

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air merupakan komponen utama dalam tubuh manusia. Pada pria dewasa, 55% sampai 60% berat tubuh adalah air; pada perempuan dewasa 50% sampai 60% berat tubuh adalah air. Tanpa air makhluk hidup tidak mungkin tumbuh dan berkembang. Tanpa air segala macam kegiatan manusia tidak mungkin dapat berlangsung dalam mencapai kesejahteraannya. Tidak ada satu pun reaksi kimia dalam tubuh dapat berlangsung tanpa adanya air. Air sebagai salah satu zat gizi makro mempunyai fungsi dalam berbagai proses penting dalam tubuh manusia, seperti metabolisme, pengangkutan dan sirkulasi zat gizi dan non gizi, pengendalian suhu tubuh, kontraksi otot, transmisi impuls saraf, pengaturan keseimbangan elektrolit, dan proses pembuangan zat tak berguna dari tubuh. Sayangnya, air seringkali terlupakan sebagai zat gizi yang penting bagi tubuh. Tubuh tidak dapat memenuhi seluruh kebutuhan tubuh akan air; oleh karena itu, air perlu dipenuhi manusia melalui asupan air yang cukup.

Dalam 15 tahun terakhir tampak perkembangan kebijakan dan program tentang air minum yang menggembirakan di Indonesia. Pertama, adanya pesan

Departemen Kesehatan tentang anjuran minum air, yaitu pesan nomor Sembilan dari 13 pesan dasar Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) yang diluncurkan oleh Departemen Kesehatan tahun 1994. Isi pesan tersebut yaitu “Minumlah air dalam jumlah yang cukup dan aman”. Dalam pedoman tersebut, orang dewasa Indonesia disarankan untuk mengkonsumsi air minum sebanyak 2 Liter atau 8 gelas per hari untuk menjaga kesehatan tubuh serta mengoptimalkan kemampuan fisiknya. Kedua, adanya undang-undang tentang sumberdaya air dan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 492/Menkes/Per/IV/2010 tentang Persyaratan Kualitas Air Minum sebagai penyempurnaan dari Permenkes sebelumnya Nomor 907/SK/VII/2002. Ketiga, untuk pertama kalinya dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi direkomendasikan tentang kebutuhan air minum bagi orang Indonesia yaitu 0,8 sampai 2,8 Liter per hari, tergantung pada umur, jenis kelamin, aktivitas, dan suhu lingkungan. Keempat, adanya Tumpeng Gizi Seimbang yang baru, yang memvisualisasikan anjuran kebutuhan minum air 8 gelas sehari. (LIPI, BPOM, Depkes dan Bappenas, 2004)

Meskipun ada perkembangan pesat terkait kebijakan air minum, akan tetapi sebagian masyarakat masih mengkonsumsi air dalam jumlah yang kurang dibandingkan dengan kebutuhannya. *The Indonesian Hydration Regional Study* (THIRST) mengungkap bahwa 46,1% subyek yang diteliti mengalami kurang air atau hipovolemia ringan. Kejadian ini lebih tinggi pada remaja (49,5%)

disbanding pada orang dewasa (42,5%). THIRST juga mengungkap bahwa prevalensi hipovolemia ringan pada daerah dataran rendah yang panas lebih tinggi disbanding di dataran tinggi yang sejuk. Ironinya, enam dari setiap 10 subjek yang diteliti (sekitar 60%) tidak mengetahui bahwa diperlukan minum lebih banyak bagi ibu hamil, bagi ibu menyusui, bagi orang yang berkeringat dan bagi orang yang berada dalam lingkungan atau ruang dingin. Hanya sekitar separuh dari subjek orang dewasa dan remaja yang mengetahui kebutuhan air minum sekitar 2 Liter sehari. Faktor terjadinya hipovolemia ringan ini adalah ketidaktahuan dan kesulitan akses secara fisik dan ekonomi dalam memperoleh air minum. (Hardinsyah, 2010)

Masyarakat Indonesia mengalami tingkat dehidrasi ringan yang cukup tinggi. Jumlah penduduk di Jakarta yang mengalami kekuarangan cairan tubuh (dehidrasi) menempati urutan kedua, setelah Makassar. Hasil penelitian THIRST (The Indonesian Regional Hydration Study) pada 2009 menunjukkan masih tingginya angka dehidrasi yang terjadi di berbagai wilayah di Indonesia. Penelitian tersebut dilaksanakan di 6 lokasi, yaitu Lembang (Jabar), Malang (Jatim) dan Malino (Sulsel), yang merupakan wilayah dataran tinggi dengan ketinggian lebih dari 850 m di atas permukaan laut dengan suhu rendah. Juga, Jakarta, Surabaya, serta Makassar yang merupakan wilayah dataran rendah dengan ketinggian kurang dari 50 m di atas permukaan laut dengan suhu tinggi.

