

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang

Hubungan erat antara nutrisi dan kesehatan seseorang telah dipahami serta dialami secara luas di seluruh dunia. Bahwa dengan mengkonsumsi nutrisi yang adekuat dan seimbang hampir dapat dipastikan taraf kesehatan optimal akan dicapai. Namun tidaklah demikian halnya apabila kita membicarakan hubungan antara nutrisi dan obesitas. Masa transisi perkembangan sosial ekonomi ke arah yang lebih maju, dapat menimbulkan masalah gizi lebih, disamping masalah gizi kurang yang tetap dominan sebagai masalah gizi masyarakat (Samsudin, 1993).

Terutama di Indonesia, adanya pertumbuhan ekonomi dan kenaikan pendapatan perkapita tampak mempengaruhi pola konsumsi penduduk dari tahun 1980 sampai tahun 1990 (berdasarkan data Susenas). Perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia telah membawa keadaan "*nutritional transition*", dimana keadaan kurang gizi masih merupakan masalah kesehatan, disisi lain keadaan kelebihan gizi sudah meningkat. Perbaikan ekonomi suatu negara turut memberi dampak terhadap perubahan gaya hidup dan pola makanan atau konsumsi makanan suatu masyarakat (Rubiana, *et al.*, 1997). Hal ini dapat ditunjukkan dengan terjadinya pergeseran pola konsumsi dari bahan makanan ke bukan bahan makanan. Sebagai dampak lain dari kemajuan bidang sosial ekonomi yaitu pola penyakit di negeri kita yang berubah (Nursanyoto, 1999).

Jenis makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat In

menggunakan cara penyajian tradisional atau cara yang memerlukan waktu lama untuk mendapatkan bahan makanan dan mengkonsumsi makanan tersebut. Akan tetapi mereka sudah sampai pada proses yang lebih cepat. Masyarakat telah mencari pengganti untuk jenis makanan yang diolah dengan bahan makanan yang dikonsumsi telah mengalami proses pengolahan sebelum dibawa ke dapur. Atau dengan kata lain pola makan masyarakat, bergeser dari pola makan tradisional yang mengandung banyak karbohidrat, serat dan sayuran ke pola makanan Barat yang komposisinya terlalu banyak mengandung protein, lemak, gula dan garam tetapi miskin serat sehingga menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang.

Perubahan pola makan masyarakat ini dipercepat oleh kuatnya pengaruh budaya asing yang disebabkan oleh perkembangan teknologi informasi dan globalisasi ekonomi. Dimana arus budaya asing lambat laun akan dapat menggeser pola makan tradisional masyarakat Indonesia yang umumnya lebih seimbang mutu gizinya. Oleh sebab itu, ini merupakan tantangan untuk menekan timbulnya berbagai masalah gizi baru akibat perubahan pola konsumsi pangan yang disebabkan perubahan gaya hidup akibat perkembangan ekonomi, teknologi, urbanisasi dan pengaruh globalisasi.

Usia 6-12 tahun merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga perlu mengenal dan menyesuaikan diri dengan pendidikan formal atau informal dengan baik. Selain itu, merupakan kesempatan yang baik untuk mengembangkan ketrampilan yang penting (Nuhriawangsa, 1996). Anak kelompok sekolah 6-12 tahun juga merupakan salah satu kelompok rentan gizi (Socdiatama, 1993).

Kondisi kesehatan dan gizi anak banyak dipengaruhi oleh pola makan dan keragaman gizi, hal ini sangat tergantung pada kondisi ekonomi keluarga. Keluarga dengan status sosial ekonomi tinggi lebih besar kemungkinan mempunyai anggota keluarga dengan status gizi yang lebih baik. Status gizi seorang individu banyak dipengaruhi oleh konsumsi makan sehari-hari. Konsumsi makanan keluarga ditentukan pula oleh tingkat sosial ekonomi keluarga.

Keikutsertaan dalam aktivitas sosial yang makin banyak dapat mempengaruhi kebiasaan makan. Anak remaja dan sekolah pada umumnya sudah lebih banyak makan di luar. Mereka mulai banyak mengenal makanan jajanan. Kebiasaan jajan memang merupakan kebiasaan universal yang sudah ada sejak lama dalam masyarakat di segala lapisan tanpa memandang tingkat sosial ekonomi dan umur. Untuk anak sekolah kebiasaan ini sangat umum dan hampir setiap hari anak-anak membeli jajanan, baik yang disediakan oleh kantin sekolah maupun penjual makanan di luar sekolah (Prawirohartono, 1997).

Saat ini di Indonesia banyak dikenal makanan yang termasuk *fast food* (cepat saji) seperti ayam goreng, kentang goreng, hamburger, pizza dan lain-lainnya. Anak sekolah dan remaja banyak yang menyukainya, walaupun nilai gizinya diragukan. Masalah lain yang dihadapi oleh anak sekolah yang suka jajan ialah masalah kebersihannya. Kandungan zat gizi makanan jajanan seperti ini seringkali tidak seimbang, yaitu kandungan kalori yang tinggi, banyak lemak, banyak gula, tetapi sedikit mengandung serat makanan. Akibatnya adalah timbulnya obesitas pada anak sekolah. Penelitian yang dikerjakan di daerah Jawa

kadang-kadang, dan 11% yang menyatakan tidak pernah jajan. Selanjutnya penelitian yang dikerjakan di Yogyakarta menunjukkan bahwa kebiasaan jajan ditunjang oleh pemberian uang jajan oleh orang tua walaupun sebagian besar anak sekolah makan pagi sebelum berangkat ke sekolah (Ismail, 1996).

Obesitas dapat pula disebabkan karena penggunaan kalori yang berkurang. Pemakaian energi dapat terjadi pada anak yang kurang aktif fisiknya, seharian nonton TV, dan lain-lain. Lebih-lebih kalau nonton sambil tak berhenti makan, maka kecenderungan menjadi obesitas akan lebih besar (Soetjiningsih, 1998). Selain itu, masyarakat terutama orang tua di Indonesia, mempunyai pandangan yang salah mengenai obesitas pada anak. Masih banyak pendapat di masyarakat yang mengira bahwa anak yang gemuk adalah sehat. Banyak ibu merasa bangga kalau anaknya sangat gemuk, dan disatu pihak ada ibu yang kecewa kalau melihat anaknya tidak segemuk anak tetangganya (Soetjiningsih, 1998).

Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan dalam kuantitas dan kualitas makanan. Tingkat pendapatan yang akan mempengaruhi daya jangkau terhadap ketersediaan pangan dalam keluarga serta menentukan jenis pangan yang akan dibeli, dengan demikian jelas ada keterkaitan antara pendapatan dan ketersediaan pangan dengan konsumsi. Pendapatan yang rendah akan menghalangi perbaikan gizi yang efektif. Dengan meningkatkannya pendapatan akan diimbangi dengan perubahan dalam asupan makan. Akan tetapi pengeluaran yang lebih banyak untuk pangan tidak menjamin lebih kesempurnaan konsumsi

pangan, namun perubahan menyuruh pada pemilihan bahan makan yang lebih beragam (Suhardjo, 1989).

Angka-angka kejadian obesitas pada anak di negara-negara maju terus bertambah. Menurut Weil BW. (1991, *cit.* Soetjiningsih, 1998) angka kejadian di Indonesia masih belum ada data-datanya. Tetapi dari pengamatan sehari-hari mulai banyak ditemukan kasus obesitas pada anak.

