

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Usia anak sekolah merupakan investasi bangsa karena mereka adalah generasi penerus yang akan menentukan kualitas bangsa dan melanjutkan pembangunan dimasa yang akan datang. Di beberapa negara maju seperti Amerika Serikat, Jerman, Perancis, Jepang dalam pembangunannya mendudukkan pendidikan dan gizi anak sekolah sebagai prioritas utama. Negara-negara ini menganut paradigma *“To Built Nation Built School”*. Kelompok anak usia sekolah dasar merupakan golongan penduduk yang berada pada masa pertumbuhan yang cepat dan aktif. Proses tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal diantaranya ditentukan oleh pemberian makanan yang tepat secara kualitas dan kuantitas. Di negara tersebut, makanan anak sekolah atau dikenal dengan istilah *school feeding* sangat diperhatikan penyelenggaraannya (Sinaga, 2017).

Usia anak sekolah termasuk kedalam golongan usia rentan terhadap masalah gizi. Gizi kurang di Indonesia cukup banyak, prevalensi berdasarkan data Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa anak usia 5-12 tahun mengalami pendek 30,7% (pendek 18,4% dan sangat pendek 12,3%), dan 11,2% kurus (7,2% kurus dan 4,0% sangat kurus). Permasalahan gizi tidak hanya terbatas pada gizi kurang, namun terjadi pula gizi lebih sehingga saat ini terjadi masalah gizi ganda. Data WHO tahun 2014 menyatakan bahwa sekitar 41 juta anak di dunia mengalami berat badan berlebih. Di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2013 anak usia 5-

12 tahun sebanyak 18.8% adalah gemuk (10.0 gemuk dan 8.8 obesitas). Data di Jawa Timur menunjukkan angka yang melebihi angka nasional yaitu 19,3% gemuk (10,9% gemuk dan 8,4% obesitas). Angka ini bahkan semakin tinggi, terutama pada sekolah-sekolah di kota besar dan sekolah dengan banyak siswa dari golongan ekonomi menengah ke atas. Seperti di Kota Surabaya berdasarkan data Riskesdas 2013 dalam Angka Provinsi Jawa Timur menunjukkan 22.2% gemuk (10,2% gemuk dan 12,0% obesitas).

Kegemukan yang terjadi pada anak sekolah di perkotaan terjadi ketika akses pangan semakin mudah sehingga terjadi kelebihan konsumsi pangan terutama energi, lemak jenuh, gula dan garam namun sedikit konsumsi sayuran dan buah. Hal ini tidak diiringi dengan pengeluaran energi yang cukup karena kurang beraktivitas fisik akibat *game online*, televisi, *gadget*, atau terbatasnya lapangan untuk bermain dan berolahraga (Briawan, 2017). Penelitian di Cina menyebutkan kegemukan pada anak-anak terjadi lebih banyak pada daerah perkotaan dibanding di pedesaan (Zhang *et al*, 2016). Kegemukan merupakan faktor risiko dari obesitas. Obesitas akan menjadi penyebab dari terjadinya penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular diantaranya ialah hipertensi, diabetes, kanker, stroke dan penyakit jantung koroner (Shrimpton dan Rokx, 2012)

Terdapat beberapa tipe sekolah yaitu negeri dan swasta. Anak-anak yang bersekolah di sekolah negeri akan banyak menghabiskan waktunya di sekolah, dari mulai pagi hingga siang hari. Bahkan pada sekolah swasta yang berkategori *Full Day School*, jumlah waktu belajar akan lebih panjang. Sekolah yang

mempunyai kriteria seperti ini biasanya menyediakan makan siang bagi siswanya. Penyelenggaraan makanan di sekolah merupakan salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi anak usia sekolah. Sebagian besar orang tua membawakan bekal makan siang untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Namun ketika orangtua tidak mempunyai banyak waktu, maka sekolah akan berperan penting dalam memenuhi kecukupan gizi melalui kegiatan penyelenggaraan makan. Kegiatan ini dapat mengurangi kekhawatiran orang tua mengenai makanan yang dikonsumsi. Hal ini dikarenakan anak usia sekolah hampir selalu ingin mencoba makanan yang mudah dijumpai dan berpenampilan menarik, seperti makanan jajanan yang biasa dijual di sekitar sekolah yang tidak selamanya mengandung kandungan gizi yang baik serta tingkat higienis keamanan pangan yang perlu diwaspadai (Sinaga, 2017).

