

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang berlangsung cepat. Adanya perubahan tersebut yang dikaitkan dengan asupan makanan yang tidak adekuat akan kandungan energi, protein, dan zat gizi mikro akan berdampak terhadap masalah gizi, salah satunya Kurang Energi Kronik (Damayanti,2017). Kurang Energi Kronik (KEK) merupakan keadaan dimana seseorang menderita kurang asupan energi dan protein yang berlangsung lama atau menahun. KEK dapat diketahui dengan pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) dengan ambang batas (*cut off point*) kurang dari 23,5 cm.

Terkait dengan tingkat kecukupan konsumsi protein maka protein akan berfungsi sebagai energi alternatif yang menunjukkan dominasi protein sebagai sumber energi akan dilakukan sebagai kompensasi apabila terjadi defisit energi. Oleh karena itu, Pemenuhan kebutuhan zat gizi pada masa remaja perlu diperhatikan karena terjadi peningkatan kebutuhan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis. Dimana masa ini terjadinya perubahan yang berlangsung cepat (Susetyowati, 2017).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi KEK di Indonesia pada usia 15-19 tahun mencapai 46,6% untuk wanita tidak hamil. Sedangkan data Riset Kesehatan Dasar 2018 didapatkan prevalensi KEK di Indonesia pada usia 15-19 tahun mencapai 36,3% untuk wanita tidak hamil. Prevalensi KEK pada usia 15-19 tahun di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2013 mencapai 52,5% (Riskesdas 2013) dan pada tahun 2018 mencapai 37,73% untuk wanita tidak hamil (Riskesdas 2018). Jadi dapat disimpulkan bahwa prevalensi kurang energi kronik di Provinsi Jawa Timur sudah mengalami penurunan dari tahun 2013 ke tahun 2018, akan tetapi prevalensinya masih berada di atas angka KEK di Indonesia.

Penelitian yang dilakukan oleh Seema Choudhary. Et al., (2015) pada 39 remaja putri yang kurang gizi yang dipilih secara random dari 273 remaja putri di tujuh desa bahwa Ada hubungan yang signifikan antara asupan protein dan status gizi. Hubungan yang sama juga pada penelitian yang dilakukan oleh Tri, (2014) pada remaja putri bahwa terdapat hubungan yang kuat antara tingkat konsumsi energi dan protein dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK).

Seorang remaja yang mengonsumsi protein melebihi (> 120% AKG) justru memiliki efek protektif dengan risiko mengalami kejadian KEK 0,39 kali lebih rendah dibanding mereka yang mengonsumsi protein di bawah kebutuhan (<80% AKG). Hal ini menunjukkan bahwa bila asupan protein kurang, maka akan berisiko mengalami KEK (Suarjana, 2020). Kadar albumin merupakan penanda status gizi seseorang jelek dan biasanya terjadi dalam waktu yang berlangsung lama. Pemeriksaan kadar albumin biasanya untuk mengetahui rendahnya asupan energi serta protein, dan akurasi ketelitiannya lebih tinggi dibandingkan antropometri. Menurut penelitian Kurdanti (2004) dalam Nikmah (2019) menyatakan albumin merupakan protein terbanyak dalam plasma darah dan nilainya dapat dijadikan sebagai salah satu indikator penentuan status kesehatan serta gangguan asupan zat gizi terutama protein dalam waktu yang lama.

Dalam rangka meningkatkan kadar albumin remaja putri KEK dapat dilakukan program pemberian makanan berbasis ikan gabus yang dapat dibuat dirumah atau homemade seperti snack ikan gabus yang dikombinasikan dengan sayuran untuk menambah tekstur. Pemberian intervensi snack ikan gabus dapat digunakan sebagai alternatif makanan sumber protein terutama albumin untuk dapat meningkatkan kadar albumin darah. Ikan gabus merupakan alternatif lain sebagai sumber protein albumin. Menurut Ulandari et al dalam Yulianti (2018) ikan gabus dapat meningkatkan kadar albumin dan daya tahan tubuh. Ikan gabus memiliki kandungan albumin sebesar 62,24 gr/kg (6,22%) (Yulianti, 2018).

Dalam penelitian ini snack ikan gabus diberikan karena mengandung tinggi protein. Pemberian snack ikan gabus dan sayuran ini diharapkan dapat meningkatkan nilai gizi protein dan albumin. Kemudian penelitian Sianipar (2020) tentang Pengaruh Pemberian Nugget Ikan Gabus Terhadap Kadar Albumin Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Kota Medan dengan hasil terdapat peningkatan kadar albumin darah pada ibu menyusui setelah pemberian nugget ikan gabus.

