

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa dan generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh kembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik dan benar. Dalam masa tumbuh kembang terdapat pemberian nutrisi atau asupan makanan pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang (Februhartanty dan Iswaranti, 2004).

Menurut Anggaraini (2003), anak usia sekolah dasar mempunyai karakteristik banyak melakukan aktivitas jasmani. Oleh karena itu, pada masa ini anak membutuhkan energi tinggi untuk menunjang aktivitasnya. Energi dalam tubuh dapat timbul karena adanya pembakaran karbohidrat, protein dan lemak, karena itu agar energi tercukupi perlu pemasukan makanan memiliki nilai gizi yang tinggi. Pola konsumsi makan yang sehat dibutuhkan anak-anak untuk mendapatkan kecukupan gizi yang seimbang. Kecukupan gizi yang didapat melalui pola konsumsi makan yang sehat akan berpengaruh positif terhadap kesehatan serta tumbuh kembang anak.

Permasalahan yang terjadi pada anak sekolah dasar biasanya sulit makan atau tidak mau makan. Selain itu anak sekolah umumnya tidak pernah lepas dari makanan jajanan, karena anak pada usia SD belum dapat memilih jenis – jenis makanan yang bermanfaat. Sudah jelas umumnya mereka hanya mau membeli jajan atau makanan yang mereka senangi saja, misalnya

es, gula- gula, makanan makanan yang berwarna menarik padahal kurang nilai gizinya. Bahkan telah diteliti terdapat zat pewarna yang membahayakan. Menanamkan kepada anak tentang betapa pentingnya pola konsumsi makan yang sehat bagi tubuh mereka. Makanan apa saja yang harus dikonsumsi anak dan yang tidak boleh dikonsumsi harus ditanamkan sejak dini kepada anak agar ketika di sekolah atau bermain, anak tidak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat. Penanaman pola konsumsi makan yang sehat kepada anak dapat dilatih melalui pembiasaan di dalam keluarga. Pembiasaan pola makan yang sehat dapat diawali sebelum seluruh anggota keluarga menjalankan aktivitas yaitu melalui sarapan pagi. Pembiasaan sarapan pagi berguna untuk menunjang energi demi optimalnya aktivitas belajar anak di sekolah. Selain itu, anak harus dibiasakan untuk membawa bekal dari rumah. Hal ini berguna agar anak tidak membeli makanan yang kemungkinan tidak higienis. Makanan yang dibawa anak dari rumah juga harus mempunyai nilai gizi yang seimbang agar kecukupan gizi anak dapat terpenuhi.

Faktor kecukupan gizi pada anak-anak, ditentukan oleh kecukupan konsumsi makan, sedangkan pada masa tersebut anak cenderung lebih aktif untuk memilih sendiri makanan yang disukainya. Hal ini perlu diperhatikan, karena kebiasaan makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa kanak-kanak akan membentuk kebiasaan makan selanjutnya (Arsad Rahim, 2008).

Dari data Depkes (2010), ada beberapa faktor anak tidak memiliki cukup gizi yaitu (1) perubahan sikap anak terhadap makanan, (2) pemahaman orang tua yang terbatas mengenai kualitas makanan yang dikonsumsi anak sehari-hari, (3) Sulitnya anak untuk mengkonsumsi makanan bergizi, (4) status sosial ekonomi keluarga.

SD Negeri 105327 merupakan SD yang berada di Desa Perdamean kecamatan Tanjung Morawa. Berdasarkan hasil pengamatan penulis di SD tersebut banyak terdapat penjual makanan

jajanan seperti bakso, sosis, telur goreng yang dimakan dengan saus dan makanan jajanan lainnya yang tidak memiliki kandungan zat gizi, dan dari hasil wawancara penulis kepada siswa khususnya siswa kelas 3 kebanyakan dari mereka tidak sarapan pagi, tidak membawa bekal ke sekolah dan membeli makanan jajanan yang ada di sekolah. Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka peneliti mengangkat judul dari penelitian ini adalah **“ANALISIS POLA KONSUMSI MAKAN DAN KECUKUPAN GIZI SISWA SD NEGERI 105327 TANJUNG MORAWA”**.

#### **A. Identifikasi Masalah**

Sesuai latar belakang yang dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah yang berkenaan dengan penelitian ini, antara lain:

1. Bagaimana pola konsumsi makan siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?
2. Bagaimana kecukupan gizi siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?
3. Bagaimana peran orang tua dalam mengatur pola konsumsi makan anak di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?
4. Faktor- faktor apa sajakah yang mempengaruhi pola konsumsi makan siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?
5. Faktor- faktor apa sajakah yang mempengaruhi kecukupan gizi siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?
6. Bagaimana aktifitas siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?

#### **B. Pembatasan Masalah**

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

1. Pola konsumsi makan siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa.
2. Kecukupan gizi yaitu hanya dilihat dari kecukupan energi siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa.
3. Penelitian ini hanya terbatas pada siswa kelas III di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa.

