

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2010).

Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Upaya peningkatan SDM yang berkualitas dimulai dengan cara penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga dengan asupan gizi dan perawatan yang baik (Adisasmito, 2012). Pemberian gizi yang kurang baik terutama terhadap anak-anak, akan menurunkan potensi sumber daya pembangunan masyarakat (Cakrawati,dkk, 2012) dalam (Agustini, dkk, 2013) dalam (Sita, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, Secara nasional masalah gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 persen, terdiri dari gemuk 10,8 persen dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 persen. Berdasarkan hasil PSG dan PKG pada tahun 2017 prevalensi gemuk dibali yaitu sebanyak 23,5% dan pada masing-masing kabupaten yaitu : Denpasar sebanyak 35,6%, Gianya 27,4%,

Tabanan 29,9%, Badung 26,7%, Jembrana 25,8%, Buleleng 20,5%, Klungkung 20,7%, Karangasem 16,3%, Bangli 13,5%. Prevalensi Kurus di Bali yaitu 4,9% dan pada masing-masing kabupaten yaitu : Denpasar 8,1%, Gianyar 2,4%, Tabanan 6,1%, Badung 5,5%, Jembrana 7,7%, Buleleng 4,1%, Klungkung 4,8%, Karangasem 2,9%, Bangli 3,5%.

Salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya peningkatan kegemukan pada anak adalah perubahan pola aktivitas fisik. Pola aktivitas fisik anak masa kini telah mengalami pergeseran dari zaman dulu yang lebih banyak bergerak menjadi lebih sedikit beraktivitas fisik. Sebagai contoh, dulu sering ditemui anak-anak bermain bola, petak umpet, atau lompat tali. Pada saat ini pola aktivitas fisik anak banyak terlihat anak-anak berada di Warung Internet (Warnet) untuk bermain game online, atau pada keluarga yang mampu, anak-anak berada di depan komputer atau bermain dengan Smartphone atau Gadget canggih pada waktu luangnya. Jika anak lebih sering berada di depan komputer atau lebih sering bermain gadget maka aktifitas fisik anak akan terganggu (Iqnahardianti, 2013). Melakukan aktifitas fisik pada anak sangat penting untuk menunjang kesehatan dan kebugaran fisik anak. Aktifitas fisik yang biasa dilakukan adalah permainan tradisional, dimana permainan tradisional akan membantu anak untuk bergerak.

Permainan tradisional sangatlah populer sebelum teknologi masuk ke Indonesia. Dahulu, anak-anak bermain dengan menggunakan alat yang seadanya. Namun kini, mereka sudah bermain dengan permainan-permainan berbasis teknologi yang berasal dari luar negeri dan mulai meninggalkan permainan

tradisional. Seiring dengan perubahan zaman, Permainan tradisional perlahan-lahan mulai terlupakan oleh anak-anak Indonesia (Iqnahardianti, 2013). Hal ini menjadi salah satu alternative bagi anak yang tidak suka berolahraga, karena dengan mereka melakukan permainan tradisional maka akan meningkatkan gerak tubuh anak. Contoh dari permainan tradisional bali antara lain : meong - meongan, engkeb-engkeban dan masih banyak lagi.

Proporsi penduduk yang melakukan aktivitas fisik “aktif” dan “kurang aktif”. Proporsi aktivitas fisik tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1 persen. Terdapat 22 provinsi dengan penduduk aktivitas fisik tergolong kurang aktif berada diatas rata-rata Indonesia. Lima tertinggi adalah provinsi penduduk DKI Jakarta (44,2%), Papua (38,9%), Papua Barat (37,8%), Sulawesi Tenggara dan Aceh (masing-masing 37,2%) (Risksedas, 2013).

Menurut risksedas tahun 2013 hampir separuh proporsi penduduk kelompok umur  $\geq 10$  tahun dengan perilaku sedentari 3-5 jam (42,0%), sedangkan sedentari  $\geq 6$  jam per hari meliputi hampir satu dari empat penduduk. Lima provinsi dengan proporsi penduduk sedentari  $\geq 6$  jam adalah Riau (39,1%), Maluku Utara (34,5%), Jawa Timur (33,9%), Jawa Barat (33,0%), dan Gorontalo (31,5%).

Pada penelitian yang di lakukan di Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar tahun 2018 dengan judul “Gambaran Status Gizi Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar” menunjukkan bahwa sebagian besar sampel memiliki tingkat kebugaran jasmani dalam kategori kurang sekali yaitu 33 sampel (58,9%). Namun ada juga tingkat

kebugaran jasmani dengan kategori baik dan sangat baik masing masing hanya 1 orang (1,8%) (Sita, 2018).

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah status gizi dan kebugaran fisik berdasarkan aktifitas permainan siswa di SD Negeri 8 Dauh Puri, Kota Denpasar ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui status gizi dan kebugaran fisik berdasarkan aktifitas permainan siswa di SD Negeri 8 Dauh Puri, Kota Denpasar.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menentukan status gizi pada anak di SD Negeri 8 Dauh Puri
- b. Menentukan kebugaran fisik pada anak di SD Negeri 8 Dauh Puri.
- c. Menentukan aktifitas permainan pada anak di SD Negeri 8 Dauh Puri.
- d. Mendeskripsikan sebaran kebugaran fisik berdasarkan status gizi pada anak SD Negeri 8 Dauh Puri
- e. Mendeskripsikan sebaran kebugaran fisik berdasarkan aktifitas permainan pada anak di SD Negeri 8 Dauh Puri.
- f. Mendeskripsikan sebaran status gizi berdasarkan aktifitas permainan pada anak di SD Negeri 8 Dauh Puri.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kontribusi bagi ilmu pengetahuan, penerapan dan pengembangannya. Dan agar dapat memberikan

informasi mengenai pentingnya aktifitas fisik berdasarkan pola aktifitas permainan pada anak kelas 3-5 SD. Sehingga dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat digunakan sebagai bahan acuan penelitian selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan evaluasi dan masukan bagi pelayanan kesehatan mengenai aktifitas fisik dan kebugaran fisik agar bisa mengurangi kejadian obesitas pada anak karena kurangnya aktifitas fisik.

### b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi masyarakat dalam hal menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat akan pentingnya beraktifitas fisik dan memperbaiki pola aktifitas menuju pola aktifitas yang lebih baik sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

### c. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan bagi anak untuk mengetahui pentingnya beraktifitas fisik untuk mencegah terjadinya obesitas.