

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Masalah kekurangan konsumsi pangan bukanlah merupakan hal yang baru, namun masalah ini tetap aktual terutama di negara-negara yang sedang berkembang sebab mempunyai dampak yang sangat nyata terhadap timbulnya masalah gizi. Masalah gizi timbul oleh karena berbagai faktor yang saling berkaitan yang mencangkup aspek-aspek ekonomi, sosial dan budaya. Faktor kemiskinan memang sering menimbulkan kasus gizi buruk sebab tekanan ekonomi membuat kualitas/kuantitas ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga menjadi rendah. Namun, tersedianya pangan yang cukup dalam keluarga atau masyarakat belum menjamin bahwa setiap orang sudah terpenuhi kebutuhannya akan zat-zat gizi (Sabar, 2008)

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik dan lebih. Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi baik atau status gizi optimal terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat-zat dalam jumlah berlebihan (Almatsier, 2008).

Anak sebagai aset Sumber Daya Manusia (SDM) dan generasi penerus perlu diperhatikan kehidupannya. Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam pengembangan kualitas Sumber Daya Manusia. Kecukupan gizi sangat mempengaruhi terhadap kesehatan dan produktivitas kerja manusia. Banyak aspek yang berpengaruh terhadap status gizi antara lain aspek pola pangan, sosial

budaya dan pengaruh konsumsi pangan (Maryani, 2008).

Usia antara 6 sampai 12 tahun adalah usia anak yang duduk dibangku SD. Pada masa ini anak mulai masuk kedalam dunia baru, anak mulai banyak berhubungan dengan orang-orang diluar keluarganya dan berkenalan dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya (Moehji, 2003).

Pada umur ini anak lebih banyak aktivitasnya, baik di sekolah maupun diluar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tetapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan yang dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi (Soetjiningsih, 2012).

Gizi kurang yang terjadi pada anak-anak, dapat menghambat pertumbuhan, rentan terhadap penyakit infeksi dan rendahnya tingkat kecerdasan anak. Konsekuensi membiarkan anak-anak tersebut menderita kurang gizi berarti “mempersiapkan” sebagian mereka menjadi generasi yang hilang karena terbentuknya potensi intelektual dan produktivitas yang tidak mampu menghadapi kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. (Notoatmodjo, 2003).

Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2010).

Anak kelompok usia sekolah (6–12 tahun) termasuk salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi yaitu kekurangan energi protein. Riset Kesehatan Dasar 2010 menunjukkan sekitar 44,4% anak sekolah, tingkat konsumsi energinya kurang dari 70% dari Angka

Kecukupan Gizi (AKG) dan terdapat sebanyak 59,7% anak usia sekolah tingkat konsumsi proteinnya kurang dari 80% berdasarkan AKG. (Yulni, 2016).

Gizi mempunyai peran dalam membina dan mempertahankan kesehatan seseorang. Sudah menjadi sebuah kewajiban bagi setiap orang untuk memelihara kesehatannya, sebagaimana perintah yang disabdakan oleh Nabi Muhammad SAW: “Sesungguhnya badanmu mempunyai hak atas dirimu.” Oleh sebab itu, sudah menjadi kewajiban bagi seseorang untuk memelihara jasmaninya, sehingga dapat berfungsi sebagaimana mestinya (Shihab, 2004).

Sebagaimana Firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ

Artinya:

“Hai rasul-rasul, makanlah dari makanan yang baik-baik, dan kerjakanlah amal yang saleh. Sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Mu’minun (23): 51).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah pola makan. Oleh karena itu, diperlukan gizi yang berkualitas untuk tumbuh kembang anak dimasa yang akan datang. Selain itu anak usia sekolah juga dapat dijadikan media pembawa perubahan (*agent of change*) bagi pembentukan perilaku gizi bagi diri sendiri dan keluarganya. (Depkes, 2005).

Angka kejadian gangguan pola makan anak dalam bentuk frekuensi makan berdasarkan penelitian cukup tinggi yaitu sekitar 55% anak memiliki kebiasaan sarapan kurang dan dari 55% anak yang tidak sarapan sebelum berangkat sekolah mengatakan sering merasakan lemas, pusing, capek dan mengantuk saat belajar. (Saragi dkk, 2015)

Mengenai pembentukan pola makan ini dijelaskan oleh Lund dan Burk bahwa terdapat dua faktor lingkungan yang sangat berpengaruh yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan luar. Pada anak usia 1-5, selain mengalami sosialisasi primer di lingkungan keluarga juga mengalami sosialisasi sekunder dari lingkungan luar. Oleh karena itu merupakan waktu yang tepat untuk menanamkan kebiasaan atau pola makan yang baik pada rentang usia tersebut. (Waladow dkk, 2013)

Makan adalah kebutuhan utama manusia karena mempengaruhi metabolisme tubuh. Namun makan yang berlebihan membuat iman menjadi lemah seolah-olah hidup dipusatkan untuk memenuhi nafsu makan saja. Makan secara berlebihan dapat memicu terjadinya penyakit yang membuat tubuh tidak mampu mencerna segala makanan yang masuk ke dalam tubuh sehingga mengakibatkan berbagai macam penyakit sebagai mana Firman Allah SWT :

﴿ يٰۤاَيُّهَاۤ اٰدَمُ خُذْ وَاٰزِجَتَكَ مِمَّا عِنْدَ الْمَسْجِدِ وَكُلُوْا وَشَرِبُوْا وَّلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ
لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ۝۷ ﴾

Artinya :

“Wahai anak cucu adam, pakailah pakaianmu yang bagus setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah tetapi jangan berlebihan, Sungguh Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan“ (QS. Al-A’raf (7) : 31).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti berniat meneliti lebih lanjut mengenai “Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Siswa-siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat”.

1.2. Rumusan Masalah

Anak usia sekolah merupakan sekelompok anak yang rentan terhadap masalah gizi. Prevalensi anak gizi kurang usia sekolah adalah 24,2% (Laki-laki 13,3% dan Perempuan 10,9%) sedangkan prevalensi anak gizi lebih/obesitas adalah 15,9% (Laki-laki 9,5% dan Perempuan 6,4%). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan gizi kurang adalah pola makan yang tidak teratur. Anak usia sekolah di Indonesia menunjukkan sekitar 44,4% memiliki tingkat konsumsi energi kurang dari 70% berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG). Apabila hal ini terus terjadi dan dalam jangka waktu yang lama, maka dampak Kesehatan akan timbul pada anak-anak usia sekolah di Indonesia.

Dikarenakan anak adalah sebagai aset dari sumber daya manusia dan generasi penerus maka perlu diperhatikan status gizinya. Pola makan adalah salah satu hal yang dapat mempengaruhi status gizi. Penelitian ini dilakukan di Sekolah dasar Al-Chasanah Jakarta Barat karena lokasinya dekat dan mudah dijangkau oleh peneliti dan juga karena sebelumnya tidak ada penelitian yang berkaitan dengan pola makan dan status gizi pada daerah tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas maka untuk membatasi ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini dibuat rumusan masalah yaitu: “Apakah ada Hubungan Antara Pola Makan Tidak Teratur dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar?.”

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran pola makan pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat?
2. Bagaimana gambaran status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat?
3. Apakah ada hubungan antara pola makan tidak teratur dengan status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat?

4. Bagaimana pandangan islam mengenai pola makan tidak teratur dan status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v sekolah dasar islam al-chasanah Jakarta barat?

1.4.Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan tidak teratur dengan status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Diketuainya gambaran tentang pola makan pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat.
2. Diketuainya gambaran status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat.
3. Diketuainya hubungan pola makan tidak teratur dengan status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat.
4. Diketuainya pandangan Islam mengenai pola makan tidak teratur dan status gizi pada siswa-siswi kelas iv dan v Sekolah Dasar Islam Al-Chasanah Jakarta Barat.

1.5.Manfaat Penelitian

1.5.1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran serta bisa menjadi bahan acuan, pedoman atau pertimbangan dalam melakukan penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan status gizi anak.

1.5.2. Bagi Institusi

Meningkatkan pengetahuan, pembelajaran dan pemahaman di institusi pendidikan tentang hubungan antara pola makan tidak teratur dengan status gizi pada anak usia Sekolah Dasar.

1.5.3. Bagi Masyarakat

Sebagai dasar pemahaman pengetahuan dan sikap untuk mendukung dalam penerapan pentingnya pola makan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar.