

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan gizi di Indonesia merupakan salah satu masalah kesehatan yang belum dapat ditangani hingga kini. Masalahan gizi di Indonesia mengalami permasalahan gizi ganda (*double burden*) yaitu gizi lebih dan gizi kurang yang dapat dialami oleh anak-anak (Fadilah dan Sefrina, 2022). Kelompok usia yang paling sering mengalami gizi buruk atau rentan gizi adalah usia balita karena kurangnya asupan makanan yang dibutuhkan (Hartono, 2017). Balita adalah usia anak di bawah lima tahun (Damayanti, dkk., 2017). Anak yang berusia 60 bulan sampai 72 bulan merupakan anak usia prasekolah (Menkes RI, 2014). Anak usia prasekolah merupakan anak berusia 3 sampai 6 tahun yang memiliki rasa tanggung jawab yang lebih dalam kegiatan hariannya dan memperlihatkan tahap yang lebih siap untuk dapat menjalin hubungan dengan orang lain (Wijirahayu dkk., 2016).

Prevalensi kasus gizi kurang pada balita di Indonesia yaitu 17% dan kasus gizi lebih 3,8%. Prevalensi balita *underweight* di Kalimantan Selatan tahun 2021 berdasarkan BB/TB sebesar 24,3%, sedangkan balita *overweight* sebesar 4,0% (SSGI, 2021). Sedangkan pada tahun 2022, prevalensi menurut BB/TB sebesar 22,1% dan *overweight* 3,8% (SSGI, 2022).

Berdasarkan data SKI 2023, status gizi anak usia 4-6 tahun menurut indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) yaitu anak memiliki status gizi normal 73,4%, status gizi kurus 10,2%, status gizi gemuk 12,7% dan obesitas 3,7%. Hasil data survey SKI 2023 balita di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu kurang 21,5% dan lebih 4,7%. Serta status gizi balita di Kota Banjarbaru yaitu kurang 16,1% dan lebih 4,2% (SKI, 2023).

Faktor penyebab kurang gizi telah dijelaskan melalui kerangka konseptual Unicef, yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung yaitu asupan gizi dan penyakit infeksi yang mungkin diderita anak. Faktor tidak langsung yaitu ketersediaan makanan, pola asuh anak, perawatan kehamilan dan lingkungan (Fathurrahman, 2021). Salah satu faktor penyebab tingginya angka penderita gizi buruk dan gizi kurang di Kalimantan Selatan, salah satunya akibat kurangnya asupan makanan bergizi baik oleh ibu maupun balita (Pencawan, 2016).

Dari semua faktor tersebut, faktor langsung yang sangat mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan (Supariasa, 2014). Asupan makanan memang secara langsung berpengaruh terhadap status gizi seseorang, namun demikian masih banyak ditemui balita yang memiliki asupan makanan yang belum sesuai dengan kebutuhannya (Suhartini, 2018). Asupan makan juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kegemukan, namun selain asupan lemak terdapat asupan karbohidrat, protein, konsumsi air dan zat gizi mikro lain yang juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas (Habibaturochmah dan Fitranti, 2014). Selain itu faktor keluarga dan lingkungan salah satu penyebab kekurangannya status gizi. Menurut Mandiangin, bahwa faktor sosial ekonomi keluarga menjadi penyebab kekurangan gizi pada balita, akibat kurangnya kemampuan membeli pangan yang cukup dan berkualitas (Mandiangin, dkk., 2023).

Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak (Ariani, 2017). Apabila konsumsi makanan pada seseorang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh, maka akan terjadi (*malnutrition*) atau disebut juga kekurangan gizi/gizi kurang dan kelebihan gizi/gizi lebih (Hartono, 2016).

Berdasarkan jenisnya, makanan yang baik adalah makanan yang mengandung zat gizi makro dan zat gizi mikro yang cukup untuk keperluan tubuh. Zat gizi makro diantaranya karbohidrat, lemak, dan protein (Fauziyah, dkk., 2022). Ketiga zat gizi ini merupakan zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar oleh tubuh dan sebagian besar berperan dalam penyediaan energi. Ketiga zat gizi ini memberikan energi agar kita dapat beraktivitas dan organ tubuh dapat menjalankan fungsinya (Rachmawati, dkk., 2023).

Asupan zat karbohidrat sangat penting untuk melakukan aktifitas tubuh dan karbohidrat juga dikenal dengan sebagai zat gizi makro sumber energi utama bagi tubuh, apabila kelebihan karbohidrat dapat mendorong metabolisme tubuh kearah biosintesis lemak. Di sisi lain, kekurangan karbohidrat berdampak pada menurunnya energi yang dihasilkan oleh glucagon. Kekurangan asupan karbohidrat akan memicu terjadinya kekurangan berat badan karena cadangan lemak yang ada di dalam tubuh terus berkurang (Rorimpandei, 2020).

Asupan protein juga merupakan zat gizi makro yang mempunyai fungsi khas yaitu untuk memelihara dan membangun sel-sel serta untuk jaringan tubuh. Pembentukan berbagai macam jaringan vital tubuh seperti enzim, hormone, antibody, juga bergantung tersedianya protein. Terpenuhiya asupan protein dengan benar pada anak akan mempengaruhi status gizi dan proses tumbuh kembang anak (Departmen dan Gizi Kesmas, 2009 dalam Caren, dkk., (2016). Adapun asupan lemak juga salah satu sumber energi bagi tubuh yang berpengaruh terhadap kegemukan (Fetiana, 2012). Konsumsi tinggi lemak dalam jangka waktu yang panjang dapat meningkatkan risiko terjadinya kegemukan (gizi lebih atau obesitas) dan meningkatkan berat badan, sehingga kandungan lemak pada makanan perlu diperhatikan (Widodo, 2014).

Kebutuhan gizi untuk anak pada awal masa kehidupannya merupakan hal yang sangat penting. Keadaan gizi yang buruk akan menurunkan daya tahan anak sehingga anak mudah sakit hingga berakibat pada kematian. Gizi buruk dapat terjadi pada semua kelompok umur, tetapi yang perlu lebih diperhatikan adalah pada kelompok bayi dan balita. Gizi kurang dan gizi buruk merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian, karena akan dapat menimbulkan the lost generation. Kualitas bangsa dimasa depan akan sangat dipengaruhi status gizi pada saat ini, terutama balita. Akibat gizi buruk dan gizi kurang mempengaruhi kualitas kehidupannya kelak (Emadwiandr, 2013).

Status gizi adalah suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Masalah gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan. Sebaliknya masalah gizi lebih disebabkan oleh asupan makanan berlebih, karena pada masa bayi terjadi adanya penimbunan lemak selama dua tahun pertama kehidupan bayi dan kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan (Isnaini 2015).

Status gizi balita merupakan hal penting yang harus diketahui pada setiap orang tua. Berdasarkan fakta bahwa balita kurang gizi pada masa emas bersifat irreversible (tidak dapat pulih) dan kekurangan gizi pada balita dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. Oleh sebab itu, balita dengan status

gizi kurang memiliki daya tahan tubuh yang lemah sehingga mudah terserang penyakit (Sholikah, dkk., 2017).

Status gizi seseorang sering dikaitkan dengan asupan makan sehari-hari, salah satu faktor langsung yang dapat mempengaruhi status gizi yaitu asupan energi dan asupan protein. Asupan energi dan protein akan terpenuhi apabila makanan yang disediakan memenuhi standar kualitas makanan yang baik. Yang dimaksud berkualitas adalah makanan yang bernilai gizi baik, bersih, aman, dan tidak berbahaya bagi kesehatan (Dewi, 2017).

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi asupan karbohidrat anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.
2. Mengidentifikasi asupan protein anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.
3. Mengidentifikasi asupan lemak anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.
4. Mengidentifikasi status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru .
5. Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.
6. Menganalisis hubungan asupan protein dengan status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.
7. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi dan pengetahuan khususnya bagi penulis tentang hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Hasil Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini semoga dapat memberikan informasi tentang hubungan zat gizi makro dengan status gizi pada anak pra sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru

2. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ataupun gambaran kepada orang tua agar memperhatikan tumbuh kembang anak, serta berperan aktif dalam pemantauan tumbuh kembang anak untuk mencegah status gizi kurang ataupun lebih dengan mengonsumsi makanan-makanan yang seimbang dan bergizi.

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai referensi tambahan bagi mahasiswa atau peneliti lain yang akan melakukan studi lanjutan dengan variabel serupa.

1.5 Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil penelusuran tentang "Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah di PAUD Sabila Banjarbaru" belum pernah dilakukan, namun terdapat penelitian yang hampir sama antara lain :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti/Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Nur Amaliah Ramadhani Nur, Burhanuddin Bahar, Djunaidi M. Dachan (2019)	Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Zat Gizi Mikro dengan Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kabere Kecamatan Cendana Kabupaten Enrekang	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas : asupan zat gizi makro • Jenis penelitian menggunakan <i>cross sectional</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat : status gizi • Teknik <i>total sampling</i> • Uji statistik <i>Rank Spearman</i>
2.	Hilda Kristia Margareta, Veni	Hubungan Pengetahuan Gizi,	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel status gizi 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik <i>total Sampling</i>

	Indrawati, Siti Sulandjari (2023)	Sikap Ibu dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak di SDN Gedangrowo Prambon Sidoarjo	<ul style="list-style-type: none"> • Variable bebas : asupan zat gizi makro • Jenis penelitian menggunakan <i>cross sectional</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Uji statistik <i>Rank Spearman</i>
3.	Adriana Natara, Inna Tri Siswati dan Almira Sitasari (2022)	Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro dengan kejadian Stunting pada Balita Usia 12-59 Bulan di wilayah kerja Puskesmas Radamata	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas : asupan zat gizi makro 	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat : status gizi • Teknik <i>total sampling</i>
4.	Baiq Qamariyah Triska Susila Nindya (2018)	Hubungan Antara Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Total Energy Expenditure dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel terikat status gizi • Variable bebas : asupan zat gizi makro • Jenis penelitian menggunakan <i>cross sectional</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik <i>total sampling</i> • Uji statistik <i>Rank Spearman</i>