

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak-anak khususnya anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa, dimana anak-anak merupakan investasi bangsa untuk masa yang akan datang. Kualitas bangsa pada masa yang akan datang akan ditentukan oleh kualitas anak-anak pada saat ini. Sehingga perlu adanya perhatian yang khusus terhadap tumbuh kembang anak-anak usia sekolah. Banyak faktor yang berpengaruh terhadap kualitas tumbuh kembang anak. Anak-anak secara bertahap tumbuh dan berkembang, baik secara fisik, emosi, kognitif maupun secara psikologis. Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak tersebut yaitu; faktor lingkungan seperti nutrisi (gizi), sosioekonomik, penyakit dan keluarga. Faktor keluarga merupakan faktor yang paling banyak berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak, dimana secara langsung maupun tidak langsung berpengaruh terhadap kebiasaan makan dan aktifitas fisik anak. Selain keluarga, pengaruh luar keluarga seperti guru, teman sebaya dan media massa, baik media elektronik maupun media massa memiliki pengaruh yang cukup kuat terhadap tumbuh kembang anak (Brown, 2005).

Brown (2005) dalam bukunya *Nutrition through the life cycle* menyatakan bahwa anak usia sekolah atau dapat disebut sebagai anak usia pra remaja digambarkan pada umur 9 sampai 11 tahun untuk perempuan dan pada umur 10 sampai 12 tahun untuk laki-laki.

Masalah yang belakangan ini banyak dialami oleh anak-anak khususnya anak usia sekolah berupa masalah gizi dimana saat ini yang sedang banyak diteliti yaitu masalah gizi lebih. Masalah gizi ini merupakan masalah yang menyebabkan terganggunya kesehatan seseorang atau suatu masyarakat yang disebabkan oleh ketidakseimbangan asupan gizi yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi yang diperoleh dari makanan. Masalah gizi tidak hanya menyangkut masalah kesehatan semata tetapi menyangkut juga masalah perilaku. Dimana baik media elektronik maupun media massa memiliki peran yang penting dalam promosi (iklan) makanan yang membawa perubahan sosial dan sikap dalam hal makanan (Adi, A.C, Fariani & Elfian, 2000). Masalah gizi lebih pada anak-anak ini perlu mendapat perhatian karena seseorang yang mengalami gizi lebih pada masa kanak-kanak akan berlanjut hingga dewasa yang dapat menimbulkan masalah berupa munculnya penyakit degeneratif saat dewasa nanti seperti Diabetes tipe II, penyakit Jantung dan Hipertensi.

Media massa khususnya televisi sudah sejak lama berpengaruh terhadap kesehatan, dan perilaku pada anak-anak dan remaja. Dimana dampaknya memerlukan perhatian yang serius khususnya dari orangtua. Hal tersebut dapat dilihat dari data yang dikumpulkan oleh *The National Health Examination Survey* atau NHES menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama waktu yang digunakan untuk menonton televisi dengan prevalensi obesitas pada anak dan remaja (Brown, 2005).

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kelebihan berat badan yaitu konsumsi makanan yang melebihi kecukupan energi. Konsumsi makanan ringan ikut berkontribusi dalam peningkatan asupan kalori yang masuk ke dalam

tubuh dan jika dikonsumsi secara berlebihan dapat menimbulkan kelebihan berat badan. Berenson *et al* (2001) dalam penelitiannya menyatakan bahwa presentase anak-anak yang makan makanan ringan meningkat seperempat dari 60% pada tahun 1977-1978 menjadi 75% pada tahun 1994 - 1996. Dan hampir semua anak pada umur 1 hingga 19 tahun dilaporkan mengkonsumsi makanan ringan sekurang-kurangnya 1 macam makanan ringan setiap harinya dan 36% anak-anak makan sekurang-kurangnya 4 macam atau lebih makanan ringan yang berbeda setiap harinya. Roberts (2000) menyatakan bahwa 36% anak-anak usia sekolah makan sekurang-kurangnya 4 macam makanan ringan pada konsumsi makan sehari-hari. Anak-anak yang duduk di kelas 5 secara signifikan makan lebih banyak makanan ringan dari pada anak-anak yang masih duduk di kelas 2 dan mereka lebih mungkin untuk melewati waktu sarapannya.

