

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa kanak-kanak yaitu khususnya antara 6-12 tahun atau sering disebut juga sebagai usia sekolah dasar (SD). Pada masa perkembangan ini anak mulai diarahkan menjauh dari kelompok keluarga agar dapat berpusat di dunia konsep diri dan intelektual (Wong, 2009). Pada masa ini dibutuhkan asupan nutrisi yang adekuat untuk menghindari masalah-masalah yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan mereka sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, dan perkembangan otak menjadi optimal (Suyatno, 2009). Kebutuhan gizi anak sebagian besar digunakan untuk aktivitas pembentukan dan pemeliharaan jaringan tubuh, karena kebanyakan dari anak usia sekolah dasar memiliki banyak aktivitas yang dapat menguras tenaga sehingga tidak menutup kemungkinan terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan yang keluar (Moehji, 2003).

Oleh karena itu, diperlukan status gizi untuk pemantauan pola pertumbuhan anak. Status gizi merupakan indikator untuk menentukan baik buruknya penyediaan makanan sehari-hari seseorang. Status gizi tiap anak berbeda-beda. Status gizi pada anak dibagi menjadi status gizi usia balita (bawah lima tahun) dan status gizi usia 5-18 tahun. Status gizi anak usia 5-18 tahun dikelompokkan menjadi usia 5-12 tahun, 13-15 tahun, dan 16-18 tahun. Status gizi usia 5-18 tahun ini dapat ditentukan dengan menggunakan *Z-score* dengan indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) dan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). pada indikator IMT/U, status gizi dikelompokkan lagi menjadi sangat kurus, kurus, normal, gemuk/*overweight*, dan kegemukan atau obesitas (Riskesdas, 2010).

Di Indonesia, salah satu masalah kesehatan masyarakat yang sedang kita hadapi saat ini adalah beban ganda masalah gizi. Beban ganda masalah gizi yaitu kekurangan dan kelebihan gizi yang terjadi secara bersamaan. Masalah gizi juga

dapat diartikan sebagai gangguan dari berbagai segi kesejahteraan perseorangan atau masyarakat yang disebabkan oleh tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi yang diperoleh seseorang dari makanan (Kesman, 2015). Pada tahun 2013, didapatkan prevalensi gizi kurang sebesar 19,8%, hal ini meningkat jika dibandingkan dengan tahun 2007 (18,4%) dan 2010 (17,9%). Prevalensi untuk gizi lebih adalah 18,8% (Ahdiah, 2014)

Ketidakseimbangan dari jumlah asupan makanan yang dimakan oleh seseorang dapat mengakibatkan masalah gizi. Seseorang yang mengalami kekurangan gizi dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangannya terhambat, dapat menyebabkan prestasi yang buruk, pendidikan yang menurun. Kelebihan gizi dapat mengancam status kesehatan, meningkatkan risiko penyakit degeneratif seperti diabetes melitus tipe II, gagal ginjal, penyakit jantung koroner, penyakit kardiovaskular, dll. Jika hal tersebut terjadi mulai pada usia anak-anak terutama di usia sekolah dasar, dapat mengakibatkan turunnya kualitas sumber daya manusia di kemudian harinya (Andrianto, 1990).

Menurut FAO/WHO proporsi pemenuhan zat-zat gizi dalam sehari berasal dari makanan utama dan makanan selingan. Jumlah asupan yang dimakan sangat mempengaruhi status gizi seseorang terutama bagi anak usia pertumbuhan karena dapat menyebabkan beberapa dampak seperti yang telah dijelaskan di atas. Salah satu yang paling terpenting dari jumlah asupan yaitu dari makanan selingannya (Almatsier, 2010).

Makanan selingan yang terlalu banyak dikonsumsi dapat menyebabkan nafsu makan anak terhadap makanan utama menjadi menurun, sehingga gizi yang baik tidak terpenuhi dalam tubuh anak tersebut. Namun disamping itu pentingnya makanan selingan dikonsumsi adalah agar kadar gula tetap terkontrol baik sehingga konsentrasi anak terhadap pelajaran atau aktivitas lainnya tetap terlaksana.

1.2 Identifikasi Masalah

- Bagaimana gambaran status gizi pada anak SD “X” Kota Bandung.

- Berapa jumlah makanan selingan yang dikonsumsi tiap harinya oleh anak SD “X” Kota Bandung.
- Apakah status gizi berhubungan dengan jumlah makanan selingan yang biasa dimakan anak SD “X” Kota Bandung.

1.3 Maksud Dan Tujuan

- Mengetahui gambaran status gizi pada anak sekolah SD “X” Kota Bandung.
- Mengetahui jumlah makanan selingan yang dikonsumsi tiap harinya oleh anak SD “X” Kota Bandung.
- Mengetahui hubungan antara status gizi dengan jumlah makanan selingan anak SD “X” Kota Bandung.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Akademis

- Menambah informasi ilmiah dalam perkembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara status gizi dengan jumlah makanan selingan pada anak.
- Menambah daftar referensi untuk penelitian terhadap status gizi anak usia 6-12 tahun di masa yang akan datang.

1.4.2 Manfaat Praktis

- Menambah pengetahuan orang tua terhadap status gizi anak di SD “X” Kota Bandung.
- Memberi pengetahuan kepada orang tua ada tidaknya pengaruh makanan selingan dengan risiko gizi berlebih.

- Sebagai masukan terhadap pelayanan kesehatan di dinas kesehatan Bandung.

1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis

1.5.1 Kerangka Pemikiran

Sejalan dengan berkembangnya suatu negara, asupan pangan masyarakat akan lebih membaik. Asupan pangan tidak hanya mempengaruhi orang dewasa tetapi dapat mempengaruhi anak-anak juga terutama usia sekolah dasar (6-12 tahun) yang termasuk dalam kelompok rentan gizi. Kelompok rentan gizi yaitu kelompok yang rentan mengalami gangguan kesehatan, sehingga gizi pada anak sangat penting untuk dipantau agar tidak timbul masalah (Februhartanty & Iswaranti, 2004).

Masalah gizi yang timbul dapat menyebabkan dampak bagi kesehatan seperti diabetes melitus, penyakit jantung koroner, maupun penyakit ginjal. Adapun masalah yang dapat mempengaruhi aktivitas atau tumbuh kembang anak yaitu seperti pertumbuhan terhambat, dan berkurangnya konsentrasi dalam belajar (Andrianto, 1990).

Asupan makanan yang baik terdiri atas makanan utama dan makanan selingan. Idealnya asupan makanan yang dimakan terbagi menjadi sarapan 20%, makan siang 44%, makanan selingan 14%, dan makan malam 28%. Jika terjadi kelebihan atau kekurangan yang terlalu banyak dari porsi makan tersebut dapat menyebabkan ketidakseimbangan gizi (Almatsier, 2010).

Ada beberapa cara melakukan penilaian status gizi pada kelompok masyarakat untuk mengetahui apakah status gizinya berlebih atau normal. Salah satunya adalah dengan pengukuran tubuh manusia yang dikenal dengan antropometri. Dalam pemakaian untuk penilaian status gizi, antropometri disajikan dalam bentuk indeks yang dikaitkan dengan variabel lain. Variabel tersebut adalah sebagai berikut : (a) umur, (b) berat badan dan (c) tinggi badan. Dan menentukan status gizinya dengan menggunakan indikator Berat Badan menurut Umur

(BB/U), Tinggi Badan menurut Umur (TB/U), dan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) (Kementrian Kesehatan RI, 2011).

Berdasarkan baku antropometri WHO 2007 untuk anak usia 5-18 tahun, status gizi ditentukan berdasarkan nilai *Z-score* dengan indikator IMT/U yang diklasifikasikan sebagai berikut :

- Sangat kurus : $Z\text{-score} < -3,0$
- Kurus : $Z\text{-score} \geq -3,0$ s/d $< -2,0$
- Normal : $Z\text{-score} \geq -2,0$ s/d $\leq 1,0$
- Gemuk : $Z\text{-score} > 1,0$ s/d $\leq 2,0$
- Obesitas : $Z\text{-score} > 2,0$

(Risksedas, 2010).

Di Indonesia, memakan makanan selingan atau sering disebut camilan atau *snack* sudah menjadi suatu kebiasaan karena semakin hari, semakin banyak pertumbuhan produsen penghasil makanan pengganti makanan pokok ini. Makanan selingan yang tidak dipilih dengan baik, berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang dapat mengganggu kesehatan, baik jangka panjang maupun jangka pendek, khususnya untuk usia anak sekolah dasar (Februhartanty & Iswaranti, 2004).

Semakin banyak jumlah makanan selingan yang di konsumsi oleh anak-anak dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan pada individu tersebut, yang mana kelebihan berat badan secara tidak langsung dapat meningkatkan status gizinya. Selain itu, makanan selingan yang banyak dikonsumsi anak mengandung gizi yang sangat sedikit sehingga gizi pada anak menjadi kurang terpenuhi dan menyebabkan anak menjadi kurus. Penelitian mengenai hubungan antara status gizi dengan jumlah makanan selingan ini belum pernah dilakukan. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui apakah hubungan antara jumlah makanan selingan dengan status gizi pada anak SD “X” Kota Bandung.

1.5.2 Hipotesis Penelitian

H-0 : Status gizi tidak berhubungan terhadap jumlah makanan selingan anak di SD “X” Kota Bandung.

H-1 : Status gizi berhubungan terhadap jumlah makanan selingan anak di SD “X” Kota Bandung.

