

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan fisik erat hubungannya dengan status gizi anak. Konsumsi makanan merupakan salah satu factor utama penentu status gizi seseorang. Status gizi baik atau optimal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, pertumbuhan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat seoptimal mungkin. Kebutuhan zat gizi berbeda untuk tiap kelompok umur, sesuai dengan kecepatan tumbuh dan aktivitas yang dilakukan. Anak sekolah merupakan salah satu kelompok rentan gizi, yaitu kelompok masyarakat yang paling mudah menderita kelainan gizi. Hal ini dikarenakan anak-anak sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan tulang, gigi, otot dan darah sehingga mereka membutuhkan lebih banyak asupan gizi daripada orang dewasa (Sulistyanto, dkk. 2010)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yunita (2009) tentang kebiasaan makanan jajanan siswa sekolah dasar di Kota Bogor, makanan jajanan merupakan bagian tidak terpisahkan dari kehidupan anak sekolah dasar. Konsumsi dan kebiasaan jajan anak turut mempengaruhi kontribusi dan kecukupan energi dan zat gizinya yang berujung pada status gizi anak. Semakin beragamnya jenis makanan jajanan yang menarik dan ditawarkan dengan harga yang murah di sekolah menuntut siswa SD untuk lebih selektif dalam memilih makanan.

Hasil penelitian Pramono (2014) yang dilakukan di Semarang, remaja mendapatkan asupan energi jajanan cukup tinggi dan kontribusi energi dari makanan jajanan dan aktivitas fisik merupakan faktor risiko kejadian obesitas pada remaja. Kontribusi makanan jajanan terhadap konsumsi sehari siswa berkisar antara 10-20% (Shintya, dkk, 2017)

Hasil penelitian yang dilakukan Minal (2014) pada siswa sekolah dasar di wilayah Kabupaten Cilacap disimpulkan bahwa siswa gemar mengkonsumsi makanan jajanan ringan yang diproduksi oleh pabrik antara lain wafer tango, oreo, komo, qtela. Makanan utama yang gemar dikonsumsi antara lain nasi rames, nasi goreng, nasi uduk, nasi kuning. Makanan sepinggan yang gemar dikonsumsi antara lain bakso, mie ayam, siomay, pempek.

Minuman yang gemar dikonsumsi antara lain es teh, susu, es sirup, jus buah, es doger, es marimas. Permen yang gemar dikonsumsi antara lain permen karet, permen yupy, permen coklat, permen lolypop. Buah yang gemar dikonsumsi melon, semangka, pisang, kelengkeng, rambutan, sawo, manggis dan jeruk.

Kekurangan energi-protein (KEP) pada anak usia sekolah dasar akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Kurang mencukupinya asupan energi dan protein akan menghambat pertumbuhan anak-anak sehingga menyebabkan terjadinya *stunting* atau *wasting*. Selain itu, KEP juga dapat berdampak pada perkembangan kognitif anak. Jika seorang anak mengalami kekurangan gizi karena tidak tercukupinya asupan gizi, ia akan lebih rentan terkena penyakit dan kurang produktif. Untuk itu, mereka dianjurkan banyak mengonsumsi banyak makanan yang kaya karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.

Jumlah kebutuhan zat gizi anak Indonesia ditetapkan dalam Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi (2014), kebutuhan zat gizi tersebut ditetapkan berdasarkan usia anak 7-9 tahun dengan ukuran tubuh tinggi badan (TB) 130 cm dan berat badan (BB) 27 kg dan anak usia 10-12 tahun pada anak laki-laki dengan BB 34 kg dan TB 142 cm serta pada anak perempuan dengan BB 36 kg dan TB 145 cm (Supriasa, 2016).

Sekolah Dasar Negeri Langensari 03 Ungaran adalah salah satu sekolah dasar negeri di Kabupaten Semarang. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, beberapa siswa di sekolah ini memanfaatkan jajanan yang ada di kantin sekolah. Saat jam istirahat atau pulang dapat ditemui kantin sekolah dipenuhi siswa untuk membeli jajanan. Setiap siswa rata-rata membeli jajan antara 2 sampai 3 jenis jajanan setiap kali membeli. Jenis jajanan yang siswa beli seperti nasi goreng, nasi rames, gorengan, bola-bola mie, nasi kuning, sosis, mie goreng. Hasil penjarangan yang dilakukan pada tahun 2016 ditemukan dari 34 siswa, siswa berstatus gizi lebih sebanyak 4 siswa dan berstatus gizi kurang terdapat 5 siswa. Tahun 2017, hasil penjarangan yang dilakukan oleh peneliti dengan 28 siswa ditemukan siswa yang berstatus gizi kurang sebanyak 5 dan 4 siswa berstatus gizi lebih, di tahun yang sama hasil pengukuran TB/BB semester I di bulan Agustus menunjukkan hasil terdapat siswa berstatus gizi kurang sebanyak 47 dan berstatus gizi lebih sebanyak 23.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perlu diadakan penelitian mengenai ‘Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Protein Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Siswa SDN Langensari 03’.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan kecukupan energi dan protein makanan jajanan sekolah dengan status gizi siswa SDN Langensari 03?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat kecukupan energi dan protein makanan jajanan sekolah dengan status gizi siswa SDN Langensari 03.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan tingkat kecukupan energi makanan jajanan sekolah siswa SDN Langensari 03.
- b. Mendeskripsikan tingkat kecukupan protein makanan jajanan sekolah siswa SDN Langensari 03.
- c. Mendeskripsikan status gizi siswa SDN Langensari 03.
- d. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi makanan jajanan sekolah dengan status gizi siswa SDN Langensari 03.
- e. Menganalisis hubungan tingkat kecukupan protein makanan jajanan sekolah dengan status gizi siswa SDN Langensari 03.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Memperoleh kesempatan untuk mengimplementasikan pengetahuan yang telah didapat dari perguruan tinggi/akademis di masyarakat.

