

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan nasional khususnya dalam bidang gizi dan kesehatan, beberapa tahun belakangan ini berdampak baik bagi penurunan jumlah penderita kasus gizi kurang di Indonesia dan dunia. Namun keberhasilan tersebut diikuti oleh peningkatan prevalensi gizi lebih pada masyarakat. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang mengalami masalah gizi ganda. Artinya, selain masalah gizi kurang yang belum teratasi, bersamaan pula muncul masalah gizi lebih atau obesitas (Sartika, 2011).

Gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan tingkat kesehatan dan kesejahteraan manusia. Gizi lebih atau obesitas pada anak mempunyai konsekuensi medis serius terutama untuk masa depan kualitas manusia Indonesia. Obesitas yang terjadi selama masa kanak-kanak memiliki konsekuensi medis jangka pendek, meliputi efek yang merugikan terhadap pertumbuhan. Kegemukan dan obesitas pada anak berisiko berlanjut ke masa dewasa dan merupakan faktor risiko terjadinya berbagai penyakit metabolik dan degeneratif (Williams & Wilkins, 2011). Sedangkan kekurangan gizi merupakan salah satu penyebab tingginya kematian pada anak. Apabila anak kekurangan gizi dalam hal zat karbohidrat (zat tenaga) dan protein (zat pembangun) akan mengakibatkan anak menderita kekurangan gizi. Jika hal ini berlanjut lama makan akan berakibat terganggunya pertumbuhan, terganggunya perkembangan mental, dan terganggunya sistem pertahanan tubuh sehingga sangat mudah terserang penyakit (Moehji, 2003).

Anak merupakan generasi bangsa yang diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas ketika dewasa. Upaya membentuk generasi yang berkualitas tersebut yaitu dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan seorang anak, termasuk anak usia sekolah. Anak usia sekolah yaitu anak usia 6-12 tahun (Sulistyoningsih, 2011). Tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal bergantung pada pemberian zat gizi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Kelompok anak usia sekolah merupakan kelompok rentan gizi apabila masyarakat kekurangan penyediaan bahan makanan (Susilowati & Kuspriyanto, 2016).

Pedoman gizi seimbang adalah pedoman makan dan berperilaku sehat sehat bagi seluruh lapisan masyarakat berdasarkan empat pilar gizi seimbang

yaitu keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran tenaga atau energi dan pembakaran energi (Permenkes, 2014). Aktivitas fisik yang dilakukan sejak masa anak sampai lansia akan mempengaruhi kesehatan seumur hidup (Kartini. S, 2013).

Pemenuhan asupan gizi merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia dan kualitas hidup. Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi sehari-hari. Status gizi yang tidak normal mengakibatkan tubuh akan terganggu saat melakukan aktivitas fisik. Anak yang memiliki berat badan lebih (obesitas) akan sulit untuk melakukan gerakan-gerakan seperti olahraga, ditambah dengan perkembangan jaman era globalisasi dengan semua semakin canggih yang akan mengurangi kesempatan anak untuk melakukan aktivitas fisik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 1 Kota Malang, merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di kawasan Kota Malang. Studi pendahuluan telah dilakukan untuk memperoleh data status gizi pada siswa di sekolah tersebut. Hasil penelitian yang dilakukan adalah melakukan pengukuran status gizi terhadap 32 siswa kelas 5 dan didapatkan hasil status gizi obesitas 16%, gemuk 31%, normal 50%, dan kurus 3%. Berdasarkan penelitian tersebut masalah gizi tertinggi di MIN 1 Kota Malang adalah gemuk.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan melihat apakah status gizi siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang ada kaitannya dengan tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas anak tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan ststus gizi siswa kelas 5 MIN 1 Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat konsumsi energi pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- b. Mengetahui tingkat konsumsi protein pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- c. Mengetahui tingkat aktivitas fisik pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- d. Mengetahui status gizi (IMT) pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- e. Mengetahui hubungan konsumsi energi dengan status gizi (IMT) pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- f. Mengetahui hubungan konsumsi protein dengan status gizi (IMT) pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.
- g. Mengetahui hubungan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

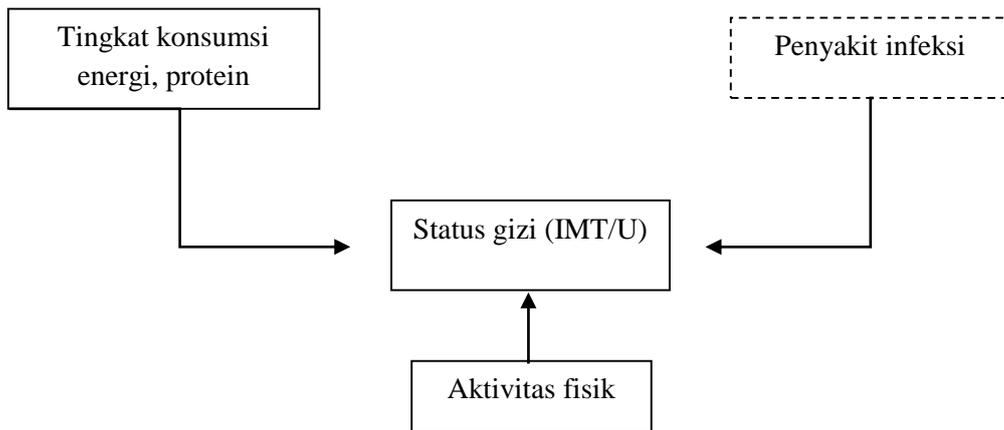
1. Manfaat Praktis

Dapat memberikan informasi tentang hubungan tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi siswa kelas 5 MIN 1 kota Malang.

2. Manfaat Keilmuan

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu gizi.
- b. Dapat memberikan informasi dan menambah pengetahuan mengenai hubungan tingkat konsumsi energi, protein dan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswa sekolah dasar.

E. Kerangka Konsep



————— : variabel yang diteliti

----- : variabel yang tidak diteliti

Kerangka konsep penelitian tersebut menggambarkan bahwa status gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor secara langsung ataupun faktor tidak langsung. Penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi adalah tingkat konsumsi zat gizi dan penyakit infeksi. Salah satu faktor lain yang mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik.