

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau kelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (*absorpsi*), dan penggunaan (*utilization*) zat gizi makanan yang dibedakan menjadi status gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih (Almatsier, 2009). Data dari WHO, pada tahun 2011 lebih dari 40 miliar anak pada usia dibawah lima tahun mengalami *overweight*. Awalnya *overweight* merupakan masalah yang terdapat pada negara yang berpenghasilan tinggi, namun sekarang telah meningkat kejadiannya pada negara yang berpenghasilan rendah dan menengah, khususnya di daerah perkotaan. Lebih dari 30 juta anak dengan *overweight* hidup di negara berkembang dan 10 juta terdapat di negara maju (WHO, 2013).

Data yang didapat dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi gemuk secara nasional pada anak umur 5-12 tahun menurut IMT/U masih tinggi yaitu 18,8%, terdiri dari gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Prevalensi gemuk terendah di Nusa Tenggara Timur (8,7%) dan tertinggi di DKI Jakarta (30,1%). Sebanyak 15 provinsi dengan prevalensi sangat gemuk diatas nasional, salah satunya provinsi Jawa Timur (Balitbangkes, 2013). Prevalensi obesitas pada anak usia sekolah dasar di Provinsi Jawa Timur juga mengalami peningkatan yaitu 12% pada 2010 dan tahun 2013 sebesar 12.4% (Kemenkes, 2010; 2013). Prevalensi obesitas di Kota Jember ketika dilihat dari data Dinas Kesehatan Kota Jember tahun 2016 menunjukkan angka 10% untuk anak usia sekolah dasar.

Status gizi pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu aktivitas fisik. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan kebutuhan energi, sehingga apabila aktivitas fisik rendah maka kemungkinan terjadinya *overweight* meningkat. Menonton tv dan mengakses internet merupakan salah satu bentuk bermain pasif yang membuat anak merasa bahagia dan senang. Kesenangan ini tidak selamanya berdampak positif bila dilakukan secara berlebihan. Menonton televisi berisiko menyebabkan *overweight*

karena aktivitas fisik ini telah mengambil waktu anak yang seharusnya bisa digunakan untuk melakukan aktivitas fisik. Penurunan aktivitas fisik akan berakibat menurunnya pengeluaran energi dan peningkatan simpanan lemak tubuh (Warmias dkk, 2016).

Terdapat perubahan pola bermain anak usia sekolah zaman dahulu dengan pola bermain anak usia sekolah zaman sekarang. Dahulu anak usia sekolah lebih banyak memiliki pola bermain aktif sedangkan anak usia sekolah sekarang lebih menggemari pola bermain pasif. Hal tersebut didukung oleh penelitian Arni Praesti, dari 77 siswa terdapat 19 siswa atau 24,7% yang memiliki pola bermain aktif, 47 siswa atau 61% yang memiliki pola bermain pasif dan 11 siswa atau 14,3% memiliki pola bermain yang seimbang antara aktif dan pasif (Praesti, 2015).

Kebiasaan konsumsi kudapan atau “ngemil” saat menonton televisi dan mengakses internet juga ikut menjadi faktor pendukung dalam kenaikan berat badan anak, karena jumlah energi yang masuk tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan. Gaya hidup yang tidak banyak bergerak atau *sedentary activity* ditambah dengan pola makan buruk yang tidak diimbangi serat (sayuran dan buah) dalam jumlah yang cukup, membuat menumpuknya lemak dengan gejala kelebihan berat badan (obesitas), terutama dibagian perut (Adam, 2007).

Intensitas perilaku menonton televisi memiliki hubungan yang signifikan dengan resiko obesitas pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-kanak Gugus VI Kecamatan Buleleng Bali. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisis korelasi *Pearson Product Moment* dengan nilai signifikansi 0,559 ($p > 0,05$). Anak-anak yang menghabiskan waktunya lebih dari 2 jam dalam menonton televisi memiliki resiko tinggi untuk mengalami obesitas dibandingkan dengan anak-anak yang lebih banyak melakukan aktivitas fisik (Warmias dkk, 2016).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wicaksono kebiasaan makan dan minum saat menonton TV dan bermain game kategori “Ya” pada responden yang *overweight* adalah sebanyak 42.9% (24 responden) dan pada kelompok normal adalah sebanyak 57.1% (32 responden). Sedangkan kebiasaan makan dan minum saat menonton TV dan bermain games katagori “Tidak” pada responden yang

overweight adalah sebanyak 70% atau 14 responden dan pada kelompok normal adalah sebanyak 30% atau 6 responden (Wicaksono, 2015).

Camilan atau *snack* adalah makanan ringan yang dikonsumsi diantara waktu makan utama. Camilan disukai oleh anak-anak dan orang dewasa, yang umumnya dikonsumsi kurang lebih 2-3 jam diantara waktu makan utama, yaitu pada pukul 10 pagi dan pukul 4 sore. Menurut jenisnya *snack* yang banyak beredar di pasaran saat ini adalah *snack* yang mengandung monosodium glutamate (MSG), kalori, lemak, dan zat-zat lain yang berbahaya (Trisnawati, 2015).

Berdasarkan permasalahan diatas dapat diketahui bahwa masih banyak anak usia sekolah yang tidak memiliki status gizi yang baik. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui apakah ada perbedaan status gizi anak sekolah berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV dan mengakses internet.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :
Apakah ada perbedaan status gizi anak sekolah berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV dan mengakses internet?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan status gizi anak sekolah berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV dan mengakses internet.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis status gizi anak usia sekolah dasar.
- b. Menganalisis durasi menonton TV dan mengakses internet anak sekolah.

- c. Menganalisis frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV dan mengakses internet.
- d. Menganalisis perbedaan status gizi berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV.
- e. Menganalisis perbedaan status gizi berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika mengakses internet.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Peneliti

Sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan mengenai perbedaan status gizi anak sekolah berdasarkan frekuensi konsumsi kudapan ketika menonton TV dan mengakses internet.

b. Mahasiswa

Memperoleh ilmu pengetahuan dan wawasan baru dalam ilmu kesehatan khususnya dalam bidang gizi serta dapat dijadikan referensi dan pertimbangan bagi yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

c. Subjek Penelitian

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan produktivitas sumber daya manusia dengan membantu dalam memperbaiki masalah status gizi pada anak yang tidak normal akibat aktivitas dan pola makan yang salah.