

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pembangunan nasional dewasa ini lebih dititikberatkan pada pembangunan ekonomi dan kualitas sumber daya manusia seutuhnya. Salah satu agenda pembangunan nasional adalah mewujudkan kualitas sumber daya manusia (SDM) yang sehat, cerdas, produktif dan mandiri. Meningkatkan status gizi penduduk merupakan basis pembentukan SDM yang berkualitas (Djamarah dan Zain, 2006).

Sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas harus disiapkan sejak dini. Oleh karena itu keluarga, masyarakat maupun pemerintah harus memberikan perhatian yang optimal, khususnya masalah gizi pada anak. Anak yang berusia sekolah (6-12 tahun) jika mendapatkan asupan gizi yang baik akan mengalami tumbuh kembang yang optimal. Sebaliknya anak-anak dapat mengalami kecacatan permanen yang seharusnya bisa dicegah jika tidak mendapatkan asupan gizi yang memadai (Soetjiningsih, 2012).

Masa anak-anak merupakan masa yang rentan terhadap berbagai penyakit yang disebabkan karena kekurangan atau kelebihan zat gizi. Menurut Riyadi (2003) anak usia sekolah berada pada masa pertumbuhan yang sangat cepat dengan kegiatan fisik yang sangat aktif. Oleh karena itu, anak usia sekolah harus mendapatkan perhatian khusus mengenai makanan yang dikonsumsi agar memperoleh makanan sehat dan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhannya.

Masalah gizi dapat berupa gizi lebih maupun gizi kurang. Masalah kurang gizi yang ditemukan pada kelompok usia sekolah dapat mengakibatkan gangguan

pertumbuhan, mudah letih dan mempunyai risiko terhadap penyakit infeksi serta anemia. Gizi lebih disebabkan oleh ketidakseimbangan konsumsi energi, karena energi yang dikeluarkan lebih sedikit dibandingkan masukan energi. Terjadinya perubahan pola makan dari pola makan tradisional yang tinggi karbohidrat, tinggi serat dan rendah lemak berubah ke pola makan baru yang rendah karbohidrat, rendah serat dan tinggi lemak juga mendukung terjadinya gizi lebih (Almatsier 2004).

Hasil laporan *The World Nutrition Situation* prevalensi *stunted* pada anak sekolah dasar masih cukup tinggi terutama di negara-negara sedang berkembang seperti Ghana, India, Indonesia, Tanzania dan Vietnam. Di Amerika Latin dan Caribia lebih sepertiga anak sekolah mengalami *stunted* (IFFRI SCN, 2000). Berdasarkan data RISKESDAS 2010, prevalensi nasional gizi kurang pada anak umur 6-12 tahun adalah 12,2 % terdiri dari 4,6 % sangat kurus dan 7,6 persen %. Sedangkan prevalensi berat badan lebih pada anak umur 6-12 tahun yaitu 9,2 % atau masih di atas 5,0 %. Kurus mengindikasikan gizi kurang, sedangkan berat badan lebih mengindikasikan gizi lebih. Hal ini menunjukkan bahwa masalah gizi pada anak usia 6-12 tahun di Indonesia masih tinggi (RISKESDAS, 2010). Hasil penjarangan kesehatan anak di sekolah dasar wilayah Depok oleh Dinas Kesehatan Kota Depok pada tahun 2010 diperoleh data bahwa jumlah total murid sekolah dasar 27.211 anak, hasil prevalensi gizi kurang sebesar 3,2 %, sedangkan prevalensi gizi lebih sebesar 5,6 %.

Masalah gizi yang terjadi pada anak, dapat diatasi dengan memenuhi kebutuhan gizi anak. Kebutuhan gizi berbeda untuk setiap kelompok umur sesuai dengan kecepatan tumbuh dan aktivitas yang dilakukan (Supriasa, 2012). Pada

anak-anak kebutuhan energi lebih besar karena adanya penambahan berat badan dan anak-anak lebih banyak melakukan aktivitas fisik, misalnya berolah raga, bermain atau membantu orang tua (RSCM Persagi, 2003). Makanan sehari-hari yang dipilih sebaiknya dapat memenuhi semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh anak sekolah agar kecukupan zat gizinya dapat terpenuhi. Pola makan sehari yang dianjurkan adalah makanan terdiri atas sumber zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur (Sediaoetama, 2006). Makanan bergizi bisa diperoleh dari makanan utama dan makanan selingan termasuk makanan jajanan.

