

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan faktor utama yang diperlukan untuk melaksanakan pembangunan nasional. Faktor gizi memegang peranan penting dalam mencapai SDM berkualitas (Arni Pamularsih, 2009). Kelompok anak sekolah merupakan salah satu segmen penting di masyarakat dalam upaya peningkatan pemahaman dan kesadaran gizi sejak dini. Anak sekolah merupakan sasaran strategi dalam perbaikan gizi masyarakat dan merupakan generasi penerus tumpuan bangsa sehingga perlu disiapkan dengan baik kualitasnya (Yudesti & Prayitno, 2013). Hal ini sesuai dengan pernyataan Mulyani, EY, et al (2014) dalam penelitiannya.

Berbagai masalah kesehatan dijumpai di kalangan anak usia sekolah, diantaranya adalah kurangnya pertumbuhan fisik secara optimal (Santoso & Ranti, 2013). Nutrisi adalah salah satu komponen yang penting dalam menunjang keberlangsungan proses pertumbuhan dan perkembangan. Apabila kebutuhan nutrisi seseorang tidak atau kurang terpenuhi maka dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan (Hidayat, 2007). Seorang anak yang sehat dan normal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya. Tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh intake zat gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan.

Menurut Supriasa (2001), Status gizi merupakan ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu, atau perwujudan dari *nutriture*. Konsumsi gizi makanan pada seseorang dapat menentukan tercapainya tingkat kesehatan atau status gizi. Jika konsumsi gizi makanan pada seseorang tidak seimbang dengan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh maka akan terjadi kesalahan akibat gizi (*malnutrition*). Status gizi dinilai secara perorangan, berdasarkan data yang diperoleh dari pemeriksaan klinis, biokimiawi, antropometri, diet, dan psikososial.

Asupan makanan adalah jumlah dan jenis makanan dan minuman yang dikonsumsi tiap-tiap individu berbeda, disesuaikan dengan kebutuhan energi yang diperlukan tubuhnya. Asupan makanan yang salah, baik berupa kekurangan maupun kelebihan, dapat berakibat buruk terhadap kesehatan yang pada akhirnya akan menimbulkan salah gizi (*malnutrition*) ((Bahar, 2001).

Asupan makanan yang dikonsumsi setiap orang dapat berpengaruh pada status gizi seseorang dengan fungsi makanan bagi tubuh dapat dikaitkan dengan fungsi dari setiap zat gizi yang dikandung oleh bahan makanan. Secara substansial, pangan yang kita konsumsi setiap hari, terdiri atas protein, karbohidrat, lemak untuk menghasilkan energi. Protein, karbohidrat, dan lemak, tentu saja sangat heterogen, dan campuran dari zat-zat tersebut mempengaruhi fungsi jangka panjang organisme manusia (Siagian, 2010).

Anak usia sekolah dasar dikatakan sebagai anak berumur 6-12 tahun yang merupakan masa emas yang kedua dengan karakteristik masa pertumbuhan yang relatif tetap. Masalah gizi pada anak sekolah dapat dipengaruhi oleh kekurangan berbagai macam zat gizi, tidak cukupnya asupan zat gizi tersebut seperti protein, karbohidrat, lemak akan beresiko terjadinya gangguan gizi dan kesehatan lainnya (Fanny, 2015). Dalam Kemenkes RI (2010) juga menyatakan anak kelompok usia sekolah (6 – 12 tahun) termasuk salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi yaitu kekurangan energi protein. Sekitar 44,4% anak sekolah, tingkat konsumsi energinya kurang dari 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG). Asupan energi dan protein anak usia 7-12 tahun berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2010 masih rendah dimana konsumsi energi yang kurang sebesar 44,4% dan konsumsi protein yang kurang dari kecukupan 59,7%.

Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013) menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2 persen, terdiri dari 4,0 persen sangat kurus dan 7,2 persen kurus. Prevalensi sangat kurus paling rendah di Bali (2,3%) dan paling tinggi di Nusa Tenggara Timur (7,8%) dan masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 persen, terdiri dari gemuk 10,8 persen dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 persen. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%).

