

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Anak Sekolah adalah anak usia 6-12 tahun dimana mereka duduk di bangku Sekolah Dasar yang sedang menjalani pendidikan dasar yang merupakan titik awal anak mengenakan sekolah. Anak usia sekolah dasar merupakan golongan anak yang berusia 6-12 tahun, periode ini dianggap mulainya tanggung jawab atas perlakuannya atau perilakunya yang berhubungan dengan orang tua, teman dan orang lain (Devi, 2019). Usia sekolah dasar adalah sebuah masa dimana anak memperoleh hal dasar pengetahuan untuk mencapai keberhasilan dan juga penyesuaian diri pada kehidupan dewasa sehingga memperoleh keterampilan tertentu. Masa usia sekolah dasar terbagi menjadi kelas rendah (kelas 1, 2, dan 3) dan kelas tinggi (kelas 4,5, dan 6) masa ini di tandai anak mulai memasuki bangku sekolah dasar, dan dimulai sejarah baru yaitu pengenalan (Nabilah, 2022).

Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa di masa depan yang akan menjadi penentu kualitas bangsa saat memasuki usia produktif. Anak merupakan aset sumber daya manusia (SDM) yang perlu mendapat perhatian, khususnya terkait status gizinya. Zat gizi memiliki peran penting dalam upaya meningkatkan kualitas SDM agar terbentuk individu yang sehat dan produktif (Inamah dkk., 2023). Pemenuhan kebutuhan zat gizi pada anak sekolah harus dilakukan secara tepat, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Hal ini disebabkan karena anak usia sekolah tergolong kelompok yang rentan terhadap permasalahan gizi. Secara umum, masalah gizi pada anak merupakan akibat dari

ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran zat gizi, yaitu ketika asupan melebihi pengeluaran atau sebaliknya, serta kesalahan dalam pemilihan jenis makanan yang dikonsumsi (Faradilah, 2024).

Status gizi merupakan indikator yang penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Status gizi merujuk pada kondisi yang ditentukan oleh keseimbangan antara pola makan dan tingkat aktivitas fisik., namun tidak hanya mencerminkan efek dari asupan gizi, tetapi juga efek lainnya seperti aktifitas, kebiasaan, dan juga penyakit (Rohmah dkk., 2022). Pada anak usia sekolah, defisiensi gizi dapat menyebabkan penurunan stamina, meningkatkan kelelahan, serta menyebabkan kerentanan terhadap penyakit. Kondisi ini berdampak pada tingginya angka ketidakhadiran di sekolah dan kesulitan dalam menyerap materi pembelajaran. Di sisi lain, status gizi berlebih pada anak turut meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif dan gangguan kesehatan lain pada tahap kehidupan selanjutnya. Gizi buruk yang berkepanjangan menyebabkan pertumbuhan anak terhambat. Demikian pula, kelebihan gizi yang terus-menerus dapat menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas pada anak-anak (Dai dkk., 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), anak-anak yang berusia antara 5 hingga 19 tahun yang sedang menuntut ilmu di sekolah sebanyak 390 juta mengalami kelebihan berat badan, 160 juta anak terkena obesitas, dan 190 juta mengalami kekurangan gizi. Diperkirakan stunting masih akan terus berlangsung di 11 negara di kawasan Asia Pasifik, terutama di negara-negara berkembang, pada tahun 2030, termasuk Indonesia. Malnutrisi merupakan kondisi yang

mencerminkan kurangnya atau lebihnya asupan energi atau zat gizi pada individu. Malnutrisi mencakup *undernutrition* (*stunting*, *underweight*, dan *wasting*), malnutrisi yang berhubungan dengan *macronutrient* dan *micronutrient*, aktivitas fisik dan diet yang berhubungan dengan penyakit (WHO, 2024).

Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dilakukan pada tahun 2023, pengukuran status gizi yang diukur dengan Indeks Massa Tubuh per umur (IMT/U) untuk anak-anak berusia 5-12 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa 7,5% anak mengalami kekurangan gizi, sementara 69,4% anak memiliki status gizi yang normal dan 11,9% anak mengalami kelebihan berat badan (*overweight*). Di provinsi Sumatera Utara, data IMT/U untuk anak usia yang sama menunjukkan bahwa 5,2% anak mengalami kekurangan gizi, 72,2% anak memiliki status gizi normal, dan 11,8% anak mengalami kelebihan gizi. Informasi ini memberikan pemahaman tentang kondisi gizi anak-anak di daerah tersebut, yang dapat menjadi dasar untuk perencanaan program kesehatan dan intervensi gizi yang lebih efektif di masa depan (Kemenkes RI, 2023).

Permasalahan gizi merupakan hambatan terhadap kesehatan dan kesejahteraan individu, kelompok, atau masyarakat disebabkan oleh asupan yang tidak seimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan tubuh, serta dipengaruhi oleh interaksi dengan penyakit infeksi. Asupan tidak seimbangan ini dapat memicu terjadinya gangguan status gizi, baik dalam bentuk gizi kurang maupun gizi lebih, yang umumnya banyak dialami oleh siswa sekolah dasar. Beberapa bentuk masalah gizi yang sering dijumpai pada kelompok ini antara lain

kekurangan energi, protein, anemia akibat defisiensi zat besi, akibat gangguan kekurangan yodium, kekurangan vitamin A, serta gizi lebih (Faradilah, 2024).

Energi merupakan semua makanan sehari-hari yang dipilih dengan baik dan akan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Makanan adalah kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan memerlukan pengolahan yang baik dan benar agar bermanfaat bagi tubuh, karena makanan sangat diperlukan untuk oleh tubuh, bila makanan tidak dipilih dengan baik, tubuh akan mengalami kekurangan zat-zat gizi esensial tertentu seperti karbohidrat, lemak, dan protein (E. B. A. Putri dkk., 2023). Penelitian yang dilakukan Ma'mun (2023) hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecukupan energi dengan status gizi. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan energi dan status gizi. Selain itu, hasil analisis bivariat pada tingkat kecukupan protein dengan status gizi juga menunjukkan nilai $p = 0,033$ ($p < 0,05$). Nilai tersebut mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecukupan protein dengan status gizi. (Ma'mun, 2023).

Aktivitas fisik berbanding lurus dengan kebutuhan energi dan zat gizi seorang individu. Semakin intensif aktivitas fisik, semakin besar pula kebutuhan energi dan nutrisi karena laju metabolisme tubuh akan bertambah (E. B. A. Putri dkk., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Tomasoa dkk. (2021) menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai $p = 0,024$, dimana nilai p lebih kecil dari α . Hal ini mengindikasikan bahwa adanya hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi. Anak yang jarang

berolahraga akan mengalami pengaruh terhadap berat badan dan kondisi gizi yang berlebihan. (Tomasoa dkk., 2021)

Pengetahuan mengenai makanan bergizi secara tidak langsung mempengaruhi pola makan anak yang berujung pada status gizinya, tidak hanya kekurangan namun juga kelebihan zat gizi, sedangkan status gizi merupakan kondisi tubuh yang terjadi akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi tersebut (Putri dkk., 2023). Studi yang dilakukan oleh Riamah dkk. (2023) menunjukkan hasil analisa menggunakan *chi-square* dengan α 0,05 dengan $df=2$ dan p value 0,000 ($p<0,05$) artinya adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan terkait gizi dengan status gizi pada anak usia sekolah (Riamah dkk., 2023).

Survei pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi dilaksanakan dengan mengukur tinggi badan, berat badan, serta menghitung indeks massa tubuh pada 15 siswa diketahui bahwa sebanyak 7 orang (46,7%) memiliki status gizi kurang, sebanyak 6 orang (40%) memiliki status gizi normal dan 2 orang (13,3%) memiliki status gizi lebih. Berdasarkan hasil perolehan data menggunakan kuesioner *Food recall* 24 jam diperoleh bahwa asupan energi pada siswa SD Negeri 040480 terdapat 5 orang (33,3%) memiliki asupan energi kurang, 7 orang (46,7%) memiliki asupan energi cukup dan 3 orang (20%) memiliki asupan energi berlebih. Dan asupan protein kurang sebanyak 6 orang (40%), normal sebanyak 4 orang (26,6%), lebih sebanyak 5 orang (33,4%).

