

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah tumbuh dengan kecepatan genetik masing-masing, dengan perbedaan tinggi badan yang sudah mulai tampak. Beberapa anak terlihat relatif lebih pendek atau lebih tinggi. Anak pada usia sekolah 6-12 tahun melewati sebagian besar waktu hariannya di luar rumah, seperti bermain dan olah raga. Waktu-waktu istirahat saat bermain dan berolahraga, biasanya digunakan untuk mengkonsumsi makanan dalam rangka memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi mereka (Sinaga, 2017).

Anak sebagai salah satu komponen generasi muda akan mempunyai peranan yang sangat besar dan menentukan masa depan bangsa. Kualitas anak-anak Indonesia merupakan penentu kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di masa mendatang. Pemenuhan zat-zat gizi pada anak sekolah harus diberikan secara tepat baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Hal ini dikarenakan anak sekolah termasuk ke dalam salah satu golongan yang rawan akan masalah gizi. Masalah gizi anak secara garis besar merupakan dampak dari ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi, yaitu asupan yang melebihi keluaran atau sebaliknya, di samping kesalahan dalam memilih bahan makanan untuk disantap (Ayu, I., Antari, S., Zaidah, U, 2023).

Masalah gizi adalah gangguan kesehatan dan kesejahteraan seseorang, kelompok orang atau masyarakat sebagai akibat adanya ketidakseimbangan antara asupan (intake) dengan kebutuhan tubuh akan makanan dan pengaruh

interaksi penyakit infeksi. Ketidak seimbangan ini dapat menyebabkan terjadi masalah status gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih yang umumnya banyak terjadi pada siswa sekolah dasar. Masalah gizi yang sering terjadi pada siswa sekolah dasar adalah kekurangan energi protein, anemia gizi besi, gangguan akibat kurang yodium, kekurangan vitamin A dan gizi lebih. Kekurangan energi protein dapat digolongkan menjadi kekurangan energi tingkat ringan dan kekurangan energi tingkat berat yaitu kwashiorkor dan marasmus. Kurang energi protein adalah salah satu masalah gizi kurang akibat konsumsi makanan yang tidak cukup mengandung energi dan protein serta gangguan kesehatan (Yulyastri & Widaryati, 2020).

Menurut hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi status gizi indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) pada anak Indonesia usia 5 – 12 tahun sangat kurus sebanyak 2,4%, kurus sebanyak 6,8%, gemuk 10,8%, dan obesitas sebanyak 9,2% (Hanim et al., 2022). Berdasarkan hasil Riskesdas Jawa Tengah 2018 menunjukkan prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5 – 12 tahun sangat kurus sebanyak 2,09%, kurus sebanyak 6,46%, normal 71,31%, gemuk 11,06%, dan obesitas sebanyak 9,08%.

Pada tahun 2022, prevalensi masalah gizi di Indonesia menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Tingkat stunting mencapai 21,6%, menunjukkan jumlah anak yang mengalami pertumbuhan terhambat. Sementara itu, tingkat wasting mencapai 7,7%, yang mengindikasikan tingginya jumlah anak yang mengalami kekurangan gizi akut. Selain itu, 17,1% anak di Indonesia mengalami underweight, menunjukkan masalah

kekurangan berat badan yang serius. Di sisi lain, 3,5% anak mengalami overweight, menandakan adanya masalah gizi berlebih yang mulai muncul di kalangan anak-anak Indonesia. Dengan adanya statistik ini, perlu adanya perhatian dan tindakan lebih lanjut untuk mengatasi berbagai masalah gizi yang dialami oleh anak-anak di Indonesia (SSGI 2022).

Penelitian hasil Widiyanti et al.(2018) menunjukkan bahwa sebanyak 50,7% anak memiliki status gizi normal dan 49,3% memiliki status gizi obesitas. Sebanyak 54,2% anak usia sekolah dasar menyukai makanan manis dan sebanyak 49,3% menyukai makanan berlemak. Sebagian anak usia sekolah dasar memiliki ketersediaan makanan di rumah tergolong tidak sehat 50,2%. Hasil uji chi square diketahui bahwa tidak terdapat hubungan antara preferensi makanan manis maupun berlemak dengan status gizi anak ($p>0,05$). Terdapat hubungan signifikan antara ketersediaan makanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kota Yogyakarta ($p=0,031$) (Wikurendra, 2020).

Penelitian yang dilakukan juga oleh Hamzah et al. (2020) hasil penelitian yang telah dilaksanakan tentang pengaruh pola makan terhadap status gizi anak sekolah dasar yang dilaksanakan pada bulan maret tahun 2020, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara pola makan terhadap status gizi anak Sekolah Dasar Negeri 1 Pangkajene Kabupaten Sidrap tahun 2019, didapatkan nilai sig = $0.550 > 0,05$ (Hamzah et al., 2020).

Status gizi berpengaruh pada tingkat kecerdasan anak. Kelompok anak usia sekolah dalam siklus pertumbuhan dan perkembangan memerlukan unsur gizi dengan jumlah yang lebih besar dari kelompok umur yang lain. Pertumbuhan normal tubuh memerlukan nutrisi yang memadai, kecukupan energi, protein, lemak dan suplai semua unsur gizi pokok yang menjadibasis pertumbuhan (Indriyani, 2015).

Penyebab terjadinya masalah gizi pada anak bisa disebabkan oleh beberapa faktor antara lain meliputi pola makan pagi, pola asuh, penyakit infeksi, tingkat pendapatan dan ekonomi keluarga, tingkat pendidikan dan pengetahuan. Pola makan pagi yang baik akan mempengaruhi gizi anak, peran orang tua sangat penting dalam mengatur pola makan pagi pada anaknya. Makan pagi adalah kebutuhan manusia yang seharusnya dilakukan secara teratur setiap pagi, untuk kebutuhan nutrisi dan perkembangan otak serta menghindari risiko anak kekurangan gizi dan obesitas (Yulyastri & Widaryati, 2020).

Masa anak-anak proses tumbuh kembang relatif stabil dibandingkan masa bayi atau remaja yang sedang mengalami pertumbuhan cepat. Pertambahan berat badan setiap tahun rata-rata sekitar 7 pounds (3-3,5 kg) dan pertambahan tinggi badan setiap tahun rata-rata sekitar 2,5 inches (6 cm). Walaupun pada masa ini pertumbuhan fisik anak relatif stabil, nafsu makan dan konsumsi makanan anak cenderung meningkat. Anak usia sekolah membutuhkan zat gizi yang memadai karena masih dalam masa pertumbuhan, membutuhkan banyak energi untuk beraktivitas, meningkatkan daya tahan

tubuh terhadap infeksi dan untuk pertumbuhan di masa remaja. Konsumsi makanan dan zat gizi yang adekuat memiliki peranan penting bagi anak usia sekolah untuk menjamin pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan anak yang optimal. Proses tumbuh kembang anak yang kuantitas yang baik serta benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna (Alifatul, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di SD Negeri 9 Boyolali pada 10 anak prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U menggunakan perhitungan Permenkes No. 2 Tahun 2020 dengan melakukan pengukuran Antropometri (BB, TB) didapatkan hasil bahwa status gizi dengan kategori baik sebanyak 9 anak (90%) dan status gizi dengan kategori Obesitas 1 anak (10%), jika dibandingkan dengan prevalensi dari Riskesdas 2018 menunjukkan status gizi dengan kategori obesitas sebanyak 9.2% dan prevalensi Riskesdas Jawa Tengah 2018 menunjukkan status gizi dengan kategori obesitas sebanyak 9.08%. Dari hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan jumlah anak yang mengalami obesitas lebih tinggi dari Riskesdas.

Hasil studi pendahuluan asupan makan pada 10 anak di SD Negeri 9 Boyolali dengan menggunakan *Food Recall* 24 jam, didapatkan hasil asupan energi dengan kategori kurang sebanyak 7 anak (70%) dan kategori normal sebanyak 3 anak (30%). Asupan protein dengan kategori kurang sebanyak 1 anak (10%), normal sebanyak 5 anak (50%) dan lebih sebanyak 4 anak (40%).

Asupan lemak dengan kategori kurang sebanyak 7 anak (70%) dan normal sebanyak 3 anak (30%). Asupan karbohidrat dengan kategori kurang sebanyak 4 anak (40%) dan normal sebanyak 6 anak (60%).

Hasil studi pendahuluan pola makanan jajanan pada 10 anak di SD Negeri 9 Boyolali didapatkan hasil mengonsumsi minuman kemasan sebanyak 5 anak (50%) dan mengonsumsi makanan siap saji sebanyak 10 anak (100%). Rata-rata siswa/i diatas membeli makanan jajanan sekali membeli 2 jajanan yaitu makanan kemasan sebanyak 1 dan makanan siap saji sebanyak 1. Minuman kemasan yang dibeli oleh siswa/i seperti soft drink. Sedangkan makanan siap saji yang dibeli oleh siswa/i seperti cireng, chiki, sosis so nice, tempura, burger mini dan roti sisir.

Mengingat pentingnya status gizi dan pola makan yang ditulis dan digambarkan pada latar belakang penelitian, dari hal itu maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Status Gizi dan Pola Makan Pada Siswa Kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Status Gizi dan Pola Makan Pada Siswa Kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali?”.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status gizi dan pola makan pada siswa kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui gambaran status gizi siswa kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali, dengan menggunakan indicator indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), Berat Badan menurut umur (BB/U), Tinggi Badan menurut umur (TB/U), Berat Badan menurut Tinggi Badan (BB/TB).
- b. Untuk mengetahui gambaran jumlah asupan zat gizi (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat) pada siswa kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali
- c. Untuk mengetahui gambaran kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan dan uang jajan per hari siswa kelas V & VI di SD Negeri 9 Boyolali.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi departemen kesehatan dan instansi terkait sebagai bahan masukan untuk lebih memperhatikan kesehatan anak.

Sebagai bahan informasi bagi pihak sekolah untuk memberikan masukan bagi orangtua siswa tentang pentingnya memperhatikan pola

makan siswa sesuai dengan tingkat kecukupan yang dianjurkan dalam rangka pencapaian status gizi yang baik.

2. Manfaat Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta wawasan Peneliti mengenai status gizi anak sekolah dasar dan pola makan siswa siswi SD Negeri 9 Boyolali.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan atau sumber referensi untuk melakukan penelitian sejenis, atau penelitian dengan variabel yang berbeda, sehingga melengkapi dan juga menjadi pembanding.