

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masalah gizi yang dihadapi di Indonesia adalah triple burden, yaitu stunting, wasting, dan obesitas. Masalah gizi di Indonesia telah menjadi masalah umum pada tingkat individu maupun keluarga. Gizi lebih maupun gizi kurang dapat terjadi pada semua kalangan umur, anak-anak usia sekolah, remaja, maupun dewasa, namun yang sering terjadi pada tahun pertama kehidupan yaitu usia sekolah. Pemenuhan ataupun pemberian gizi yang baik bagi anak yang masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dapat menjadi pondasi bagi kesehatan masyarakat, bila terjadi gangguan gizi kurang maupun gizi lebih maka pertumbuhan dan perkembangan tidak akan berlangsung secara optimal (Kemenkes, 2019b). Pola makan adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan akan makan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pilihan makanan. Pola makan sangat berpengaruh terhadap status gizi anak dan secara tidak langsung pola makan yang baik akan meningkatkan produktivitas dan konsentrasi belajar menjadi lebih baik (Harpina & Andres, 2022).

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat dari konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu atau perwujudan nutriture dalam bentuk variabel tertentu, status gizi optimal adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi Masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi (Hasrul et

al., 2020). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur di Indonesia, yaitu prevalensi kurus adalah 9,3, terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Sedangkan prevalensi pendek yaitu 23,6% terdiri dari 6,7 sangat pendek dan 16,9% pendek (RISKESDAS, 2018). Masalah gizi lebih dengan prevalensi 20,6% yaitu gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Adapun prevalensi kejadian pendek sebesar 23,6% dengan angka 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Hasrul et al., 2020).

Anak yang memiliki status gizi kurang atau buruk (underweight) berdasarkan pengukuran berat badan terhadap umur (BB/U) dan pendek atau sangat pendek (stunting) berdasarkan pengukuran tinggi badan terhadap umur (TB/U) yang sangat rendah terhadap standar WHO mempunyai resiko kehilangan kecerdasan atau *intelligence quotient* (IQ) sebesar 1015 point (Sumiaty & Hardi, 2018). Status gizi merupakan determinan utama dalam pertumbuhan otak, yang berarti bahwa status gizi memiliki peranan penting dalam membentuk kecerdasan. Kekurangan atau kelebihan zat-zat esensi gizi bisa mempengaruhi terjadinya learning disabilities (gangguan belajar) yang dapat berpengaruh langsung terhadap kesuksesan prestasi belajar (Harpina & Andres, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Sumiaty (2018) menunjukkan bahwa siswa/i yang mempunyai status gizi normal dengan kecerdasan cukup sebanyak 23 (85.2 %) orang dan kurang sebanyak 4 (4.18 %) orang, sedangkan siswa/i yang

mempunyai status gizi tidak normal dengan tingkat kecerdasan cukup sebanyak 50 (82.0 %) orang dan kecerdasan kurang sebanyak 11 (18.0%) orang. Kebiasaan sarapan mempengaruhi prestasi belajar anak di sekolah. Rata-rata anak yang tidak membiasakan sarapan pagi memiliki daya pikir dan kemampuan mengingat yang rendah dibandingkan dengan anak-anak yang dibiasakan untuk sarapan pagi (Sumiaty & Hardi, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2020) menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi siswa 58,62% dalam kategori sedang dan 41,38% dalam kategori rendah dan terdapat hubungan yang bermakna positif dalam kategori sedang antara pola sarapan dengan konsentrasi siswa, dimana semakin baik pola sarapan maka konsentrasi siswa juga akan semakin baik (Dewi et al., 2020)

Pengaruh makanan terhadap perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, berakibat terjadi ketidakmampuan berfungsi normal. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, kekurangan gizi menyebabkan pertumbuhan badan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam otak berkurang dan terjadi ketidakmatangan dan ketidaksempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak (Sumiaty & Hardi, 2018).