Berdasarkan uraian-uraian diatas, peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (*Channa Striata*) terhadap Asupan Protein dan Kadar Albumin Darah Pada Siswi Risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang”.

B. Rumusan Masalah

Apakah Ada Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (*Channa Striata*) terhadap Asupan Protein dan Kadar Albumin Darah pada Siswi Risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (*Channa Striata*) terhadap Asupan Protein dan Kadar Albumin Darah pada Siswi Risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menghitung asupan protein pada siswi risiko KEK sebelum dan sesudah di berikan snack berbasis ikan gabus (*channa striata*).
- b. Mengidentifikasi kadar albumin darah pada siswi risiko KEK sebelum dan sesudah diberikan snack berbasis ikan gabus (*channa striata*).
- c. Menganalisis pengaruh pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap asupan protein pada siswi risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap kadar albumin darah pada siswi risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

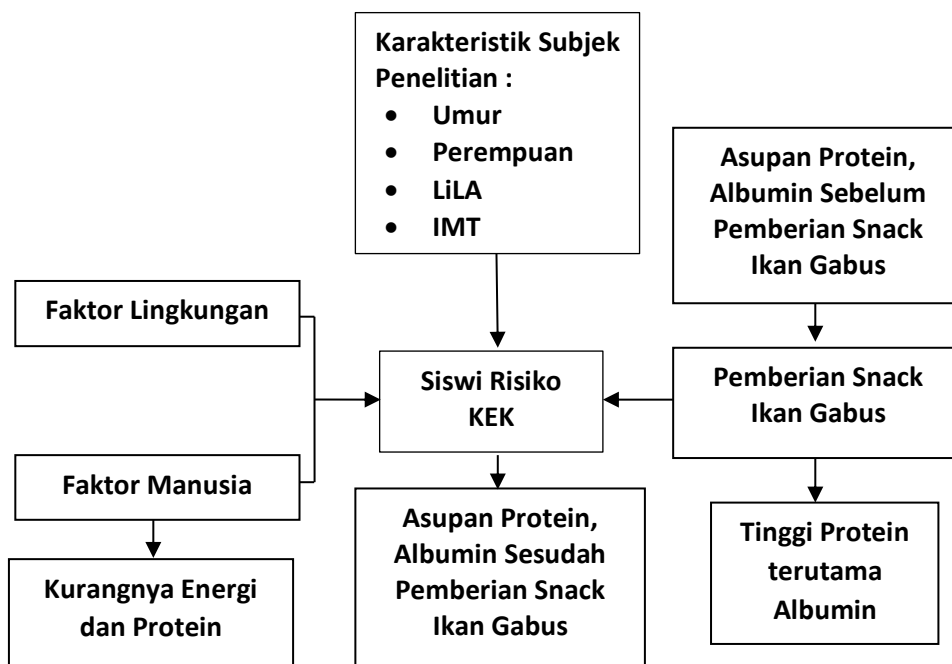
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan tentang Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (*Channa Striata*) terhadap Asupan Protein dan Kadar Albumin Darah pada Siswi Risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang. Selain itu,

penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada layanan kesehatan, sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan untuk menginformasikan bahan masukan dalam pengobatan KEK.

E. Kerangka Pikir Penelitian



Keterangan :

Kurang Energi Kronik (KEK) pada remaja putri (siswi) adalah keadaan dimana remaja putri mengalami kekurangan gizi yang berlangsung lama atau menahun yang dapat terjadi akibat dari faktor lingkungan dan faktor manusia yang didukung oleh kekurangan asupan zat-zat gizi terutama energi dan protein. Salah satu pencegahan atau cara mengatasi KEK dapat dilakukan pemberian asupan makanan sehat seperti snack ikan gabus, dimana ikan gabus mengandung tinggi albumin. Hal itu karena albumin membentuk lebih dari 50% protein plasma yang memiliki banyak peran di dalam tubuh. Sejalan dengan penelitian Kurdanti (2004) dalam Nikmah (2019) menyatakan albumin merupakan protein terbanyak dalam plasma darah dan nilainya dapat dijadikan

sebagai salah satu indikator penentuan status kesehatan serta gangguan asupan zat gizi terutama protein dalam waktu yang lama.

F. Hipotesis Penelitian

1. Ada pengaruh pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap asupan protein pada siswi risiko KEK.
2. Ada pengaruh pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap kadar albumin darah pada siswi risiko KEK.