Kegiatan penyelenggaraan makanan di sekolah dapat terlaksana bila ada peran serta pihak sekolah, orangtua murid serta para *stakeholder* walaupun sistem yang digunakan tidak semua terdapat dapur terpusat, adapula yang menggunakan sistem *outsourcing* (Sinaga, 2012). Tujuan utama pelaksanaan makan siang di sekolah adalah meningkatkan kesehatan anak serta membentuk pola makanan yang sehat (Woo, 2015). Di Jepang, program makan siang sekolah atau yang dikenal dengan istilah *Shokuiku* bertujuan untuk mempromosikan perkembangan mental dan fisik anak sekolah yang sehat, dan berkontribusi terhadap peningkatan kebiasaan makan mereka dengan memberikan makanan seimbang. Tidak hanya menyajikan makanan bergizi, program makan siang sekolah juga berfungsi

sebagai metode pendidikan yang penting bagi anak sekolah untuk kebiasaan pola makan dan pengetahuan yang baik, (Tanaka, *et al*, 2012)

Program makan siang sekolah di beberapa negara seperti Jepang, Korea Selatan dan Taiwan menerapkan sepertiga dari standar angka kecukupan gizi yang telah dibuat oleh masing-masing negara (Kim *et al*, 2017). Setiap negara mempunyai varian makan siang yang berbeda, seperti halnya di salah satu sekolah dasar di Jepang yang memiliki lebih banyak varian sayur dibanding sekolah dasar di Amerika. Bahkan beberapa sekolah di Jepang menyajikan 51% sayuran dari keseluruhan makanannya (Schmidht, 2013). Program penyelenggaraan makanan di sekolah dapat meningkatkan promosi kesehatan untuk mengurangi kejadian obesitas pada anak sekolah. Peran seorang ahli gizi dalam suatu kegiatan penyelenggaraan makanan menjadi penting dalam hal tersedianya makanan di sekolah yang disertai oleh adanya pendidikan gizi (Woo, 2015).

Pada pemenuhan gizi selama di sekolah selain mengikuti program makan siang sekolah, terdapat pula anak-anak yang membawa makanan dari rumah. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa program makan siang di sekolah memiliki banyak keuntungan gizi dibandingkan bekal dari rumah, serta berpotensi untuk mengurangi kejadian obesitas pada anak (Rees *et al*, 2008; Johnson *et al*, 2009; Pearce *et al*, 2011; dan Minaya *et al*, 2016). Program makan siang di sekolah dapat meningkatkan asupan sayur dan buah pada anak-anak. Seperti pada penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat menunjukkan bahwa terdapat peningkatan 20% sayuran (Schwartz *et al*, 2015) dan 23% pada buah-buahan (Juliana, *et al*, 2014). Program intervensi makan siang di salah satu sekolah dasar

Jawa Barat dapat menurunkan prevalensi anemia dari 33% menjadi 17% dan mengatasi masalah gizi ganda. Pada anak-anak yang mengalami *underweight* terjadi peningkatan menjadi status gizi normal serta menurunkan angka kegemukan. Intervensi makan siang yang dilakukan dapat meningkatkan asupan protein, kalsium dan vit. C juga menurunkan asupan lemak. (Sekiyama *et al*, 2017). Program makan siang sekolah di Etiopia menunjukkan bahwa status gizi normal anak lebih banyak pada anak yang ikut program makan siang sekolah dibanding yang tidak mengikuti. Selain itu pangan yang dikonsumsi lebih beragam dan tingkat kehadiran yang lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak ikut makan siang sekolah (Zenebe *et al*, 2018). Di Inggris anak yang ikut program makan siang sekolah mengkonsumsi lebih sedikit lemak jenuh, lebih banyak konsumsi karbohidrat, protein, vitamin C dan asam folat dibandingkan dengan anak yang membawa bekal dari rumah (Spence *et al*, 2013).