Makanan jajanan umumnya digemari anak sekolah dan diperkirakan meningkat mengingat semakin terbatasnya anggota keluarga mengolah makanan sendiri, disamping karena faktor lain seperti karena makanan jajanan itu praktis, murah serta cita rasa yang lebih menarik, dan juga karena jajanan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat itu sendiri (Judarwanto, 2008). Pada umumnya, anak sekolah menghabiskan seperempat waktunya setiap hari di sekolah. Kelaparan saat di sekolah akan menyebabkan anak jajan di sekolah, apalagi hanya sekitar 5% dari anak-anak tersebut membawa bekal dari rumah, sehingga kemungkinan membeli makanan jajanan lebih tinggi (Depkes RI, 2011).

Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan protein bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan protein yang berguna untuk pertumbuhan anak (Hamida, 2012)

Pada dasarnya mengkonsumsi makanan jajanan bukanlah hal yang salah malah sebaliknya makanan jajanan merupakan salah satu alternatif untuk membantu anak dalam memenuhi kebutuhan zat gizinya pada saat tidak berada di lingkungan rumah. Dari penelitian yang telah dilakukan oleh Rahmi dan Muis (2005) diperoleh data bahwa makanan jajanan memberikan kontribusi yaitu 22,9% dan 15,9% terhadap total asupan energi dan protein pada anak sekolah. Penelitian Ulya (2003), menyatakan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap konsumsi sehari berkisar antara 10%-20%, yaitu energi dari makanan jajanan memberikan kontribusi sebesar 17,36% dan protein 12,4%, 15,1% karbohidrat, dan lemak 21,1% terhadap konsumsi sehari. Menurut Depkes RI (2011), jumlah energi dan protein dari makanan jajanan diharapkan dapat disumbangkan terhadap kebutuhan gizi anak sekitar 10-15%, dengan energi sebesar 200-300 kkal dan protein sekitar 3-5 g.

Makanan jajanan berapapun jumlahnya akan selalu memberikan kontribusi zat gizi seseorang. Balai Pengawasan Obat dan Makanan RI (BPOM RI) tahun 2009 dalam Pangan jajanan Anak Sekolah menunjukkan bahwa makanan jajanan memberi kontribusi masing-masing sebesar 31.1% dan 27.4% terhadap total asupan energi dan protein pada anak sekolah dasar. Hasil penelitian Wahyu Nuryati (2005), makanan jajanan di sekolah memberikan sumbangan 12,14% terhadap rata-rata asupan energi dalam total makanan yang dikonsumsi sehari pada murid golongan umur 7-9 tahun dan 10,53% pada murid laki-laki dan 9,60% pada murid perempuan golongan umur 10-12 tahun.

Perilaku jajan anak tidak terlepas dari cara mendapatkan makanan jajanan tersebut. Menurut Damayanthiet *al.*, (2013), jumlah penjaja makanan pada

sekolah dasar negeri dan lebih banyak daripada sekolah dasar swasta. Hal ini disebabkan para siswa di sekolah swasta dilarang keluar lingkungan sekolah saat istirahat, dan telah disediakan kantin oleh pihak sekolah. Anak sekolah biasanya membeli pangan jajanan pada penjaja pangan jajanan di sekitar sekolah atau di kantin sekolah. Oleh karena itu, penjaja berperan penting dalam penyediaan pangan jajanan yang sehat dan bergizi serta terjamin keamanannya (Yasmin dan Madaniyah, 2010).

Observasi awal penelitian yang dilakukan pada SD Negeri Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia, diketahui perbedaan jumlah pedagang dan variasi makanan jajanan diantara kedua SD tersebut. SD Negeri Depok Baru 4 memiliki satu kantin, yang berada di dalam sekolah, dan 6-8 penjual makanan jajanan di luar sekolah. SD Santa Theresia memiliki 3 kantin, dan 2-3 penjual makanan jajanan di luar sekolah. Hal ini disebabkan oleh kebijakan SD Santa Theresia yang melarang siswanya untuk keluar sekolah pada jam istirahat.

