

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gizi merupakan salah satu hal penting yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada seseorang. Seseorang gizinya dapat terganggu baik itu gizi kurang maupun gizi berlebih yang akan mempengaruhi status gizinya. Undang – Undang No. 23 Tahun 2014 tentang upaya perbaikan gizi menyatakan bahwa “gizi seimbang adalah susunan hidangan makanan sehari yang terdiri atas berbagai ragam bahan makanan yang berkualitas dalam jumlah dan proporsi yang sesuai dengan aktifitas fisik, umur, jenis kelamin dan keadaan fisiologi tubuh sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi seseorang, guna pemeliharaan dan perbaikan sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangan secara optimal”. Salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah pada status gizi adalah anak usia sekolah (Ningsih, 2016).

Anak usia sekolah adalah individu yang berada pada rentang usia 7 sampai 12 tahun (Marisa, 2014). Profil Kesehatan Indonesia (2016), prevalensi jumlah anak usia sekolah cukup banyak yaitu 14,1 % atau setara dengan 32,2 juta anak.

Anak usia sekolah mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang lebih cepat daripada anak usia prasekolah. Anak usia sekolah juga mengalami kemajuan perkembangan ketrampilan sehingga anak usia sekolah membutuhkan gizi yang optimal dan seimbang. Gizi yang baik juga dibutuhkan

anak untuk berkonsentrasi, pertumbuhan otak mereka dan meningkatkan memori yang dapat berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Dalam masa ini, kecukupan dan keseimbangan gizi merupakan faktor penting yang harus diperhatikan orang tua sebagai pondasi untuk kesehatan anak (Irmilia, 2015 ; Hidayati 2010; Soetjiningsih dan Ranuh, 2012 ; Sa'adah, Herman dan Sastri, 2014).

Anak usia sekolah dalam pemenuhan gizi yang seimbang dapat di bedakan menjadi 2 kelompok berdasarkan usia yaitu usia 7-9 tahun dan 10-12 tahun. Pemenuhan gizi yang seimbang dibutuhkan untuk tubuh yang aktif, produktif dan sehat. Selain itu, pemenuhan gizi seimbang juga dibutuhkan untuk menciptakan generasi yang berkualitas dan berdaya saing (Direktorat Standardisasi Produk Pangan, 2013) .

World Health Organization (WHO) tahun 2016 melaporkan bahwa prevalensi kekurusan pada anak didunia mencapai 14,0% atau sekitar 94,5 juta anak, prevalensi kegemukan pada anak di dunia mencapai 6,0% atau sekitar 40,6 juta anak dan prevalensi stunting mencapai 22,9% atau sekitar 154,8 juta anak. Masalah status gizi anak di Indonesia saat ini masih cukup tinggi, data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 melaporkan bahwa masalah status gizi berdasarkan IMT/U pada anak usia 5 – 12 tahun dibagi menjadi 2 hasil yang pertama yaitu prevalensi kurus sebesar 11,2% yang terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus dan yang kedua yaitu prevalensi gemuk sebesar 18,8% terdiri dari 10,8% gemuk dan 8,8% sangat gemuk (obesitas). Sementara itu prevalensi masalah status gizi pada anak usia 5-12 tahun berdasarkan TB/U

yaitu 30,7% yang terdiri dari 12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek. Selain itu, masalah gizi lain yang sering terjadi pada anak usia sekolah yaitu anemia defisiensi gizi, defisiensi yodium (GAKI), dan karies gigi (Adriani dan Wirjatmai, 2012).

Masalah pada status gizi dapat disebabkan oleh 2 faktor yaitu secara langsung dan tidak langsung. Faktor secara langsung seperti asupan makan dan penyakit infeksi. Faktor tidak langsung seperti ekonomi keluarga, pola asuh, pelayanan kesehatan terdekat dan sanitasi (Alatas, 2011 dalam Latifah, 2015)

Asupan nutrisi yang baik yaitu sesuai dengan Pedoman Umum gizi Seimbang (PUGS) (Utari, Ernalia, & Suyanto, 2016). Asupan makan yang dibutuhkan oleh orang dewasa dan anak – anak cukup berbeda. Anak–anak akan membutuhkan asupan makan yang lebih besar dibandingkan orang dewasa karena pada periode ini, anak akan mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang signifikan yang akan mempengaruhi kesehatan baik itu fisik, mental, dan emosional saat dewasanya nanti (Walalangi, Sahelangi, & Widodo, 2015).

