

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi dan penggunaan zat gizi. Status gizi terutama pada anak rentang usia 10-12 tahun masih menjadi masalah kesehatan sampai saat ini, dikarenakan pada rentang usia tersebut merupakan periode rentan gizi. Dimana pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status gizi pada anak. Hal ini disebabkan karena pada usia anak-anak memerlukan zat gizi yang lebih tinggi dan seimbang (Conterius 2021). Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan anak-anak mempengaruhi suatu asupan maupun kebutuhan gizinya, oleh karena itu asupan maupun kebutuhan gizi merupakan salah satu faktor penting dalam masa perkembangan, pertumbuhan dan status gizi pada anak usia sekolah (Alawiyah, Sugeng *and* Mury, 2015).

Anak pada usia sekolah di Indonesia memiliki masalah gizi yang cukup kompleks, yaitu sangat kurus, kurus, gemuk dan obesitas karena anak usia sekolah cenderung banyak melakukan aktifitas seperti belajar dan bermain tetapi asupan zat gizi kurang dari kebutuhan (Okinarum *et al.* 2017). Hasil pemantauan status gizi tahun 2017, menunjukkan status gizi anak usia 5 – 12 tahun berdasarkan IMT/U di Indonesia 3,4 % sangat kurus dan 7,5% kurus. Prevalensi anak di Jawa Barat pada tahun 2017 adalah 1,5% sangat kurus dan 6,1% kurus (Kemenkes, 2018). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Indonesia menunjukkan selain prevalensi anak sangat kurus 2,4% dan anak kurus 6,8% juga terdapat anak gemuk 10,8% dan obesitas 9,2%. Masalah

gizi yang terdapat di Kabupaten Tasikmalaya yaitu gizi kurus 3,87% , anak gemuk 10,25% dan 8,89% anak obesitas (Kemenkes,Jawa Barat, 2018).

Hasil akhir dari asupan makanan atau kecukupan asupan gizi dalam memenuhi kebutuhan tubuh dan status infeksi seseorang yang dapat dihubungkan satu sama lain adalah status gizi (Laswati 2019). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan hanya beberapa anak usia sekolah yang memenuhi rekomendasi asupan yang bergizi per hari. Anak usia sekolah lebih banyak mengonsumsi makanan dan minuman berkadar gula, garam dan lemak yang tinggi, konsumsi buah dan sayur masih rendah serta konsumsi makanan ringan yang tidak sehat, *fast food* dan minuman ringan yang manis meningkat (Okinarum *et al.* 2017). Asupan makanan anak yang mengalami gizi kurang dan gizi lebih disebabkan oleh kurangnya kemauan anak dalam mengonsumsi makanan yang disediakan oleh orang tua serta cara pemilihan dan penyajian yang buruk bagi anak (Nova *and* Yanti 2018).

Ketidakseimbangan yang berkelanjutan dalam jumlah zat gizi terutama makronutrien seperti karbohidrat, lemak, dan protein yang dikonsumsi sehubungan dengan kebutuhan tubuh dapat berdampak pada jaringan tubuh dan perubahan massa, yang akan menyebabkan penurunan berat badan dan peningkatan berat badan (Qamariyah *and* Nindya 2018). Gizi seimbang untuk anak sekolah harus memenuhi zat gizi makro sesuai angka kecukupan gizi dengan karbohidrat 45-65%, protein 10-25% dengan perbandingan protein hewani dan nabati 10-20%, lemak 25-40% dari total energi yang nantinya dapat mempengaruhi status gizi (Pramadewi 2019).

Kurangnya asupan zat gizi terutama zat gizi makro akan menyebabkan anak mengalami defisit dalam memenuhi kebutuhan tubuhnya dan salah satu konsekuensinya adalah menjadi rentan terhadap serangan penyakit infeksi. Sebaliknya anak yang tidak menderita penyakit infeksi akan mengalami peningkatan metabolisme dan suhu tubuh, yang menyebabkan kebutuhan energi dan zat-zat gizinya meningkat. Sementara itu, anak yang menderita penyakit infeksi biasanya mengalami penurunan nafsu makan, sehingga asupan gizinya juga berkurang, yang jika berlangsung lama akan menurunkan status gizinya (Laswati 2019).

Penyakit infeksi dapat dicegah dengan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS adalah bentuk realitas kehidupan manusia dengan melaksanakan prinsip proses pembelajaran, sehingga PHBS akan terwujud karena proses pembelajaran yang setiap hari didapatkan di lingkungan sekolah (Fathonah *and* Minsih 2021). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, persentase anak usia 10 tahun ke atas yang berperilaku benar dalam buang air besar (BAB) sebesar 82,6% (Suryani *et al.* 2020). Permasalahan kesehatan lingkungan sekolah (PHBS) seperti tempat sampah, jumlah fasilitas untuk cuci tangan dan mandi cuci kakus (MCK) belum mencukupi sampai saat ini (Damayanti 2020).

Dampak dari tidak terlaksananya PHBS salah satunya berupa penyakit, hal ini sejalan dengan penelitian (Kartika, Widagdo, *and* Anung 2016) mengungkapkan bahwa anak yang rentan terkena berbagai penyakit seperti diare adalah anak usia sekolah dikarenakan ketika jam istirahat anak-anak lebih suka

membeli makanan di luar sekolah yang tidak higienis dan bahan makanan yang tidak sehat ditambah dengan kebiasaan anak-anak yang tidak mencuci tangan sebelum ataupun sesudah makan (Fathonah *and* Minsih 2021).

