

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permasalahan gizi di Indonesia tetap menjadi isu kesehatan yang belum teratasi hingga kini. Masalah ini meliputi kekurangan gizi serta kelebihan gizi, yang dapat dialami oleh anak-anak (Fadilah & Sefrina, 2022). Kecukupan gizi menjadi salah satu indikator utama dalam menentukan kesejahteraan dan kesehatan anak. Kesehatan serta kesejahteraan tersebut dapat diperoleh dengan memenuhi asupan gizi yang cukup, salah satunya melalui pola makan yang seimbang. Pola makan menggambarkan kebiasaan seseorang dalam mengonsumsi makanan pada waktu tertentu, mencakup jenis, porsi, dan frekuensi makan (Surijadi *et al.*, 2021). Sebaliknya, lemak sehat diperlukan untuk perkembangan otak dan sistem saraf. Oleh karena itu, pemahaman yang baik tentang hubungan antara asupan energi dan status gizi sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesehatan anak.

Penelitian menunjukkan bahwa asupan energi yang tidak seimbang dapat berdampak negatif pada status gizi anak. Misalnya, kekurangan protein dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan otot, sementara asupan karbohidrat yang berlebihan dapat meningkatkan risiko obesitas (Zulfikar *et al.*, 2023). Menurut Aulia (2022) kekurangan gizi dapat mengakibatkan dampak jangka pendek yang signifikan, seperti pertumbuhan fisik yang terhambat, penurunan daya tahan tubuh, serta kesulitan dalam belajar dan berkonsentrasi. Selain itu,

ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi dapat berdampak pada status gizi seseorang. Status gizi yang tidak sesuai dapat menghambat perkembangan kognitif serta aktivitas fisik anak. Kondisi ini juga dipengaruhi oleh pola konsumsi yang diterapkan (Demu *et al.*, 2023).

Berdasarkan data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023), menunjukkan bahwa prevalensi status gizi (IMT/U) pada anak usia 5-12 tahun untuk kategori sangat kurus sebesar 3,5%, kategori kurus 7,5%, kategori normal 69,4%, kategori lebih 11,9% dan kategori obesitas 7,8%. Di provinsi Sumatera Utara kategori sangat kurus sebesar 4,2%, kurus 5,2%, normal 72,2 %, kategori lebih 11,8%, kategori obesitas sebanyak 6,5%. Berdasarkan hasil observasi (April 2024) yang dilakukan pada 10 orang siswa kelas V di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan dengan melakukan pengukuran status gizi diperoleh bahwa sebesar 20% siswa termasuk gizi kurang, 20% siswa termasuk gizi baik/normal, 40% siswa termasuk gizi lebih dan 20% siswa termasuk gizi obesitas. Berdasarkan data tersebut, prevalensi masalah gizi pada anak sekolah dasar masih cukup tinggi, dengan banyak anak mengalami gizi berlebih dan obesitas.

Penelitian terbaru menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan energi dan status gizi anak sekolah dasar di berbagai daerah. Misalnya, anak usia sekolah 9-12 tahun di sekolah dasar wilayah pesisir Kota Mataram memiliki asupan protein yang sangat baik, meskipun masih terdapat beberapa anak dengan status gizi sangat kurus. Terdapat hubungan positif antara asupan energi dengan status gizi anak sekolah di wilayah tersebut (Yunita *et al.*, 2023). Penelitian di SD

Muhammadiyah Kabupaten Gresik (2023) menemukan hubungan signifikan antara asupan energi dan protein dengan status gizi anak sekolah dasar. Asupan energi yang cukup mendukung status gizi yang optimal, sedangkan asupan energi yang kurang berisiko menyebabkan gizi kurang (Sholikhah & Rahma, 2024).

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan lebih dalam mengenai bagaimana asupan energi mempengaruhi status gizi anak sekolah dasar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program intervensi gizi yang lebih efektif untuk meningkatkan status gizi anak di Indonesia. Asupan energi yang seimbang merupakan faktor kunci dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada masa kanak-kanak, kebutuhan zat gizi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta daya tahan tubuh. Zat gizi makro, seperti karbohidrat, protein, dan lemak, memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan energi serta berbagai fungsi vital tubuh. Ketidakseimbangan asupan energi dapat berdampak langsung pada status gizi anak, baik berupa gizi kurang, gizi berlebih, maupun obesitas (Khair & Muhsinin, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara asupan energi dengan status gizi anak sekolah dasar. Dengan mengetahui hubungan ini, diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya asupan energi yang seimbang dalam menjaga status gizi anak. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi orang tua, guru, dan tenaga kesehatan dalam mengatur pola makan anak agar sesuai dengan kebutuhan gizi yang dianjurkan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Tingginya prevalensi status gizi lebih.
2. Tingginya prevalensi status gizi obesitas.
3. Ketidakseimbangan asupan energi dan zat gizi makro yang mempengaruhi status gizi anak.
4. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya keseimbangan asupan energi terhadap status gizi.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Asupan energi dibatasi pada persentase (%) kecukupan energi berdasarkan hasil *food recall* 1x24 jam.
2. Status gizi dibatasi pada hasil *Z-Score* IMT/U (Indeks Massa Tubuh/Umur) berdasarkan pengukuran antropometri (BB/TB).
3. Subjek penelitian dibatasi pada siswa-siswi SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan kelas V dan VI yang berjumlah 51 orang.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana karakteristik anak sekolah dasar kelas V dan kelas VI SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan?

2. Bagaimana asupan energi anak sekolah dasar SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan?
3. Bagaimana status gizi anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan?
4. Bagaimana hubungan asupan energi dengan status gizi anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Karakteristik anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan.
2. Asupan energi pada anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan.
3. Status gizi pada anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan.
4. Hubungan asupan energi dengan status gizi pada anak sekolah dasar di SDN 101204 Kabupaten Tapanuli Selatan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi keluarga dan subjek terhadap status gizi anak yang diperoleh dari hasil penelitian lapangan ini.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi kajian perkembangan anak khususnya pada aspek status gizi.

2. Bagi Keluarga

Membantu masyarakat khususnya orang tua untuk mengembangkan pengetahuan agar memahami bahwa pemberian asupan gizi sangat berperan penting dalam status gizi anak.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberi pengetahuan dan pengalaman baru bagi peneliti.

