

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Anak sekolah membutuhkan asupan gizi yang baik agar dapat mendukung proses kegiatan belajar di sekolah. Asupan gizi akan mempengaruhi daya konsentrasi dan kecerdasan anak dalam menerima dan menyerap setiap ilmu yang didapat di sekolah (Utari & Ernalina, 2016). Anak sekolah yang memiliki aktivitas fisik yang tinggi, memerlukan asupan energi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan mereka (Suriyati *et al.*, 2021).

Anak sekolah cenderung bergabung dengan teman-teman seusianya dan sering mengikuti apa yang teman-teman seusianya lakukan. Salah satu hal penting untuk memperhatikan perilaku anak dalam meniru teman sebayanya dalam memilih makanan di sekolah, anak lebih tertarik dengan makanan yang sedang dimakan temannya, meskipun tahu dan disadari bahwa makanan tersebut memiliki kandungan nilai gizi yang kurang (Nasriyah *et al.*, 2021).

Menurut penelitian (Zuhriyah & Indrawati, 2021) kekurangan pada asupan energi dan protein dapat menyebabkan oleh anak mengalami kondisi kurus, sedangkan asupan yang lebih bisa menyebabkan anak mengalami kondisi gemuk. Konsumsi energi sebagai sumber energi dari konsumsi makanan sehari-hari dengan satuan kilo kalori (kkal). Dengan konsumsi pada protein merupakan sumber protein yang terdapat dari makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari-hari, dengan satuan gram. Pada anak usia sekolah membutuhkan konsumsi energi sebagai penunjang aktifitas fisik yang dilakukan, sedangkan konsumsi

protein membutuhkan untuk menunjang proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak.

Pengukuran BB/TB sebagai metode antropometri yang paling efektif karena dapat mencerminkan secara sensitif dan spesifik status gizi saat ini atau masalah gizi akut. Hubungan linier antara berat badan dan tinggi badan menyiratkan bahwa dalam kondisi perkembangan yang normal, penambahan berat badan akan mengikuti pertumbuhan tinggi badan pada tingkat tertentu. Dengan demikian, proporsi antara berat badan tinggi badan yang normal dapat dijaga. Metode ini merupakan cara yang baik untuk mengevaluasi status gizi saat ini (Septiawati *et al.*, 2021).

Asupan makanan yang tidak sesuai dapat mengubah komposisi tubuh. Selain jumlah asupan makanan, kepadatan energi dari makanan juga penting untuk diperhatikan karena zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak memiliki kontribusi jumlah kalori yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa penting untuk memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi dan bukan hanya jumlah saja (Sholichah *et al.*, 2021).

Pemenuhan kebutuhan gizi terutama zat gizi makro, memiliki pengaruh yang signifikan dalam menentukan status gizi anak. Anak sekolah dasar membutuhkan zat gizi dalam jumlah yang cukup untuk mendukung proses tumbuh kembangnya yang pesat pada masa sekolah (Fatimah & Nindya, 2019).

Berat badan yang disesuaikan dengan tinggi badan berkaitan erat dengan lemak tubuh dan digunakan sebagai indikator untuk menilai kelebihan berat badan seseorang. Perubahan berat badan seseorang disebabkan oleh peningkatan volume

jaringan lemak, yang dapat dievaluasi melalui pengukuran IMT/U (Sari *et al.*, 2020).

Menurut penelitian Qamariah & Nindya (2018) asupan energi yang diperoleh oleh tubuh berasal dari makanan yang dikonsumsi, sedangkan pengeluaran energi digunakan untuk metabolisme basal, dan efek termik makanan. Keseimbangan antara penerimaan energi dan pengeluarannya sangat penting untuk menjaga status gizi yang normal. Namun, jika keseimbangan ini tidak tercapai dapat menyebabkan masalah gizi, termasuk kurang gizi dan kelebihan gizi.

Asupan protein berperan signifikan dalam menjaga kondisi gizi anak. Anak-anak memerlukan jumlah protein yang cukup untuk mendukung pertumbuhan. Penyediaan makanan yang mengandung protein sangat penting, meskipun pertumbuhan anak-anak berlangsung lambat daripada saat mereka bayi, namun aktivitas fisik menjadi meningkat.

Gizi lebih adalah suatu keadaan tubuh seseorang yang mengalami berat badan berlebihan, karena mengkonsumsi jumlah energi yang melebihi kebutuhan tubuh dan menyimpannya dalam bentuk lemak. Salah satu kelompok umur yang memiliki risiko mengalami gizi lebih adalah anak-anak yang berusia antara 6 hingga 12 tahun, anak-anak memiliki kegemaran untuk mengonsumsi jenis makanan secara berlebihan (Supriyatini, 2017).

Status gizi lebih dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk perilaku kebiasaan makan, tingkat aktivitas, serta faktor genetik yang berpengaruh terhadap status gizi lebih seperti keadaan ekonomi, kondisi lingkungan, dan aspek

budaya (Rahma & Wirjatmadi, 2020). Pengetahuan gizi seseorang berkaitan dengan sikap dan tindakan dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya orangtua memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Kesalahan dalam pemilihan makanan dan kurangnya pengetahuan gizi dapat menyebabkan masalah gizi yang akhirnya berdampak pada status gizi (Lestari *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap 30 siswa di SD Angkasa 2 Lanud Medan Polonia, hasil pengukuran status gizi diperoleh Gizi baik sebesar 53%, Gizi lebih sebesar 20%, dan obesitas sebesar 27%. Tingginya persentase anak sekolah yang suka mengonsumsi makanan cepat saji yaitu sebesar 83%. Makanan cepat saji cenderung memiliki kandungan tinggi kalori sehingga dapat menyebabkan asupan energi berlebih. Hal ini berdampak pada ketidakseimbangan pemenuhan gizi anak sekolah. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Di SD Angkasa 2 Lanud Medan Polonia”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Prevalensi gizi lebih yaitu 12,36 pada anak sekolah masih tinggi di Kota Medan.
2. Asupan zat gizi anak sekolah tidak seimbang.
3. Sebagian besar anak sekolah terbiasa mengonsumsi makanan cepat saji.

1.3 Pembatasan Masalah

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Asupan energi dibatasi pada food recall 2x24 jam.
2. Status gizi dibatasi melalui pengukuran tinggi badan dengan berat badan.
3. Subjek penelitian dilakukan pada siswa-siswi kelas IV dan V di SD Angkasa 2 Lanud Medan.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu :

1. Bagaimana karakteristik anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan?
2. Bagaimana asupan energi pada anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan?
3. Bagaimana status gizi anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan?
4. Bagaimana hubungan asupan energi dengan status gizi anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden (pendapatan ayah, pekerjaan ayah, pendidikan ayah, pendidikan ayah, pekerjaan ibu, pendidikan ibu, pendapatan ibu).
2. Asupan energi anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan.
3. Status gizi anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan.
4. Hubungan asupan energi dengan status gizi anak sekolah SD Angkasa 2 Lanud Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat dalam memberikan informasi bagi pembaca mengenai asupan energi dengan status gizi anak sekolah dasar. Diharapkan pada kebijakan pemerintah penelitian ini bermanfaat menjadi pendorong program pemerintah untuk meningkatkan keamanan asupan energi pada anak sekolah dengan memberikan deskripsi mengenai asupan energi dengan status gizi anak sekolah dasar. Bagi pihak lain diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan informasi dengan referensi bacaan sebagai data untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

