BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa sekolah dasar pada hakikatnya adalah suatu bagian dari sistem lembaga pendidikan yang berlangsung selama enam tahun pada saat anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun. Pada saat inilah anak-anak disebut sedang dalam masa anak sekolah, yakni fase atau waktu yang dikatakan sudah cukup matang dan pas untuk anak bisa mulai belajar atau bersekolah. Hal ini dikarenakan anak sudah bisa diberi arahan, diberi amanah atau tugas yang wajib dikerjakan, dan juga lebih mudah menyesuaikan diri dalam hal pembiasaan waktu belajar, waktu makan, waktu tidur dan waktu bangun pada situasi dan kondisi yang sesuai dibandingkan apabila anak-anak masih ada di masa prasekolah. Pada masa Sekolah Dasar inilah anak akan mengalami perubahan-perubahan yang sangat signifikan, baik secara mental ataupun secara fisik. Adapun perubahan pertumbuhan dan perkembangan fisik ini dipengaruhi juga oleh status gizi seorang anak (Ma'sumah et al., 2024).

Status gizi anak sekolah penting diperhatikan karena status gizi yang baik akan berdampak langsung terhadap kelangsungan pertumbuhan dan juga perkembangan anak. Termasuk dalam hal ini adalah perkembangan otak yang erat kaitannya dengan kemampuan kognitif anak dalam menerima dan menyerap materi pelajaran yang diberikan guru saat belajar di kelas. Disamping itu pula, status gizi anak yang rendah bisa membawa pengaruh negatif terhadap kualitas sumber daya manusia, seperti misalnya keadaan kekurangan gizi kronik juga berpengaruh terhadap penurunan capaian akademik siswa siswi di sekolah. Anak dengan status gizi kurang akan lebih mudah mengantuk dan kurang bersemangat, hal ini jelas akan membuat kegiatan belajar terganggu dan prestasi belajar yang menurun karena daya pikir yang menurun akibat pertumbuhan otak kurang optimal (Sa'adah et al., 2014).

Indonesia saat ini sedang mengalami masalah ganda (*triple burden of malnutrition*), yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Berdasarkan hasil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi status gizi berdasarkan

indeks IMT/U anak usia 5-12 tahun di Indonesia terdiri atas gizi buruk sebesar 3,5%, gizi kurang 7,5%, normal 69,4%, gizi lebih 11,9%, dan obesitas 7,8%. Prevalensi status gizi berdasarkan indeks IMT/U anak usia 5-12 tahun di Provinsi Lampung terdiri atas gizi buruk sebesar 3,8%, gizi kurang 6,8%, normal 69,2%, gizi lebih 12,3% dan obesitas 7,9%. Dalam hal ini diketahui bahwa masalah status gizi anak dengan prevalensi terbesar di Provinsi Lampung dengan indeks IMT/U adalah kurus dan gemuk (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Lampung tahun 2018, Prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U di Kota Bandar Lampung dengan kategori sangat kurus sebesar 1,73%, kurus 8,06%, normal 65,85%, gemuk 12,20%, dan obesitas 12,16%. Prevalensi anak dengan status gizi gemuk di kota Bandar Lampung menduduki urutan ke 5 tertinggi setelah Tulang Bawang, Kota Metro, Tulangbawang barat, dan Lampung Utara. Prevalensi anak dengan status gizi Obesitas di kota Bandar Lampung menduduki urutan tertinggi ke 1 (Kemenkes RI, 2018).

Munculnya masalah gizi disebabkan oleh banyak faktor, adapun faktor yang mempengaruhi secara langsung adalah asupan makanan dan penyakit infeksi, kedua faktor ini tidak muncul begitu saja, melainkan ada hal-hal yang melatarbelakanginya seperti faktor sosial ekonomi, faktor keluarga, dan faktor pengetahuan terkait gizi. Masalah gizi bisa timbul akibat adanya suatu ketidakseimbangan antara asupan yang masuk dengan kebutuhan gizi sehari anak tersebut. Ketidakseimbangan ini bisa menimbulkan kondisi status gizi kurang jika asupan yang masuk kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial dan status gizi lebih terjadi jika asupan yang masuk kedalam tubuh zat gizinya melebihi dari angka kecukupan gizi sehari, hal ini memicu terjadinya efek yang membahayakan selain daripada kondisi gizi lebih. Dengan demikian asupan yang kurang atau asupan yang berlebih memiliki dampak negatif bagi tubuh anak, sehingga dalam hal ini asupan penting untuk diperhatikan (Nova & Yanti, 2018).

Kementerian Kesehatan Indonesia telah berupaya dalam hal pencegahan dan perbaikan gizi melalui terbitnya sebuah pedoman gizi. Pedoman Gizi Seimbang (PGS) tahun 2014 adalah penyempurnaan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tahun 1995, yang isinya terkait pedoman diet sehat bagi semua kalangan termasuk dalam hal ini adalah anak sekolah. Meskipun begitu, pedoman ini belum dipergunakan sepenuhnya dalam kehidupan sehari-hari, terlebih dalam aspek konsumsi makanan yang sehat dan beragam, sehingga dalam hal ini sangat dibutuhkan sebuah instrumen praktis, mudah dan sederhana untuk menilai kualitas asupan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Amerika, Australia dan Thailand ternyata sudah dari lama mengembangkan dan memanfaatkan sebuah instrumen guna penilaian kualitas konsumsi makanan yang sesuai dengan pedoman makanan di negaranya sendiri. Instrumen ini disebut Indeks gizi seimbang (IGS). Di Indonesia, Indeks gizi seimbang biasa disebut Indeks Gizi Seimbang (Rahmawati et al., 2015).

Asupan anak sekolah sangat penting untuk diperhatikan, karena asupan anak akan mempengaruhi status gizi dari anak itu sendiri. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rachmayani, Kuswari dan Melani (2018) terhadap remaja putri di SMK Ciawi Bogor yang menyatakan bahwa hasil uji antara asupan energi dengan status gizi didapatkan $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$), yang artinya terdapat hubungan yang berarti antara asupan zat gizi dengan status gizi anak. Oleh karena itu dapat dikatakan jika asupan makan anak meningkat akan diikuti dengan peningkatan status gizi pula, begitupun sebaliknya.

Status gizi juga sangat penting untuk diperhatikan, karena status gizi dapat mempengaruhi prestasi belajar yang diperoleh siswa siswi. Hal ini didukung dengan hasil penelitian oleh Fauzan, Nurmalasari dan Anggunan (2021) terhadap siswa di SDN 13 Teluk Pandan, Pesawaran dengan hasil uji statistik didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,039$ ($p < 0,05$) yang artinya adalah terdapat hubungan yang berarti antara status gizi dengan prestasi belajar siswa. Hal ini dikarenakan asupan gizi berperan dalam capaian pertumbuhan tubuh yang optimal, termasuk dalam hal ini adalah pertumbuhan otak yang nantinya akan sangat menentukan kecerdasan seseorang. Adapun hasil akhir dari konsumsi gizi yang baik dan juga seimbang yaitu terjadinya peningkatan dalam hal kemampuan kognitif anak yang dapat dibuktikan dengan

meningkatnya nilai ujian anak di sekolah. Dalam hal ini, kondisi status gizi yang baik diharapkan akan bisa berdampak terhadap prestasi belajar yang baik pula.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Kualitas Konsumsi Makanan pada Asupan Anak Sekolah, Status Gizi dan Prestasi Belajar Siswa kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Adanya masalah status gizi di Kota Bandar Lampung yang didukung oleh penelitian mengenai hubungan antara asupan gizi dengan status gizi dan prestasi belajar siswa, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran kualitas konsumsi makanan pada asupan anak sekolah, status gizi dan prestasi belajar siswa kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diketahuinya gambaran kualitas konsumsi makanan pada asupan anak sekolah, status gizi dan prestasi belajar siswa kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Diketahuinya gambaran kualitas konsumsi makanan siswa siwi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung
- b. Diketahuinya gambaran status gizi siswa siswi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung.
- c. Diketahuinya gambaran prestasi belajar siswa dan siswi di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung.
- d. Diketahuinya gambaran tingkat pengetahuan tentang asupan gizi seimbang siswa dan siswi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan mahasiswa untuk lebih memahami pentingnya gizi seimbang, juga dapat dijadikan referensi tambahan di perpustakaan sebagai data untuk dijadikan bahan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Aplikatif

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

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan sekolah untuk mengetahui asupan dan status gizi anak agar dapat melakukan upaya preventif masalah gizi.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang asupan, dan status gizi anak sekolah di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung, sehingga guru, staff dan orang tua akan lebih memperhatikan asupan dan status gizi setiap anak.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif untuk mengetahui gambaran kualitas konsumsi makanan pada anak sekolah, status gizi dan prestasi belajar siswa dan siswi kelas V di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Penelitian dilakukan pada bulan April 2025 di SD IT Baitul Jannah Bandar Lampung. Variabel yang diteliti adalah kualitas konsumsi makanan, status gizi, prestasi belajar siswa, dan tingkat pengetahuan.