### **1.4.2 Bagi Sekolah**

Memberikan masukan kepada sekolah untuk melakukan pengendalian kualitas makanan jajan murid melalui kegiatan kantin sehat yang sudah dilaksanakan.

### **1.4.3 Bagi Puskesmas**

Bahan masukan untuk memperbaiki program perbaikan gizi anak sekolah di wilayah kerja Puskesmas.

#### 1.4.4 Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten

Dapat dijadikan sebagai bahan informasi dalam menyusun kebijakan dan strategi program perbaikan gizi masyarakat, khususnya pada anak sekolah dasar.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Daftar Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul dan Tahun	Variabel	Hasil
1	Hidayat, Tjaronosari, dan Setywati	Kontribusi Asupan Energi dan Protein Makanan Luar dan Makanan Dalam terhadap Kecukupan Gizi Anak di Lembaga Permasalahatan (LAPAS) Anak Kutoarjo Kabupaten Purworejo, 2014	Variabel Bebas : Kontribusi Asupan Energi dan Protein Makanan Luar dan Makanan Dalam Variabel Terikat : Kecukupan Gizi Anak	Tingkat asupan total energi sehari anak terhadap AKG berkategori baik (97.7% AKG), tingkat asupan total protein sehari pun berkategori baik (90.6% AKG)
2	Banowati, Yohana dkk	Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat dan Status Gizi Pelajar SMPN 1 Kokapm Kulon Progo, Yogyakarta, 2014	Variabel Bebas : Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat Variabel Terikat : Status Gizi Pelajar	Tidak ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi, tidak ada hubungan asupan protein dengan status gizi, tidak ada hubungan asupan lemak dengan status gizi,

- tidak ada hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi
- 3 Suci, Indah dkk Pola makan anak sekolah dasar dan status gizi, 2014 Variabel bebas : Pola Makan Anak Sekolah Dasar Variabel terikat : berdasarkan umur, Status Gizi
- Tidak ada perbedaan status gizi anak berdasarkan umur, jenis kelamin, nominal uang saku, kebiasaan sarapan dan kebiasaan membawa bekal makanan, ada beda status gizi anak berdasarkan frekuensi makan
- 4 Regar dan Sekartini Hubungan Kecukupan Asupan Energi dan Makronutrien dengan Status Gizi Anak Usia 5-7 Tahun di Kelurahan Kampung Melayu, Jakarta Timur, 2012 Variabel Bebas : Kecukupan Asupan Energi dan Makronutrien Variabel Terikat : Status Gizi Anak Usia 5-7 tahun
- Terdapat perbedaan bermakna antara kecukupan asupan protein dengan status gizi, tidak terdapat perbedaan bermakna antara kecukupan asupan lemak dengan status gizi

- 5 Nuraini, Siti Kekurangan Energi Variabel bebas : Status Gizi siswa dan Protein Serta Kekurangan energi yang mendapat Status Gizi Siswa dan protein makan siang dari SMP yang Variabel terikat : sekolah lebih baik Mendapat Makan Status Gizi Siswa daripada siswa Siang dan Tidak SMP yang yang tidak Mendapat Makan mendapat makan mendapat makan Siang Dari Sekolah siang dan tidak siang dari sekolah, Dengan Sistem makan siang Asupan energi dan Fullday School, protein siang siswa yang tidak 2015 yang tidak mendapat makan siang dari sekolah lebih baik dari pada siswa yang mendapat makan siang dari sekolah

---

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada jenis makanan yang dikonsumsi yaitu hanya terpaku pada makanan yang dikonsumsi di kantin sekolah. Sedangkan pada penelitian sebelumnya adalah pada semua jenis makanan yang dikonsumsi baik makanan luar dan makanan dalam.