

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara klasik gizi hanya dihubungkan dengan kesehatan tubuh, yaitu menyediakan energi, membangun, dan memelihara jaringan tubuh, serta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Tetapi, sekarang masa gizi mempunyai pengertian yang lebih luas; disamping untuk kesehatan, gizi dikaitkan pendapatan ekonomi, karena berkaitan perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktifitas kerja. Menurut Sunita Almatsier, (2009:4) Ilmu gizi merupakan ilmu yang relatif baru. Pengakuan pertama ilmu gizi sebagai cabang ilmu yang berdiri sendiri terjadi pada tahun 1926, ketika Mary Swartz Rose dikukuhkan sebagai Profesor Ilmu Gizi pertama di Universitas Columbia, New York, Amerika Serikat. Gizi mempunyai peranan yang sangat penting terutama dalam menentukan pertumbuhan dan perkembangan seseorang, khususnya bagi anak yang sedang mengalami pertumbuhan. Secara klasik kata gizi hanya dihubungkan dengan kesehatan tubuh, yaitu untuk menyediakan energi, membangun dan memelihara jaringan tubuh serta mengatur proses-proses kehidupan dalam tubuh. Menurut Irianto (2006 : 57) “ untuk menjaga dan mempertahankan fungsi tubuh maka perlu keseimbangan antara energi yang dikeluarkan (*calory output/ calory expenditure/* keluaran energi) dengan energi yang berasal dari makanan (*calory intake/ calory input/* asupan makanan)”. Energi tersebut berasal dari asupan makanan yang dikonsumsi sehari-hari, dan harus mengandung kecukupan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Komponen energi yang diperlukan untuk melakukan aktivitas sehari-hari merupakan hasil dari metabolisme bahan makanan yang dikonsumsi.

Sebagai aset bangsa, anak sekolah memerlukan asupan gizi yang cukup untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Pertumbuhan anak yang normal akan berlangsung dengan baik apabila ditunjang dengan asupan gizi dalam kualitas dan

kuantitas yang cukup. Kekurangan atau kelebihan gizi akan dimanifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang dari standar. Kecukupan gizi menggambarkan kondisi status gizi seseorang anak, yang menjadi tolok ukur untuk menilai pertumbuhan dan status kesehatannya (Maryani, dalam <http://etd.eprints.ums.ac.id/5570/1/J220050026.pdf>, diakses 20 Februari 2013).

Banyak penelitian yang menerangkan tentang pengaruh gizi terhadap kecerdasan serta perkembangan motorik kasar. Menurut Atmarita (www.kompas.com/12 oktober 2013) 62% lebih anak di perkotaan memiliki tinggi badan normal dari segi umur dan di pedesaan hanya 49%. Maka disimpulkan bahwa anak di perkotaan memiliki gizi yang lebih baik dibanding anak pedesaan. Pemberian makanan tambahan pada anak bertubuh pendek berusia 9-24 bulan mampu meningkatkan kemampuan belajar anak ketika berusia 7-8 tahun.

Dewasa ini Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, yakni masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan (sanitasi), kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan, dan adanya daerah miskin gizi (iodium). Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu yang disertai dengan minimnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang, dan kesehatan. Dengan demikian, sebaiknya masyarakat meningkatkan perhatian terhadap kesehatan guna mencegah terjadinya gizi salah (malnutrisi) dan risiko untuk menjadi kurang gizi.

Berlandaskan oleh latar belakang di atas maka di dalam makalah ini akan dibahas mengenai status gizi dan beberapa aspek yang berkaitan dengan status gizi. Akibatnya, anak dalam melakukan kegiatan eksplorasi lingkungan fisik di sekitarnya hanya mampu sebentar saja di bandingkan dengan anak gizi yang baik, yang mampu melakukannya dalam waktu yang lebih lama.

Salah satu akibat dari kekurangan gizi yaitu adanya gangguan pada struktur dan fungsi otak. Otak merupakan organ yang paling istimewa dibanding organ tubuh yang lainnya. Bersama sum-sum tulang belakang, otak membentuk sistem syaraf pusat yang akan mengatur segala eksistensi kita seperti *intelligen*, kepribadian, emosional, akal, spiritual dan jiwa. Tidak ada yang lebih utama untuk meraih kesuksesan hidup dari pada fungsi otak yang optimal. Pengoptimalan fungsi syaraf dalam otak dapat dilakukan melalui kecukupan zai gizi dan melalui aktivitas mental dan fisik. Terdapat lebih dari 100 milyar jaringan syaraf dalam otak yang integritasnya tergantung pada asupan zat gizi yang cukup dan juga aktivitas mental dan fisik. Sehingga kurangnya zat gizi yang dikonsumsi akan mempengaruhi fungsi jaringan syaraf pada otak.

Masalah gizi di Indonesia dan di negara berkembang pada umumnya masih di dominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), masalah Anemia Besi, masalah Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), masalah kurang Vitamin A (KVA) dan masalah obesitas terutama di kota-kota besar. Untuk tumbuh dan berkembang baik, anak memerlukan zat-zat yang berasal dari makanan yang mengandung zat gizi. Macam-macam zat gizi meliputi : karbohidrat, lemak, protein, garam mineral, vitamin, dan air. Zat-zat tersebut sangat di butuhkan oleh tubuh, sebagai sumber energi, pengatur fungsional organ-organ dalam sehingga dapat tercapai keadaan *homeostatis* (keadaan ditubuh makhluk hidup, yang mempertahankan konsentrasi zat ditubuh agar tetap konstan), dan sebagai zat pembangun, yaitu memperbaiki sel dan jaringan yang rusak. Status gizi merupakan ukuran keadaan gizi pada seseorang dan juga pada sekelompok masyarakat, dengan memperhitungkan kecukupan zat - zat yang diperoleh dari makanan sehari - hari. Selain itu status gizi akan memverminkan kualitas fisik seseorang. Status gizi kurang mencerminkan kualitas fisik yang rendah dan akan memberi dampak pada tingkat kebugaran jasmani, yang berakibat terhadap rendahnya kemampuan kerja. (Nurhasan, 2011 : 20-21)

Siswa di Sekolah Dasar Negeri Slopeng II ini kebanyakan cenderung acuh terhadap masalah asupan gizi seimbang, pola makan yang baik, jajanan sehat yang dikonsumsi serta kurang memperhatikan berat badan dan tinggi badan bagi para siswa, oleh karena itu saya mengambil judul penelitian” Evaluasi Status Gizi Siswa Kelas V di SDN Slopeng II. Supaya mereka lebih memperhatikan asupan yang mereka makan.

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

Untuk menghindari meluasnya lingkup pembahasan dalam penelitian ini maka perlu dikemukakan keterbatasan-keterbatasan sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya dibatasi pada Evaluasi Status Gizi Siswa berdasarkan Tinggi badan dan berat badan di SDN Slopeng II.

C. Rumusan Masalah

Bagaimana Status Gizi Siswa di Sekolah Dasar Negeri Slopeng II berdasarkan Berat badan dan tinggi badan?

D. Tujuan Penelitian

Adapun yang ingin di capai dalam penelitian ini :

Untuk mengetahui status gizi siswa di Sekolah Dasar Negeri Slopeng II berdasarkan Berat badan dan tinggi badan.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang evaluasi status gizi serta menambah pengalaman bagi peneliti dalam penyusunan sebuah karya ilmiah yang berupa skripsi.

2. Secara Praktis

a. Bagi Siswa

Memberikan pengetahuan tentang gizi yang baik.

b. Bagi Guru

Sebagai metode alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan status gizi.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan acuan dalam rangka mengevaluasi status gizi siswa.