Berdasarkan wawancara terkait aktivitas fisik menggunakan kuesioner didapatkan bahwa 9 orang (60%) memiliki aktivitas fisik yang tinggi, 4 orang

(26%) memiliki aktivitas fisik sedang dan 2 orang (14%) memiliki aktifitas fisik yang rendah. Hasil wawancara melalui kuesioner terkait pengetahuan gizi seimbang menunjukkan bahwa sekitar 80% siswa memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai gizi seimbang. Berdasarkan permasalahan tersebut serta dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang dapat memengaruhi status gizi, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka identifikasi masalah yang menjadi bahan penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Tingginya status gizi kurang pada anak usia sekolah
2. Adanya status gizi lebih pada anak usia sekolah
3. Banyaknya anak usia sekolah yang memiliki ketidakseimbangan asupan energi dan protein.
4. Tingginya aktivitas fisik pada anak usia sekolah yang tidak diimbangi dengan asupan energi dan protein yang cukup.
5. Kurangnya pengetahuan anak usia sekolah terkait gizi seimbang.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat begitu luasnya pokok permasalahan yang akan diteliti serta dibahas dalam karya tulis ini, maka penulis perlu melakukan pembatasan masalah.

Adapun pembatasan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Adapun faktor-faktor yang diteliti pada penelitian dibatasi pada asupan energi, asupan protein, aktivitas fisik dan juga pengetahuan anak terkait gizi seimbang.
2. Asupan energi dibatasi menjadi asupan energi berlebih, asupan energi cukup dan asupan energi kurang dan asupan energi sangat kurang berdasarkan *Food recall* 2 x24 jam
3. Asupan protein dibatasi menjadi asupan protein berlebih, asupan protein cukup dan asupan protein kurang dan asupan protein sangat kurang berdasarkan *Food recall* 2 x24 jam
4. Aktivitas fisik dibatasi dengan aktivitas ringan, aktifitas sedang dan aktifitas berat berdasarkan kuesioner *Physical Activity Level* (PAL)
5. Pengetahuan anak terkait gizi seimbang dibatasi dengan pengetahuan yang baik, cukup, kurang berdasarkan dengan kuesioner pengetahuan anak terkait gizi seimbang.
6. Subjek penelitian ini dibatasi pada anak usia sekolah yang duduk di kelas V dan VI di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana karakteristik responden pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
2. Bagaimana asupan energi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?

3. Bagaimana asupan protein pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
4. Bagaimana aktifitas fisik pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
5. Bagaimana pengetahuan terkait gizi seimbang pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
6. Bagaimana status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
7. Bagaimana hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
8. Bagaimana hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
9. Bagaimana hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
10. Bagaimana hubungan pengetahuan terkait gizi seimbang dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran?
11. Bagaimana hubungan asupan energi, asupan protein, aktifitas fisik, pengetahuan anak terkait gizi dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran.

1.5 Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, maka tujuan yang diharapkan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
2. Asupan energi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
3. Asupan protein pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
4. Aktifitas fisik pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
5. Pengetahuan terkait gizi seimbang pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
6. Status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
7. Hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
8. Hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
9. Hubungan antara aktifitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran
10. Hubungan antara pengetahuan terkait gizi seimbang dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran.

11. Hubungan asupan energi, asupan protein, aktifitas fisik, pengetahuan anak terkait gizi dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Akademik

Adapun manfaat bagi akademik adalah

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan dalam bidang ilmu gizi, terutama mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan status gizi anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi Kecamatan Naman Teran.
- b. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas permasalahan pada status gizi anak terutama dalam penelitian yang berkaitan dengan asupan energi anak, aktifitas fisik anak dan juga pengetahuan anak terkait gizi.

1.6.2 Bagi Penulis

Bagi penulis, penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengalaman dalam melakukan penelitian, meningkatkan keterampilan dalam mengumpulkan dan menganalisis data, serta memperluas wawasan terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi.

1.6.3 Bagi Sekolah

Adapun manfaat bagi sekolah adalah untuk memberikan gambaran mengenai status gizi anak usia sekolah di SD Negeri 040480 Desa Sukandebi, dan juga meningkatkan kesadaran guru dan tenaga pendidik di sekolah tersebut.