

**SUMBANGAN ZAT GIZI MAKRO DAN ZAT GIZI MIKRO DARI  
JAJANAN SEKOLAH TERHADAP ANGKA KECUKUPAN  
GIZI ANAK DI SD KARTASURA I**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Kelulusan  
Pendidikan Program DIII Kesehatan Bidang Gizi



Oleh:

**SELLY .W**  
NIM J 300 050007

**PROGRAM STUDI III GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2009**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang Masalah**

Sejalan dengan sasaran global dan perkembangan keadaan gizi masyarakat, rumusan tujuan umum program pangan dan gizi tahun 2001-2005 yaitu menjamin ketahanan pangan tingkat keluarga, mencegah dan menurunkan masalah gizi, mewujudkan hidup sehat dan status gizi yang optimal. Menyadari faktor penyebab masalah gizi yang sangat kompleks dan arah kebijakan desentralisasi, maka pemerintah merumuskan strategi program gizi khususnya pada program perbaikan gizi makro dan mikro, sesuai dengan Surat Keputusan Menteri Kesehatan nomor: 1277/Menkes/SK/XI/2001 tentang Organisasi dan tata kerja Departemen Kesehatan (Depkes, 2001).

Surat Keputusan Menteri Kesehatan guna menanggulangi catatan sisi gelap dalam hal masalah gizi. Badan lembaga kesehatan internasional memperkirakan tahun 1999 sekitar 790 juta penduduk dunia kelaparan. Sekitar 30 persen penduduk dunia yang terdiri dari bayi, anak, remaja, dewasa, dan manula, menderita kurang gizi. Hampir 49 persen kematian balita berkaitan dengan masalah kurang gizi (gizi kurang). Masalah gizi bagi anak merupakan masalah dunia bagi negara yang sedang berkembang (Depkes, 2001).

Dampak negatif dari masalah gizi-kurang dan gizi-lebih diketahui lebih awal lebih baik. Perkembangan teknologi yang semakin maju ikut berperan dalam peningkatan produksi dan kualitas pangan. Sejalan dengan itu, berbagai intervensi gizi telah menjadi program nasional di banyak negara. Secara global intervensi gizi berperan penting dalam upaya penurunan angka kematian bayi. Dalam kurun waktu 59 tahun Indonesia memerangi masalah gizi belum mencapai secara maksimal. Meskipun penyakit kurang gizi seperti hungeroedema atau beri-beri, pellagra dan penyakit rakyat lainnya sudah jarang diketemukan, akan tetapi untuk masalah kekurangan gizi makro dan mikro baik akut maupun kronis masih banyak ditemukan (Budihardja, 2007).

Masalah gizi yang utamanya disebabkan oleh kekurangan atau ketidakseimbangan asupan energi dan protein. Gambaran perkembangan keadaan gizi masyarakat menunjukkan kecenderungan yang sejalan. Prevalensi kurang energi protein, yang kemudian disebut masalah gizi makro, pada anak turun dari 37.5 % pada tahun 1999 menjadi 26.4 % pada tahun 2004, keadaan ini juga diikuti dengan prevalensi masalah gizi lain. Data Susenas menunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang menurun dari 37,5 % (1989) menjadi 24,6 % (2000). Namun kondisi tersebut tidak diikuti dengan penurunan prevalensi gizi buruk bahkan prevalensi gizi buruk cenderung meningkat. Hasil Pemantauan Status Gizi yang dilaksanakan setiap tahun prevalensi gizi buruk meningkat terus yaitu dari 1,10 % (2001), 1,56 % (2002), 1,51 % (2003), dan 2,18 % (2004). Sedangkan prevalensi gizi kurang 12,66 % (2001), 16,32 % (2002), 14,28 % (2003) dan 14,33 % (2004). Kurang gizi menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun mental, mengurangi tingkat kecerdasan, kreatifitas dan produktifitas penduduk (Rahardian, 2006).

Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah kebiasaan makan. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan jajan, kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian dari budaya keluarga Indonesia. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak, nafsu makan berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Susanto, 1996). Hal ini juga terjadi pada anak Sekolah Dasar (SD) KARTASURA I. Anak-anak sekolah setelah bermain biasanya langsung mengkonsumsi makanan tanpa memperhatikan kebersihan tangan.

Djaelani (2001) menyatakan bahwa kebiasaan anak senang membeli makanan jajanan dapat menyebabkan anak terkena penyakit dan dapat menurunkan status gizi anak. Banyak anak yang kurang memperhatikan pola konsumsi makanannya, karena kebanyakan memiliki pola konsumsi makan yang tidak teratur, salah satu faktor yang menyebabkan pola konsumsi makan tidak teratur adalah faktor aktifitas. Walaupun demikian, masih ada juga anak yang memiliki konsumsi makan berlebih. Pola konsumsi makan berlebih ini

didasarkan pada frekuensi makanan pokok didukung makanan sampingan, misalnya snack atau cemilan. Kehadiran makanan sampingan ini dan gaya hidup serta konsumsi yang berlebihan membuat problem masalah gizi semakin tinggi.

Berdasarkan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) yang pernah melakukan penelitian di 10 propinsi, dari 163 sampel jajanan anak yang diuji, sebanyak 80 sampel (lebih dari 50%) tidak memenuhi baku mutu keamanan. Kebanyakan jajanan yang bermasalah itu mengandung boraks, formalin, zat pengawet, zat pewarna, zat pemanis, dan garam yang digunakan tidak beryodium. Jajanan yang manis-manis harus dikontrol. Menurut kepustakaan, pemakaian sukrosa yang ekstrem seperti 200 gr/hari atau sekitar 30 persen dari kecukupan energi sehari akan memicu peningkatan kadar kolestrol dan gula dalam darah. Efek negatif lainnya, memicu kerusakan gigi (kariogenik) dan obesitas. Gula yang tersisa di gigi menjadi media yang baik bagi pertumbuhan mikroba di mulut. Keadaan ini bisa menyebabkan karies gigi. Makanan seperti permen dan manis-manis lainnya bersifat lebih kariogenik daripada gula yang ada dalam makanan yang mesti dikonsumsi bersama makanan lainnya seperti roti, daging, sayur. Makanan lain itu akan menghambat peningkatan konsentrasi ion hidrogen mulut. Apalagi jika makanan itu mengandung flor. Pemanis sebagai pemicu sudah lama dibuktikan. Nilai energi gula sama dengan karbohidrat lain, yaitu 4 kalori untuk setiap gram (Handoyo, 2006). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa bahaya memilih makanan jajanan yang tidak sehat dapat mempengaruhi timbulnya kurang gizi, baik gizi makro ataupun gizi mikro. Kurangnya gizi pada anak berdampak pada perkembangan kesehatan anak menurun atau terkena suatu penyakit.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka alasan diambilnya subjek pada anak SD KARTASURA I karena 25% suka membeli makanan jajanan yang dijual di luar sekolah, yang kurang diketahui kandungan gizinya.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Seberapa besar zat gizi makro dan zat gizi mikro jajanan sekolah memberikan sumbangan terhadap angka kecukupan zat gizi anak sekolah?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran tentang sumbangan gizi makro dan gizi mikro dari jajanan sekolah dan angka kecukupan zat gizi anak sekolah.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui angka kecukupan zat gizi anak sekolah.
- b. Menghitung persentase sumbangan gizi makro jajanan sekolah.
- c. Menghitung persentase sumbangan gizi mikro jajanan sekolah.

## **D. Manfaat**

Bagi pengelola SD Kartasura I sebagai bahan tambahan pengetahuan untuk memperhatikan kebiasaan anak yang suka jajan di sekolah dan memberikan saran agar anak dapat memilih makanan yang bergizi.