Konsumsi makanan ringan banyak dikaitkan dengan kebiasaan menonton televisi. Pada umumnya ketika anak menonton televisi anak akan mengkonsumsi makanan ringan (*snack*), hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan di Amerika yang menyatakan bahwa anak-anak umumnya mengkonsumsi makanan ketika mereka sedang menonton televisi (Matheson, D.M. et al. 2004) dan dalam penelitiannya dikatakan bahwa pada kelompok sampel pertama sebesar 73.6% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari kerja/hari sekolah dan 62.9% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari libur dan pada kelompok sampel kedua sebesar 76% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari kerja/hari sekolah dan 58.2% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari libur. Sedangkan dalam penelitian Marquis, M., Yves P.F & Fannie D (2005) yang dilakukan pada anak-anak usia 10 tahun pada anak-anak

keturunan Perancis-Canada di Canada ditemukan bahwa hampir 18% anak perempuan dan lebih dari 25% anak laki-laki dilaporkan mengkonsumsi makanan di depan televisi setiap harinya. Sakamaki. et al. 2005 dalam penelitiannya yang dilakukan di Cina menyatakan bahwa frekuensi dari konsumsi makanan ringan secara signifikan lebih tinggi pada perempuan (31.1%) dibandingkan dengan laki-laki (11.5%) dengan $p < 0.0001$.

Sedangkan Gortmaker et al. 2006 dalam penelitian melihat hubungan antara kebiasaan menonton televisi dengan total asupan energi, yang menyatakan bahwa peningkatan durasi waktu dalam menonton televisi dihubungkan dengan peningkatan asupan kalori sebanyak 167 kkal/hari dan peningkatan durasi waktu dalam menonton televisi dihubungkan pula dengan peningkatan konsumsi dari makanan yang diiklankan di televisi.

Kebiasaan makan makanan di depan televisi ini jika dilakukan dalam jangka waktu yang cukup lama dan tanpa diimbangi dengan aktifitas fisik yang memadai maka dapat mengakibatkan kelebihan berat badan seperti yang diungkapkan oleh Troiano et al. 2001 dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa durasi waktu menonton televisi dikaitkan dengan aktifitas fisik yang rendah dapat memicu anak berkembang menjadi status gizi lebih, karena energi yang masuk tidak sebanding dengan energi yang dikeluarkan atau diistilahkan *sedentary life style*.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makan pada anak diantaranya faktor psikologis, faktor biologis seperti jenis kelamin dan hereditas, faktor keluarga seperti pendapatan, pola makan keluarga, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan gizi, teman sebaya, aktifitas fisik (kebiasaan olahraga) serta peran media massa turut pula mempengaruhi pola konsumsi makan anak.

1.2 Rumusan Masalah

Anak-anak usia sekolah sebagai generasi penerus bangsa dan sebagai investasi bangsa untuk masa yang akan datang, sangat dipengaruhi oleh kualitas anak-anak pada saat ini. Untuk itu anak-anak membutuhkan perhatian khusus dalam masa tumbuh kembangnya. Salah satu faktor yang ikut menghambat tumbuh kembang anak yaitu masalah gizi. Masalah gizi tidak hanya menyangkut masalah kesehatan semata tetapi menyangkut juga masalah perilaku. Dimana media massa memiliki peran yang penting dalam promosi iklan makanan, dan saat ini anak-anak cenderung lebih banyak menghabiskan waktunya di depan televisi. Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi waktu menonton televisi dengan konsumsi makanan yang anak makan.

Yang menjadi dasar dalam penelitian ini adalah penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa presentase anak-anak yang makan makanan ringan meningkat seperempat dari 60% pada tahun 1977-1978 menjadi 75% pada tahun 1994-1996. Hampir semua anak pada umur 1 hingga 19 tahun dilaporkan mengkonsumsi makanan ringan sekurang-kurangnya 1 macam makanan ringan setiap harinya dan 36% anak-anak makan sekurang-kurangnya 4 macam atau lebih makanan ringan yang berbeda setiap harinya (Berenson et al, 2001). Roberts (2000) menyatakan bahwa 36% anak-anak usia sekolah makan sekurang-kurangnya 4 macam makanan ringan pada konsumsi makan sehari-hari. Anak-anak yang duduk di kelas 5 secara signifikan makan lebih banyak makanan ringan dari pada anak-anak yang masih duduk di kelas 2 dan mereka lebih mungkin untuk melewati waktu sarapannya.

Pada umumnya ketika anak menonton televisi anak akan mengonsumsi makanan ringan, hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan di Amerika oleh Matheson, D.M. et al. 2004 yang menyatakan bahwa anak-anak umumnya mengonsumsi makanan ketika mereka sedang menonton televisi, di dalam penelitiannya dinyatakan bahwa pada kelompok sampel pertama 73,6% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari kerja/hari sekolah dan 62,9% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari libur dan pada kelompok sampel kedua 76% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari kerja/hari sekolah dan 58,2% anak-anak makan ketika sedang menonton televisi pada hari libur.

Dari penelitian lain diketahui bahwa lama menonton televisi secara signifikan berhubungan dengan konsumsi makanan ringan dan penambahan durasi waktu dalam menonton televisi dihubungkan pula dengan penambahan asupan sebanyak 167 kkal/hari (Gortmaker et al. 2006) dan dikaitkan pula dengan aktifitas fisik yang rendah (Troiano et al. 2001). Lama menonton televisi dan aktifitas fisik yang rendah ini dihubungkan dengan kejadian *overweight* dan obesitas pada anak-anak yang akan berlanjut hingga dewasa yang nantinya dapat mengakibatkan munculnya beberapa penyakit degeneratif seperti Diabetes tipe II.

Sekolah Dasar Cakra Buana, merupakan salah satu sekolah swasta yang berada di Depok yang tepatnya di kecamatan Pancoran Mas. Sosial-ekonomi anak-anak yang bersekolah di Cakra Buana umumnya menengah keatas, dan pendapatan orangtua umumnya tinggi, dimana pendapatan berpengaruh terhadap konsumsi makan seseorang, diasumsikan bahwa anak-anak tersebut memiliki kecenderungan untuk *sedentary life style* yaitu kurang beraktifitas fisik karena umumnya pulang-

pergi sekolah diantar dengan kendaraan pribadi, kebiasaan menonton televisi yang tinggi diasumsikan bahwa umumnya dikamar tidur mereka terdapat televisi, memiliki kemudahan akses untuk membeli makanan-makanan ringan baik dibeli sendiri ataupun dibelikan oleh orang lain. Dengan melihat dasar tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui gambaran mengenai kebiasaan konsumsi makanan ringan (*snacking*) pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok tahun 2008.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran konsumsi makanan ringan, gambaran karakteristik anak seperti jenis kelamin dan umur, gambaran kebiasaan menonton televisi, kebiasaan olahraga, tingkat pengetahuan gizi anak dan kebiasaan sarapan pagi anak, gambaran tingkat pendidikan orangtua dan tingkat pengetahuan gizi ibu pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok tahun 2008.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran konsumsi makanan ringan pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran konsumsi makanan ringan pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008.
2. Mengetahui gambaran karakteristik anak seperti jenis kelamin, umur, dan kelas pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008.
3. Mengetahui gambaran kebiasaan menonton televisi, kebiasaan olahraga, tingkat pengetahuan gizi anak, kebiasaan sarapan pagi pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008.
4. Mengetahui gambaran tingkat pendidikan orangtua dan tingkat pengetahuan gizi ibu pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Untuk Sekolah Dasar

Kegiatan ini dapat memberikan informasi mengenai gambaran konsumsi makanan ringan pada anak didiknya dan faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan ringan anak didik sehingga dapat menjadi masukan untuk perkembangan sekolah secara menyeluruh.

b. Untuk peneliti

Kegiatan ini memberikan pengalaman dan pengetahuan secara langsung dan dapat memberikan kesempatan pada peneliti untuk mengaplikasikan ilmu yang didapat atau dipelajari selama kuliah, serta berinteraksi langsung dengan masyarakat.

c. Untuk orang tua anak

Orang tua dapat mengetahui gambaran konsumsi makanan ringan anaknya dan faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan ringan anak sehingga dapat menjadi masukan untuk orang tua dan diharapkan orang tua dapat membatasi, mengawasi dan memberi contoh yang baik tentang konsumsi makanan yang seimbang pada anaknya.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran konsumsi makanan ringan pada anak sekolah di SD Cakra Buana, Depok Tahun 2008. Penelitian dilakukan pada bulan Mei tahun 2008. Penelitian ini menggunakan jenis rancangan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Kegiatan yang dilakukan meliputi pengumpulan data primer dengan instrumen berupa kuesioner dan pengisian *form Food Frequency Questionnaire (FFQ)*. Data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif sesuai dengan tujuan dari penelitian ini.