

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebutuhan akan gizi seimbang sangat penting bagi anak sekolah agar mereka dapat mengembangkan potensinya secara maksimal. Kebutuhan tersebut dapat diperoleh dari asupan makanan yang cukup gizi dan cukup energi yang ada dalam berbagai macam makanan menurut PUGS (Pedoman Umum Gizi Seimbang)¹. Salah satu yang dianjurkan oleh PUGS pada TGS (Tumpeng Gizi Seimbang) adalah golongan ke VI yaitu susu. Susu yang biasa kita konsumsi biasanya dapat diperoleh dari hasil ternak dari sapi. Susu merupakan sumber protein hewani, lemak, karbohidrat, vitamin serta mineral. Susu kaya akan kandungan kalsium serta vitamin D dimana kalsium dan vitamin D ini merupakan salah satu faktor gizi penting untuk pertumbuhan tinggi anak. Sehingga walaupun bukan merupakan makanan utama, susu merupakan penyempurna yang cukup baik untuk asupan gizi seimbang bagi anak – anak dalam menjalani masa pertumbuhan mereka. 1 gelas susu (± 200 ml) mengandung 130 kkal, 7 gr protein, 7 gr lemak dan 9 gr karbohidrat. Protein dalam susu juga merupakan protein dengan kualitas sempurna karena mengandung asam amino *essential* dalam jumlah yang cukup.²

Kendati demikian, tidak semua anak – anak dapat mengonsumsi susu setiap harinya. Kendalanya bermacam – macam, mulai dari alergi³, tidak suka susu sampai ibunya takut anaknya menjadi gemuk dan sebagainya.⁴ Dari segi ekonomi juga banyak orangtua yang tidak mampu membeli susu untuk memenuhi kebutuhan standar gizi anaknya. Untuk kalangan menengah ke bawah kebutuhan akan susu biasanya diganti dengan air tajin sedangkan kandungan gizi air tajin sangat kurang dibandingkan kandungan susu.

Ada berbagai jenis susu yang dijual di pasaran. Susu yang banyak dijual di pasaran dapat berbentuk susu cair dan non cair. Sumber susu dapat berasal dari

hewani seperti susu sapi dan susu kambing sedangkan yang disebut sumber “susu” yang berasal dari nabati seperti susu kedelai. Susu cair juga dapat diolah dengan berbagai cara, contohnya susu pasteurisasi, susu steril, susu UHT (*Ultra High Temperature*) dan sebagainya. Kemudian ada susu bubuk, susu kental manis serta produk olahan susu seperti keju, yogurt, yakult dan es krim sebagai bentuk susu non cair⁵.

Walaupun banyak produk susu dan hasil olahannya dijual di pasaran, tingkat konsumsi susu maupun produk olahannya masih sangat rendah di Indonesia dibandingkan dengan negara – negara berkembang lain di Asia seperti Thailand, Vietnam dan India. Perbandingannya juga sangat jauh dibandingkan negara – negara maju seperti di negara – negara Eropa dan Amerika⁶. Rendahnya konsumsi susu di Indonesia terkait dengan masalah masih banyaknya penduduk yang kurang mampu untuk membeli pangan ini. Banyak masyarakat di Indonesia yang masih berada di bawah garis kemiskinan sehingga tidak mampu untuk sekedar membeli susu bagi anak – anak mereka.

Dengan mengadakan penelitian mengenai pola asupan susu dan hasil olahannya pada anak SD kelas 4 pada Sekolah Dasar Bunda Hati Kudus maka diharapkan hasilnya dapat memperjelas pentingnya konsumsi susu yang teratur sebagai salah satu sumber asupan gizi seimbang dan tambahan energi pada anak usia sekolah.

1.2 Perumusan Masalah

Dari uraian di atas, penulis mengajukan permasalahan sebagai berikut :

1.2.1 Pernyataan Masalah

Mengidentifikasi jumlah anak – anak yang rutin mengonsumsi produk susu dan hasil olahan susu serta hubungannya dengan pertumbuhan tinggi badan anak.

1.2.2 Pertanyaan Masalah

1. Berapa banyak responden yang mengonsumsi susu minimal 200 ml (cair) atau lebih dan hasil olahan susu (± 130 kkal) perhari?
2. Berapa banyak responden yang mengonsumsi susu kurang dari 200 ml (cair) dan hasil olahan susu (± 130 kkal) perhari?
3. Berapa banyak responden yang sama sekali tidak mengonsumsi susu dan hasil olahan susu dalam sehari?
4. Berapa banyak responden yang tidak minum susu sama sekali namun mengonsumsi hasil olahan susu (± 130 kkal) dalam sehari?
5. Apakah ada hubungan antara minum susu maupun mengonsumsi hasil olahan susu setiap hari dengan tinggi badan anak?

1.3 Hipotesis Penelitian

Adanya hubungan antara jumlah asupan susu dan hasil olahan susu dengan tinggi badan anak.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan jumlah asupan susu dan hasil olahan susu pada anak usia sekolah dengan pertumbuhan tinggi anak.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketuinya jumlah responden yang mengonsumsi susu dengan minimal atau lebih dari 200 ml (cair) dan hasil olahan susu (± 130 kkal).
2. Diketuinya jumlah responden yang mengonsumsi susu kurang dari 200 ml (cair) dan hasil olahan susu (± 130 kkal).

3. Diketuainya jumlah responden yang sama sekali tidak mengonsumsi susu dan hasil olahan susu dalam sehari.
4. Diketuainya jumlah responden yang tidak minum susu sama sekali namun mengonsumsi hasil olahan susu (± 130 kkal) dalam sehari.
5. Menganalisa hubungan antara jumlah minum susu dan konsumsi hasil olahan susu dengan tinggi badan anak.

1.5 Manfaat Penelitian

Menyadarkan masyarakat akan manfaat dan pentingnya konsumsi susu bagi pertumbuhan dan perkembangan anak – anak.