

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Status gizi merupakan suatu kondisi yang disebabkan oleh adanya asupan zat gizi dalam makanan dan kebutuhan zat gizi dalam tubuh untuk sistem metabolisme tubuh yang seimbang (Harjatmo, et al., 2017). Pentingnya status gizi baik pada anak usia sekolah yaitu pengaruh positif berdampak pada kecerdasan dan kesehatan anak yang kuat, meningkatkan efisiensi anak dan menghindari berbagai macam penyakit kronis dan kematian dini (Saavedra & Prentice, 2023)

Saat ini di Indonesia, anak-anak usia sekolah terus menghadapi tantangan gizi yang signifikan. Mengingat data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 status gizi anak usia 5-12 tahun di Indonesia yaitu dengan status gizi buruk 3,5%, 7,5% gizi kurang, 69,4% gizi baik, 11,9% gizi lebih, 7,8% obesitas (Kemenkes, 2023). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, 9,3% anak usia 6 hingga 12 tahun mengalami berat badan kurang, dan 2,5% anak usia 6 hingga 12 tahun mengalami berat badan sangat kurang, menurut prevalensi status gizi anak usia dini secara nasional 6 hingga 12 tahun. Dengan angka 20,6% secara nasional, prevalensi status gizi obesitas pada anak usia 6 hingga 12 tahun masih tinggi, dengan 11,1% di antaranya mengalami obesitas dan 9,5% mengalami sangat obesitas (kegemukan) (Kemenkes, 2018). Pada data survei awal yang telah dilaksanakan pada tanggal 29 November 2023 terdapat 9 orang (36%) dengan status gizi baik, 10 orang (40%) dengan status gizi kurang, 2 orang (8%) dengan status gizi lebih, 4 orang (16%) dengan status gizi buruk.

Faktor asupan zat gizi berdampak pada status gizi berupa energi, Status gizi yang sehat dapat dicapai dengan asupan energi yang cukup pada anak (Zuhriyah, 2021). Setiap orang memiliki kebutuhan zat gizi yang berbeda berdasarkan faktor tinggi badan, berat badan, usia, jenis kelamin, dan olahraga teratur (Harjatmo, et al., 2017). Angka Kecukupan Gizi (AKG) berfungsi sebagai dasar pedoman diet di Indonesia. AKG adalah angka yang memperlihatkan jumlah rata-rata zat gizi tertentu yang perlu dikonsumsi setiap orang setiap hari (Setyawati et al., 2018). Frekuensi makan asupan zat gizi perhari pada anak usia sekolah tiga kali makan utama, termasuk sarapan dan dua kali kudapan.

Metabolisme protein, lipid, dan karbohidrat menghasilkan energi, yang digunakan untuk aktivitas fisik, pertumbuhan, dan pengaturan suhu pada anak usia sekolah (Hardinsyah & Riyadi, 2012). Asupan zat gizi yang diterima Asupan makanan harian anak-anak memiliki dampak yang signifikan terhadap hal terutama perkembangan dan pertumbuhan anak. Hal yang dapat dilakukan dalam membantu pertumbuhan dan kesehatan fisik serta mental anak usia sekolah yaitu dengan memaksimalkan asupan energi sarapan yang masuk kedalam tubuh (Fenanlambir et al., 2017).

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang berlangsung antara pukul 6:00 dan 9:00 pagi, kontribusi sarapan sendiri mencakup sekitar 15-30% dari total kebutuhan kalori harian (Kemenkes, 2014) berdasarkan tabel angka kecukupan gizi (AKG) kebutuahn untuk anak perempuan usia 10-12 tahun yaitu 1.900 dan untuk anak laki-laki usia 10-12 tahun sekitar 2.000 kkal.

Saat ini asupan energi anak usia sekolah masih banyak yang belum optimal, berdasarkan penelitian oleh Yanti, (2021) asupan energi sarapan pada SDN 17 Kecamatan Air Putih Kabupaten Batu Bara masih terdapat anak sd yang asupan energi sarapannya kurang sebanyak 38,8%. Berdasarkan penelitian oleh Siagian, (2016) asupan energi sarapan pada anak sekolah dasar negeri 124400 Pematang Siantar masih terdapat asupan energi sarapannya kurang sebanyak 66.7%. Mempertimbangkan temuan-temuan yang telah dibuat dalam SD Negeri 023893, konsumsi pangan terkait asupan diperoleh pada asupan energi sarapan diperoleh persentase sebesar 44% energi sarapan sangat kurang, 16% energi sarapan kurang, 20% energi sarapan normal dan 20% asupan energi sarapan lebih.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi antara asupan energi pada sarapan dengan status gizi. Sarapan yang seimbang dapat berkontribusi pada keseimbangan energi tubuh dan asupan gizi yang cukup, yang pada gilirannya dapat berdampak pada kondisi gizi seorang anak-anak di SD. Status gizi buruk pada anak dapat berdampak pada perkembangan dan pertumbuhan mereka, serta meningkatkan risiko terjadinya penyakit kronis di kemudian hari (Saavedra & Prentice, 2023). Oleh sebab itu, sangat penting untuk memahami keadaan yang berdampak status gizi anak-anak tersebut, termasuk asupan energi saat sarapan.

Pemerintah melalui Badan Pangan Nasional (BAPANAS) melakukan kegiatan Gerakan Edukasi dan Pemberian Pangan Bergizi (Genius) Ini adalah komponen dari inisiatif intervensi kerawanan pangan dan gizi murid sekolah dasar. Genius berupaya meningkatkan pemahaman siswa SD tentang makan makanan yang sehat dan menjaga serta meningkatkan status gizi siswa SD dalam rangka

mendukung generasi emas menuju Indonesia 2045. Kegiatan Genius akan dilaksanakan dengan dua pendekatan yaitu pemberian Kudapan Pangan Bergizi kepada siswa SD dan edukasi Pangan dan Gizi kepada siswa SD. Sasaran penerimaan kegiatan ini sebanyak 25.000 siswa SD yang tersebar atas 10 Provinsi, salah satunya yaitu Sumatera Utara yang terbagi atas 5 Kabupaten/Kota yaitu Serdang Bedagai, Langkat, Deli Serdang, Tebing Tinggi, dan Binjai. Pada kesempatan kali ini peneliti berkesempatan mengambil dan mengolah data kegiatan Genius di Kota Binjai .

Penelitian atau analisis tentang “hubungan antara asupan energi sarapan dan status gizi pada siswa di SD Negeri 023893 Binjai” memiliki relevansi yang tinggi dalam inisiatif untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak di sekolah dasar. Temuan-temuan dari investigasi ini dapat memberikan rincian yang berguna untuk stakeholder terkait, seperti pihak sekolah, orang tua, dan pemerintah, untuk mengembangkan intervensi yang sesuai guna meningkatkan status gizi anak-anak.

1.2. Identifikasi Masalah

Berikut ini adalah beberapa cara untuk mengidentifikasi masalah:

1. Masih banyaknya siswa SD yang asupan energi sarapannya kurang
2. Asupan energi sarapan yang kurang dapat mempengaruhi status gizi yang kurang optimal.
3. Asupan sarapan yang kurang dapat mempengaruhi kurangnya konsentrasi belajar.
4. Masih tinggi nya masalah status gizi siswa SD.

5. Tingginya angka malnutrisi pada anak usia sekolah dasar, baik dalam bentuk kekurangan gizi maupun kelebihan gizi.

1.3. Pembatasan Masalah

1. Asupan energi sarapan dibatasi dengan pangan yang dikonsumsi sejak bangun pagi sampai dengan saat berada dikelas pada hari pengambilan data yang berkontribusi pada pemenuhan 25% kebutuhan energi dalam sehari
2. Status gizi dibatasi pada nilai *z-score* IMT/U.
3. Sampel dibatasi pada siswa-siswi kelas 4-6 yaitu perempuan 49 orang dan laki - laki 68 orang di SDN 023893 Binjai.

1.4. Perumusan Masalah

Perumusan masalah penelitian ini yaitu antara lain:

1. Mengetahui karakteristik siswa SD Negeri 023893 Binjai
2. Bagaimana asupan energi sarapan di SD Negeri 023893 Binjai?
3. Bagaimana status gizi di SD Negeri 023893 Binjai?
4. Apakah asupan energi pagi hari berkorelasi dengan status gizi pada SD Negeri 023893 Binjai?

1.5. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui karakteristik siswa SD Negeri 023893 Binjai.
2. Untuk mengetahui asupan energi sarapan di SD Negeri 023893.
3. Untuk mengetahui status gizi di SD Negeri 023893.
4. Untuk menganalisis hubungan antara asupan energi sarapan dan status gizi di SD Negeri 023893.

1.6. Manfaat Penelitian

Diharapkan bahwa penelitian ini akan membantu penulis karena merupakan prasyarat untuk meraih gelar sarjana gizi. Selain itu, karya ini dimaksudkan untuk memberikan sumbangan teoritis bagi ilmu kesehatan. Tujuannya adalah untuk memberikan pengetahuan baru kepada pembaca tentang asupan energi sarapan dan hubungannya dengan gizi. Mendapatkan informasi tentang hubungan asupan energi sarapan dengan status gizi. Menambah pengetahuan dan dapat mengembangkan pemahaman tentang penelitian ilmiah. Serta dapat menjadi referensi bagi individu yang berencana untuk melakukan penelitian tambahan pada subjek terkait.