Sedangkan jumlah penduduk yang menjadi obyek penelitian tersebut mencapai 1200 orang, yang terdiri dari dua kelompok usia yaitu remaja usia 15-18 tahun dan dewasa usia 25-55 tahun. Status dehidrasi ringan didasarkan pada hasil analisis laboratorium terhadap sampel air kencing dengan kriteria *urine specific gravity*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan, sebanyak 46,1% subyek remaja dan dewasa mengalami dehidrasi ringan. Kendati demikian, kejadian dehidrasi ringan pada subyek di dataran rendah (52,9%) lebih tinggi dibanding di dataran tinggi (39,3%). Dehidrasi atau kekurangan cairan tubuh ternyata lebih banyak terjadi pada kelompok usia remaja (15-18 tahun), yaitu sekitar 49,5% dibandingkan dengan kelompok usia dewasa (25-55 tahun) yang hanya sekitar 42,5%. Sedangkan, penduduk kota dengan angka dehidrasi ringan tertinggi adalah Makassar (59,4%), yang kemudian disusul oleh Jakarta (53,1%), Malang (50%), Surabaya (47,5%), dan Malino (35,7%). Sedangkan terendah, yaitu Lembang dengan angka dehidrasi 27,6%. (THIRST, 2010)

Sulawesi merupakan pulau terbesar keempat di Indonesia setelah Papua, Kalimantan dan Sumatera dengan luas daratan 174.600 kilometer persegi. Kondisi topografi Sulawesi umumnya pegunungan (60,1%) dan berbukit (18,5%), memanjang mulai dari Sulawesi Utara ke arah selatan, timur dan tenggara. Lahan yang relatif datar (11,5%) terdapat hanya di wilayah pesisir pantai dan banyak dilintasi oleh sungai-sungai. Di sepanjang wilayah Sulawesi terdapat Daerah

Aliran Sungai (DAS) yang mengalir di wilayah kabupaten/kota. Selain daerah aliran sungai juga terdapat beberapa danau yang hampir seluruhnya berada di kawasan lindung. Sebagaimana daerah lain di Indonesia, Sulawesi memiliki dua musim, yaitu musim panas dan musim hujan. Musim panas terjadi antara Bulan April-September, sedangkan musim hujan terjadi pada Bulan Oktober – Maret. Hasil pencatatan suhu udara pada Stasiun Udara Mutiara Palu Tahun 2010 bahwa rata-rata suhu udara adalah $27,7^{\circ}\text{C}$. Suhu udara terendah terjadi pada Bulan Agustus yaitu sebesar $26,7^{\circ}\text{C}$, sedangkan bulan lainnya suhu udara berkisar antara $26,7-28,8^{\circ}\text{C}$. Kelembaban udara rata-rata tertinggi terjadi pada Bulan April yang mencapai 80 persen, sedangkan kelembaban udara terendah terjadi pada Bulan Juni dan Agustus yaitu 82 persen. (id.wikipedia.org/wiki/Sulawesi)

Curah hujan di wilayah ini umumnya tidak merata, hal ini menimbulkan adanya wilayah daerah basah dan wilayah daerah semi kering. Wilayah daerah basah mempunyai curah hujan lebih dari 2.000 mm pertahun. Sedangkan wilayah daerah semi kering mempunyai curah hujan kurang dari 2.000 mm pertahun. Tinggi rendahnya suhu udara pada suatu tempat antara lain dipengaruhi oleh posisi dan ketinggian tempat tersebut dari permukaan laut, makin tinggi posisi suatu tempat dari permukaan laut akan semakin rendah suhu udara dan sebaliknya. Karena wilayah daratan Sulawesi mempunyai ketinggian umumnya di bawah 1.000 meter dari permukaan laut dan berada di sekitar daerah Khatulistiwa, maka pulau ini

beriklim tropis. Rata-rata kecepatan angin di Sulawesi mencapai empat m/detik, dan tekanan udara mencapai 1.009,1 millibar. (id.wikipedia.org/wiki/Sulawesi)

Berdasarkan hal-hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan tingkat ekonomi, jenis kelamin, kelompok usia dan daerah tempat tinggal terhadap konsumsi cairan penduduk di Pulau Sulawesi.

B. Identifikasi Masalah

Banyak faktor yang mempengaruhi konsumsi cairan penduduk, yaitu jenis kelamin, tipe daerah (perkotaan atau pedesaan), kelompok umur, dan status ekonomi. Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel independen adalah jenis kelamin, kelompok umur, tipe daerah (perkotaan atau pedesaan), dan status ekonomi. Dan variabel dependennya adalah konsumsi yang terbagi dalam beberapa kelompok bahan makanan yaitu susu dan hasil olahannya, minuman, gula dan lainnya serta air minum.

C. Pembatasan Masalah

Data yang digunakan adalah data sekunder dikarenakan adanya keterbatasan waktu untuk melakukan penelitian. Variabel data sekunder yang ada terbatas sehingga variabel yang diteliti adalah tingkat ekonomi, jenis kelamin, kelompok umur dan tipe daerah terhadap konsumsi cairan.

D. Perumusan Masalah

Adapun permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara status ekonomi, jenis kelamin, kelompok usia dan tipe daerah terhadap konsumsi cairan di Pulau Sulawesi?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan asupan cairan di Pulau Sulawesi berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin, tipe daerah, dan status ekonomi.

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengidentifikasi status ekonomi, jenis kelamin, kelompok usia, dan tipe daerah penduduk.
- b. Menilai konsumsi cairan penduduk..
- c. Menganalisis hubungan kelompok umur terhadap konsumsi cairan penduduk.
- d. Menganalisis hubungan jenis kelamin terhadap konsumsi cairan penduduk.
- e. Menganalisis hubungan status ekonomi terhadap konsumsi cairan penduduk.
- f. Menganalisis hubungan tipe daerah terhadap konsumsi cairan penduduk.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan sebagai sarana penerapan ilmu gizi, khususnya mengenai konsumsi cairan.

2. Bagi Pemerintah

Bagi pemerintah daerah yang diteliti, hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam rangka menentukan kebijakan dalam langkah-langkah yang berkaitan dengan penanggulangan masalah gizi dan upaya perbaikan gizi di daerah tersebut.