

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Status gizi merupakan gambaran yang didasarkan pada keseimbangan antara kebutuhan pangan dan gizi. Status gizi yang optimal berkontribusi terhadap penurunan risiko penyakit di masyarakat, baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Masalah gizi muncul dari berbagai faktor, termasuk kuantitas dan kualitas pangan, yang bergantung pada kondisi sosial ekonomi, kebiasaan pangan, tradisi budaya, pendidikan dan distribusi pangan. Selain itu, keadaan tubuh manusia mempengaruhi kemampuan mencerna, menyerap dan menggunakan nutrisi secara efisien. Kemampuan ini dapat dilemahkan oleh penyakit dan masalah metabolisme Almtsier, 2010 dalam (Zuhriyah, 2021).

Pada masa ini, tubuh serta otak sedang berkembang dengan pesat, oleh karena itu diperlukan adanya pemenuhan asupan gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan secara optimal, serta kemampuan berfikir, aktivitas fisik dan menjaga kebugaran tubuh sehingga bisa mendukung proses pembelajaran di sekolah. Permasalahan gizi bisa berdampak pada perkembangan dan pertumbuhan yang akan datang serta risiko penyakit yang meningkat. Masalah yang sering terjadi adalah penurunan fungsi kognitif, kekebalan tubuh, serta gangguan sistem proses metabolisme dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit infeksi dan ketidakseimbangan hormon pada anak yang kurus, dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes mellitus pada anak yang berbadan gemuk (Siswanto & Lestari, 2021).

Berdasarkan hasil SKI 2023 rata-rata Nasional mencatat prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun menurut indeks IMT/U yaitu prevalensi kurus 7,5% sangat kurus 3,5%, normal 64,4% gemuk 11,9 % dan sangat gemuk 7,8%. Hasil SKI 2023 rata – rata di Lampung menurut indeks IMT/U yaitu prevalensi status gizi kurus 6,8% sangat kurus 3,8% normal 69,2% gemuk 12,3% dan sangat gemuk 7,9%. Hasil Riskesdas tahun 2018, menunjukkan rata – rata prevalensi

status gizi di Lampung Selatan anak usia 5 – 12 tahun yaitu terdiri dari 1,24% sangat kurus, 7,42% kurus, 76,33% normal, 8,33% gemuk dan 6,68% sangat gemuk. Belum dilakukan penelitian di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan, peneliti melakukan pengujian terhadap 10 siswa hasil rata – rata di anak kelas V di SDN 2 Jatimulyo menurut indeks IMT/U yaitu prevalensi gizi buruk 20%, gizi lebih 10%, gizi kurang 10% dan gizi baik 60%. Dari hasil tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

Status gizi seseorang atau suatu kelompok dapat diketahui melalui pemantauan status gizi, yaitu dengan cara langsung (antropometri, klinis, biokimia, dan pemeriksaan biofisik) dan tidak langsung (survey konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi) (Putri & Rachman, 2023). Pengukuran dan penilaian status gizi anak sekolah dilakukan untuk memberikan gambaran status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) agar dapat mencegah dan menangani masalah gizi yang terjadi, baik kurang dan berlebihan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan melakukan pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) dengan metode antropometri (Muchtar et al., 2022).

Aktivitas fisik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi, dikarenakan dengan melakukan aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan metabolisme tubuh yang menyebabkan cadangan energi yang tertimbun dalam tubuh berupa zat lemak dapat terbakar sebagai kalori Dienen, 2014 dalam (Ovita et al., 2019).

Dalam penelitian sebelumnya penelitiannya hampir sama, namun terdapat pertanyaan yang berbeda Questionnaire for Children (PAQ-C) yang diberikan kepada anak kelas empat, lima, dan enam sekolah dasar. Kuesioner ini merupakan pertanyaan standar yang dibuat oleh Kowalski, Crocker dan Donen pada tahun 2004 (Fadhilah et al., 2021). Aktivitas fisik dapat meningkatkan fungsi fisiologi, daya konsentrasi, konsep diri dan perolehan prestasi akademik (Sulistia et al., 2018). Rendahnya tingkat aktivitas fisik dapat memengaruhi fungsi kognitif seperti memori kerja, motivasi belajar, dan konsentrasi. Memori kerja yang rendah mempersulit perolehan informasi baru akibatnya prestasi belajar menurun (Nadira & Daulay, 2022). Fungsi kognitif adalah pemrosesan masukan sensorik (taktil,

visual, dan pendengaran) yang harus diubah, diproses, disimpan, dan kemudian digunakan untuk melengkapi koneksi saraf agar manusia dapat memikirkan masukan sensorik (Pramadita et al., 2019).

Perkembangan kognitif merupakan tingkat berpikir anak yang dapat dikembangkan dengan baik melalui berbagai stimulasi yang diberikan. Jika status gizi anak baik, maka perkembangan mental anak juga akan baik. Anak-anak tumbuh dan berkembang dengan pesat, jadi jangan biarkan aktivitas fisik tubuh mengambil nutrisi penting yang diperlukan untuk perkembangan otak anak. Oleh karena itu, sangat dianjurkan untuk memberikan makanan bergizi yang tepat dan seimbang kepada anaknya. Apabila zat gizi terpenuhi maka anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik, serta minat belajar anak akan meningkat (Hasnidar, 2022). Aktivitas fisik yang melibatkan koordinasi gerakan tubuh membantu menjaga keseimbangan hormonal dan meningkatkan aliran darah ke otak, mengoptimalkan fungsi kognitif (Kanahayah et al., 2024).

## **B. Rumusan Masalah**

Hasil Riskesdas tahun 2018, menunjukkan rata – rata prevalensi status gizi di Lampung Selatan anak usia 5 – 12 tahun yaitu terdiri dari 1,24% sangat kurus, 7,42% kurus, 76,33% normal, 8,33% gemuk dan 6,68% sangat gemuk. Belum dilakukan penelitian di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan, peneliti melakukan pengujian terhadap 10 siswa hasil rata – rata anak kelas v di SDN 2 Jatimulyo menurut indeks IMT/U yaitu prevalensi gizi buruk 20%, gizi lebih 10%, gizi kurang 10% dan gizi baik 60%. Dari hasil tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

## **C. Tinjauan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum dari penelitian ini untuk diketahui gambaran status gizi, aktivitas fisik dan fungsi kognitif pada siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 2 Jatimulyo Lampung Selatan Tahun 2025.

## **2. Tujuan khusus**

- a. Diketahui gambaran status gizi pada anak sekolah kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan 2025
- b. Diketahui gambaran aktivitas fisik pada anak sekolah kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan 2025
- c. Diketahui gambaran fungsi kognitif pada anak sekolah kelas V di SDN 2 Jatimulyo Lampung Selatan 2025

## **D. Manfaat Penelitain**

### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi pembaca khususnya mahasiswa sebagai bahan bacaan gambaran status gizi, aktivitas fisik dan fungsi kognitif anak sekolah dasar.

### **2. Manfaat aplikatif**

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan untuk memberikan edukasi untuk pentingnya status gizi, aktivitas fisik terhadap fungsi kognitif anak sekolah dasar.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian di bidang gizi dengan menggunakan rancangan penelitian deskriptif untuk mengetahui gambaran status gizi, aktivitas fisik dan fungsi kognitif pada anak sekolah dasar. Variabel yang diteliti yaitu status gizi, aktivitas fisik dan fungsi kognitif. Instrument yang digunakan yaitu alat antropometri, kuesioner *Physical Activity Questionnaire for Children (PAQ-C)* dan IQ dengan metode *CFIT skala 2A*