

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan normal dan wajar, jiwanya berkembang sesuai tingkat umurnya, aktif, gembira, makanannya teratur, bersih, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan. Makanan memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak dimana kebutuhan anak berbeda dengan orang dewasa, karena makanan bagi anak dibutuhkan juga untuk pertumbuhan, kecukupan makanan adalah penyebab langsung yang mempengaruhi tumbuh kembang anak (Santosa dan Ranti, 2004).

Makanan merupakan bahan yang mengandung zat-zat gizi dan atau unsur-unsur ikatan kimia yang dapat direaksikan oleh tubuh menjadi zat gizi sehingga berguna bagi tubuh. Zat gizi atau *nutrients* merupakan ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan. Pengaruh makanan terhadap tumbuh kembang anak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan (Mardalena, 2017).

Hasil kajian menunjukkan kisaran distribusi zat gizi makro dari pola konsumsi penduduk Indonesia berdasarkan analisis data Riskesdas tahun 2010 adalah 9-14% sumbangan dari energi protein, 24-36% sumbangan dari energi lemak, dan 54-63% sumbangan dari energi karbohidrat yang belum sebaik yang diharapkan, yaitu 5-15% sumbangan dari energi protein, 25-55% sumbangan dari energi lemak dan 40-60%, sumbangan dari energi karbohidrat tergantung

usia atau tahapan tumbang kembang (Hadisyah,dkk, 2013). Kegemukan berdampak pada munculnya berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu dengan upaya memperhatikan keseimbangan antara energi yang dikonsumsi dan energi yang dipergunakan dapat menurunkan kegemukan dan obesitas (Dewantari, dkk., 2017).

Hasil WHO menyatakan bahwa banyak masyarakat memiliki fungsi biologis yang berada pada rentan bahkan di bawah dan jauh dari potensial biologis untuk mendapatkan kesehatan yang prima yang disebabkan karena kurangnya melakukan aktivitas fisik. Gaya hidup duduk terus menerus dalam pekerjaan adalah salah satu dari sepuluh penyebab kematian dan kecacatan di dunia. Pada kebanyakan Negara diseluruh dunia anataran 60% hingga 85% orang dewasa tidak cukup beraktivitas fisik (Karim, 2002).

Masih dijumpai anak Bali yang mengalami permasalahan gizi hingga saat ini. Hasil survey tahun 2018, Dinas Kesehatan Provinsi Bali melakukan survey terbaru terkait pemantauan gizi anak-anak di bali sejak April 2018 lalu. Berdasarkan hasil survey kepada 500 anak di wilayah daerah Bali tersebut, sebanyak 61% kondisi kebugaran tubuh anak sekolah dasar (SD) di Bali rendah, selain itu juga didapati sebanyak 90% status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menyebutkan kondisi berat badan anak di Bali tergolong tidak ideal. Dipaparkan dalam data tersebut, kategori overweight mencapai 37.04% (138 anak), 1.42% (7 anak gizi obesitas) , 33.40% (165 gizi kurus), 3.64% (18 anak sangat kurus) yang ada di wilayah Bali. (Dinkes provinsi Bali, 2018)

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk meneliti Tingkat Konsumsi Energi dan Kebugaran Fisik Anak Sekolah Dasar Di Provinsi Bali

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas dapat diuraikan rumusan masalah yaitu, bagaimanakah tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak sekolah dasar di provinsi Bali

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak sekolah dasar di provinsi Bali

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat konsumsi energi anak sekolah dasar di provinsi Bali
- b. Menilai kebugaran fisik anak sekolah dasar di provinsi Bali
- c. Melakukan kajian hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan kebugaran fisik

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

Diharapkan literature ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan untuk ilmu gizi terutama pada tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak sekolah dasar di provinsi Bali

2. Manfaat Teoritis

Bagi perpustakaan Poltekkes Denpasar Jurusan Gizi, hasil literature review ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka untuk pembaca dan dapat memberikan informasi mengenai tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak sekolah dasar

Bagi sekolah Dasar, hasil literature review ini diharapkan menambah pengetahuan dan menambah wawasan tentang tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak sekolah dasar

Bagi peneliti, hasil dari literature review ini dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan dan meningkatkan kemampuan dalam menganalisis situasi yang terjadi di masyarakat khususnya tingkat konsumsi energi dan kebugaran fisik anak dasar