

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Tumbuh kembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung dari pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ dan sistem tubuh anak (Judarwanto, 2005).

Faktor kecukupan gizi pada anak-anak, ditentukan oleh kecukupan konsumsi pangan, sedangkan pada masa tersebut anak cenderung lebih aktif untuk memilih sendiri makanan yang disukainya. Hal ini perlu diperhatikan, karena kebiasaan makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa kanak-kanak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya (Hermina, dkk, 1997).

Makanan pada anak usia sekolah harus serasi, selaras dan seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. Selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial budaya dan agama dari keluarga. Sedangkan seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein dan lemak (Judarwanto, 2005).

Sangat sedikit sekali data yang ada tentang asupan makanan pada anak usia sekolah. Meskipun asupan kalori dan protein sudah terpenuhi, namun komponen zat gizi lain seperti zat besi, kalsium dan beberapa vitamin ternyata masih kurang (Arisman, 2004).

Pola konsumsi makanan pada anak Sekolah Dasar (SD), terutama di daerah perkotaan mengalami perubahan dari pola makanan tradisional ke pola makanan barat yang umumnya merupakan pola makanan yang tidak sehat karena memiliki kandungan gizi yang rendah tetapi tinggi kalori dan lemak (Padmiari, dkk, 2003).

Ada beragam faktor yang menjadi penyebab terjadinya perubahan konsumsi makanan pada anak SD, yaitu (1) tersedianya berbagai jenis pilihan makanan, (2) pemahaman orangtua yang terbatas mengenai kualitas makanan yang dikonsumsi sehari-hari, (3) ibu yang bekerja, (4) pengaruh iklan, (5) peningkatan kemakmuran di Indonesia mengakibatkan pada peningkatan status sosial ekonomi keluarga, (6) perubahan konsep makan bangsa Indonesia, (7) kemajuan perkembangan IPTEK, (8) pengaruh teman sebaya, (9) pengaruh lingkungan sekolah.

Hasil penelitian Widita (2007) tentang konsumsi makanan pada anak SD di Indonesia menunjukkan bahwa tingkat konsumsi energi baru mencapai sekitar 70% dari kecukupan energi setiap harinya. Hasil penelitian tentang hubungan antara konsumsi lemak dan serat dengan status gizi menunjukkan bahwa konsumsi lemak rata-rata 108,2% dari AKG, konsumsi serat rata-rata 93,7% dari AKG, status gizi lebih dan obesitas 59,9% (Dewi,2000).

Dari penelitian Padmiari terhadap 80 anak SD di Denpasar tahun 2004 menyebutkan sekitar 75% konsumsi energi anak-anak berasal dari jajanan yang diistilahkan sebagai “*street food*” (makanan jalanan) berupa aneka macam *fast food*, jajanan pasar hingga *snack* ringan. Sementara itu, hanya 25% konsumsi energi anak-anak berasal dari makanan pokok berupa nasi, daging, sayuran, dan pelengkapannya.

Adanya perubahan konsumsi makanan pada anak usia sekolah yang bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat dapat mengakibatkan terjadinya obesitas atau gizi lebih, terutama dari golongan sosial ekonomi menengah ke atas (Padmiari, dkk, 2003). Obesitas mulai menjadi masalah kesehatan diseluruh dunia, bahkan WHO menyatakan bahwa obesitas sudah merupakan suatu epidemi global, sehingga harus segera ditangani.

Prevalensi obesitas pada anak-anak meningkat dengan pesat di seluruh dunia. Di Benua Asia, di Negara Jepang terjadi peningkatan gizi lebih pada anak sekolah dari 5% menjadi 10% antara tahun 1974 sampai 1993. Prevalensi obesitas anak usia sekolah di Bangkok juga mengalami peningkatan dari 12,2% pada tahun 1991 menjadi 15,6% pada tahun 1993 (WHO, 2000).

Angka kejadian obesitas di Indonesia belum dapat ditentukan secara pasti, mengingat perhatian penentu kebijakan terfokus pada kasus kurang gizi, namun demikian prevalensi obesitas pada anak-anak utamanya perkotaan mulai meningkat. Pada penelitian yang dilakukan di sekolah swasta di Jakarta didapat prevalensi gizi lebih sebesar 17,9% (Marbu, 2002 dalam Pangaribuan, 2002). Demikian juga hasil penelitian Rijanti (2002) dalam Pangaribuan (2002) menunjukkan 29,6% menderita gizi lebih. Di Semarang, dari hasil penelitian

diketahui prevalensi gizi lebih pada anak laki-laki sebesar 47,8% pada anak perempuan sebesar 27,8%. (Nugroho,1999 dalam Pangaribuan,2002). Pada penelitian anak SD di Yogyakarta terdapat 9,5% obesitas (Ismail, D., 1999 dalam Padmiari, dkk, 2003). Dan pada penelitian di Denpasar, prevalensi obesitas pada anak-anak SD Denpasar cukup tinggi, yaitu 15,8% (Padmiari, dkk, 2003), di mana prevalensi obesitas pada anak SD swasta lebih tinggi 5,8% daripada SD negeri. Hal ini disebabkan oleh perbedaan latar belakang sosial ekonomi orangtua. Dari data tersebut menunjukkan bahwa obesitas telah terjadi pada populasi anak sekolah dan mulai menular ke kota-kota lain di Indonesia, oleh karena itu masalah gizi lebih pada anak sekolah sudah saatnya perlu mendapat perhatian.

