

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Anak sekolah merupakan generasi penerus dan aset masa depan. Kualitasnya harus ditingkatkan sejak dini secara sistematis dan berkesinambungan melalui pemberian gizi yang optimal serta kuantitasnya tercukupi (Judarwanto 2006, hlm.1). Gizi penting bagi anak sekolah karena dapat meningkatkan kecerdasan dalam menunjang pertumbuhan secara fisik dan mental, selain itu menjadikan kondisi tubuh bugar dan optimal sehingga meningkatkan derajat status kesehatan (Moehji 2003, hlm.15).

Asupan zat gizi makanan seseorang dapat menentukan tercapainya tingkat kesehatan terutama bagi anak sekolah yang sangat memerlukan perhatian dalam pemenuhan kebutuhan gizi (Mutiara *et al.* 2014, hlm.24). Anak sekolah harus memenuhi kebutuhan zat gizi makro seperti karbohidrat sebesar 45-65% dari total energi, protein 10 - 25% dari total energi, lemak 25 - 40% dari total energi serta zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral (Devi 2012, hlm.4). Menurut Hadju (2013, hlm.1) kebutuhan energi yang dibutuhkan anak usia sekolah dasar (7-12 tahun) berkisar antara 1800 – 2200 kkal setiap hari.

Data RISKESDAS (2010, hlm.78-81) menunjukkan bahwa 44,4% anak sekolah memiliki tingkat konsumsi energi yang kurang dari 70% dan 59,7% tingkat konsumsi protein kurang dari 80% dari kebutuhan. Menurut Sulistyoningsih (2012, hlm.188), penelitian yang dilakukan terhadap 220 anak sekolah di lima SD di Jakarta didapat bahwa anak-anak masih mengkonsumsi energi di bawah 100% dari kebutuhan mereka dan 94,5% anak mengkonsumsi energi di bawah angka kecukupan gizi yang dianjurkan yaitu di bawah 1800 kkal. Rerata kecukupan konsumsi energi pada anak usia 7-12 tahun sebesar 71,6-89,1% dan sebanyak 44,4% anak mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal. Sedangkan rerata kecukupan konsumsi protein sebesar 85,1-137,4% dan 30,6% anak mengkonsumsi protein di bawah kebutuhan minimal. Di wilayah DKI

Jakarta, persentase anak usia 7-12 tahun yang mengkonsumsi energi sebesar 34,9% dan protein sebesar 21,1% (Depkes RI 2010, hlm.78-81).

Pola makan anak-anak terdiri dari tiga kali makanan lengkap, dua kali *snack* di antara waktu makan dengan susunan hidangan makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah serta memperhatikan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) (Soetardjo 2011, hlm.307). Makan pagi memberikan kontribusi energi dan zat gizi sebanyak 25%, makan siang sebanyak 30%, makan malam sebanyak 25%, selingan pagi dan sore masing-masing sebanyak 10% (Rohayati 2014, hlm.3).

Di antara makan pagi dan makan siang, makanan selingan dipilih menjadi hal yang utama mengingat beragamnya kesibukan seseorang serta untuk menghilangkan rasa lapar dalam waktu singkat apabila porsi makanan utama yang dikonsumsi belum mencukupi dan kebanyakan yang dikonsumsi oleh anak berupa makanan jajanan dengan frekuensi sebanyak 2-7 kali dalam sehari (Mutumanikam 2013, hlm.1-4). Golongan anak usia sekolah dasar lebih meluangkan waktu di luar rumah terutama di sekolah dan tempat bermain sehingga mempengaruhi kebiasaan waktu makan dimana anak lebih suka jajan daripada makan di rumah (Devi dalam Hapsari 2013, hlm.1).

Makanan jajanan dipersiapkan oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat umum yang di konsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (FAO dalam Judarwanto 2006, hlm.2). Anak sekolah setiap hari menghabiskan  $\frac{1}{4}$  waktunya di sekolah dan hanya 5% yang membawa bekal sehingga mereka lebih cepat terpapar makanan jajanan kaki lima (Judarwanto 2006, hlm.2).

Data yang diperoleh dari Survey Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) oleh BPS tahun 1999 menunjukkan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap konsumsi anak sekolah menyumbang 5,5% energi dan 4,2% protein (Saputra 2012, hlm.2). Hasil Survey Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2002 menunjukkan energi dari makanan jajanan menyumbang sekitar 25% dari Angka Kecukupan Gizi (Madanijah *et al.* 2006, hlm.31).

Data yang dilihat dari hasil Survey Sosial Ekonomi Nasional tahun 2004 menunjukkan bahwa pengeluaran keluarga untuk makanan jajanan di Indonesia mencapai 18,84% perkapita perminggu dari total pengeluaran untuk makanan dan minuman atau 10,36% dari total pengeluaran keluarga. Sejalan dengan penelitian

Komalasari pada tahun 1991 menyatakan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap pemenuhan gizi cukup penting, terutama rata-rata kebutuhan energi dan protein anak sekolah dasar dapat terpenuhi oleh makanan jajanan sekitar 36% untuk energi dan 30% protein (BPOM 2006, hlm.1).

Makanan jajanan sebagai faktor penting bagi pertumbuhan anak karena dapat menyumbangkan energi dan zat gizi yang dibutuhkan sehingga jajanan yang sehat akan mempengaruhi kualitas makan anak (Murphy & Allen dalam Hapsari 2013, hlm.1). Dampak positif dari makanan jajanan sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan energi karena aktivitas yang tinggi khususnya bagi anak yang tidak sarapan pagi. Namun demikian, apabila terlalu sering jajan dapat mengurangi nafsu makan anak di rumah dan banyak jajanan yang kurang memenuhi syarat jajanan yang sehat (Khomsan 2004, hlm.16).

Data BPOM RI (2009, hlm.3), menunjukkan bahwa 48% anak sekolah dasar mengaku sering jajan lebih dari 4 kali seminggu, 51% kadang-kadang jajan dalam seminggu dan hanya 1% yang tidak pernah jajan. Sebanyak 99% anak sekolah ternyata memilih jajan di sekolah. Penelitian Wijaya (2009 hlm.14), menyatakan beberapa alasan anak sekolah suka mengonsumsi jajan yaitu anak tidak menyempatkan sarapan, keinginan anak karena dengan jajan anak bisa mendapat uang saku, dan penambahan asupan yang berkaitan dengan aktivitas fisik.

Menariknya makanan jajanan kaki lima menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebanyak 36%, protein 29%, dan zat besi 52% (Judarwanto 2006, hlm.2). Anak sekolah rata-rata memilih makanan jajanan dengan kandungan energi dan protein yang rendah sehingga sumbangan energi dan protein dari makanan jajanan terhadap total konsumsi sehari masih rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Ulya (2003, hlm.88) di Jakarta Timur menunjukkan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap konsumsi sehari berkisar antara 10%-20%, yaitu kontribusi energi dari makanan jajanan sebesar 17,36%, protein 12,4%, karbohidrat 15,1% dan lemak sebesar 21,1% terhadap konsumsi sehari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alfiani (2012, hlm.iv) di Bogor didapat bahwa makanan jajanan secara keseluruhan memberikan kontribusi energi sebesar 19% dan protein 18,4%.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmi dkk pada (2005, hlm.55-59) juga menunjukkan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap keseluruhan energi sebesar 22,9% dan protein sebesar 15,9% pada anak sekolah dasar. Makanan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah terdiri dari makanan utama (20%), makanan ringan (54%), dan minuman (26%). Makanan utama sebagian besar merupakan *dish* menu seperti olahan beras, mie, bihun, daging, unggas, ikan, telur, sayuran. Kelompok makanan ringan yang paling banyak dijual adalah produk ekstrusi (*chiki-chikian*) sebanyak (32%), aneka gorengan (21%), dan jenis lainnya seperti chips, roti, wafer, permen, dan lain-lain. Pada kelompok minuman, yang paling banyak dijual adalah minuman es (41%) (BPOM 2009, hlm.3).

Prevalensi anak sekolah dasar yang menyukai jajan masih tinggi sebanyak 99% (BPOM 2009, hlm.3). Anak lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah, dengan begitu peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar kontribusi makanan jajanan anak sekolah terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari di SDN Serua 04 Ciputat, Tangerang Selatan.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Pemenuhan zat-zat gizi pada anak sekolah harus diberikan secara tepat dan cukup baik dari segi kualitas maupun kuantitas karena merupakan salah satu kelompok rentan gizi. Kebutuhan zat gizi anak dapat terpenuhi dari asupan makanan dan minuman baik yang dikonsumsi di rumah maupun di sekolah atau yang sering disebut makanan jajanan. Namun, pemenuhan kebutuhan gizi terutama energi dan protein anak sekolah masih rendah. Untuk itu, selama di sekolah selang di antara waktu makan pagi dan makan siang anak memerlukan tambahan asupan untuk sekedar mengurangi rasa lapar dalam waktu singkat dengan melakukan aktivitas jajan. Menurut BPOM dalam Fitri (2012, hlm.5), menunjukkan bahwa 78% anak sekolah jajan di lingkungan sekolahnya, baik di kantin maupun di luar sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2012, hlm.5), di salah satu SD di Jakarta Timur menyatakan bahwa lebih dari separuh siswa (64%) jajan ketika waktu istirahat berlangsung. Penelitian sebelumnya oleh Nofitasari dalam Yuliasuti (2012, hlm.2), terdapat 79% siswa di SDN Anyelir I Depok memiliki kebiasaan sering jajan. Kebiasaan mengkonsumsi makanan

jajanan sangat populer dikalangan anak sekolah akan tetapi, mereka belum biasa memilih dan mengonsumsi makanan jajanan dengan kandungan gizi yang baik, sehingga sumbangan asupan dari makanan jajanan terhadap konsumsi energi dan protein sehari masih rendah didukung dengan tingginya prevalensi anak yang menyukai jajan. Maka dari itu, makanan jajanan diharapkan dapat memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah terutama energi dan protein serta membuat peneliti berkeinginan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi makanan jajanan anak sekolah terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari di SDN Serua 04 Ciputat, Tangsel.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi makanan jajanan anak sekolah terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari di SDN Serua 04 Ciputat, Tangerang Selatan.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui hubungan karakteristik siswa meliputi usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua siswa di SDN Serua 04 Ciputat, Tangerang Selatan.
- b. Untuk mengetahui kebiasaan jajan siswa di SDN Serua 04 Ciputat, Tangerang Selatan.
- c. Untuk mengetahui asupan energi dari makanan jajanan.
- d. Untuk mengetahui asupan protein dari makanan jajanan.
- e. Untuk mengetahui hubungan kontribusi makanan jajanan terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari di SDN Serua 04 Ciputat, Tangerang Selatan.

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Bagi Sekolah**

Penelitian ini dapat membantu para guru untuk memberikan informasi kepada siswanya tentang kesehatan dalam memilih jajanan yang aman dan baik

untuk dikonsumsi, serta menjadi masukan pihak sekolah supaya lebih memperhatikan kebersihan makanan dan minuman yang di jual di kantin sekolah, serta kandungan gizi dari makanan jajanan tersebut.

#### **I.4.2 Manfaat Bagi UPN “Veteran” Jakarta**

Penelitian ini dapat memberikan masukan dan referensi ilmu yang berguna dan sebagai bahan pembelajaran dan memperkaya ilmu pengetahuan dari hasil penelitian.

#### **I.4.3 Manfaat Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan mengenai kontribusi makanan jajanan anak sekolah terhadap pemenuhan energi dan protein dalam sehari di SDN Serua 04 Ciputat, Tangsel.

