

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ikan memegang peranan penting dalam pemenuhan sumber gizi dan keamanan hidup bagi manusia pada negara berkembang (Hafludin, 2015). Protein ikan sendiri merupakan salah satu komponen yang sangat penting untuk negara kita, karena melihat dari negara yang memiliki jumlah penduduk yang tinggi, angka kecukupan proteinnya masih berada di kategori kurang atau rendah. (Rachmawati, dkk, 2023). Ikan sangat diharapkan menjadi sumber zat gizi untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan masyarakat (Anjarsari,2010).

Protein hewani juga dianggap sebagai protein yang lengkap dan bermutu tinggi, karena memiliki kandungan asam amino esensial yang lengkap dan susunannya mendekati apa yang diperlukan oleh tubuh (Adea, dkk, 2022). Kandungan protein ikan sangat mudah di cerna sehingga baik untuk sistem pencernaan manusia (Kresna, 2017).

Rekomendasi kebutuhan asupan protein hewani khususnya ikan anjuran yang disarankan sebanyak 2-4 potong ikan ukuran sedang atau setara dengan 80 – 160 gram porsi yang dianjurkan tersebut tergantung kelompok umur, dan kondisi fisiologis (Kemenkes, PGS, 2014). Angka kecukupan gizi memberikan anjuran untuk anak usia 7-9 tahun untuk mengonsumsi protein 40 gram perharinya atau setara dengan 1 potong sedang, untuk anak laki-laki usia 10-12 tahun dianjurkan untuk mengonsumsi protein 50 gram perharinya, dan anak perempuan usia 10-12 tahun dianjurkan mengonsumsi 55 gram perharinya (Permenkes, 2019).

Angka konsumsi ikan di Indonesia sebesar 56,48 kilogram (kg) per/ kapita pada 2022, jumlah ini meningkat 2,39% dibandingkan pada 2021 sebesar 55,16 kg/kapita. Provinsi Lampung merupakan salah satu provinsi yang memiliki angka konsumsi ikan terendah dengan angka 37,39 kg/kapita. Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) menargetkan konsumsi ikan nasional pada tahun 2022 sebesar 59,53 kg/kapita. Jika angka nasional konsumsi ikan sebesar 59,53 kg/kapita maka

dalam setahun setiap orang mengonsumsi ikan sebesar 163 gr/tahun dan untuk perhari bisa mengonsumsi 54 gr/hari.

Kekurangan protein akan menyebabkan resiko untuk mengalami gangguan tumbuh kembang pada anak, termasuk stunting dan juga menyebabkan menurunnya kekebalan atau imunitas. Kondisi kelebihan protein juga tidak menguntungkan tubuh, bahkan dapat menyebabkan gangguan seperti asidosis, diare, sembelit, dehidrasi, kenaikan amonia darah, kenaikan ureum darah dan demam (Iseu, dkk, 2022). Kekurangan protein dapat mempengaruhi status gizi. Hal ini dikarenakan protein didalam tubuh merupakan zat pembangun yang dibutuhkan untuk pertumbuhan, menggantikan sel-sel yang rusak, memelihara keseimbangan metabolisme tubuh, transport zat gizi dan pembentukan antibodi (Lilis Erdiana, 2021).

Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, apabila antara asupan gizi dan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi normal. Kandungan Zat Gizi setiap individu berbeda – beda, dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, berat badan dan tinggi badan (Ronitawati, 2023).

Prevalensi status gizi IMT/U menurut Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 di provinsi Lampung untuk angka normal 5-12 tahun kategori normal 69,2%, kategori kurus 6,8% dan kategori gizi lebih 12,3%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2018 Provinsi Lampung menjadi salah satu provinsi yang mempunyai prevalensi sangat pendek, mengenai prevalensi status gizi (TB/U) pada anak umur 5-12 tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Lampung 5,19, untuk di Kota Bandar Lampung dalam kategori sangat pendek 5,13%, kategori pendek 14,03% dan kategori 80,84%. Prevalensi Status Gizi (IMT/U) pada anak umur 5–12 tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Lampung. Prevalensi status gizi (TB/U) pada umur 5–12 tahun sangat pendek untuk anak laki-laki 5,09%, untuk anak perempuan 5,29%. Prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak 5–12 tahun di Provinsi Lampung 2,40%, kategori sangat kurus 1,73%, kategori kurus 0,76%, kategori normal 65,85%, kategori gemuk 12,20%, kategori obesitas 12,16%. Prevalensi status gizi IMT/U untuk kategori sangat kurus dengan untuk anak laki-laki dengan kategori sangat kurus 3,03%, dan untuk perempuan 1,73%.

Pentingnya pemenuhan asupan protein hewani yang terdapat ikan pada anak-anak untuk pertumbuhan dan perkembangan, serta status gizi dan masih rendahnya tingkat konsumsi ikan di Provinsi Lampung yang belum mencapai target Nasional. Usia anak sekolah dasar sering tidak memperhatikan asupan gizi yang seimbang, karena mereka belum sadar akan pentingnya kecukupan gizi bagi tubuh mereka sehingga meningkatkan resiko kekurangan atau kelebihan gizi dan akan berdampak pada status gizi anak. Ketertarikan dalam mengkonsumsi ikan perlu diperhatikan untuk mencegah kekurangan gizi pada anak sekolah dasar dan dibutuhkan pengukuran akan tingkat konsumsi ikan pada anak sekolah. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mempelajari gambaran konsumsi ikan dan status gizi pada siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Kemiling Permai Kota Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Uraian latar belakang diatas didapatkan dirumuskan masalah “Bagaimana gambaran konsumsi ikan dan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran konsumsi ikan dan status gizi pada siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui status gizi dengan indeks IMT/U pada siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung Tahun 2024
- b. Untuk mengetahui jumlah konsumsi ikan segar pada siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung tahun 2024
- c. Untuk mengetahui frekuensi ikan segar siswa pada kelas 5 di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung tahun 2024
- d. Untuk mengetahui jenis ikan segar yang dikonsumsi oleh siswa kelas 5 di SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai Bandar Lampung tahun 2024

D. Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi Sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan sekolah untuk mengetahui frekuensi makan, asupan dan status gizi anak yang dapat melakukan upaya preventif masalah gizi.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang konsumsi ikan, dan status gizi pada anak sekolah di SD Negeri 3 Bukit Kemiling Permai sehingga guru, staff dan orang tua akan memperhatikan konsumsi dan status gizi setiap anak.

3. Bagi Peneliti

Bagi peneliti ini dapat menjadi pengalaman serta pembelajaran yang berguna dalam menerapkan ilmu pengetahuan yang di peroleh selama kuliah dan menambah wawasan peneliti tentang ilmu gizi dan kesehatan masyarakat

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini tentang gambaran konsumsi ikan segar dan status gizi di SD 3 Bukit Kemiling Permai. Penelitian ini dilakukan karena menurut dari angka konsumsi ikan, Lampung merupakan salah satu provinsi yang angka konsumsi ikannya masih dibawah angka Nasional. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan April tahun 2024. Penelitian ini dilakukan pada siswa dan siswi SD Negeri 03 Bukit Kemiling Permai. Variabel yang diteliti meliputi status gizi, konsumsi ikan, frekuensi dan jenis ikan yang dikonsumsi pada anak. Pemilihan sampel anak sekolah dengan menggunakan metode *random sampling*. Instrument yang digunakan yaitu formulir *food frequency*, kuisioner dan pengukuran antropometri tinggi badan dan berat badan pada anak.