Selain obesitas, persoalan lain yang perlu diperhatikan adalah kandungan zat-zat gizi dalam makanan yang digemari anak-anak, antara lain (1) kandungan garam, (2) kandungan kolesterol, (3) kandungan Mono Sodium Glutamate (MSG), (4) kandungan gula. (Kristanto, 2005).

Adanya hubungan antara konsumsi lemak dengan status gizi merupakan indikator bahwa meningkatnya konsumsi lemak akan meningkatkan resiko gizi lebih atau obesitas, oleh karena itu disarankan untuk memberikan pengetahuan gizi, memperhatikan pola konsumsi makan dan pemantauan status gizi anak sekolah. Pemantauan dan penilaian terhadap konsumsi makanan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pencegahan obesitas pada anak sekolah. Penilaian konsumsi makanan adalah salah satu metode untuk menentukan status gizi perorangan atau kelompok. Tujuannya untuk mengetahui kebiasaan makan dan gambaran tingkat kecukupan bahan makanan dan zat gizi pada

tingkat kelompok, rumah tangga dan perorangan serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Ada beberapa metode penilaian konsumsi makanan, yaitu metode kualitatif (*food frequency questionnaire*, *dietary history*, metode telepon, dan *food list*) dan metode kuantitatif (*recall 24 hours*, *estimated food records*, *food weighing*, *food account*, *inventory method*, dan *household food records*). Dalam pengukuran konsumsi makanan dengan metode *food survey* pada tingkat individu atau perorangan sering terjadi bias atau kesalahan. Setiap metode mempunyai kelebihan dan kelemahannya. Metode *food records* memberikan hasil yang lebih akurat, tetapi terlalu membebani responden. Metode *food frequency questionnaire* dan *food recall 24 hours* lebih sering terjadi *flat slope syndrome*, yaitu kecenderungan bagi responden kurus untuk melaporkan lebih banyak dan responden yang gemuk melaporkan lebih sedikit (Supriasa, 2001).

Untuk mengatasi masalah tersebut, perlu dikembangkan suatu metode baru berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan pada anak usia SD. Diari makanan adalah suatu alat untuk mencatat konsumsi makanan setiap hari. Diari makanan dapat menunjukkan jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah yang dikonsumsi, kebiasaan makan sehari-hari, dan asupan zat gizi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari (Murphy, 2005).

Penelitian ini akan dilakukan di SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur. Alasan dipilihnya SD swasta tersebut karena umumnya sebagian besar siswa berasal dari keluarga dengan tingkat sosial ekonomi menengah ke atas yang pada umumnya memiliki kecenderungan tinggi untuk mengalami obesitas. Selain itu, dipilihnya SD tersebut karena alasan untuk mempermudah

mengaplikasikan metode dan media baru yang dikembangkan karena ketersediaan dana, di mana umumnya orang tua para siswa berasal dari tingkat ekonomi menengah ke atas sehingga memiliki kemampuan daya beli terhadap metode dan media baru yang dikembangkan.

## 1.2. Perumusan Masalah

Adanya perubahan konsumsi makanan pada anak usia SD yang bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat mengakibatkan terjadinya peningkatan prevalensi obesitas atau gizi lebih, terutama dari golongan sosial ekonomi menengah ke atas. Dari hasil penelitian yang dilakukan Marbu (2002) di sekolah swasta di Jakarta didapat prevalensi gizi lebih sebesar 17,9%. Demikian juga hasil penelitian Rijanti (2002) menunjukkan 29,6% anak menderita gizi lebih. Dan pada penelitian di Denpasar, prevalensi obesitas pada anak-anak SD Denpasar cukup tinggi, yaitu 15,8% (Padmiari, dkk, 2003), di mana prevalensi obesitas pada anak SD swasta lebih tinggi 5,8% daripada SD negeri.

Selain obesitas, persoalan lain yang ditimbulkan adalah kandungan zat-zat gizi dalam makanan yang digemari anak-anak seperti : garam, kolestrol, MSG, dan gula dapat mengakibatkan berbagai penyakit. Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah tersebut perlu dilakukan perubahan pola hidup dan pola makan yang sehat dan bergizi seimbang pada anak SD melalui pemantauan terhadap berat badan, asupan makanan dan aktifitas fisik serta mencatat perkembangannya; perubahan perilaku makan dengan melakukan kontrol terhadap porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi; dan pengendalian diri

dengan menghindari makanan berkalori tinggi. Metode pemantauan dan penilaian konsumsi makanan untuk anak usia SD yang ada saat ini sering terjadi bias atau terjadi kesalahan. Untuk itu, perlu dikembangkan suatu metode baru berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan serta sebagai media pendidikan gizi pada anak SD.

### **1.3. Pertanyaan Penelitian**

**1.3.1.** Bagaimana rancangan konsep metode dan media baru yang akan dikembangkan berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan serta memberikan pendidikan gizi untuk anak usia SD pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.

**1.3.2.** Bagaimana pendapat siswa terhadap rancangan konsep metode dan media baru yang dikembangkan berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan serta memberikan pendidikan gizi untuk anak usia SD pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.

**1.3.3.** Apakah ada perbedaan hasil uji validitas antara metode diari makanan dengan recall makanan 24 jam untuk menilai intake zat gizi sehari (energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, kalsium, dan zat besi) dan untuk mengetahui apakah metode diari makanan dapat memberikan hasil yang relatif sama dengan hasil pengukuran dengan menggunakan metode recall makanan 24 jam pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.

## **1.4. Tujuan Penelitian**

### **1.4.1. Tujuan Umum**

Mengembangkan metode baru berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan dan sebagai media pendidikan gizi untuk anak usia SD pada siswa kelas V SD Bani Saleh V, Bekasi Tahun 2008.

### **1.4.2. Tujuan Khusus**

- 1) Mengembangkan rancangan konsep metode dan media baru yang akan dikembangkan berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan serta memberikan pendidikan gizi untuk anak usia SD pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.
- 2) Mengidentifikasi pendapat siswa terhadap rancangan konsep metode dan media baru yang dikembangkan berupa diari makanan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan serta memberikan pendidikan gizi untuk anak usia SD pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.
- 3) Uji validitas menggunakan korelasi pearson dan T-Test antara metode diari makanan dengan recall makanan 24 jam untuk mengetahui perbedaan intake zat gizi sehari (energi, protein, lemak, vitamin A, vitamin C, kalsium, dan zat besi) dan untuk mengetahui apakah metode diari makanan dapat memberikan hasil yang relatif sama dengan hasil pengukuran dengan menggunakan metode recall



makanan 24 jam pada siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur Tahun 2008.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Bagi Masyarakat**

Memberikan alternatif metode baru yang dapat digunakan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan bagi anak-anak pada umumnya dan usia SD pada khususnya. Selain itu juga memberikan alternatif baru media untuk penyampaian informasi dan pesan gizi serta kesehatan bagi anak usia SD.

### **1.5.2. Bagi Tempat Penelitian**

Memberikan sumbangan informasi metode dan media baru yang dapat digunakan untuk memantau dan menilai konsumsi makanan anak-anak SD serta menyampaikan pesan gizi dan kesehatan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak usia sekolah.

### **1.5.3. Bagi Universitas**

Diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dan referensi bagi kalangan akademisi kesehatan pada umumnya dan peminatan gizi pada khususnya. Selain itu, dapat dijadikan acuan untuk pengembangan penelitian berikutnya.

### **1.5.4. Bagi Peneliti**

Memberikan pengalaman dan wawasan bagi peneliti. Selain itu untuk mengetahui dan menilai sejauh mana kemampuan peneliti dalam

menganalisa pengembangan metode baru untuk memantau dan menilai konsumsi makanan untuk anak usia SD.

### **1.6. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian tentang pengembangan metode dan media baru berupa diari makanan untuk pemantauan dan penilaian konsumsi makanan serta pendidikan gizi pada anak usia SD dilakukan pada bulan Mei dan Juni Tahun 2008 di SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur. Informan penelitian adalah siswasiswa kelas V SD dan beberapa guru di SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur. Penelitian yang dilakukan termasuk penelitian kualitatif untuk memperoleh jawaban atau informasi sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih jelas dan rinci.

Alasan dilakukannya penelitian ini adalah karena tingginya prevalensi gizi lebih pada anak SD swasta di Jakarta yaitu sebesar 17,9% dari hasil penelitian Marbu (2002). Selain itu, penelitian di Denpasar diperoleh prevalensi obesitas pada anak-anak SD Denpasar, yaitu 15,8% (Padmiari, dkk, 2003). Tingginya perubahan pola makan anak yang bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan barat. Untuk mengatasi hal tersebut perlu dilakukan pemantauan dan penilaian konsumsi makanan anak usia SD serta pendidikan gizi. Tetapi, metode yang ada saat ini untuk memantau dan menilai konsumsi makanan pada anak SD sering terjadi bias atau terjadi kesalahan, kurang akurat, kurang efektif dan efisien penggunaannya.