Anak usia sekolah sudah mulai memiliki sifat konsumen aktif yaitu mulai memilih makanan yang hanya disukai saja (Iklima, 2017, Karaki, Kundre, & Karundeng, 2016). Anak – anak saat ini sebagian besar tinggal di lingkungan yang banyak menjajakan makanan berenergi tinggi yang murah, enak, dan sedikit kandungan gizinya seperti makanan dan minuman yang mengandung banyak porsi gula (Warkentin, Mais, Latorre, Carnell, & Taddei, 2018). Anak usia sekolah sangat kurang makan makanan yang berserat seperti buah dan

sayur dan cenderung sering mengonsumsi makanan cepat saji (Utari, Ernalina, & Suyanto, 2016). Untuk anak usia 4-18 tahun, anjuran proporsi energi dari karbohidrat, protein dan lemak yaitu 55%, 15% dan 20% (Rahman, Dewi, & Bohari, 2017). Konsumsi makanan yang tidak bervariasi akan asupan makan tidak sesuai dengan AKG dan ketidakseimbangan asupan makanan pada anak usia sekolah dapat mengakibatkan anak mengalami penurunan daya tahan tubuh, sehingga rentan terhadap penyakit dan mengalami masalah status gizi (Utari, Ernalina, & Suyanto, 2016).

Adapun dalam surat Al Maidah ayat 88 disebutkan bahwa:

“Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezeikikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya.”

Sementara itu dalam surat Al A’Raf ayat 31 yaitu :

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”

Suart At Thaha ayat 81 yaitu :

“Makanlah dari rezeki yg baik-baik yg telah kami berikan kepadamu , dan janganlah melampaui batas , yg menyebabkan kemurkaan-ku meinimpa-mu . barang siapa ditimpa kemurkaan-ku , maka sungguh bunasalah dia.”

Dari 3 ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa sesungguhnya dalam al Quran telah disebutkan perintah untuk makan makanan yang halal, baik dan seimbang sesuai porsi dan tidak berlebihan agar tidak terjadi masalah atau gangguan kesehatan terutama terkait status gizi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri 1 Kadipiro, Bantul, Yogyakarta dan SD Negeri Sonosewu, Bantul, Yogyakarta

secara observasi dan wawancara kepada 10 orang tua siswa setiap sekolah didapatkan hasil di SD Kadipiro beberapa siswa tidak suka makan sayur dan lebih suka untuk jajan. Sementara itu, di SD Sonosewu sebagian besar siswanya cukup mudah untuk makan sayur tetapi hanya 1 jenis sayur seperti brokoli atau sayur oseng. Jika orang tua mereka tidak memasak salah satu dari sayur itu maka mereka tidak akan memakan sayur. Mereka juga suka untuk membeli jajan baik di sekolah maupun di rumah terutama jajan yang manis seperti coklat dan permen, snack ataupun jajanan pedas. Saat istirahat, untuk di SD Kadipiro siswanya tidak diperbolehkan keluar untuk membeli jajan diluar sekolah jadi mereka membeli jajan di area kantin seperti roti bakar dan makanan kecil lainnya. Sementara itu di SD Sonosewu saat isitirahat, siswanya diizinkan membeli jajan diluar area sekolah seperti telur gulung, minuman berasa, dan cilok atau yang lainnya Di sekitar kedua SD tersebut juga terdapat penjual makanan dan minuman keliling yang ada saat jam istirahat maupun saat jam pulang sekolah. Studi pendahuluan ini dilakukan di 2 tempat untuk melihat perbedaan asupan makan pada anak usia sekolah di dua tempat tersebut dan mencari lokasi untuk penelitian.