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk pada bulan Mei 2018 mengenai status gizi anak menurut IMT/U, siswa-siswi kelas I ditemukan prevalensi 15,15% sangat kurus, 24% kurus, 39% normal, 9,09% gemuk dan 12,12% obesitas. Pada siswa-siswi kelas II prevalensi 22,58% sangat kurus, 25,8% kurus, 38,7% normal, dan 9,6% gemuk. Siswa-siswi kelas III prevalensinya ditemukan 9,5% kurus, 57,14% normal, 28,5% gemuk dan 4,7% obesitas. Untuk siswa-siswi kelas IV sebanyak 4,17% kurus, 29,17% normal, 42,85% gemuk dan 29,17% obesitas. Pada siswa-siswi kelas V prevalensi kurus 21,05%, normal 28,57%, gemuk

21,05% dan obesitas 26,31%. Dan pada siswa-siswi kelas VI sebanyak 6,7% kurus, 28,57% normal, 26,7% gemuk, dan 26,31% obesitas. Untuk penelitian dilakukan pada kelas IV dan V karena angka prevalensi yang cukup tinggi.

Oleh karena itu, dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara asupan makan dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Masa usia anak sekolah merupakan masa penting yang membutuhkan perhatian, karena dalam masa tersebut anak-anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Dalam masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang mempengaruhi adalah status gizi. Sehingga jika gizi anak tidak mencukupi atau bahkan melebihi akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangannya. Salah satu dari banyak faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu pola makan, dimana pola makan berkaitan dengan konsumsi makanan anak sehari-hari yang akan berdampak pada status gizi anak tersebut. Apabila status gizi baik maka tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara optimal. Sedangkan status gizi kurang apabila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah yang berlebihan sehingga menimbulkan efek toksik atau membahayakan.

Prevalensi status gizi yang cukup tinggi di SD Raffles Christian School pada Tahun 2018 yaitu siswa-siswi kelas IV dan V sebanyak 25,22 % kurus, 53,74% normal, 63,90% gemuk dan 55,48% obesitas. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang mengetahui hubungan asupan makan dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran asupan makan (tingkat asupan energi, tingkat asupan protein, tingkat asupan karbohidrat dan tingkat asupan lemak) anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018?
2. Bagaimana gambaran status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018?
3. Adakah hubungan antara asupan makan (tingkat asupan energi, tingkat asupan protein, tingkat asupan karbohidrat dan tingkat asupan lemak) dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan asupan makan (tingkat asupan energi, tingkat asupan protein, tingkat asupan karbohidrat dan tingkat asupan lemak) dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui asupan makan menurut tingkat asupan energi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
2. Mengetahui asupan makan menurut tingkat asupan protein anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
3. Mengetahui asupan makan menurut tingkat asupan karbohidrat anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
4. Mengetahui asupan makan menurut tingkat asupan lemak anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
5. Mengetahui status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
6. Menganalisis hubungan antara asupan makan menurut tingkat asupan energi dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

7. Menganalisis hubungan antara asupan makan menurut tingkat asupan protein dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
8. Menganalisis hubungan antara asupan makan menurut tingkat asupan karbohidrat dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.
9. Menganalisis hubungan antara asupan makan menurut tingkat asupan lemak dengan status gizi anak kelas IV dan V di SD Raffles Christian School Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka bagi penelitian selanjutnya, serta dapat ,memberikan informasi dan wawasan.

### **1.5.2 Bagi Pihak Sekolah**

Dapat dijadikan sumber pengetahuan dan dapat mengetahui tentang asupan makan (tingkat asupan energi, protein, karbohidrat dan lemak) terhadap status gizi siswanya sehingga diharapkan dapat menjadi lebih baik.

### **1.5.3 Bagi Peneliti Lain**

Dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam penelitian selanjutnya.

## **1.6 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara makan (tingkat asupan energi, tingkat asupan protein, tingkat asupan karbohidrat dan tingkat asupan lemak) dengan status gizi pada siswa-siswi kelas IV SD tahun 2018. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi Raffles Christian School di kelas IV dan V SD dan penelitian dilakukan pada bulan November-Desember 2018 di Raffles Christian School Kebon Jeruk. Alasan penelitian ini dilakukan karena data yang diperoleh dari observasi awal sebanyak 25,22 % kurus, 53,74% normal, 63,90% gemuk dan 55,48% obesitas yang cukup tinggi tentang status gizi di kelas IV dan V. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dan menggunakan desain *cross sectional* serta pengumpulan data menggunakan kuesioner *food recall* 24 jam dan pengukuran antropometri dengan SMIC ZT 120.