

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan keadaan fisik, mental, dan sosial yang baik, bukan hanya sekedar ketiadaan penyakit atau kecacatan (WHO, 2020). Banyak faktor yang mempengaruhi sehat atau tidaknya seseorang, seperti usia, genetik, gaya hidup, dan pelayanan kesehatan. Usia dapat dikelompokkan menjadi usia balita, kanak – kanak, remaja, dewasa, hingga lansia. Berdasarkan pengelompokan usia dari Depkes RI, anak – anak adalah mereka yang berusia 6 – 12 tahun. (Depkes RI, 2009).

Dari pengelompokan di atas, anak – anak merupakan kelompok yang rentan mengalami keluhan gangguan pencernaan. Pada usia anak, usia sekolah dasar terutama kelas IV dan V merupakan usia di mana anak aktif berkembang dan mulai disibukkan dengan kegiatan – kegiatan di sekolah yang dimulai pada pagi hari hingga kegiatan ekstrakurikuler dan pelajaran tambahan yang selesai pada sore hari. Hal tersebut dapat menyebabkan terganggunya pola makan pada anak (Sari, 2017).

Pola makan dapat diartikan sebagai pengaturan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh seseorang untuk mempertahankan kesehatan. Pola makan yang dianjurkan yaitu berdasarkan jenis bahan makanan: makanan pokok, sumber protein, sayur, buah, dan berdasarkan frekuensi: harian, mingguan, pernah, tidak pernah sama sekali. Penyimpangan pola makan dalam bentuk frekuensi makan maupun jenis bahan makanan akan menyebabkan terjadinya gangguan, salah satunya adalah pada sistem pencernaan (Almatsier, 2009).

Sistem pencernaan memiliki fungsi antara lain untuk memproses nutrisi, air, dan elektrolit dari makanan yang dikonsumsi ke dalam tubuh (Sherwood, 2016). Gangguan pada fungsi tersebutlah yang dapat menimbulkan berbagai keluhan yang berbeda pada setiap individu, seperti diare, mual, muntah, disfagia (sulit menelan), konstipasi, dan sakit perut. (Sreedharan dan Liacouras, 2011)

Menurut data WHO pada tahun 2012, gangguan pencernaan merupakan salah satu dari sepuluh penyakit mematikan di dunia. Terdapat sekitar 1,5 juta orang meninggal karena terkait dengan gangguan pencernaan, salah satunya adalah diare (WHO, 2014). Di Indonesia, angka kesakitan gangguan pencernaan cukup tinggi, kejadian diare mencapai 60 juta kejadian per tahun dan 70 – 80% (sekitar 40 juta kejadian) di antaranya terjadi pada anak. Selain itu, diperkirakan sekitar 10 – 25% anak dirujuk ke gastroenterologi anak karena gangguan defekasi salah satunya konstipasi (Suraatmaja, 2010).

Angka kejadian gangguan pola makan anak dalam bentuk frekuensi makan berdasarkan penelitian cukup tinggi yaitu sekitar 55% anak memiliki kebiasaan sarapan kurang dan 10% anak tidak mengonsumsi sarapan sama sekali (Ariska, 2019).

Gangguan pencernaan berkaitan erat dengan kebiasaan makan yang buruk, terutama pada anak usia sekolah. Usia 10 – 12 tahun pertumbuhan dan perkembangan akan berjalan cepat, aktivitas anak pada usia tersebut juga mulai meningkat. Peningkatan aktivitas tersebut harus disertai dengan pola makan yang baik agar tidak menimbulkan keluhan gangguan pencernaan yang dapat menghambat proses pertumbuhan anak. Kenyataannya, pola makan anak pada usia sekolah cenderung tidak teratur yang tentunya tidak sejalan dengan intensitas aktivitasnya sehari – hari. Kondisi seperti inilah yang akan menimbulkan dampak negatif pada tubuh anak (Taras, 2005).

