

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak SD (sekolah dasar) yaitu anak yang berada pada usia 6-12 tahun, memiliki fisik yang lebih kuat dibandingkan dengan balita, mempunyai sifat individual dalam banyak segi bidang serta aktif dan tidak tergantung orang tua. Pengalaman-pengalaman baru di sekolah menyebabkan waktu makan tidak teratur bahkan frekuensi makan menjadi berkurang (Moehji, 2003). Gizi anak sekolah dasar perlu diperhatikan karena anak saat ini merupakan generasi penerus bangsa dimasa yang akan datang (Budianto, 2009).

Kebutuhan zat gizi anak sekolah dasar sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan mencapai status gizi optimal (Almatsier, 2001). Anak usia sekolah umumnya sudah dapat memilih dan menentukan makanan yang disukai dan tidak disukai. Kebiasaan anak mengkonsumsi jajanan di sekolah juga berdampak pada asupan makannya. Dampaknya antara lain anak lebih suka membeli makanan jajanan yang kurang nilai gizinya, anak tidak sarapan, dan tidak makan siang dirumah. Asupan makan yang salah ini dapat menimbulkan masalah gizi anak (Moehji, 2003).

Masalah gizi anak secara garis besar merupakan akibat dari ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi, disamping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap. Masalah gizi pada anak SD dan MI (Madrasah Ibtidaiyah) yang sering ditemukan antara lain kekurangan energi protein (KEP), anemia gizi besi,

kekurangan vitamin A (KVA), dan gizi lebih (Depkes, 2005). Prevalensi status gizi anak tahun 2013 secara nasional anak pendek usia 5-12 tahun sebesar 18,4% dan sangat pendek sebesar 12,3%, sedangkan di tingkat Provinsi Jawa Tengah terdapat anak pendek sebesar 13,4% dan anak sangat pendek sebesar 10% (RIKESDAS 2013). Prevalensi status gizi di Kabupaten Sukoharjo terdapat anak kurus sebesar 27% dan berat badan lebih sebesar 8,7%. Pendek pada anak merupakan hasil dari kekurangan gizi kronis (RIKESDAS 2007).

Status gizi anak dipengaruhi oleh faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung meliputi infeksi dan asupan atau konsumsi makanan, sedangkan faktor tidak langsung meliputi faktor ekonomi, pengetahuan gizi, dan sanitasi makanan (penyiapan, penyajian, dan penyimpanan) (Khomsan, 2003). Asupan makan dapat berasal dari pangan nabati ataupun pangan hewani. Pangan nabati merupakan bahan makanan yang berasal dari tanaman, sedangkan pangan hewani merupakan bahan makanan yang berasal dari hewan. Pangan hewani merupakan sumber protein yang baik daripada protein pangan nabati, karena protein hewani mempunyai kandungan asam-asam amino esensial yang lengkap susunannya mendekati apa yang diperlukan oleh tubuh untuk pertumbuhan (Astawan, 2008 dan Haryanto, 2009).

Pangan hewani mengandung 10-20 gram protein setiap 50 gram bahan, sedangkan pangan nabati mengandung 6-12 gram protein setiap 50 gram bahan (Supariasa, 2001). Protein diserap melalui dinding usus menuju vena porta kemudian menuju hati ke sirkulasi darah umum dan menuju seluruh jaringan tubuh. Protein merupakan senyawa organik

utama yang menyusun tulang. Protein dapat mempengaruhi pertumbuhan tulang dengan jalan menghambat diferensiasi seluler, merubah kecepatan sintesis unsur matrik tulang yaitu protein kolagen dan non kolagen yang masing-masing mempunyai peranan spesifik pada pembentukan tulang. Kekurangan protein akan menyebabkan perubahan pada timbunan asam amino, yang dapat mengakibatkan hambatan reaksi sintesis protein sehingga menimbulkan hambatan juga dalam proses klasifikasi tulang dan menurunkan kadar mineral yaitu kalsium dan fosfor (Pudyani, 2005).

Pangan hewani yang umum digunakan sebagai sumber protein adalah daging (sapi, kerbau, kambing, bebek, dan ayam), telur (ayam dan bebek), susu (terutama susu sapi) dan hasil-hasil perikanan (ikan, udang, kerang). Hasil pangan hewani juga mengandung energi, vitamin A, dan zat besi yang diperlukan oleh anak sekolah. Setiap 100 gr pangan hewani mengandung energi sebesar 2,9%-14,73%, vitamin A 13,13%-46,46%, dan zat besi sebesar 15,38%-23,07% (Depkes RI, 2010).

Konsumsi sumber energi dan protein yang rendah pada anak-anak dapat menyebabkan kekurangan energi protein (KEP). Energi dalam tubuh manusia dapat timbul dikarenakan adanya pembakaran protein, karbohidrat dan lemak (Kartasapoetra, dkk, 2010). Kekurangan energi pada anak akan menghambat pertumbuhan, karena protein digunakan terlebih dahulu untuk menghasilkan energi (Almatsier, 2001). Kelebihan energi dapat diubah menjadi lemak akibatnya terjadi berat badan lebih atau kegemukan (Supariasa, 2001). Vitamin A berpengaruh terhadap sintesis protein dan pertumbuhan sel. Kekurangan vitamin A pada anak-anak akan menyebabkan sel osteoblas (sel pembangun tulang) tidak

memproduksi cukup zat tulang sehingga tulang akan lebih pendek dari ukuran normal. Kelebihan vitamin A akan mempercepat berhentinya pertumbuhan tulang, sehingga pertumbuhan tubuh akan berhenti lebih cepat (Hutapea, 2005).

Pangan hewani mempunyai kandungan Fe yang lebih baik daripada pangan nabati. Zat besi pangan hewani mudah diserap antara 10-20%, Zat besi dari pangan nabati hanya dapat diserap antara 1-5%. Zat besi pada sayur diserap 1%, sedangkan zat besi pada ikan dapat diserap dalam jumlah lebih besar yaitu 11% (Astawan, 2008). Pangan hewani memiliki kandungan zat gizi yang lebih baik daripada pangan nabati, seperti protein dan zat besi karena lebih mudah diserap tubuh. Kandungan energi, protein, zat besi, dan vitamin A pada pangan hewani dapat berfungsi sebagai pertumbuhan tulang. Konsumsi pangan hewani diperlukan untuk pertumbuhan tulang pada anak-anak (Hutapea, 2005).

Hasil penelitian pendahuluan pada bulan Juni 2014 di SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo, berdasarkan indikator TB/U terdapat 46,7% anak *stunted*. Kejadian ini termasuk masalah masyarakat dalam kategori sangat tinggi karena $\geq 40\%$ (Supriasa, 2001). Konsumsi pangan hewani berkaitan dengan status gizi TB/U, yang juga menggambarkan status ekonomi keluarga.

Berdasarkan uraian permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap anak SD mengenai hubungan konsumsi pangan hewani dengan status gizi pada anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan konsumsi pangan hewani dengan status gizi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan konsumsi pangan hewani dengan status gizi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan jenis pangan hewani yang dikonsumsi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendiskripsikan frekuensi pangan hewani yang dikonsumsi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- c. Mendiskripsikan tingkat konsumsi energi, protein, zat besi, vitamin A dari pangan hewani anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- d. Mendiskripsikan status gizi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- e. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi pangan hewani (jenis, frekuensi, energi, protein, zat besi, dan vitamin A) dengan status gizi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- f. Menginternalisasi nilai-nilai keislaman pangan hewani dalam kesehatan anak.

D. Manfaat

1. Bagi SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo

Pihak sekolah dapat mengetahui gambaran mengenai status gizi dan konsumsi pangan hewani anak SD yang dapat disampaikan kepada orang tua.

2. Bagi Dinas Kesehatan Sukoharjo

Bagi dinas kesehatan, laporan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam rangka menentukan kebijakan dan langkah-langkah yang berkaitan dengan upaya penanggulangan masalah gizi dan upaya perbaikan gizi di kelompok anak usia sekolah dasar.

3. Bagi Peneliti

- a. Sebagai sarana pelatihan dan pembelajaran melakukan suatu penelitian dalam bidang kesehatan.
- b. Menerapkan ilmu gizi untuk mengidentifikasi masalah kesehatan masyarakat.
- c. Meningkatkan kemampuan berpikir analitis dan sistematis dalam mengidentifikasi masalah kesehatan di masyarakat.
- d. Melatih kerjasama dalam tim peneliti.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini dibatasi pada hubungan antara konsumsi pangan hewani dan status gizi anak SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.