Jajan bagi anak sekolah merupakan fenomena yang menarik untuk ditelaah karena memiliki peran sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan energi sebab aktivitas fisik di sekolah yang tinggi, pengenalan berbagai jenis makanan jajanan akan menumbuhkan kebiasaan penganekaragaman pangan sejak kecil dan memberikan perasaan meningkatnya gengsi anak di mata teman-temannya di sekolah (Khomsan, 2010). Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengetahui perbedaan sumbangan makanan jajanan terhadap tingkat kecukupan energi dan protein anak sekolah dasar di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia.

## **B. Identifikasi Masalah**

Anak usia sekolah termasuk kelompok usia yang rentan gizi. Pemenuhan zat-zat gizi pada anak usia sekolah harus diberikan secara tepat baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Kurangnya memperhatikan makanan yang dikonsumsi akan mempengaruhi timbulnya masalah gizi pada anak usia sekolah.

Masalah gizi tidak pernah lepas dari faktor tidak seimbangnya asupan zat gizi, baik pada masa sekarang maupun masa lalu. Menurut RISKESDAS 2010, angka kekurusan tercatat sebesar 8,2% untuk laki-laki dan 7,2% untuk perempuan di wilayah Jawa Barat. Penelitian di Bogor, menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecukupan energi dan protein pada anak sekolah dasar, masing-masing 24,5% dan 39,4% masuk ke dalam kategori defisit berat dari kecukupan yang dianjurkan (Rahmawati, 2009). Rendahnya kecukupan gizi pada kelompok ini sangat berpengaruh pada pertumbuhan fisik, daya konsentrasi belajar dan prestasi yang dicapai, selanjutnya akan dapat menghambat peningkatan kualitas sumberdaya manusia.

Perilaku jajan anak walaupun sering menjadi masalah namun jajan juga berperan dalam pemenuhan kecukupan energi dan protein bagi anak sekolah. Menurut Depkes RI (2011), jumlah energi dan protein dari makanan jajanan diharapkan dapat disumbangkan terhadap kebutuhan gizi anak sekitar 10-15%, dengan energi sebesar 200-300 Kal dan protein sekitar 3-5 g.

Dengan menerapkan kebiasaan makan sehari-hari baik di rumah maupun di sekolah termasuk juga dalam pemilihan makanan jajanan yang sesuai dengan syarat kesehatan dan pedoman gizi seimbang dapat memperbaiki dan mempertahankan kecukupan energi dan protein anak usia sekolah.

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar tidak menyimpang dari permasalahan dan dapat mencapai sasaran yang diharapkan, maka penulis membatasi permasalahan pada perbedaan sumbangan makanan jajanan terhadap kecukupan asupan energi dan protein pada anak sekolah dasar di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah yang dapat diambil perumusan masalah, yaitu apakah ada perbedaan antara sumbangan makanan jajanan terkait tingkat kecukupan energi dan protein anak sekolah dasar di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia.

### **E. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui perbedaan sumbangan makanan jajanan terhadap tingkat kecukupan asupan energi dan protein anak sekolah dasar di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia
- b. Mengidentifikasi jenis makanan jajanan siswa di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia
- c. Mengidentifikasi jumlah asupan energi dan protein dari makanan sehari siswa di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia

- d. Mengidentifikasi jumlah asupan energi dan protein dari makanan jajanan siswa di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia
- e. Menganalisa sumbangan energi dan protein dari makanan jajanan siswa SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia
- f. Menganalisa perbedaan sumbangan makanan jajanan terhadap kecukupan energi dan protein di SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia

#### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Siswa SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia

Penelitian ini memberikan gambaran kepada siswa SDN Depok Baru 4 dan SD Santa Theresia dalam memilih makanan jajanan yang berperan dalam pemenuhan kecukupan energi dan protein anak.

2. Bagi Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan mengenai pentingnya memberikan pengertian kepada siswa dalam memilih makanan jajanan yang dapat dimasukkan ke dalam kurikulum pelajaran.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini berperan sebagai media untuk mendapatkan pengalaman langsung dalam penelitian sehingga dapat menerapkan ilmu yang diperolehnya dalam perkuliahan pada keadaan yang sebenarnya dalam lapangan. Melalui penelitian ini, diharapkan menjadi bahan masukan maupun bekal bagi peneliti kelak.