

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda, artinya masalah gizi kurang masih belum teratasi sepenuhnya, sementara sudah muncul masalah gizi lebih. Kelebihan gizi yang menimbulkan obesitas dapat terjadi baik pada anak - anak hingga usia dewasa. Obesitas merupakan keadaan patologis, yaitu dengan terdapatnya penimbunan lemak yang berlebihan dari yang diperlukan untuk fungsi tubuh yang normal. Akan tetapi masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa anak gemuk adalah sehat (Soetjiningsih, 2012). Anak usia sekolah merupakan kelompok umur yang rawan gizi dan rawan penyakit, utamanya penyakit. Pada periode perkembangan anak sekolah ini adalah satu tahap perkembangan ketika anak mulai menjauh dari kelompok keluarga dan mulai berpusat pada kelompok usia sebaya yang lebih luas. Salah satu yang perlu diperhatikan pada masa ini adalah kebiasaan makan anak di sekolah yang dipelajari tanpa sengaja yang tidak melalui proses pendidikan. Mereka juga mulai dapat memilih dan membeli sendiri menu makanan (Iklima, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO), terdapat peningkatan prevalensi kegemukan pada anak dan remaja sebesar 2,5% dari tahun 1990 sampai tahun 2010. Sekitar 35 juta dari 45 juta anak - anak seluruh dunia yang mengalami kegemukan berasal dari negara berkembang. Peningkatan prevalensi kegemukan di Indonesia secara nyata terjadi pada balita yaitu dari 12,0% di tahun 2007 menjadi 14,0% di tahun 2010. Prevalensi kegemukan pada anak usia 6 sampai 12 tahun

adalah 9,2%, pada usia 13 sampai 15 tahun sebesar 2,5% dan untuk usia 16 sampai 18 tahun sebesar 1,4%.

Di Indonesia obesitas juga memiliki angka kejadian yang cukup tinggi. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013 secara nasional, prevalensi pendek pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7% (12,3% sangat pendek dan 18,4% pendek). Sedangkan prevalensi kurus menurut IMT/U pada anak umur 5-12 tahun adalah 11,2%, terdiri dari 4,0% sangat kurus dan 7,2% kurus, serta masalah kegemukan pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8%. Jika dilihat di tingkat Provinsi, Provinsi Bali merupakan salah satu provinsi yang memiliki prevalensi gizi lebih dan obesitas yang cukup tinggi. Prevalensi gizi lebih pada anak sekolah di Bali yaitu 10,7% (Pranata, Fauziah, Budisuari, dan Kusriani, 2013).

Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) menyatakan bahwa di Kota Denpasar prevalensi anak sangat kurus menurut umur (U) sebesar 0,37%, anak kurus sebesar 6,95%, anak berat badan normal 61,72%, anak gemuk sebesar 15,85%, dan anak obesitas sebesar 15,12% (Riskesdas Provinsi Bali, 2018).

Menurut Kemenkes RI anak berusia 5-12 tahun mengalami masalah berat badan berlebih sebesar 18,8% yang terdiri dari kategori gemuk 10,8% dan obesitas 8,8% (Litbangkes, 2013). Sebanyak 15 provinsi dengan prevalensi sangat gemuk diatas nasional, yaitu Kalimantan Tengah, Jawa Timur, Banten, Kalimantan Timur, Bali, Kalimantan Barat, Sumatera Utara, Kepulauan Riau, Jambi, Papua, Bengkulu, Bangka Belitung, Lampung dan DKI Jakarta (Litbangkes, 2013). Menurut penelitian Dewi dan Sidiartha pada tahun 2013 menyebutkan bahwa prevalensi gizi lebih di daerah perkotaan di Bali adalah sebesar 28%, sedangkan pada daerah perdesaan sebesar 10%.

Gizi lebih sangat erat kaitannya dengan perubahan gaya hidup di masyarakat. Adanya perbedaan akulturasi budaya atau transisi demografi berdampak pada perubahan gaya hidup dan pola makan masyarakat. Saat ini masyarakat cenderung mengonsumsi makanan tidak seimbang seperti makanan siap saji (*fast food*) dengan alasan praktis dan mudah di dapat (Wiardani, 2018). *Fast food* adalah makanan cepat saji yang diperoleh dari makanan luar rumah yang disajikan dengan sedikit waktu dan tidak perlu menunggu waktu lagi semenjak makanan dipesan sampai dengan disajikan (Indriawati, 2010).

Menurut Nilsen (2008) dikutip oleh Syarifah dan Ari (2015) didapatkan data bahwa 69% masyarakat kota di Indonesia mengonsumsi *fast food*, dengan rincian sebagai berikut: sebanyak 33% menyatakan sebagai makan siang, 25% makan malam, 9% menyatakan makanan selingan dan 2% memilih untuk makan pagi. Di Indonesia memiliki perilaku konsumsi makanan berlemak, berkolesterol dan makanan gorengan sebesar 40,7%, konsumsi makanan asin sebesar 26,2% dan konsumsi makanan manis sebesar 53,1%. Selanjutnya persentase perilaku kurang konsumsi sayur dan buah sebesar 93,5% (Kemenkes, 2013). Sejalan dengan penelitian Vilda Ana V.S (2016) yang menunjukkan bahwa sebagian besar sering mengonsumsi makanan *fast food* (95,4%) dan kurang mengonsumsi serat (84,6%). Jenis *fast food* yang dipilih belum dapat dijadikan ukuran untuk mempengaruhi kebiasaan yang dapat mengubah keadaan gizi.

Aktivitas fisik membutuhkan dan menyebabkan pemakaian energi yang cukup besar. Dengan kata lain aktivitas fisik yang seimbang dengan porsi makanan yang ideal dapat menekan angka gizi lebih pada anak. Pada anak-anak dianjurkan frekuensi aktivitas fisik setiap hari dengan durasi selama minimal 30 menit.

Berdasarkan durasi aktivitas, 83% anak melakukan aktivitas fisik selama lebih dari 30 menit setiap satu aktivitas. Namun, 38% anak frekuensi aktivitas fisiknya masih kurang dari 1 kali dalam satu minggu. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin didapatkan proporsi yang relatif sama antara aktivitas fisik pada anak perempuan dan anak laki. Mayoritas jenis aktivitas fisik yang dilakukan adalah 2 jenis aktivitas. Variasi aktivitas adalah bersepeda, berenang, jogging dan sepak bola dan vigorous-intensity activity (VPA) seperti olahraga dalam regu dan *moderate intensity physical activity* (berjalan, bermain sepeda. (Wong S.L, 2009).

Melihat perkembangan nilai penjualan makanan cepat saji di Indonesia sebagaimana dikemukakan Euromonitor International, dimana tahun 2013 sebesar USD 1,442 juta dan di tahun 2019 ini mencapai USD 2,941 juta (Wahyono, 2019). Restoran keluarga dan cepat saji yang paling banyak peminatnya di Indonesia di tahun 2018 (medio bulan April 2017 hingga Maret 2018) didominasi Restoran Sederhana dengan 28,4 juta konsumen, kemudian Kentucky Fried Chicken's sebesar 24 juta konsumen, dan McDonald's dengan 7,7 juta konsumen. Hal itu terjadi karena meningkatnya jumlah wanita pekerja, kebutuhan makan yang cepat tersaji bagi pekerja kantor, juga harga terjangkau siswa sekolah (Wahyono, 2019).

Tonja merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Denpasar Utara, Kotamadya Denpasar, provinsi Bali, Indonesia. Berdasarkan lokasi, SD Negeri 4 Tonja merupakan sekolah dasar yang berada cukup dekat dengan gerai - gerai *fast food* lokal maupun internasional seperti *ACK*, *JFC*, *KFC* dan *McDonald's*. Adapun juga minimarket yang menjual *fast food* seperti Indomaret dan Circle K. Gerai *fast food* lokal ini tidak hanya menjamur di daerah perkotaan namun sudah masuk pula ke kecamatan - kecamatan hingga desa - desa.

Berdasarkan hasil survey lapangan diperoleh terdapat gerai *fast food western* dan gerai *fast food* lokal dengan radius  $\pm 3$  km yang lokasinya dekat dengan SDN 4 Tonja. Terdapat 17 gerai *fast food western* diantaranya masing – masing berjumlah 2 gerai yakni *ACK* dan *KFC*, dan berjumlah masing – masing 1 gerai diantaranya *McDonald's*, *Domino Pizza*, *Pizza Hut*, *Dunkin Donut*, *Starbucks*, *J.co*, *Holland Bakery*, *Connato*, *Breadtalk*, *Xi Bo Ba*, *C'bezt*, *Go Chicken*, dan *JFC*. *Fast food* lokal terdapat 91 gerai diantaranya 11 gerai nasi goreng gerobak, 13 gerai lalapan, 8 gerai ayam geprek, 8 gerai nasi jinggo, 7 gerai bakso, 7 gerai terang bulan, 7 gerai martabak, 6 gerai sate, 6 gerai *Teh Poci*, 4 gerai bubur ayam, 3 gerai mie ayam, 3 gerai roti bakar, 2 gerai soto, 2 gerai donat 1 gerai siomay, 1 gerai batagor, *Gacoan*, dan *Kober*. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa kantin sekolah menjual makanan *fast food* berupa *chicken nugget*, sosis, tempura, donat, mie goreng tanpa sayur, kiko dan lain sebagainya.

Dari penjelasan diatas peneliti berniat mengambil responden di SD Negeri 4 Tonja, Desa Tonja, Kecamatan Denpasar Utara dan mengambil judul Hubungan Pola Konsumsi *Fast Food*, Pola Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara. Penelitian dilaksanakan pada daerah tersebut dikarenakan terdapat banyak anak sekolah dasar yang sangat suka mengonsumsi *fast food* serta lokasi sekolah yang berdekatan dengan gerai - gerai *fast food*. Sehingga dari segi fisik, anak yang mengonsumsi *fast food* rata-rata gemuk dan ada beberapa yang kurus. Dengan demikian peneliti memilih tempat dan judul tersebut.

## **B. Rumusan Masalah**

Masalah status gizi kurang dan lebih pada anak sekolah dasar harus diperbaiki sejak dini karena banyaknya dampak buruk berupa penyakit tidak menular yang akan diperoleh dikemudian hari. Karena itu peneliti merumuskan rumusan masalah, yaitu apakah ada hubungan antara pola konsumsi *fast food*, aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi *fast food*, pola aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.
- b. Mengidentifikasi pola konsumsi *fast food* yang dikonsumsi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.
- c. Mengidentifikasi pola aktifitas fisik yang dilakukan anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.
- d. Menganalisis hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.
- e. Menganalisis hubungan antara pola aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi tentang bahaya konsumsi *fast food* terlebih lagi saat anak sekolah, upaya-upaya untuk mengurangi konsumsi *fast food* khususnya pada anak sekolah dasar dan diharapkan pemantauan orang tua lebih selektif dalam pemilihan asupan konsumsi makanan kepada anak.

### 2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam ilmu pengetahuan terutama pengetahuan mengenai hubungan pola konsumsi *fast food*, aktivitas fisik dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 4 Tonja, Denpasar Utara.