Pola makan juga merupakan hal yang diperhatikan dengan seksama oleh agama Islam. Hal ini dikarenakan makanan tidak hanya membawa keberkahan tetapi juga dapat membawa malapetaka apabila tidak sesuai dengan syariat agama. Sebagaimana firman Allah:

فَلَيَنْظُرْ أَلِّإِنْسَنُ إِلَى طَعَامِهِ

Artinya:

“Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.” (Q.S ‘Abasa [80] : 24)

Menurut agama Islam, makanan yang dikonsumsi bukan hanya sekadar sebagai sumber pemenuhan gizi semata, tetapi juga dapat menjadi tolak ukur tingkat spiritual seseorang (Al – Ahsyar, 2003).

Dalam Islam, kita juga diwajibkan untuk menjaga kesehatan, termasuk di dalamnya kesehatan saluran pencernaan. Islam menjelaskan beberapa adab makan yang secara tidak langsung berkaitan dengan pencegahan terjadinya gangguan pencernaan, antara lain tidak makan yang berlebihan, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, serta tidak terburu-buru saat makan (Jufri, 2017).

Berdasarkan data dan uraian di atas, diperlukan perubahan yang mendalam pada pola makan maupun kesehatan anak – anak sebagai generasi penerus bangsa. Dalam kesempatan ini, penulis tertarik untuk mengkajinya melalui penelitian untuk penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Pola Makan Tidak Teratur dengan Keluhan Gangguan Pencernaan pada Siswa – Siswi Kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Dari uraian di atas, dijelaskan bahwa angka kejadian gangguan pola makan dan gangguan pencernaan pada anak cukup tinggi. Selain itu, gangguan pola makan juga dapat menyebabkan bahaya seperti mual, muntah, hingga diare, sehingga menarik untuk dilakukan penelitian lebih lanjut. Anak usia sekolah terutama usia 10 – 12 tahun memiliki kecenderungan pola makan tidak teratur karena kegiatan di sekolah yang semakin meningkat. Hal ini sangat kontradiktif, karena seharusnya dalam kondisi kegiatan yang semakin meningkat, pola makan harus tetap dijaga untuk mempertahankan kondisi sehat. Lokasi penelitian yaitu Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat, dipilih karena adanya relasi dengan orang yang berwenang di tempat tersebut sehingga jalannya penelitian dapat menjadi lebih mudah. Karena itu, didapat rumusan masalah yaitu apakah ada hubungan antara pola makan tidak teratur dengan keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran pola makan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah?
- b. Bagaimana gambaran keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah?
- c. Bagaimana hubungan pola makan dengan keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah?
- d. Bagaimana pandangan Islam mengenai pola makan tidak teratur dengan keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana hubungan pola makan tidak teratur dengan keluhan gangguan pencernaan serta tinjauannya menurut islam pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Diketahuinya gambaran pola makan tidak teratur pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat.
- b. Diketahuinya gambaran keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat.
- c. Diketahuinya hubungan pola makan tidak teratur dengan keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat.
- d. Diketahuinya pandangan Islam mengenai pola makan tidak teratur dengan keluhan gangguan pencernaan pada siswa – siswi kelas IV dan V Sekolah Dasar Islam Al – Chasannah Jakarta Barat menurut pandangan Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan bahan kepustakaan yang berhubungan dengan masalah kesehatan anak terutama yang berhubungan dengan pola makan tidak teratur dengan gangguan pencernaan.

1.5.2 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat khususnya anak usia sekolah dasar pentingnya mengatur pola makan sebagai upaya mencegah terjadinya keluhan gangguan pencernaan untuk menjaga produktivitas anak sehari – hari.

1.5.3 Bagi Peneliti

Sebagai bentuk aplikasi ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan, menambah wawasan terhadap penelitian ilmiah, serta sebagai bahan diajukan untuk penelitian selanjutnya.