

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa bayi dan balita merupakan periode emas dalam kehidupan sehingga menjadi masa yang sangat penting dan perlu perhatian serius, karena pada masa ini berlangsung proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, yaitu pertumbuhan fisik, perkembangan mental, psikomotorik dan perkembangan sosial (Depkes RI, 2000). Oleh karena itu intake gizi yang baik memiliki peran penting dalam mencapai pertumbuhan badan yang optimal (Mitayani & Sartika, 2010).

Kalsium merupakan mineral yang paling banyak terdapat di dalam tubuh, 99 % berada di dalam jaringan keras tulang dan gigi (Almatsier, 2004). Kalsium secara nyata diperlukan untuk pertumbuhan karena merupakan bagian penting dalam pembentukan tulang dan gigi, juga dibutuhkan dalam jumlah yang lebih kecil untuk mendukung fungsi sel dalam tubuh (Dept. Gizi dan KesMas FKM-UI, 2007). Asupan kalsium yang cukup pada masa anak- anak sangat dibutuhkan untuk perkembangan puncak massa tulang (Greer et al., 2006). Pada waktu anak- anak atau waktu pertumbuhan sekitar 50- 70% kalsium yang dicerna diserap oleh tubuh, tetapi waktu dewasa hanya 10-40% yang diserap (Winarno, 1997).

Sumber kalsium utama adalah susu dan hasil susu seperti keju. Susu sebagai sumber kalsium yang berasal dari bahan hewani merupakan sumber protein yang baik (Almatsier, 2004). Susu juga tinggi akan kandungan

vitamin A yang terlarut dalam lemak yang juga dibutuhkan pada masa pertumbuhan (Winarno, 1997). Sumber kalsium tidak terbatas pada produk susu dan olahannya saja tetapi juga bisa diperoleh dari berbagai bahan pangan lain baik hewani maupun nabati. Ikan yang dimakan dengan tulangnya (ikan teri) merupakan sumber kalsium yang baik. Makanan sumber laut mengandung kalsium lebih banyak dibanding daging sapi maupun ayam. Roti dan biji-bijian juga menyumbang asupan kalsium yang nyata karena sering dikonsumsi. Sereal, kacang-kacangan dan hasil olahannya serta sayuran hijau merupakan sumber kalsium yang cukup baik namun umumnya bahan makanan ini juga mengandung zat yang menghambat penyerapan maka bioavailabilitasnya menjadi rendah, terutama pada bayam yang mengandung oksalat yang cukup tinggi (Kartono & Soekatri, 2004). Asam fitat, konsumsi serat berlebih juga dapat menghambat penyerapan kalsium (Almatsier, 2004). Konsumsi fosfor yang melebihi 1500 mg perhari bisa mempengaruhi keseimbangan kalsium tubuh. Terlalu banyak memakan protein hewani juga dapat mengakibatkan peningkatan keasaman usus, sehingga absorpsi kalsium berkurang (Misnardiary, 2013).

Kebutuhan kalsium untuk anak usia 4-6 tahun berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2004 adalah 500 mg (Kemenkes, 2006). Menurut Kartono & Soekatri dalam WKNPG (2004) secara umum diketahui rata-rata konsumsi kalsium di Indonesia masih rendah yaitu 254 mg/hari yaitu 32% dari kecukupan yang dianjurkan WHO untuk anak usia 4-9 tahun sebesar 550 mg (Kartono & Soekatri, 2004). Salah satu cara meningkatkan asupan kalsium adalah dengan meningkatkan asupan kalsium berasal dari makanan kaya

kalsium (Djuanedi, 2002). Pada suatu penelitian yang dilakukan oleh Allens & Mayyers (2006), anak-anak dianjurkan mengkonsumsi susu bersamaan dengan waktu makan siang guna memenuhi 100% kebutuhan kalsium, yakni sekitar 500-800 mg perhari.

Selama ini kalsium lebih dikenal sebagai unsur penting untuk tulang dan gigi (Djunaedi, 2002). Akan tetapi berdasarkan hasil penelitian- penelitian epidemiologi terbaru mengenai kalsium mengidentifikasikan bahwa rendahnya asupan kalsium sebagai faktor yang berkontribusi terhadap kejadian obesitas. Ada 2 mekanisme fisiologi utama yang diajukan untuk menjelaskan bagaimana kalsium dapat mempengaruhi berat badan dan lemak tubuh. Pertama efek diet kalsium pada tingkat kalsium intraselular dalam adipose. Kedua efek diet kalsium pada absorpsi asam lemak dari saluran pencernaan (Scrager, 2005).

Indikasi pertama adanya hubungan antara asupan kalsium dengan komposisi tubuh atau berat badan datang dari penelitian yang dilakukan Mc.Carron et al., (1984), sejak itu hubungan ini diobservasi dalam variasi jenis populasi yang lebih besar oleh Zemel et al., dalam analisa NHAHES-III, yang menemukan hubungan sangat kuat antara risiko relatif obesitas dengan asupan kalsium (Miradwiyana, 2007). Didukung oleh hasil studi penelitian yang dilakukan oleh Heaney et al., (2002) menunjukkan bahwa peningkatan asupan kalsium yang setara dengan konsumsi dua porsi susu per hari bisa mengurangi resiko kelebihan berat badan hingga 70 %.

Sejalan dengan penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Skinner et al., (2003) juga menunjukkan hubungan negatif antara asupan kalsium dengan persen lemak tubuh pada anak yang dipantau dari anak berusia 2 bulan sampai

8 tahun. Pada kelompok umur berbeda hasil penelitian Davies et al., (2000) menunjukkan ada hubungan negatif antara asupan kalsium dengan berat badan pada semua kelompok usia yang diuji, bahwa peningkatan kalsium hingga 1000 mg/hari berhubungan dengan penurunan berat badan sebesar 8 kg.

Prevalensi obesitas pada anak terus meningkat dari tahun ke tahun, baik di negara maju maupun negara berkembang. Hasil RISKESDAS Di Provinsi DKI Jakarta menunjukkan prevalensi balita dengan status gizi gemuk meningkat sebesar 7,4% dari tahun 2007 ke tahun 2010. Berdasarkan laporan RISKESDAS 2010 status gizi balita menurut Indeks BB/TB di Provinsi DKI Jakarta balita dengan status gizi sangat kurus yaitu sebesar 4,4 %, kurus 6,9 %, normal 69,1% dan gemuk 19,6%. Dari hasil RISKESDAS tersebut diketahui bahwa Provinsi DKI Jakarta merupakan provinsi yang memiliki prevalensi kegemukan terbanyak di Indonesia.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita baik faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung berupa asupan makanan dan kondisi kesehatan anak misalnya infeksi (Notoadmodjo, 2003). Selanjut WHO dikutip dalam Susanti (2010), menerangkan bahwa status gizi balita selain dipengaruhi oleh asupan nutrisi dan status kesehatan juga dipengaruhi oleh riwayat BBLR. Bayi yang lahir dengan BBLR memiliki resiko kematian yang tinggi, beresiko menderita gizi kurang, gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada masa anak-anak. Selain itu menurut WHO juga menerangkan bahwa status gizi juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu. Menurut Hadi & Padmiari (2007), pengetahuan gizi yang baik akan berpengaruh terhadap kebiasaan makan

keluarga karena pengetahuan gizi mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang (Suciati, 2008). Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah atau tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan gizi yang diperoleh (Suhardjo, 2003). Umur ibu turut menentukan pola pengasuhan dan penentuan makan yang sesuai dengan anak karena semakin bertambahnya umur semakin bertambah pengalaman dan kematangan dalam pengasuhan dan pemberian makan anak (Harsiki, 2003).

Pendidikan Anak Usia Dini yang diteliti adalah PAUD di Wilayah Kelurahan Paseban. Mempunyai 2 tingkat kelas dengan kisaran umur antara 3-6 tahun. Untuk penelitian ini peneliti meneliti balita yang berumur 4-5 Tahun karena usia ini adalah usia peralihan dari konsumen pasif ke konsumen aktif.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan pengetahuan ibu tentang kalsium dan asupan kalsium dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.

B. Identifikasi Masalah

Anak balita merupakan salah satu golongan penduduk yang rawan terhadap masalah gizi. Mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga memerlukan suplai makanan dan gizi dalam jumlah cukup dan memadai (Tarigan, 2003). Pada masa balita memerlukan asupan kalsium yang cukup yang diperlukan untuk pertumbuhan. Kalsium selama ini lebih dikenal sebagai unsur penting untuk pertumbuhan tulang dan gigi (Djunaedi, 2002). Akan tetapi berdasarkan hasil penelitian epidemiologi terbaru mengenai

kalsium mengidentifikasi rendahnya asupan kalsium sebagai faktor yang potensial berkontribusi terhadap kejadian obesitas (Schrager, 2005).

Obesitas merupakan permasalahan yang akhir-akhir ini muncul di dunia, bahkan World Health Organisation (WHO) telah mendeklarasikannya sebagai epidemik global. Prevalensinya meningkat tidak saja di negara-negara maju tetapi juga di negara berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2000). Sejalan dengan hasil RISKESDAS di Provinsi DKI Jakarta yang menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi status gizi gemuk berdasarkan indeks BB/TB pada balita dari tahun 2007 sebesar 12,2 % meningkat menjadi 19,6% pada RISKESDAS tahun 2010 (Depkes RI, 2008; Kemenkes RI, 2010a). Obesitas pada anak berisiko tinggi menjadi obesitas dimasa dewasa dan berpotensi menderita penyakit metabolik dan penyakit degeneratif dikemudian hari (Hidayati et al., 2010).

Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak memegang peranan penting dalam menciptakan status gizi anak yang baik (Animous, 2008). Status gizi balita secara tak langsung dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu tentang gizi. (Notoadmojo, 2003). Karena dengan meningkatkan pengetahuan gizi ibu diharapkan semakin meningkat kemampuan ibu dalam memilih dan merencanakan makanan dengan ragam dan kombinasi yang tepat sesuai dengan syarat gizi (Suhardjo, 1996 dalam Fisher et al., 2012).

C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini karena keterbatasan pengetahuan, kemampuan, waktu, biaya, peralatan dan tenaga sehingga peneliti membatasi masalah yang

variabel yang diteliti seperti pengetahuan gizi ibu, peneliti membatasi pengetahuan hanya terbatas pada pengetahuan ibu tentang kalsium. Variabel lainnya yaitu asupan kalsium, asupan zat gizi lain (energi, protein hewani, vitamin A), status gizi balita BB/TB serta yaitu karakteristik responden meliputi jenis kelamin balita, berat badan dan panjang badan lahir balita, umur ibu, pendidikan ibu dan pekerjaan ibu

D. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang kalsium dan asupan kalsium dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan ibu tentang kalsium dan asupan kalsium dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik balita usia 4-5 tahun berdasarkan jenis kelamin, berat badan lahir, panjang badan lahir balita dan karakteristik ibu balita berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan ibu di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.

- b. Mengidentifikasi pengetahuan tentang kalsium pada ibu yang mempunyai balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- c. Mengidentifikasi asupan kalsium pada balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- d. Mengidentifikasi asupan energi, protein hewani, vitamin A pada balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- e. Mengidentifikasi status gizi balita berdasarkan Indeks BB/TB di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- f. Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang kalsium dengan asupan kalsium balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- g. Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang kalsium dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- h. Menganalisis hubungan antara asupan kalsium balita dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- i. Menganalisis hubungan antara asupan energi balita dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- j. Menganalisis hubungan antara asupan protein hewani balita dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- k. Menganalisis hubungan antara asupan vitamin A balita dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.

1. Menganalisis hubungan antara berat badan lahir dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.
- m. Menganalisis hubungan antara panjang badan lahir dengan status gizi balita usia 4-5 tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban Tahun 2013.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi PAUD

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi pengajar PAUD mengenai status gizi balita balita didiknya khususnya yang berusia 4-5 tahun sehingga dapat dijadikan sebagai acuan untuk memberikan informasi kepada ibu balita didik agar dapat menjaga dan meningkatkan status gizi balita di PAUD menjadi lebih optimal.

2. Bagi Petugas/ Instansi Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada petugas atau instansi kesehatan terkait di Wilayah Kelurahan Paseban mengenai status gizi balita usia 4-5 Tahun di PAUD Wilayah Kelurahan Paseban sehingga dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk merumuskan program intervensi gizi yang tepat bagi anak balita di Wilayah Kelurahan Paseban.

3. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan tentang kalsium dan faktor lain yang berhubungan dengan status gizi balita serta dapat menerapkan ilmu yang telah dimiliki selama mengikuti pendidikan di Jurusan Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul Jakarta.