

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seseorang dengan masalah gizi kurang umumnya disebabkan karena sosial ekonomi keluarga yang rendah, kurangnya persediaan pangan, kualitas lingkungan yang kurang baik, serta kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi (Almatsier, 2010). Sedangkan masalah gizi lebih biasanya disebabkan karena kurangnya pengetahuan seseorang tentang gizi seimbang, pola makan yang tidak baik, faktor genetik, serta apabila asupan makan terpenuhi namun kurang melakukan aktivitas fisik maka dapat memicu terjadinya *overweight* atau obesitas (Almatsier, 2010).

Berdasarkan Riskesdas (2018) di provinsi Jawa Barat, prevalensi status gizi (menurut IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun adalah 1,9% sangat kurus dan 5,2% kurus. Status gizi gemuk pada usia 5-12 tahun masih tinggi yang terdiri dari gemuk 11,7% dan sangat gemuk (obesitas) 9,6%. Dari hasil Riskesdas tentang proporsi aktivitas fisik juga menunjukkan bahwa terdapat 26,1% masyarakat di Indonesia usia ≥ 10 tahun yang tergolong kurang aktif, untuk prevalensi aktivitas fisik kurang ≥ 10 tahun berdasarkan karakteristik umur 10-14 tahun sebesar 49,6% (Riskesdas, 2013).

Menurut hasil penelitian Anggraini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan indeks massa tubuh pada usia prasekolah dengan nilai $P < 0,001$ (Anggraini, 2014). Hasil penelitian Decelis, dkk (2014) yang menyebutkan bahwa anak dengan aktivitas fisik kurang cenderung memiliki berat badan yang lebih dibandingkan anak dengan aktivitas sedang atau berat (Decelis dkk, 2014).

Menurut FAO, makanan jajanan anak sekolah menyumbang sekitar 20% kalori dari yang dibutuhkan. Jajanan yang biasa disebut *food street* adalah makanan atau minuman yang dijual dan dihidangkan oleh pedagang kaki lima atau ditempat umum dan dapat dikonsumsi langsung tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (FAO, 2009).

Di Indonesia, jajanan umumnya terbuat dari pangan kaya energi, lemak jenuh, gula dan garam tetapi cenderung sedikit komposisi sayuran, buah – buahan dan sereal. Asupan zat gizi yang berlebihan jika tidak disertai dengan pengeluaran energi yang cukup karena rendahnya aktivitas fisik akan meningkatkan risiko kegemukan pada anak. Selain obesitas, perilaku jajan anak yang tidak sehat menjadi masalah utama terutama risiko konsumsi pangan yang tidak aman dan higienis pada anak – anak (Briawan, 2016).

Menurut data BPOM dalam Wowor dkk (2018) sekitar 40-45% jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat kesehatan. Hal ini dapat memperburuk status gizi anak yang dapat mempengaruhi pertumbuhan anak sekolah (Wowor dkk, 2018). Penelitian di Semarang menunjukkan prevalensi obesitas pada anak – anak sekolah dasar 8% dan *overweight* 11,7%, penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan jajan dengan obesitas (Mariza dan Kusumastuti, 2012).

Sebagian besar waktu anak di siang hari berada di sekolah, sehingga berdasarkan survey BPOM pangan jajanan menyumbang 31,1% energi dan 27,4% protein (BPOM, 2009). Kontribusi energi yang berasal dari makanan jajanan (*snack*) adalah sebanyak 20-25% asupan energi sehari. Kontribusi energi terbanyak dari makanan jajanan berasal dari *desserts*, minuman susu, dan makanan ringan yang asin (Forslund *et al.* 2005).

Makanan jajanan memberikan rata-rata kontribusi energi pada anak sekolah dasar (SD) sebesar 10-20 % terhadap AKG (Angka Kecukupan Gizi). Terdapat hubungan positif antara kontribusi energi makanan jajanan dengan tingkat kecukupan energi pada anak SD

dengan nilai $r=0,464$ dan $p=0,022$. Hal tersebut dapat diartikan bahwa semakin banyak anak jajan, maka tingkat kecukupan energi anak juga semakin tinggi (Sulistyanto dan Sulchan 2010).

Begitu juga dengan hasil penelitian Nuryani dan Rahmawati menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi *snack* dengan status gizi anak sekolah (Nuryani dan Rahmawati, 2018). Menurut penelitian Aliyah, dkk (2018) mengatakan bahwa anak yang bersekolah di sekolah *full day* memiliki resiko 3,809 kali lebih besar untuk mengalami status gizi gemuk dibandingkan anak sekolah dasar *half day*.

SD Kartika XIX-5 Cimahi terletak Jl. Kartini, Baros, Kec. Cimahi Tengah, Kota Cimahi. Sebelumnya, belum ada penelitian mengenai gambaran asupan energi makanan jajanan, aktivitas fisik dan status gizi siswa kelas 5 SD Kartika XIX-5 Cimahi. SD Kartika juga pernah mendapat gelar Sekolah Sehat se-Kota Cimahi. Makanan jajanan yang ada di SD Kartika juga sangat banyak dan beragam. Berdasarkan hasil uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Asupan Energi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Kelas 5 SD Kartika XIX-5 Cimahi”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran asupan energi makanan jajanan, aktivitas fisik dan status gizi kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran asupan energi makanan jajanan, aktivitas fisik dan status gizi kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui asupan energi makanan jajanan siswa kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.
2. Mengetahui aktivitas fisik siswa kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.
3. Mengetahui status gizi siswa kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.
4. Mengetahui gambaran asupan energi makanan jajanan dan status gizi siswa kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.
5. Mengetahui gambaran aktivitas fisik dan status gizi siswa kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.

1.4 Ruang Lingkup

Penelitian ini mengenai gambaran asupan energi makanan jajanan, aktivitas fisik dan status gizi kelas 5 SD XIX-5 Kartika Cimahi.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman, menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti serta merupakan sarana belajar dalam menerapkan ilmu yang didapat selama perkuliahan.

1.5.2 Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat dimanfaatkan menjadi sumber informasi dan mengenai asupan energi makanan jajanan, aktivitas fisik dan status gizi pada anak Sekolah Dasar kelas 5 SD Kartika XIX-5 Cimahi.

1.5.3 Bagi Tempat Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi institusi sebagai salah satu bahan informasi dalam melengkapi dan menambah kepustakaan bidang gizi.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Penelitian mengenai asupan energi makanan jajanan dan aktivitas fisik pada status gizi anak sekolah memiliki keterbatasan yaitu, dalam penelitian ini menggunakan PAQ-C sehingga responden memiliki keterbatasan dalam mengingat aktivitas fisik yang pernah dilakukan dalam 7 hari terakhir. Namun, dapat diatasi dengan melakukan pendekatan kepada sampel untuk mengulang kegiatan di 7 hari terakhir.