Dalam tiga dekade terakhir terjadi peningkatan prevalensi obesitas. Data statistik *International Obesity Task Force* melaporkan bahwa lebih dari 30% populasi Eropa Timur adalah obes (Indeks Massa Tubuh (IMT) $> 30 \text{ kg/m}^2$). Di Amerika data tahun 1991 menunjukkan 19,7% pria dan 24,7% wanita mengalami obesitas. Diprediksikan pada tahun 2031 seluruh penduduk Amerika obes. Kenaikan berat badan pada usia dewasa merupakan risiko terjadinya penyakit kronis. Survei terhadap 34.648 populasi di Jakarta melaporkan bahwa prevalensi obes adalah 17,8 % dan diabetes 4,6 %. Dilaporkan juga bahwa 7,7 % pasien obese menderita diabetes, 9,3 % hiperkolesterolemia dan 7,1 % hipertrigliserida (Titus, 2000).

Penelitian terbaru di Amerika Serikat, menunjukkan bahwa obesitas meningkatkan risiko seseorang terhadap penyakit kanker. Diantaranya kanker usus besar, kanker prostat, kanker tenggorokan, kanker ginjal, kanker endometrial dan kanker payudara (bagi yang sudah menopause) (Nyata, 2002).

Masalah gizi karena kelebihan kalori biasanya disertai pula dengan kelebihan lemak dan protein hewani, gula dan garam tetapi terjadi kekurangan serat dan mikronutrien yang kelak dapat merupakan faktor risiko untuk terjadinya

berbagai penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung koroner, rheumatik dan berbagai jenis penyakit keganasan (kanker) dan gangguan kesehatan lain yang akan memerlukan biaya pengobatan yang sangat besar (Samsudin, 1995).

Orang gemuk yang paling berisiko terhadap kanker adalah kelebihan berat badannya diatas 11 kg. Kelebihan berat badan (obesitas) yang bisa ditolerir maksimal adalah 5 kg. Dan berdasarkan polling (penyelidikan pendapat umum) yang dilakukan terhadap 1205 orang dewasa di seluruh Amerika Serikat, sebagian besar mengaku hanya beehubungan dengan peningkatan penyakit jantung dan diabetes. Hanya 25% responden yang tahu kalau hal itu juga meningkatkan risiko kanker (Nyata, 2002).

1.2. Perumusan Masalah

Sekolah Dasar Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta adalah salah satu SD favorit di kota Yogyakarta. Dengan letak yang strategis, yaitu tengah kota membuat sekolah ini menjadi pilihan bagi banyak orang tua. Pada umumnya orang tua yang anaknya bersekolah di SD Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta memiliki tingkat status sosial ekonomi menengah ke atas. Keluarga yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi akan berpengaruh terhadap konsumsi makan keluarga. Keluarga dengan status sosial ekonomi tinggi lebih besar kemungkinan mempunyai anggota keluarga dengan status gizi yang lebih baik. Status gizi

Kebiasaan makan merupakan istilah untuk menggambarkan kebiasaan dan perilaku yang berhubungan dengan makan dan makanan. Kebiasaan yang salah pada anak mempertinggi risiko terjadinya obesitas. Obesitas, salah satu masalah gizi. Selain gizi kurang pada anak, dewasa ini sudah bermunculan terjadinya gizi lebih pada anak, terutama daerah perkotaan. Masalah penelitian ini adalah : Apakah ada hubungan antara status gizi dan obesitas pada siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta ?

I.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan obesitas siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta.

I.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Pengembangan Ilmu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu sumbangsih bagi khasanah ilmu gizi terutama dalam upaya memberikan pengetahuan dalam “Hubungan Antara Status Gizi Dan Obesitas Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta”.

2. Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menyadarkan masyarakat bahwa status

... .. dan mencegah obesitas anak

3. Pihak Sekolah

Diharapkan data ini dapat untuk memberikan penyuluhan kepada siswa, orang tua, guru, maupun penjual makanan mengenai makanan yang mempunyai status gizi yang seimbang.

4. Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi adik-adik SD Muhammadiyah Suronatan Yogyakarta dan sebagai masukan bagi peminat dalam masalah yang sama untuk penelitian selanjutnya.