Berdasarkan latar belakang tersebut penting untuk diteliti apakah terdapat perbedaan asupan zat gizi dan status gizi pada anak sekolah dasar yang membawa bekal dan mengikuti makan siang sekolah.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Masalah gizi lebih pada anak sekolah di perkotaan masih cukup tinggi dibandingkan di pedesaan. Prevalensi di Kota Surabaya menunjukkan 22,2% gemuk (10,2% gemuk dan 12,0% obesitas). Studi pendahuluan oleh Farapti (2017) pada 214 siswa kelas 4-5 di SD Muhammadiyah 4 Surabaya menunjukkan sebanyak 41,6% kegemukan (19,2% gemuk dan 22,0% obesitas). Hal ini berada diatas angka Kota Surabaya berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 dalam Angka

Provinsi Jawa Timur sebanyak 22.2% gemuk (10,2% gemuk dan 12,0% obesitas).

SD Muhammadiyah 4 Surabaya merupakan salah satu sekolah yang telah menerapkan program makan siang sekolah. Asupan makan pada anak akan mempengaruhi status gizinya. Baik asupan ketika di rumah maupun di sekolah. Pada studi pendahuluan sebanyak 25% siswa mengikuti program makan siang sekolah dan lainnya membawa bekal dari rumah. Namun masih belum pernah dilakukan evaluasi terhadap menu yang diberikan kepada anak-anak. Masih perlu dilakukan penelitian untuk mengevaluasi menu baik dari program makan siang maupun dari bekal yang dibawa. Bila asupan gizi anak tidak seimbang maka akan berdampak pada status gizi anak.

### **1.3 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka rumusan dalam penelitian ini adalah "Apakah ada perbedaan asupan zat gizi dan status gizi antara anak sekolah dasar yang membawa bekal dengan anak yang mengikuti makan siang sekolah?"

### **1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Menganalisa perbedaan asupan zat gizi dan status gizi antara anak sekolah dasar yang membawa bekal dengan anak yang mengikuti makan siang sekolah.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik responden anak sekolah dasar yang meliputi jenis kelamin, usia, kelas, dan uang saku

2. Mempelajari asupan zat gizi disekolah dan dirumah pada siswa yang membawa bekal makan
3. Mempelajari asupan zat gizi disekolah dan dirumah pada siswa yang mengikuti program makan siang sekolah
4. Menganalisa perbedaan asupan zat gizi di sekolah dan di rumah pada anak yang membawa bekal dan mengikuti makan siang sekolah
5. Mengidentifikasi status gizi siswa (IMT/U)
6. Menganalisis perbedaan status gizi anak sekolah dasar yang membawa bekal dan mengikuti makan siang sekolah

#### **1.4.3 Manfaat Penelitian**

1. Memberikan informasi kepada responden tentang perbandingan jumlah asupan zat gizi dan status gizi antara anak sekolah dasar yang membawa bekal dengan anak yang mengikuti makan siang sekolah
2. Memberikan informasi kepada sekolah terkait perbedaan bekal makan dan program makan siang sekolah terhadap kebijakan program gizi, serta kepada penyedia layanan makan siang mengenai kebijakan dan evaluasi menu.
3. Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai gizi pelayanan makan sekolah terutama tentang perbedaan asupan zat gizi dan status gizi pada anak sekolah dasar yang membawa bekal dan mengikuti makan siang sekolah