Kebiasaan mencuci tangan pada agregat anak usia sekolah 40% hanya melakukan cuci tangan setelah melakukan kegiatan saja, 60% anak usia sekolah selalu mencuci tangan setiap sebelum dan sesudah melakukan tindakan. Kebiasaan mengkonsumsi jajanan pada agregat anak usia sekolah 50% masih biasa mengkonsumsi jajanan warung dan jarang mengkonsumsi sayur serta buah sedangkan 50% anak usia sekolah biasa mengkonsumsi jajanan buatan rumah (Hutahaean *and* Anggraini 2021). Permasalahan gaya hidup atau perilaku kesehatan tersebut pada anak usia sekolah berkaitan dengan kebersihan pribadi, lingkungan dan lahirnya berbagai penyakit dan masalah gizi yang sering menyerang anak usia sekolah semakin memperjelas bahwa nilai-nilai PHBS disekolah masih minimal dan belum mencapai tingkat yang diharapkan (Cahyadi 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, jumlah anak sekolah dasar yang memiliki status gizi kurang di Kabupaten Tasikmalaya 97,4% yang tersebar di Sekolah Dasar Negeri, Sekolah Dasar Swasta, Madrasah Ibtidaiyah Negeri dan Madrasah Ibtidaiyah Swasta. Angka prevalensi gizi kurang yang paling banyak terdapat pada Sekolah Dasar Negeri yaitu 81,6%.

Sekolah Dasar Negeri Sukahening merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berada di Kecamatan Sukahening, Kabupaten Tasikmalaya. Sekolah ini menjadi salah satu sekolah dasar yang memiliki siswa terbanyak di

Sukahening dengan jumlah 273 siswa dari kelas I sampai kelas VI dengan kelas yang dibagi menjadi 2 (dua) yaitu kelas A dan B. Pada survey awal terdapat sepuluh siswa yang diambil dari kelas IV, V dan VI secara acak kemudian dilakukan nya pengukuran berat badan dan tinggi badan, diketahui dari sepuluh siswa terdapat 40% status gizi kurang dan 60% status gizi normal. Masalah gizi kurang yang terjadi di SD Negeri Sukahening disebabkan karena asupan makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh anak serta pola jajan yang tidak sehat yang dikaji pada saat wawancara siswa.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kecukupan asupan zat gizi makro dan PHBS dengan status gizi pada anak usia 10 – 12 tahun dengan indikator PHBS antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya, memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi serta mengkonsumsi sayur dan buah di SD Negeri Sukahening Kecamatan Sukahening Kabupaten Tasikmalaya tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

1. Masalah Umum

Apakah ada hubungan antara kecukupan asupan zat gizi makro dan PHBS dengan status gizi anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023?

2. Masalah Khusus

- a. Apakah ada hubungan antara kecukupan asupan karbohidrat dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023?
- b. Apakah ada hubungan antara kecukupan asupan protein dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023?
- c. Apakah ada hubungan antara kecukupan asupan lemak dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023?
- d. Apakah ada hubungan antara PHBS dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan antara kecukupan asupan zat gizi makro dan PHBS dengan status gizi anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan antara kecukupan asupan karbohidrat dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023.
- b. Menganalisis hubungan antara kecukupan asupan protein dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023.
- c. Menganalisis hubungan antara kecukupan asupan lemak dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023.
- d. Menganalisis hubungan antara PHBS dengan status gizi pada anak usia 10 -12 tahun siswa SD Negeri Sukahening tahun 2023.

D. Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah penelitian yang di ambil adalah hubungan kecukupan asupan zat gizi makro dan perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS) dengan status gizi anak usia 10 – 12 tahun (Studi Observasional di SD Negeri Sukahening Kabupaten Tasikmalaya tahun 2023).

2. Lingkup Metode

Penelitian ini menggunakan metode pengukuran Antropometri untuk mengetahui status gizi anak, kemudian metode kuesioner PHBS serta metode *Food Recall* untuk mengetahui asupan makanan yang dikonsumsi siswa di hari sebelumnya. Pengambilan sampel dengan teknik *Random Sampling* dari kelas IV, V dan VI di SD Negeri Sukahening, sampel untuk survey awal berjumlah 10 orang siswa.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan penelitian ini adalah epidemiologi gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran untuk penelitian ini adalah siswa kelas IV, V dan VI SD Negeri Sukahening yang rentang usia 10 – 12 tahun berjumlah 120 orang siswa.

5. Lingkup Tempat dan Waktu

Penelitian dilakukan di SD Negeri Sukahening beralamat di Kp. Sukahening, Kecamatan Sukahening, Kabupaten Tasikmalaya, kode pos 46154. Waktu penelitian dari September 2022 sampai April 2023.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi atau bahan pustaka dalam bidang asupan makanan yang bergizi, PHBS serta hubungannya dengan status gizi anak usia 10 – 12 tahun.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan gambaran sejauh mana pengetahuan asupan zat gizi dan PHBS sehingga siswa dapat memperbaiki kualitas gizi melalui pola makan dan hidup sehat agar mencapai status gizi normal serta meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya gizi.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui pentingnya asupan makanan yang bergizi dan hidup sehat dalam kehidupan dan kesehatan karena dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan kepustakaan karya tulis ilmiah yang bermanfaat.