

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Beberapa orang, termasuk anak-anak berkebutuhan khusus, memiliki keterbatasan signifikan dalam area fundamental fungsi manusia. Mungkin sulit bagi penyandang disabilitas untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka serta mencapai potensi penuh mereka karena gangguan pada kemampuan fisik, mental, kognitif, atau sosial mereka. Orang-orang yang cacat fisik, terbelakang mental, terganggu emosinya, tuli, atau buta termasuk dalam kategori ini. Kebutuhan unik serta tidak biasa dari anak-anak berbakat, yang memiliki kecerdasan luar biasa, memerlukan perhatian dari spesialis terlatih (Dakkar, 2021).

Pada tahun 2021, satu miliar orang, atau sekitar 15% dari populasi global, akan dianggap cacat, menurut World Health Organization (WHO). Negara-negara berkembang merupakan rumah bagi 80% dari 15% tersebut (Pusladik, 2022). Statistik resmi yang diterbitkan oleh pemerintah di Indonesia menunjukkan jumlah anak berkebutuhan khusus di negara ini. Berdasarkan statistik terbaru, terdapat 1.544.184 anak di Indonesia yang berkebutuhan khusus. Kelompok usia 5–18 tahun mencakup 330.764 anak, atau 21,42% dari total anak. Hanya 85.737 anak dari total tersebut yang benar-benar bersekolah saat ini karena kebutuhan pendidikan mereka yang unik. Ada 285.982 individu di Sumatera Utara yang dianggap memiliki kebutuhan khusus, sebagaimana dilaporkan oleh Badan Pusat Statistik Sumatera Utara.

Status gizi seseorang dapat digambarkan sebagai tingkat kemampuan tubuh untuk menggunakan zat gizi yang dikonsumsinya. Keadaan gizi yang tidak

memadai, cukup, serta berlebihan berbeda satu sama lain. Keadaan gizi seseorang berhubungan langsung dengan apa yang dimakannya. Ketika zat gizi dipasok dalam jumlah yang cukup serta digunakan secara efektif oleh tubuh, kita mengatakan bahwa kita berada dalam status gizi yang baik, yang sering disebut status gizi optimal. Semua aspek kesehatan, termasuk perkembangan fisik, kematangan mental, serta potensi kerja, dapat berkembang dalam lingkungan seperti itu. Ketika tubuh tidak mendapatkan cukup zat gizi tertentu, maka dikatakan bahwa tubuh memiliki status gizi yang tidak memadai. Bila tubuh mendapat lebih banyak nutrisi daripada yang dibutuhkan, maka tubuh dikatakan memiliki status gizi berlebih (Deasy, 2021).

Agar tetap hidup serta melakukan tugas fisik, tubuh manusia membutuhkan energi. Menjaga asupan kalori serta pengeluaran energi tetap terkendali sangat penting untuk menjaga berat badan. Epidemik kelebihan gizi sering kali dimulai dengan makan berlebihan. Bila asupan kalori seseorang jauh lebih tinggi daripada laju metabolismenya, maka gizi berlebih akan terjadi. Ketidakseimbangan energi dapat mengakibatkan penambahan berat badan (Ayu, 2018).

Berbagai variabel dapat menyebabkan perubahan status gizi anak berkebutuhan khusus. Menurut (Shaluhayah, 2021) mengatakan bahwa faktor penentu yang memengaruhi status gizi anak meliputi kebiasaan makan, tingkat aktivitas fisik, serta kondisi sosial ekonomi. Pola makan merupakan faktor penentu status gizi anak yang signifikan. Oleh karena itu, pengaruh makanan serta aktivitas fisik dapat menyebabkan perubahan status gizi anak.

Berat badan anak dapat berfluktuasi tergantung pada kondisi gizi mereka. Obesitas ditandai dengan penumpukan lemak abnormal dalam tubuh serta

dikaitkan dengan risiko kesehatan yang serius (WHO, 2015). Jika asupan energi dari makanan ke dalam tubuh melebihi jumlah yang dibakar melalui aktivitas fisik, berat badan akan meningkat, serta kelebihan energi sebagian besar akan disimpan sebagai lemak tubuh. Sebaliknya, jika energi yang dikeluarkan melebihi asupan energi, berat badan akan menurun (Arsil, 2019).

Gangguan makan muncul dari beberapa faktor yang memengaruhi perilaku makan, seperti penggunaan makanan yang kekurangan gizi atau asupan makanan yang berlebihan. Gangguan makan tidak boleh dilihat sebagai kegagalan pribadi atau aktivitas yang disengaja, melainkan sebagai kebiasaan makan yang tidak normal dalam kehidupan seseorang. Beberapa penyakit modern telah dikaitkan dengan kebiasaan makan yang buruk dan asupan yang berlebihan. Jumlah kematian yang disebabkan oleh penyakit yang diakibatkan oleh kebiasaan makan yang buruk telah meningkat baru-baru ini (Fadillah, 2020).

Pola hidup masyarakat saat ini sebagian besar bersifat pasif, terkadang disebut sebagai gaya hidup yang tidak banyak bergerak. Hal ini disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik, yang dapat menyebabkan perubahan pada kondisi gizi seseorang. Selain itu, kesehatan gizi masyarakat dipengaruhi oleh kurangnya latihan fisik. Pengukuran antropometri, seperti Indeks Massa Tubuh (IMT), dapat digunakan untuk tujuan ini. Seseorang dengan status gizi yang berlebih memiliki kecenderungan terhadap penurunan aktivitas fisik, peningkatan kelelahan, serta peningkatan kerentanan terhadap rasa kantuk, berbeda dengan mereka yang memiliki status gizi yang optimal. Demikian pula, individu dengan status gizi yang tidak memadai dapat mengalami kelelahan karena asupan energi yang tidak mencukupi dibandingkan dengan kebutuhan energi mereka. Kondisi gizi

seseorang, baik itu kurang, berlebihan, atau normal, dapat berdampak pada tingkat aktivitas fisik yang mereka lakukan, serta sebaliknya. Namun demikian, kejadian ini tidak universal serta bergantung pada keterlibatan setiap orang dalam aktivitas fisik. Indeks massa tubuh yang lebih tinggi lebih mungkin terjadi pada mereka yang melakukan perilaku tidak banyak bergerak, seperti tidak berolahraga secara teratur. Tingkat aktivitas fisik seseorang dianggap berbanding terbalik dengan indeks massa tubuhnya (Mariyana, 2023).

Pada bulan Maret, peneliti di sebuah Sekolah Luar Biasa di Kabupaten Labuhanbatu Utara melakukan evaluasi pertama terhadap sepuluh siswa. Sepuluh anak berkebutuhan khusus dievaluasi menggunakan perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT); enam dari anak-anak ini dinyatakan mengalami obesitas, dua anak mengalami kekurangan berat badan, serta dua anak mengalami berat badan optimal. Kebiasaan makan yang buruk, termasuk konsumsi makanan ringan anak yang manis, junk food, serta waktu makan yang tidak teratur, menjadi penyebab obesitas pada enam anak tersebut. Kurangnya olahraga juga dapat menyebabkan obesitas pada anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa Labuhanbatu Utara.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan informasi yang diberikan, berikut ini adalah pernyataan masalah:

1. Apakah pola makan berpengaruh terhadap status gizi anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa negeri Aek Kanopan?

2. Apakah aktivitas fisik berpengaruh terhadap status gizi anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa negeri Aek Kanopan?

1.3 Tujuan Penelitian

Uraian permasalahan tersebut memberikan dasar untuk merumuskan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap status gizi pada anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa negeri Aek Kanopan
2. Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap status gizi pada anak berkebutuhan khusus di sekolah luar biasa negeri Aek Kanopan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Guru

Kami ingin menilai status gizi siswa dengan memeriksa korelasi antara konsumsi makanan, tingkat aktivitas fisik, serta status gizi menggunakan data serta referensi yang relevan.

1.4.2 Bagi Siswa

Dengan memperoleh informasi serta pengalaman praktis dalam domain ini, siswa belajar untuk menjaga pola makan seimbang serta latihan rutin.

1.4.3 Bagi Peneliti

Meningkatkan pemahaman peneliti serta memfasilitasi pengalaman penelitian baru, sekaligus memperoleh temuan penelitian untuk menyusun laporan tugas akhir.

1.4.4 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat UINSU

Mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat dapat menggunakan penelitian ini sebagai batu loncatan untuk penelitian di masa mendatang, dan juga akan menjadi sumber daya yang berharga bagi akademisi di seluruh dunia.

1.4.5 Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini memberikan data awal atau pendukung untuk status gizi anak-anak berkebutuhan khusus yang bersekolah di Sekolah Khusus Aek Kanopan, dan juga dapat memandu penelitian di masa mendatang tentang hubungan antara pola makan, olahraga, dan status gizi.

