

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan fisik erat hubungannya dengan status gizi anak. Konsumsi makanan merupakan salah satu faktor utama penentu status gizi seseorang. Status gizi baik atau optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat – zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, pertumbuhan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat seoptimal mungkin. (Sulistyanto, dkk. 2010).

Indonesia saat ini masih mengalami masalah gizi ganda yaitu disamping mengalami gizi kurang juga mengalami gizi lebih. Data riset kesehatan dasar tahun 2007 menunjukkan bahwa anak sekolah (6-14 tahun) laki – laki mengalami kegemukan 9.5% dan perempuan 6.4 %. (Meilinasari, dkk. 2009).

Kebutuhan zat gizi berbeda untuk tiap kelompok umur sesuai dengan kecepatan tumbuh dan aktivitas yang dilakukan. Anak sekolah (usia 6-13 tahun) merupakan salah satu kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi bila masyarakat itu terkena kekurangan penyediaan makanan. Pada anak – anak kebutuhan energi juga lebih besar karena adanya penambahan berat badan dan mereka lebih

banyak melakukan aktifitas fisik misalnya berolah raga, dan bermain. (Sulistyanto. Dkk. 2010).

Gizi dibutuhkan anak sekolah untuk pertumbuhan dan perkembangan, energy, berpikir, beraktivitas fisik dan daya tahan tubuh. Zat gizi yang dibutuhkan terdiri dari zat giz makro seperti karbohidrat, protein, lemak. Serta zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. (Muhilal, 2012).

Pada anak sekolah, anak harus mendapat cukup energi dan zat – zat gizi yang memenuhi kebutuhan yang sangat meningkat. Kurang energy dan protein dapat terjadi karena aktifitas fisik yang berlebihan. Akan tetapi badan yang kurus dapat terjadi karena terlalu aktifdalam berbagai kegiatan fisik biasanya bersifat sementara. (Harjatmo, 2011).

Perilaku gizi yang salah pada anak sekolah perlu mendapatkan perhatian. Misalnya, tidak sarapan pagi, jajanan yang tidak sehat disekolah, kurang mengkonsumsi sayuran dan buah, terlalu sering mengkonsumsi jenis makanan fast food dan junk food, terlalu banyak mengkonsumsi zat makanan tambahan seperti bahan pengawet, pewarna, dan penambah cita rasa. (Khonsam, 2012).

Masalah yang sering terjadi pada anak sekolah adalah anak tidak sempat makan pagi atau sarapan dengan alasan tidak ada waktu, tidak biasa atau memang makanannya tidak ada. Setelah makan malam terakhir maka dalam waktu 8 jam perut akan kosong, apabila saat pagi hari anak tidak sarapan tidak ada tenaga untuk bergerak dan berpikir sehingga anak tidak bisa berkonsentrasi untuk belajar dan hasilnya prestasi belajar untuk anak tidak maksimal. (Rahmawati, 2009).

Sarapan pagi merupakan salah satu pesan dalam PUGS dapat menyumbang seperempat dari kebutuhan gizi sehari yaitu sekitar 450 – 500 kalori dengan 8-9 gram protein.

Menurut studi yang dilakukan terhadap 2.216 remaja dibawah usia 25 tahun dan berada di wilayah Minneapolis-St Paul Minnesota, Amerika Serikat juga menunjukkan bahwa anak – anak dan remaja yang makan pagi secara rutin setiap hari, secara keseluruhan lebih sehat. Penelitian itu juga mengungkapkan bahwa makin sering remaja menyantap makanan sarapan, makin rendah pula potensi untuk kelebihan berat badan. (kompas.com, Desember, 2009).

Dari uraian diatas maka penulis tertarik untuk meneliti asupan zat gizi makro dan status gizi anak SD yang mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di SD Burangkeng 02. Penelitian dilaksanakan di SD Burangkeng 02 Bekasi. Penulis tertarik memilih lokasi tersebut karena berdasarkan hasil observasi serta wawancara dengan guru didapatkan bahwa murid- murid tersebut mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di kantin dan warung – warung sekitar sekolah. Selain itu di SD tersebut berasal dari ekonomi yang beragam.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan asupan energi, protein dan status gizi anak SD yang mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di SD Burangkeng 02.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein dan status gizi anak SD yang mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di SD Burangkeng 02.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik anak SD (umur, Jenis kelamin)
- b. Untuk mengetahui karakteristik ibu dan ayah (pekerjaan, pendidikan)
- c. Untuk mengetahui status Gizi pada anak SD
- d. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dan status gizi
- e. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan jajan dan status gizi

1.4. Manfaat Hasil

1. Bagi penulis hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang hubungan asupan energi, protein dan status gizi pada anak SD yang mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di SD Burangkeng 02 tahun 2012.
2. Bagi sekolah diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan tentang hubungan asupan energi, protein dan status gizi pada anak SD yang mempunyai kebiasaan sarapan dan jajan di SD Burangkeng 02 tahun 2012 sehingga dapat digunakan sebagai bahan penyuluhan untuk meningkatkan status gizi anak SD.