Penelitian Yulni (2013) tentang Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir Kota Makasar didapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makanan terutama asupan karbohidrat terhadap status gizi berdasarkan indikator IMT/U. Sementara untuk asupan protein, lemak tidak terdapat hubungan terhadap status gizi berdasarkan indikator IMT/U.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Karakteristik Status Gizi Berdasarkan Asupan Makan Pada Anak Usia Sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran karakteristik status gizi berdasarkan asupan makan pada anak usia sekolah.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran karakteristik status gizi berdasarkan asupan makan pada anak usia sekolah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi pada anak usia sekolah
- b. Mengetahui gambaran asupan zat gizi pada anak usia sekolah.
- c. Mengetahui gambaran asupan kalori anak usia sekolah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini adalah mengetahui gambaran karakteristik status gizi berdasarkan asupan makan pada anak usia sehingga dapat diambil intervensi yang tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak usia sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Orang tua

Manfaat untuk orang tua adalah diharapkan dapat menambah pengetahuan orang tua dan memperhatikan terkait asupan makanan yang sesuai untuk anak usia sekolah

b. Sekolah

Manfaat untuk sekolah adalah diharapkan dapat menambah pengetahuan dari warga sekolah dan melakukan *screaning* status gizi secara rutin untuk anak usia sekolah

c. Pelayan Kesehatan

Manfaat untuk pelayanan kesehatan adalah mengetahui status gizi anak usia sekolah dan rutin untuk melakukan *screaning* dan edukasi kepada orang tua dan sekolah

d. Peneliti Selanjutnya

Manfaat untuk peneliti selanjutnya yaitu sebagai gambaran karakteristik status gizi anak berdasarkan asupan makan anak usia sekolah

E. Penelitian terkait

1. Penelitian Abram, Ardiansul dkk (2015) dengan judul Hubungan Gaya Hidup Dengan Status Gizi Pada Anak Usia 6-12 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Inpres Lesabe Kecamatan Tabukan Selatan Kabupaten Kepulauan Sangihe. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara gaya hidup dengan status gizi pada anak

usia enam hingga dua belas tahun dengan metode kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan status gizi pada anak usia 6-12 tahun di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Inpres Lesabe kecamatan Tabukan Selatan kabupaten Kepulauan Sangihe. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu variable independent yang digunakan yaitu asupan makan dan gaya hidup.

2. Penelitian Marhamah dkk (2014) dengan judul Perilaku Konsumsi dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kota Serang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku konsumsi terhadap status gizi anak sekolah dasar di Kota Serang dengan metode menggunakan desain *cross sectional design*. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil merekomendasikan agar siswa sekolah dasar membiasakan diri sarapan setiap pagi serta harus memperhatikan jumlah dan jenis makanan dan minuman jajanan untuk menghindari risiko kelebihan berat badan karena mengonsumsi makanan yang kandungan gizinya tidak berimbang. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu variable independent yang digunakan yaitu asupan makan dengan perilaku makan pada anak.
3. Penelitian Mohammad, Hussein dkk (2013) dengan judul *Nutritional Status of Primary School Children from Low Income Households in Jordan*. Penelitian ini bertujuan untuk memeriksa status gizi

berdasarkan perbedaan jenis kelamin pada anak usai sekolah (6 – 12 tahun) pada keluarga dengan penghasilan rendah di Jordania dengan metode pendekatan *descriptive exploratory*. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil jumlah anak perempuan yang mengalami obesitas lebih banyak daripada anak laki laki, tetapi untuk jumlah anak laki – laki yang memiliki berat badan kurang dan normal lebih banyak daripada jumlah anak perempuan di Jordan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti yaitu fokus variabel yang diteliti, penelitian ini berfokus pada pengukuran status gizi pada keluarga berpenghasilan rendah sementara penelitian peneliti berfokus pada gambaran karakteristik status gizi berdasarkan asupan makan.