Usia antara 6-12 tahun adalah usia dimana anak-anak tersebut duduk di SD, karena usia ini disebut usia sekolah dasar pada usia 6 tahun anak mulai masuk sekolah. Dengan demikian anak-anak ini mulai masuk ke dalam dunia baru dimana mereka mulai banyak berhubungan dengan orang-orang di luar keluarganya dan

mereka berkenalan pula dengan suasana dan lingkungan baru dalam hidupnya, sehingga akan mempengaruhi kebiasaan makan mereka yang tentunya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi (Sjahmien, 2017).

Kelompok umur sekolah sudah mudah dijangkau oleh berbagai upaya perbaikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah. Anak usia 9-11 tahun atau kelas 3 sampai kelas 5 Sekolah Dasar telah mencapai objektivitas tertinggi dan berada pada tahap perkembangan operasional konkret, dimana anak telah dapat berfikir logis, fokus, dan dalam hubungan sebab akibat lebih rasional dan sistematis sehingga dapat memecahkan masalah secara spesifik dalam menyelesaikan serangkaian tes IQ (Soetjiningsih, 2018).

Sesuai data Indeks Pembangunan Manusia (IPM) kota Depok tahun 2021, IPM Kota Depok Tahun 2021 naik apabila dibandingkan dengan angka IPM di tahun sebelumnya menjadi 81.02. Adapun kecamatan Bojongsari termasuk kecamatan yang mempunyai nilai IPM yang rendah yaitu sebesar 77.86 dengan posisi 3 kecamatan terbawah. Nilai IPM terendah ada di Kecamatan Cipayang sebesar 75.65 disusul Kecamatan Tapos sebesar 77.65. (Dinkominfo Depok, 2021)

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan pola makan dan status gizi (BB/U) terhadap tingkat kecerdasan anak SDN 04 Bojongsari Depok.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti di SDN 04 Bojongsari Depok dan berdasarkan Index Pembangunan Manusia di Kota Depok tahun 2021 pada bidang

pendidikan, rata-rata lama sekolah masyarakat Kota Depok tahun 2021 adalah 11.32 tahun yang mengindikasikan masyarakat berusia 25 tahun keatas memiliki rata-rata lama sekolah selama 11.32 tahun atau sampai dengan kelas 2 SMA. Rata-rata lama sekolah di Kecamatan Bojongsari merupakan terendah di Kota Depok dengan angka 10,52 tahun. Harapan lama sekolah di Kota Depok pada tahun 2021 sebesar 13.94 yang menandakan masyarakat Depok diharapkan sekolah selama 13,94 tahun. Angka ini cenderung naik, namun pada Kecamatan Bojongsari tergolong terendah kedua dengan angka 13.91 tahun bersamaan dengan Kecamatan Cimanggis.

Hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa pola makan dan status gizi berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan anak. Pemenuhan zat gizi merupakan faktor yang mendukung perkembangan manusia dan erat kaitannya dengan tingkat kecerdasan, keterampilan serta pertumbuhan. Zat gizi harus dikonsumsi dengan tepat dan sesuai kebutuhan agar dapat berfungsi dalam tubuh. Fungsi zat gizi dari makanan yang dikonsumsi adalah sumber energi, sebagai zat pembangun dan pemeliharaan sel dan jaringan tubuh. Pemenuhan zat gizi memegang peranan penting bagi anak usia sekolah karena kecukupan zat gizi dapat mendukung pencapaian potensi anak usia sekolah berupa pertumbuhan, perkembangan dan derajat kesehatan.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan status gizi (BB/U) terhadap tingkat kecerdasan anak SDN 04 Bojongsari Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui distribusi frekuensi pola makan anak SDN 04 Bojongsari Depok.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi anak SDN 04 Bojongsari Depok.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecerdasan anak SDN 04 Bojongsari Depok.
- d. Mengetahui hubungan pola makan terhadap tingkat kecerdasan anak SDN 04 Bojongsari Depok.
- e. Mengetahui hubungan status gizi terhadap tingkat kecerdasan anak SDN 04 Bojongsari Depok

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden tentang pola makan dan status gizi (BB/U) terhadap tingkat kecerdasan anak.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan mengenai hubungan pola makan dan status gizi (BB/U) terhadap tingkat kecerdasan anak.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi penelitian berikutnya dengan variabel yang berbeda

I.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah ilmu gizi.