

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia anak sekolah dasar merupakan usia yang sedang memasuki masa pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan pada usia anak sekolah dasar merupakan masa pertumbuhan paling pesat kedua setelah masa balita, dan pada saat itu pula pertumbuhan sosial, emosional, kognitif seperti perkembangan memori, pemikiran kritis, kreativitas, bahasa juga mengalami perkembangan. Gizi merupakan proses tumbuh kembang yang berpengaruh terhadap proses tumbuh kembang fisik, system saraf dan otak serta kecerdasan yang bersangkutan. Pemenuhan gizi yang tepat sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dengan baik/ optimal (Ary Istianty dan Rusilanti, 2013).

Pada umur ini anak lebih banyak aktivitasnya, baik disekolah maupun diluar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tetapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan yang dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi (Soetjiningsih, 2013).

Kementrian Kesehatan RI (2014) menganjurkan kepada masyarakat untuk menghadirkan makanan yang memiliki susunan menu sehat seimbang yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Makanan yang sehat dan seimbang adalah makanan yang bergizi, berimbang, beragam, serta aman yang wajib untuk dikonsumsi guna memberikan manfaat yang nyata terhadap kesehatan

individu yang optimal yang dapat dilihat dari status gizi individu yang baik. Konsep gizi seimbang secara resmi diterima masyarakat pada tahun 2009 sesuai dengan UU Kesehatan No 36 Tahun 2009, yang menyebutkan secara eksplisit “Gizi Seimbang” dalam program perbaikan gizi (Danone Institute, 2014).

Gizi yang baik pada anak sekolah merupakan investasi suatu bangsa, karena ditangan generasi muda bangsa dapat melanjutkan pembangunan yang berkesinambungan. Kekurangan gizi pada siswa disekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan sakit-sakitan, sehingga anak menjadi sering absen serta mengalami kesulitan untuk mengikuti dan memahami pelajaran dengan baik. Untuk mencapai status gizi yang baik pada anak sekolah diperlukan perilaku makan yang baik sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu gizi modern. Dalam rangka mencapai status gizi yang baik pada anak sekolah diperlukan usaha-usaha yang nyata dalam pemenuhan kebutuhan gizinya. Kebutuhan utama yang harus diperhatikan adalah terutama energi dan protein, disamping zat gizi lainnya (Sinaga, 2016).

Memasuki gizi yang tepat, baik dalam jumlah maupun jenisnya berpengaruh terhadap proses tumbuh. Usia, berat badan dan tinggi badan berpengaruh terhadap angka kecukupan gizi masing-masing anak namun rata-rata kebutuhan gizi anak usia untuk anak 7-9 tahun adalah 1650 kkal, sedangkan untuk usia 10-12 tahun pada anak perempuan 1900 kkal dan untuk anak laki-laki 2000 kkal. Kebutuhan zat gizi harian yang diperlukan anak untuk mendukung aktivitas anak yaitu karbohidrat, protein, lemak, air dan serat. Seorang anak memerlukan energi untuk mendukung aktifitas fisik anak agar berjalan lancar dan berproduktivitas optimal. Aktivitas yang cukup tinggi dan kebiasaan makan yang

tidak teratur pada anak sering mengakibatkan ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi. Ketidakseimbangan antara asupan dan kecukupan gizi akan menimbulkan masalah gizi, baik itu masalah gizi lebih maupun gizi kurang (Dara Yusiana Sari, 2017)

Status gizi yang baik dipengaruhi oleh jumlah asupan zat gizi yang dikonsumsi. Secara tidak langsung asupan zat gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah karakteristik keluarga. Karakteristik keluarga khususnya ibu yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak. Ibu sebagai orang yang dekat dengan lingkungan asuhan anak ikut berperan dalam proses tumbuh kembang anak melalui zat gizi makanan yang diberikan. Karakteristik ibu ikut menentukan keadaan gizi anak (Almatsier, 2010).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar oleh Kementerian Kesehatan Tahun 2013, 11,2% anak usia 5-12 tahun mengalami gizi kurang. Gizi kurang dapat menimbulkan dampak tidak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Gizi kurang pada anak sekolah dapat menyebabkan tubuh mudah lelah ketika beraktivitas, mudah terserang penyakit, menghambat prestasi belajar, pemberian gizi yang kurang baik terutama terhadap anak-anak, akan menurunkan potensi sumber daya pembangunan masyarakat selain itu gizi yang kurang juga akan membuat sistem imun pada anak lemah. Sedangkan gizi lebih merupakan salah satu masalah gizi yang terjadi di Indonesia. Presentase orang mengalami gizi lebih semakin meningkat, termasuk pada anak sekolah dasar. 18,8% anak usia 5-12 tahun mengalami gizi lebih. Angka ini bahkan semakin tinggi, terutama pada anak sekolah-sekolah di kota besar dan sekolah dengan banyak siswa dari golongan ekonomi menengah ke atas (Hartanti Sandi Wijayanti dkk, 2016).

Menurut buku saku PSG, 2017), di Provinsi Bali persentase sangat kurus pada anak sekolah umur 5-12 tahun sebanyak 1,4% dan kurus sebanyak 3,4% dan persentase sangat kurus pada anak sekolah umur 13-15 tahun sebanyak 0,7% dan kurus sebanyak 3,9%.

Pada Sekolah Dasar (SD) Negeri 5 Bhuanagiri adalah satu sekolah dasar yang terletak di Desa Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem. SD Negeri 5 Bhuanagiri memiliki siswa dan siswi sebanyak 55 orang. Jumlah siswa yang sedikit sehingga peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “keterkaitan konsumsi zat gizi makro dan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah keterkaitan tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Menilai konsumsi zat gizi makro anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

- b. Menilai status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem
- c. Menganalisis keterkaitan konsumsi zat gizi makro dan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi atau literatur dalam perkembangan ilmu pengetahuan teknologi dan menambah wawasan penelitian tentang variabel konsumsi zat gizi makro dengan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada guru, tenaga kesehatan, Puskesmas pembantu, Puskesmas Kecamatan Bebandem serta masyarakat tentang pentingnya memperhatikan konsumsi zat gizi makro yang untuk diterapkan oleh seluruh kalangan masyarakat terlebih anak sekolah yang akan menjadi agen perubahan bangsa serta memperoleh pengalaman khususnya dalam melakukan kajian tingkat konsumsi zat gizi makro dan status gizi anak di SD Negeri 5 Bhuanagiri, Kecamatan Bebandem, Kabupaten Karangasem.