

## BAB II

### TINJAUAN TEORI

#### A. Landasan Teori

##### 1. Status Gizi pada Anak Sekolah

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu status gizi kurang, gizi normal, dan gizi lebih (Almatsier, 2005). Status gizi yang baik dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan anak serta dapat membantu mendeteksi dini risiko terjadinya penyakit (Hidayat, 2008).

Status gizi dapat diukur dengan menggunakan antropometrik, yaitu berdasarkan tinggi badan menurut umur, berat badan menurut tinggi badan, berat badan menurut tinggi badan dan IMT menurut umur (Suharjo, 2010). Salah satu pengukuran antropometri yang paling sering digunakan untuk melihat pertumbuhan dan status gizi yaitu berat badan dan tinggi badan menggunakan tabel rujukan menurut Menkes RI 2011 dengan melihat Z-score (standar IMT/U), kemudian dikategorikan sesuai dengan kategori status gizi dan ambang batas, untuk mengukur IMT digunakan rumus sebagai berikut:

$$IMT = \frac{BB \text{ (Kg)}}{[TB \text{ (m)}]^2}$$

**Tabel 2.1 Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi Anak****Berdasarkan IMT/U**

Indeks	Kategori Gizi	Status	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Masa Tubuh Menurut (IMT/U) Anak umur 5-18 tahun	Sangat Kurus		< -3 SD
	Kurus		-3 SD sampai dengan < -2 SD
	Normal		-2 SD sampai dengan 1 SD
	Gemuk		>1 SD sampai dengan 2 SD
	Obesitas		>2SD

IMT menjadi pilihan utama untuk melihat status gizi karena beberapa alasan antara lain IMT diukur berdasarkan badan dan tinggi badan sehingga mudah terlihat perubahan dalam waktu yang singkat karena konsumsi makanan dan keadaan kesehatan, memberikan gambaran status gizi sekarang, umum dipakai di Indonesia, dan keterampilan pengukur tidak banyak mempengaruhi hasil pengukuran. Sedangkan tinggi badan juga memegang peranan penting dalam penentuan status gizi. Kesalahan penentuan akan menyebabkan interpretasi status gizi yang salah (Proverawati & Asfuah, 2009).

Anak SD merupakan anak dengan katagori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik. Usia anak SD yang berkisar antara 6 – 12 tahun yang memiliki perkembangan fisik, kognitif dan psikososial (Seifert dan Haffung, 2007). Dua peristiwa yang terdapat pada pertumbuhan dan perkembangan yaitu peristiwa percepatan dan perlambatan. Pertumbuhan itu sendiri merupakan bertambahnya jumlah dan besarnya sel diseluruh bagian tubuh sedangkan perkembangan

merupakan bertambah sempurnanya fungsi alat tubuh yang dapat dicapai melalui kematangan dan belajar wong (2000) dalam Hidayat (2008).

Status gizi anak usia sekolah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan. Oleh karena itu apabila status gizi anak usia sekolah tidak baik, maka akan menyebabkan beberapa masalah kesehatan seperti anemia, gondok, obesitas dan berat badan kurang (Merryana & Bambang, 2014). Dengan demikian anak usia sekolah sangat memerlukan asupan nutrisi sesuai dengan kebutuhannya untuk memperbaiki status gizinya.

Anak usia sekolah memerlukan porsi makan yang lebih banyak, karena anak dengan usia ini sangat banyak beraktivitas. Kebutuhan nutrisi yang disesuaikan dengan banyaknya aktivitas yang dilakukan oleh anak usia sekolah sangat mempengaruhi keaktifan anak pada saat proses belajar mengajar, contohnya pada saat proses belajar mengajar anak bisa lebih aktif bertanya, anak tidak mengantuk dan anak bisa fokus mendengarkan apa yang disampaikan gurunya (Merryana & Bambang, 2014).

Sehingga status gizi anak usia sekolah perlu diperhatikan untuk menunjang kondisi fisik otak yang merupakan syarat agar anak dapat mempunyai kecerdasan tinggi. Pada anak usia sekolah, status gizi merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia, karena sangat mempengaruhi kecerdasan, kreatifitas dan produktifitas. Sehingga upaya untuk meningkatkan status gizi pada anak usia sekolah dapat dilakukan sedini mungkin, karena pada usia ini anak

berada pada masa awal belajar yang nantinya dapat mempengaruhi proses belajar pada masa yang akan datang (Adriani dan Wirjatmadi, 2012).

## 2. Hubungan Faktor Ekonomi Keluarga dengan Status Gizi

Ekonomi keluarga adalah kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan seluruh anggota keluarganya Jelliefe dalam (Alatas, 2011). Keluarga sendiri merupakan institusi sosial paling kecil kehidupannya dari kehidupan di suatu bangsa (Tim Pengembang Ilmu Pendidikan UPI, 2007). Oleh karena itu kebutuhan pangan seluruh anggota keluarga dipengaruhi oleh pendapatan keluarganya.

Pendapatan merupakan kemampuan keluarga untuk membeli bahan makanan antara lain tergantung pada besar kecilnya pendapatan keluarga, harga bahan makanan itu sendiri, serta tingkat pengelolaan sumber daya lahan dan pekarangan. Keluarga dengan pendapatan terbatas kemungkinan besar kurang dapat memenuhi kebutuhan makanannya terutama untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuhnya. Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan kualitas dan kuantitas hidangan. Semakin banyak mempunyai uang berarti semakin baik makanan yang diperoleh. Dengan kata lain semakin tinggi penghasilan, semakin besar pula persentase dari penghasilan tersebut untuk membeli daging, buah, sayuran dan beberapa jenis bahan makanan lainnya (Sandra & Shafiq, 2012).

Besar kecilnya pendapatan keluarga dapat ditentukan berdasarkan penghasilan keluarga perbulan yang dapat ditentukan berdasarkan UMK. Berdasarkan Sri Sultan Hamengku Buwono X telah menetapkan besaran

Upah Minimum Provinsi (UMP) DIY 2015 melalui Surat Keputusan (SK) Gubernur DIY Nomor 252/Kep/2014 tentang Upah Minimum Kabupaten/Kota (UMK) 2015 di Sleman yaitu sebesar Rp 1.200.000 sebelumnya Rp 1.127.000 (Widiyanto, 2014).

Berdasarkan penelitian dari Sebataraja (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang nyata antara status ekonomi keluarga dengan status gizi anak. Amelia (2013) dan Khair (2010) pernah melakukan penelitian yang sama dan didapatkan hubungan yang nyata antara status ekonomi keluarga dengan status gizi anak usia sekolah. Jadi dapat disimpulkan keadaan ekonomi keluarga yang baik dapat menjamin terpenuhinya kebutuhan pokok setiap anggota keluarganya.

### 3. Hubungan Faktor Asupan Makanan terhadap Status Gizi

Makanan merupakan salah satu kebutuhan pokok yang di butuhkan tubuh setiap hari dalam jumlah tertentu sebagai sumber energi dan zat-zat gizi. Penentuan kebutuhan zat gizi didasarkan pada angka kecukupan gizi (AKG). AKG adalah banyaknya masing-masing zat gizi yang harus dipenuhi dari makanan (departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2010).

Asupan makanan merupakan salah satu faktor tidak langsung dari status gizi. Selain itu asupan makanan merupakan faktor utama yang berperan terhadap status gizi seseorang. Selain itu Depkes (2005) juga menjelaskan, kualitas pertumbuhan anak usia sekolah dapat dipengaruhi oleh status gizi dan pemenuhan nutrisinya. Apabila kebutuhan nutrisi

seorang anak tidak atau kurang terpenuhi maka dapat memperlambat pertumbuhan dan perkembangannya sehingga dapat berpengaruh juga pada proses belajar anak. Untuk menilai status gizi seseorang dapat dilakukan melalui penilaian konsumsi pangan individu, kemudian di kategorikan apakah individu tersebut tergolong dalam status gizi kurang, baik, atau lebih (Depkes, 2010)

Masalah gizi itu sendiri berawal dari kekurangan nutrisi atau karena diet yang tidak adekuat serta karena kurangnya porsi makanan yang di konsumsi. Anak yang tidak cukup makan atau nafsu makan anak yang berkurang dapat melemahkan daya tahan tubuh sehingga anak dapat dengan mudah terserang infeksi yang akhirnya dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi (Shetty, 2010). Hal ini diperkuat oleh beberapa penelitian yang sudah dilakukan oleh Hidayati (2010) dan Harahap (2012) dengan judul penelitian hubungan asupan makanan terhadap status gizi anak usia sekolah bahwa hasil yang di dapat yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan asupan makanan siswa SD.

Asupan makanan siswa dapat dihitung menggunakan rumus perhitungan nilai kalori makanan. Irianto (2006) mengemukakan cara untuk menghitung nilai kalori makanan diperlukan beberapa instrumen antara lain :

## a. Nilai kalori makanan

**Tabel 2.2. Nilai kalori makanan**

<b>Kandungan dalam makanan</b>	<b>Nilai kalori</b>
1 gram karbohidrat	4 Kalori
1 gram lemak	9 kalori
1 gram lemak	4 kalori

## b. Daftar komposisi bahan makanan (DKBM)

DKBM berupa tabel yang memuat berbagai jenis makanan beserta kandungan zat gizinya. Kandungan zat gizi yang terbaca dalam DKBM merupakan kandungan setiap 100 gram bahan makanan.

## c. Ukuran Rumah Tangga (URT)

URT berupa daftar takaran bahan makanan

Cara untuk menghitungnya yaitu dengan rumus:

$$\text{Karbohidrat} = A \times B \times C1$$

$$\text{Lemak} = A \times B \times C2$$

$$\text{Protein} = A \times B \times C3$$

kemudian dari hasil perhitungan ketiga rumus tersebut dijumlahkan, sehingga didapatkan hasil nilai kalori makanan yang dimakan.

Keterangan:

A : Bahan yang dapat dimakan (tabel DKBM)

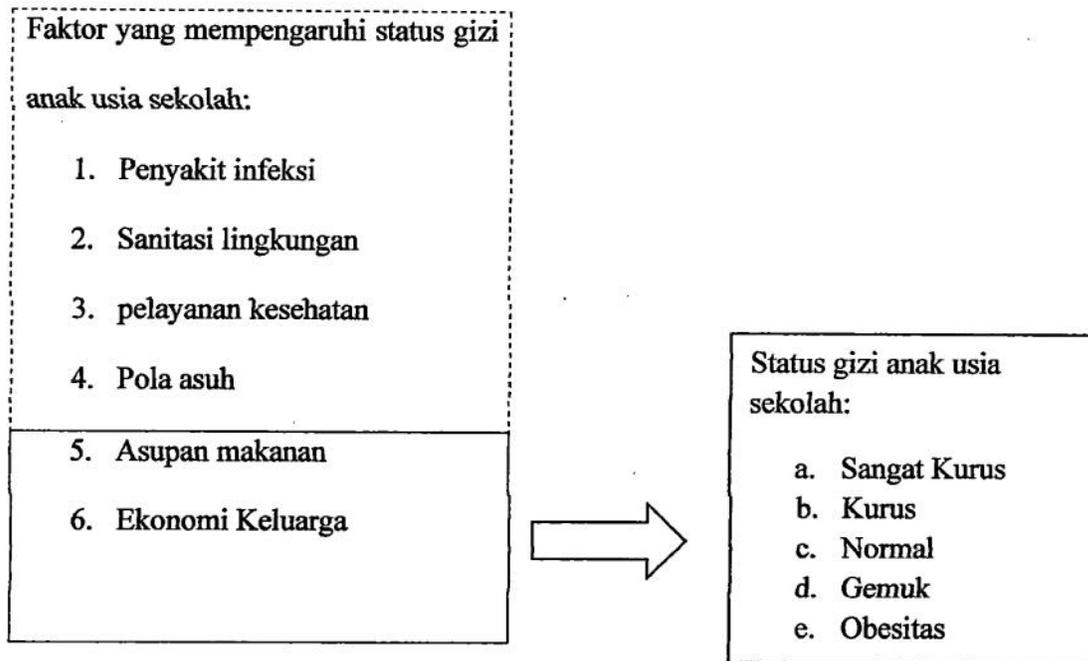
B : Banyak/berat makanan yang dimakan (tabel URT)

C1 : Banyak/berat karbohidrat yang terdapat pada makanan tersebut  
(tabel DKBM)

C2 : Banyak/berat lemak yang terdapat pada makanan tersebut  
(tabel DKBM)

C3 : Banyak/berat protein yang terdapat pada makanan tersebut  
(tabel DKBM).

### B. Kerangka Konsep



Keterangan:

Variabel yang diteliti :

Variabel yang tidak diteliti :

**C. Hipotesis Penelitian**

- Ho : Terdapat hubungan antara asupan makanan dan ekonomi keluarga dengan status gizi anak usia sekolah.
- Ha : Tidak terdapat hubungan antara asupan makanan dan ekonomi keluarga dengan status gizi anak usia sekolah.