

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anak-anak adalah aset berharga bagi masa depan suatu bangsa karena merupakan generasi penerus yang akan membentuk dan memimpin masyarakat di masa depan. Anak-anak berperan penting dalam pembangunan Indonesia selama 20 tahun kedepan menuju Indonesia Emas 2045, sehingga perlu dilakukan upaya untuk membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Visi dari Indonesia Emas 2045 terdiri dari 4 pilar di mana peningkatan derajat kesehatan dan gizi masyarakat menjadi salah satu target yang ingin dicapai sebagai upaya membangun sumber daya manusia yang berkualitas (Mughtar et al., 2022). Anak usia sekolah juga merupakan sumber daya manusia yang akan meneruskan pembangunan bangsa di masa mendatang Sumber daya manusia berkualitas digambarkan dari manusia yang sehat, cerdas dan produktif, sehingga indikator sumber daya manusia berkualitas dapat ditentukan dari pertumbuhan dan perkembangan anak-anak Indonesia. Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi oleh asupan zat-zat gizi baik jumlah maupun kualitasnya. Asupan zat gizi pada anak usia sekolah sangat penting diperhatikan karena anak usia sekolah merupakan kelompok yang rawan terhadap masalah gizi. (Mughtar et al., 2022).

Di antara anak-anak sekolah dasar masalah gizi disebabkan oleh kurangnya pengetahuan (Wahyu *et al.*, 2022). Gizi yang baik akan di kaitannya dengan kesehatan. Masalah gizi adalah pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang tidak

normal. Status gizi merupakan hasil akhir dari beberapa faktor yang mungkin saling berhubungan. Oleh karena itu, pemahaman bagaimana masalah gizi terjadi harus menjadi dasar untuk mengembangkan strategi pencegahan dan penanganan. Masalah gizi pada anak ada dua faktor yaitu: asupan makanan dan penyakit infeksi, asupan makan dan penyakit infeksi terkait dengan tingkat pengetahuan. Pengetahuan gizi akan berpengaruh pada asupan makanan seseorang yang hasil terakhir akan berpengaruh dengan asupan gizi. Pengetahuan yang kategori cukup mempengaruhi makanan menjadi cukup (Lestari.,*et.al* 2020).

Prevalensi *stunting* anak sekolah di Indonesia saat ini masih banyak permasalahan gizi pada anak di Indonesia, khususnya pada siswa sekolah dasar yaitu anak usia 5 hingga 12 tahun mengalami masalah gizi *stunting* yaitu 20,2%, berat badan kurang 9,4%, berat badan berlebih yaitu 11,8% dan obesitas sebesar 6,5%, prevalensi *stunting* 5 hingga 12 tahun di Indonesia yang mengalami masalah gizi (jangka pendek) akibat *stunting* adalah 18,7%, 11% kurus, dan 11,9% kelebihan berat badan. Obesitas menurun sebesar 7,8% (Kemenkes Bkpk, 2023).

Adanya peningkatan pengetahuan maka diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang lebih baik terhadap gizi dan kesehatan. Program pendidikan kesehatan dan gizi pada anak sekolah merupakan salah satu cara untuk menerapkan intervensi kesehatan global secara sederhana dan efektif untuk memperoleh pendidikan yang lebih luas (Pramono *et al.*, 2018). Pengetahuan gizi adalah pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan aman di konsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang

baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Lestari, 2020). Status gizi seseorang dipengaruhi oleh ketidakseimbangan antara asupan energi dan kebutuhan gizi (Putri *et al* 2021). Salah satu program pemerintah untuk mengatasi masalah gizi adalah Pedoman Gizi Seimbang. Pemerintah memberikan imbauan dalam 10 pesan mengenai gizi seimbang, termasuk membiasakan sarapan pagi. Penting untuk sarapan setiap hari untuk menjalani hidup sehat, meningkatkan pemahaman dan konsentrasi dalam beraktivitas, serta mencapai produktivitas kerja yang lebih baik dan optimal (Aulia *et al.*, 2021). Pengetahuan gizi diperoleh menjadi dasar bagi perkembangan kebiasaan makan anak. Pendidikan gizi di sekolah bertujuan untuk membekali anak dengan pengetahuan, sikap dan praktik terbaik mengenai asupan makanan. Selain itu, anak juga diharapkan mampu mempengaruhi keluarga dan anggota keluarganya untuk mengubah kebiasaan buruknya menjadi kebiasaan yang memenuhi syarat gizi. (Zulaekah, 2013).

Asupan energi sarapan merupakan zat gizi yang digunakan tubuh untuk melakukan aktivitas dan mencapai kesehatan yang optimal. Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. Energi yang diperlukan berasal dari zat gizi yang di konsumsi berupa karbohidrat, protein, dan lemak (Ferlina *et al.*, 2020).

GENIUS (Gerakan Edukasi dan Pemberian Pangan Bergizi untuk Siswa) merupakan kegiatan pemberian edukasi gizi dan pangan sekaligus pemberian kudapan yang dilakukan dengan makan bersama di sekolah dasar pada 10 provinsi di

Indonesia. Program GENIUS ini diselenggarakan oleh Badan Pangan Nasional (BAPANAS) dan Asosiasi Institusi Pendidikan Tinggi Gizi Indonesia (AIPGI) dan juga dilaksanakan oleh Perguruan Tinggi yang bekerjasama dengan Badan Pangan Nasional. salah satunya adalah Prodi Gizi Universitas Negeri Medan (BAPANAS & AIPGI, 2023). Salah satu sasaran dari pemberian edukasi adalah siswa, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sehingga diharapkan terjadi perubahan perilaku positif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Namun program ini belum melakukan analisis hubungan antara pengetahuan dan asupan energi pada analisis sekolah.

Salah satu lokasi yang ikut serta dalam program kegiatan GENIUS adalah SDN 020619 yang terletak di Kota Binjai, Provinsi Sumatera Utara. Dari hasil observasi yang dilakukan kepada 20 siswa SDN 020619 Binjai dengan menggunakan data sekunder hasil pengumpulan data pada bulan Oktober 2024 diketahui rata-rata asupan energi sarapan pada 20 siswa tersebut adalah 313.1 kkal. Apabila dibandingkan dengan energi pada AKG 2019 berdasarkan jenis kelamin untuk usia 10-13 tahun (laki-laki: 2000 kkal; perempuan: 1900 kkal) maka tingkat kecukupan kontribusi energi untuk sarapan (15-30% dari energi AKG), sebanyak 55% (11 orang) siswa masuk kategori kurang, 40% (8 orang) masuk kategori cukup, dan sebanyak 5% (1 orang) masuk katagori lebih. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian ini dengan judul “Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pangan Dengan Asupan Energi Sarapan Pada Siswa SD Negeri 020619 Binjai Dalam Program Genius”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, masalah penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih tinggi prevalensi masalah gizi pada anak seperti stunting, berat badan kurang, berat badan lebih dan obesitas.
2. Asupan energi sarapan pada anak masih kurang
3. Masalah gizi pada anak dipengaruhi oleh asupan energi dan pengetahuan gizi anak

## 1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah sangat diperlukan yakni untuk mempermudah dan menghindari kemungkinan terjadinya kesalahan dalam penafsiran judul, makan masalah – masalah dalam penelitian ini dibatasi pada:

1. Asupan energi hanya dibatasi dengan asupan energi sarapan.
2. Pengetahuan gizi dibatasi pada indikator sarapan dan kudapan, triguna makanan, boros pangan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
3. Sasaran dibatasi pada kelas 4-6 SD Negeri 020619 Binjai

## 1.4 Perumusan Masalah

Sesuai dengan uraian pada pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana karakteristik (usia, jenis kelamin, berat badan, uang jajan,/hari, pekerjaan orang tua pendidikan orang tua) siswa SD Negeri 020619 Binjai sebagai sasaran penelitian?

2. Bagaimana pengetahuan siswa SD Negeri 020619 Binjai tentang gizi?
3. Bagaimana asupan energi sarapan pada siswa SD Negeri 020619 Binjai?
4. Bagaimana hubungan pengetahuan gizi dan pangan terhadap asupan energi sarapan pada siswa SD Negeri 020619 Binjai?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui karakteristik (usia, jenis kelamin, berat badan, uang jajan, /hari, pekerjaan orang tua pendidikan orang tua) siswa SD Negeri 020619 Binjai sebagai sasaran penelitian.
2. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswa SD Negeri 020619 Binjai tentang gizi.
3. Untuk mengetahui asupan energi sarapan pada siswa SD Negeri 020619 Binjai.
4. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan pangan terhadap asupan energi sarapan pada siswa SD Negeri 020619 Binjai.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Sejalan dengan tujuan penelitian diatas, diharapkan penelitian ini akan memberi manfaat yaitu:

1. Ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan tentang gizi pada anak usia sekolah terutama kaitannya antara hubungan pengetahuan dengan status gizi pada siswa SD

## 2. Institusi dan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi institusi, yaitu SD Negeri 020619 Binjai, dan masyarakat mengenai pentingnya pengetahuan gizi dan pangan dengan asupan energi sarapan. Bagi pembuat kebijakan, diharapkan dapat menjadi acuan program kerja bidang kesehatan.