### **C. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan pembatasan masalah, maka masalah penelitian ini di rumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana Pola konsumsi makan siswa dan di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa?
2. Bagaimana kecukupan gizi siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan judul penelitian ini maka yang akan menjadi tujuan penelitian adalah :

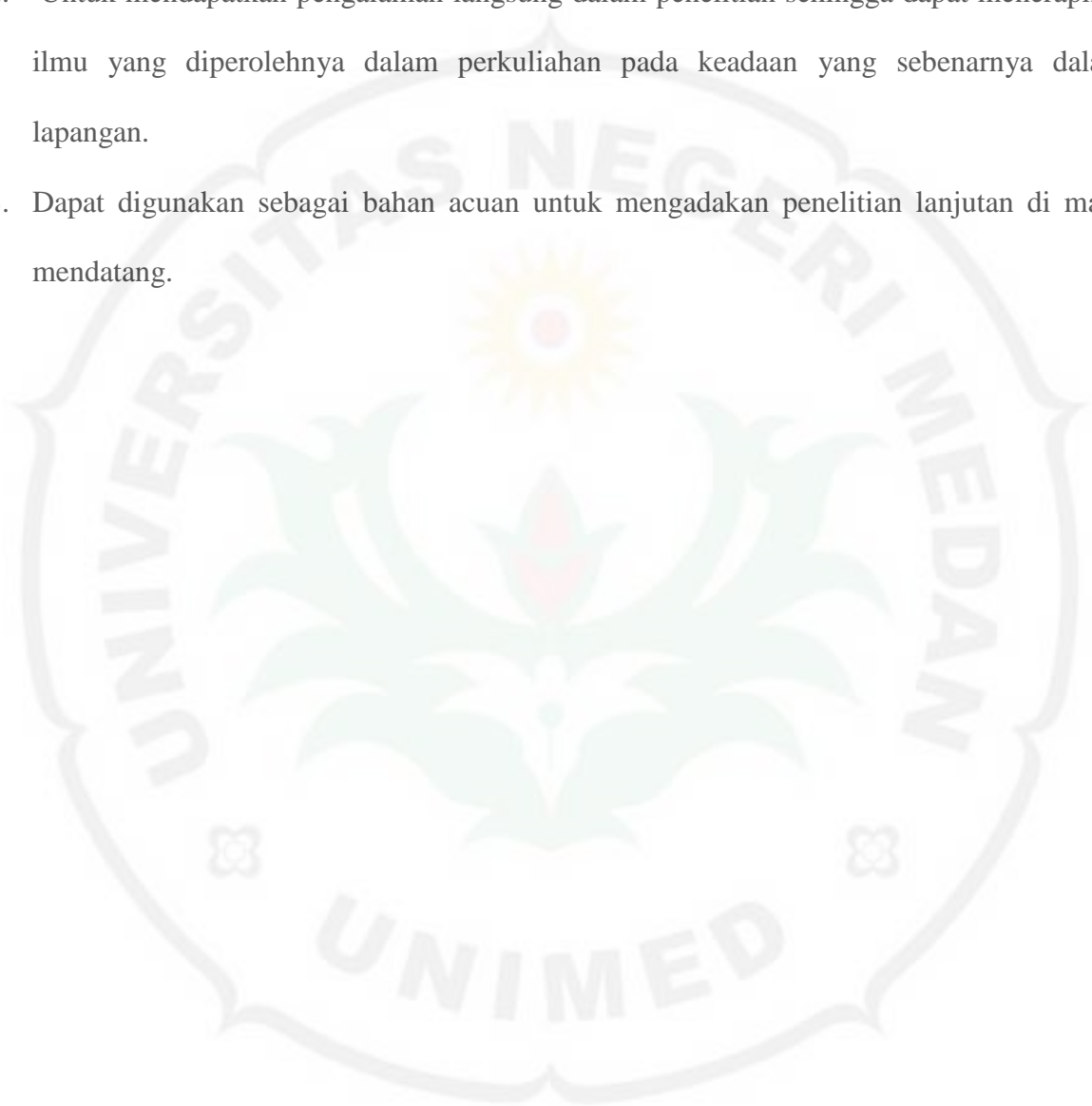
1. Untuk mengetahui Pola konsumsi makan siswa dan di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa.
2. Untuk mengetahui kecukupan gizi siswa di SD Negeri 105327 Tanjung Morawa.

### **E. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini yang ingin penulis capai adalah :

1. Memberikan informasi kepada SD Negeri 105327 Tanjung Morawa mengenai pola konsumsi makan yang sehat dan kecukupan gizi.

2. Untuk mendapatkan pengalaman langsung dalam penelitian sehingga dapat menerapkan ilmu yang diperolehnya dalam perkuliahan pada keadaan yang sebenarnya dalam lapangan.
3. Dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk mengadakan penelitian lanjutan di masa mendatang.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY