

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI ANAK KELAS IV DAN V SEKOLAH DASAR DI KELURAHAN MAASING KECAMATAN TUMINTING

Martha L. Bawuoh*, Nancy S.H. Malonda*, Nita Momongan**

*Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

**Akademi Gizi, Poltekes Manado

ABSTRAK

Bawuoh, M.L. Hubungan Antara Asupan Energi dengan Status Gizi Anak Kelas IV dan V Sekolah Dasar di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. Pembimbing: (I) dr. Nancy S. H. Malonda, MPH, (II) Nita Momongan, SST, SPd, MSi.

Banyak penelitian dilaporkan bahwa pada usia ini kebanyakan anak hanya mengonsumsi satu jenis makanan saja selama beberapa minggu. Bergesernya pola konsumsi tradisional ke pola konsumsi modern saat ini membuat para anak lebih memilih makanan yang mengandung lemak dan gula yang tinggi serta kurang serat, menyebabkan konsumsi energi lebih dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk umur mereka. Penelitian ini bertujuan untuk hubungan antara asupan energi dengan status gizi anak kelas 4 dan 5 SD di Kelurahan Maasing.

Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan pada bulan Januari-Mei 2013. Populasi anak kelas 4 dan 5 SD yang berjumlah 85 anak. Jumlah sampel penelitian 61 anak yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara, pengukuran tinggi dan berat badan, wawancara untuk kuesioner *food recall*. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dengan bantuan aplikasi SPSS pada $\alpha = 0,05$.

Hasil uji menunjukkan tidak ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi BB/U ($p=0,913$) dan hasil uji juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara asupan dengan status gizi BB/TB ($p=0,623$). Sesuai dengan hasil penelitian, maka peneliti menyarankan perlunya pemantauan status gizi secara rutin di setiap sekolah yang ada di Kelurahan Maasing.

Keyword: *Asupan Energi, Status Gizi, Anak Sekolah Dasar*

ABSTRACT

Many studies reported that at this age most children only eat one type of food for several weeks. Shifting consumption patterns traditional to modern consumption patterns now make the children choose foods that contain high fat and sugar and less fiber, causing more energy consumption than the recommended dietary allowance rate for their age. This study aimed to the relationship between energy intake and nutritional status 4th and 5th graders at Village Elementary Maasing.

This study was an observational analytic cross sectional study, conducted in January-May 2013. Populations 4 and 5 graders who are 85 elementary children. Total sample 61 children who meet the inclusion and exclusion criteria. Data were collected by interview, height and weight measurements, food recall interviews to questionnaires. Data analysis using the Spearman Rank test with the help of SPSS application on $\alpha = 0.05$.

The test results showed no relationship between energy intake and nutritional status BB / U ($p = 0.913$) and the test results also show that there is no relationship between the nutritional status asupan weight / height ($p = 0.623$). In accordance with the results of the study, the researchers suggest the need for routine monitoring of nutritional status in every school in the Village Maasing.

Keyword: *Energy Intake, Nutritional Status, Primary School Children*

PENDAHULUAN

Pola makan dan gaya hidup sehat secara umum diketahui sebagai prasyarat bagi kesehatan, yang didefinisikan sebagai usaha memajukan kualitas hidup, kesejahteraan, dan pencegahan terhadap

penyakit terkait dengan gizi. Pada banyak penelitian dilaporkan bahwa pada usia ini kebanyakan anak hanya mengonsumsi satu jenis makanan saja selama beberapa minggu. Data dari WHO (World Health Organization) menunjukkan bahwa pada tahun 2010, sekitar 43 juta anak mengalami obesitas dan 35 juta anak diantaranya ada di negara berkembang (Kompas, 2012). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada anak umur 6-12 tahun secara nasional sebesar 9,2%, sementara anak yang mengalami obesitas di Sulawesi Utara sebesar 6,4%. Berdasarkan riskesdas 2010 pun diketahui bahwa ada 7,6% anak umur 6-12 tahun yang kurus dan untuk Sulawesi Utara berada di bawah rata-rata tingkat nasional yaitu 5,4% yang kurus.

Bergesernya pola konsumsi tradisional ke pola konsumsi modern saat ini membuat para anak lebih memilih makanan yang mengandung lemak dan gula yang tinggi serta kurang serat, menyebabkan konsumsi energi lebih dari angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk umur mereka. Penelitian ini bertujuan untuk hubungan antara asupan energi dengan status gizi anak kelas 4 dan 5 SD di Kelurahan Maasing.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan cross sectional, dilaksanakan pada bulan Januari-Mei 2013. Populasi anak kelas 4 dan 5 SD yang berjumlah 85 anak. Jumlah sampel penelitian 61 anak yang memenuhi kriteria inklusi:

- 1) Mampu berkomunikasi dengan baik
- 2) Siswa bersedia menjadi responden

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Sakit dalam waktu 2 minggu terakhir.

Pengambilan data dilakukan dengan wawancara, pengukuran tinggi dan berat badan, wawancara untuk kuesioner food recall. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank dengan bantuan aplikasi SPSS pada $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

jenis kelamin perempuan merupakan distribusi terbesar dalam penelitian ini yaitu sebanyak 38 orang (62,3%), sedangkan responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 23 orang (37,7%). Berdasarkan umur, responden yang berumur 10 tahun merupakan distribusi terbesar (36,1%), sedangkan distribusi terkecil adalah responden yang berumur 8 tahun yaitu sebanyak 4 orang (6,6%). Sebagian besar ayah responden berprofesi sebagai seorang pedagang kecil (49,2%) dan yang berprofesi sebagai nelayan berjumlah 15 orang (24,6%), wiraswasta sebanyak 14 orang (23%) serta yang berprofesi sebagai PNS hanya 2 orang saja (3,3%). Semua ibu responden merupakan seorang ibu rumah tangga yang tidak memiliki pekerjaan. Berdasarkan latar belakang pendidikan ayah, responden yang memiliki ayah yang berlatar belakang pendidikan di bangku SD merupakan distribusi terbanyak dalam penelitian ini. Sebanyak 25 orang (41%) merupakan tamatan SD, sedangkan ayah dengan latar belakang pendidikan SMP sebanyak 10 orang (16,4%), SMA sebanyak 9 orang (14,8%), dan ayah responden yang tidak pernah bersekolah sebanyak 17 orang (27,9%). Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa responden yang memiliki ibu yang tidak pernah bersekolah ada sebanyak 27 orang (44,3%), yang berlatar belakang pendidikan SD ada sebanyak 11 orang (18%), berlatar belakang pendidikan SMP sebanyak 6 orang (9,8%), dan yang berlatar belakang pendidikan SMA ada sebanyak 17 orang (27,9%).

Asupan energi berkategori kurang (<80%) dari AKG ada sebanyak 21 orang (34,43%), berkategori cukup sebanyak 34 orang (55,74%), yang berkategori lebih sebanyak 6 orang (9,83%). Selanjutnya status gizi berdasarkan BB/U, responden berstatus gizi baik (85,2%), responden yang berstatus gizi kurang ada 7 orang (11,5%) dan yang berstatus gizi lebih ada 2 orang (3,3%). Kemudian untuk status gizi berdasarkan BB/TB, 91,8% responden berstatus gizi normal, 4,9% berstatus gizi kurus dan 3,3% lainnya berstatus gizi gemuk.

Hasil uji spearman, terlihat nilai koefisien korelasi sebesar -0,014 dan taraf signifikansi atau nilai p sebesar 0,913. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi BB/U dan kekuatan korelasi antar 2 variabel tersebut sangat lemah dengan arah hubungan yang berlawanan arah, dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hubungan Antara Asupan Energi dengan Status Gizi BB/U

| Variabel | <i>r</i> | p |
|-----------------------------------|----------|-------|
| Asupan energi Status gizi BB/U | -0,14 | 0,913 |

Hasil uji spearman, terlihat nilai koefisien korelasi sebesar -0,064 dan taraf signifikansi atau nilai p sebesar 0,623. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi BB/TB dan kekuatan korelasi antar 2 variabel tersebut sangat lemah dengan arah hubungan yang berlawanan arah, dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hubungan Antara Asupan Energi dengan Status Gizi BB/TB

| Variabel | <i>r</i> | p |
|------------------------------------|----------|-------|
| Asupan energi Status gizi BB/TB | -0,64 | 0,623 |

Hasil penelitian menggunakan uji Spearman, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan status gizi BB/U. Hal yang sama juga terjadi pada asupan energi dan status gizi BB/TB. Asupan energi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi BB/TB. Dalam uji spearman digunakan nilai asli dari pengukuran berat badan berupa nilai z-score anak tersebut. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pahlevi dan Indarjo (2012). Penelitian yang dilakukan pada anak kelas 4,5 dan 6 di Sekolah Dasar 02 Ngresep Banyumanik ini menemukan bahwa asupan energi berpengaruh pada status gizi BB/U.

Dalam keadaan normal di mana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terjamin, maka berat badan berkembang mengikuti pertumbuhan umur karena sifat berat badan yang sangat labil (Adriani dan Wiratmadji, 2012). Berat badan memberikan gambaran massa tubuh, dimana massa tubuh sangat sensitif terhadap perubahan-perubahan mendadak seperti terserang penyakit infeksi. Dalam studi jangka panjang, berat badan berlebih pada anak dapat menurunkan umur harapan hidup karena dapat merupakan cikal bakal terjadinya penyakit degeneratif seperti kardiovaskuler yang dapat timbul sebelum atau sesudah masa dewasa (Nuryanto dkk, 2009).

Anak yang mengalami kurang gizi berisiko menjadi lebih mudah lelah, tidak dapat melakukan aktivitas fisik yang lama, tidak mampu berpikir dan mempunyai risiko menderita penyakit infeksi sehingga sering tidak masuk sekolah. Selain asupan energi, faktor aktivitas fisik anak juga berpengaruh terhadap status gizi anak tersebut. Ada anak yang melakukan aktivitas ringan seperti melihat-lihat buku, menonton TV, dan ada juga yang melakukan aktivitas berat seperti berlari, melompat dan melakukan gerakan-gerakan tubuh lain (Almatsier, 2011). Selain itu, faktor genetik juga berperan pada status gizi seorang anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Berdasarkan hasil penelitian, terdapat
- 2) Berdasarkan pengukuran status gizi berdasarkan parameter BB/U terdapat 7 orang responden berstatus gizi kurus, 52 orang bergizi baik, dan 2 orang bergizi lebih. Menurut parameter BB/TB terdapat 3 orang responden berstatus gizi kurus, 56 orang responden berstatus gizi normal dan 2 orang responden berstatus gizi gemuk.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat disarankan:

- 1) Bagi Puskesmas Tuminting masih perlu mengadakan tindakan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan seimbang bagi anak usia sekolah.
- 2) Perlunya pemantauan status gizi secara rutin di setiap sekolah yang ada di Kelurahan Maasing.
- 3) Perlunya diadakan penelitian lanjutan untuk mengetahui faktor-faktor lain yang berhubungan dengan asupan dan status gizi.

DAFTAR PUSTAKA

Adriana, M. Wirjatmadi, B. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Adriana M. & Wirjatmadi, B. 2012. *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Almatsier, S., Soetardjo, S., Soekatri, M. 2011. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Arisman. 2009. *Buku Ajar Ilmu Gizi. Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC

Barasi, M. E. 2009. *At a Glance Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga.

Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. 2011. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Departemen Kesehatan, 2010. *Tabel Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta .

Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA. 2010. *Kepmenkes RI. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Pada Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.

Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA. 2013. *Ancaman Tersembunyi Anak Indonesia*, (Online), (<http://www.gizikia.depkes.go.id/archives/2538>). Diakses pada 4 April 2013)

Gibney, MJ. Margetts, BM. Kearney, JM & Arab, L. 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC

Isdaryati, C. 2007. *Asupan Energi Protein, Status Gizi, Dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Arjowinangun I Pacitan*. (Online), (<http://isjd.pdii.lipi.go.id/index.php/Search.html?act=tampil&id=67324&idc=45>). Diakses tanggal 15 Maret 2013)

Jumirah, L, Zulhaida, Aritonang, E., 2009. *Status Gizi Dan Tingkat Kecukupan Energi Dan Protein Anak Sekolah Dasar Di Desa Namo Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan*, (Online), ([http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21060/1/ikm-jun2008-12%2520\(1\).pdf&ei=bz95udw8dclwrqfqz4daag&usg=afqjcnfxztgfrb5pxq_cgalsgflaauwzg&bvm=bv.45645796,d.bmk](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21060/1/ikm-jun2008-12%2520(1).pdf&ei=bz95udw8dclwrqfqz4daag&usg=afqjcnfxztgfrb5pxq_cgalsgflaauwzg&bvm=bv.45645796,d.bmk)). Diakses 3 April 2013)

Kartasapoetra, G, Marsetyo, H. 2008. *Ilmu Gizi. Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta

Kompas. 2012. *Anak-anak di Dunia Kian Gemuk*. (Online). (<http://health.kompas.com/read/2012/04/07/anak.anak.di.dunia.kian.gemuk>)

Nuryanto, Podojoyo, & Yulianto., 2009. *Studi Prevalensi Masalah Gizi Ganda Anak Sekolah Dasar Dan Madrasah Ibtidaiyah Di Kota Lubuklinggau*. *Jurnal Pembangunan Manusia* Vol.9 No.3 (Online). (http://balitbangnovda.sumselprov.go.id/data/download/20130108172329.pdf&ei=yyPeUbmoHMOkigfMx4CwAw&usg=AFQjCNEzaw9oo8m0N_ZugzGUVa3EDCs5Zw&sig2=jFjNa9Ge8g2P2tKYCAv-XQ&bvm=bv.48705608,d.aGc). diakses 23 April 2013).

Pahlevi, A. & Indarjo S. 2012. *Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Kemas 7 (2) hal 116-120. (Online) (<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/view/1770>, diakses tanggal 15 Mei 2013).

Pudjiadi, S. 2005. *Ilmu Gizi Klinis Pada Anak Edisi Keempat*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Supariasa, IDN, Bakri, B & Fajar., 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC