah. *Univ Lampung*. 2017. <http://digilib.unila.ac.id/25188/>.
13. Ningsih R. Hubungan Teman Sebaya, Konsep Diri, dan Status Gizi Remaja Putri. *JKep*. 2014;2(3):44-54.
14. Kementerian Kesehatan RI. *Riskesdas 2013 Dalam Angka*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan,

- Kementrian Kesehatan RI; 2013.
15. Kementerian Kesehatan RI. *Riskesdas Dalam Angka Provinsi Jawa Tengah 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI; 2013.
  16. Cahyaingrum HD. Hubungan Anatar Body Image dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas XI IPS di SMA Batik 1 Surakarta. 2013. [http://eprints.ums.ac.id/27223/1/1/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/27223/1/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf).
  17. Widianti N. Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang. 2012. <http://eprints.undip.ac.id/38475/>.
  18. Verawati R. Hubungan Antara Body Image dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Al Islam 1 Surakarta. 2015. <http://eprints.ums.ac.id/39752/>.
  19. Ruslie RH dan D. Analisis Regresi Logistik untuk Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja. *Maj Kedokt Andalas*. 2012;36(1). [jurnalnka.fk.unand.ac.id/index.php/art/article/view/113](http://jurnalnka.fk.unand.ac.id/index.php/art/article/view/113).
  20. Saifah A. Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya dan Media Massa dengan Perilaku Gizi Anak Usia Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu. *Tesis Univ Indones*. 2011. [lib.ui.ac.id/file?file=digital/20280-091-T A. Saifah.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20280-091-T A. Saifah.pdf).
  21. Kurnianingsih Y. Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan terhadap Diet Penurunan Berat Badan pada Remaja Putri di 4 SMA Terpilih di Depok. *Fak Kesehat Masy Progr Kesehat Masy Univ Indones*. 2009. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/125356-S-5714-Hubungan faktor-HA.pdf>.
  22. Sari DD. Analisis Hubungan Persepsi Diri dan Makanan, Konsumsi Pangan dan Status Gizi Remaja Usia Sekolah Menengah di Kabupaten Bogor. *Inst Pertan Bogor*. 2013.
  23. Kurniawan MWW dan TDW. Hubungan Pola Konsumsi Pangan dan Besar Uang Saku Mahasiswa Manajemen Bisnis dengan Mahasiswa Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Universitas Brawijaya terhadap Status Gizi. *J Pangan dan Agroindustri*. 2017;5(1):1-12. <http://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/viewFile/493/371>.
  24. Dinas Kesehatan RI. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Nasional; 2003.
  25. Putri, Dwi Sisca Kumala TYMW. Faktor Langsung dan Tidak Langsung yang Berhubungan dengan Kejadian Wasting pada Anak Umur 6-59 Bulan di Indonesia tahun 2010. *Media Litbangkes*. 2013;23(3):110-121.
  26. Nizar M. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Remaja Putri pada Sekolah Menengah Negeri (SMUN) dan Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Padang Propinsi Sumatera Barat Tahun 2002. 2002. <http://lib.ui.ac.id/opac/ui/detail.jsp?id=73203&lokasi=lokal>.
  27. Rochmawati, Marlenywati WW. Gizi Kurus (Wasting) pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pontianak. *J Vokasi Kesehat*. 2016;11(2):336-342.
  28. Hendrayati D. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian

Wasting pada Anak Balita di  
Kecamatan Marioriwawo  
Kabupaten Soppeng. *J Media*

*Gizi Pangan*. 2013;VX.

