

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Pertumbuhan anak sekolah dasar (7-12 tahun) terjadi tumbuh kembang anak “*middle childhood*” yang dimana pertumbuhan akan stabil dengan pertumbuhan naik rata-rata 3 kg setiap tahunnya dan tingi naik rata-rata menjadi 6 cm per tahun. Pada usia 10-12 tahun, anak perempuan mengalami percepatan pertumbuhan terlebih dahulu dibandingkan laki-laki karena sebagai persiapan menjelang usia reproduksi, sedangkan anak laki-laki mengalami percepatan pertumbuhan dua tahun kemudian. Anak usia SD juga mulai mencari jati diri, mengembangkan kepribadian, dan meningkatkan kemandiriannya sehingga akan sangat mudah terpengaruh lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, sehingga anak akan mengubah perilaku dan kebiasaannya, termasuk kebiasaan makan. Apabila anak tidak memperoleh energi sesuai dengan kebutuhannya, maka akan terjadi pengambilan cadangan lemak untuk memenuhi kebutuhan energi tersebut, sehingga anak menjadi lebih kurus (Renata & Dewajanti, 2017). Anak usia sekolah sedang terjadinya masa pertumbuhan dan perkembangan yang relatif stabil, sedangkan perilaku anak sekolah dasar biasanya dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, sehingga anak akan mengubah perilaku dan kebiasaannya, termasuk kebiasaan makan sehingga jika perilaku yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizinya makan akan mempengaruhi tumbuh dan kembang anak.

Angka prevalensi status gizi di Indonesia prevalensi pendek pada anak umur 5-12 tahun adalah 30,7 % (12,3 % sangat pendek dan 18,4 % pendek), prevalensi kurus (menurut IMT/U) pada anak umur 5-12 tahun adalah 11.2 %, terdiri dari 4,0 % sangat kurus dan 7,2 % kurus. gemuk pada anak umur 5-12 tahun masih tinggi yaitu 18,8 %, terdiri dari gemuk 10,8 % dan sangat gemuk (obesitas) 8,8 % (RISKESDAS, 2013). Faktor utama yang berperan pada gizi kurang adalah kondisi sosioekonomi dan tingkat penyakit infeksi dan menular

yang tinggi. Masalah status gizi di Indonesia terdiri dari status gizi kurang dan lebih. Status gizi di Indonesia masih terdapat masalah yang serius karena pada usia 5-12 tahun anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan anak.

Status gizi adalah keadaan keseimbangan tubuh akibat konsumsi makanan dan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi buruk, kurang, baik, dan lebih. Untuk mengukurnya dapat dilakukan penilaian status gizi. Status gizi dapat dipengaruhi oleh konsumsi makanan. Keadaan status gizi yang baik dapat tercapai apabila tubuh memperoleh zat-zat gizi dari makanan yang berguna dan bergizi untuk pertumbuhan fisik, otak, kemampuan kerja, sehingga dapat mencapai tingkat kesehatan optimal (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Status gizi hasil dari konsumsi makanan yang di konsumsi sehingga keadaan tubuh yang seimbang jika konsumsi makanan tersebut dibutuhkan oleh tubuh. Status gizi keadaan keseimbangan tubuh untuk memperoleh zat-zat gizi yang masuk kedalam tubuh dapat berguna untuk pertumbuhan dan mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Status gizi merupakan suatu keseimbangan tubuh dari asupan makanan yang di konsumsi sehingga keadaan tubuh akan menjadi seimbang, berguna dan bergizi untuk pertumbuhan fisik, otak, kemampuan kerja dan dapat meningkatkan kesehatan yang optimal.

Faktor status gizi mempengaruhi prestasi belajar, selain itu faktor keluarga, lingkungan, motivasi, serta sarana, dan prasarana yang didapatkan di sekolah pun dapat mempengaruhi (Amany & Sekartini, 2017). Menurut Notoatmodjo tahun 2003 yang di kutip oleh Tuzzahroh (2015) faktor yang dapat mempengaruhi status gizi adalah pengetahuan tentang gizi dan sikap, sikap yang kurang baik salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi yang kurang (Tuzzahroh, 2015). Faktor pengetahuan dan sikap berpengaruh terhadap status gizi karena dengan pengetahuan yang kurang seseorang sulit untuk mengaplikasikan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari sehingga jika seseorang tahu maka kemungkinan dapat dijalankan, sedangkan dengan sikap yang kurang baik terhadap pelaksanaan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari dapat menyebabkan kebiasaan yang kurang baik untuk melakukan gizi seimbang.

Pengetahuan gizi yang kurang dapat menyebabkan rendahnya gizi seseorang dengan kurangnya pengetahuan gizi maka akan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi anak dan akan membuat sikap anak yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan, dan jajanan yang menyehatkan (Nuryanto, dkk., 2014). Tingkat pengetahuan yang tinggi akan membuat seseorang mampu untuk menerapkan informasi gizinya dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik pada anak maka dapat membentuk sikap pada anak dalam memilih makanan atau jajanan. Tingkat pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi perilaku individu. Namun, pengetahuan yang baik tidak sepenuhnya diaplikasikan dalam pemilihan dan konsumsi makanan bergizi jika tidak dibarengi dengan pelaksanaan praktik dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian menurut Fatimah tahun 2015 menyatakan, bahwa semakin baik pengetahuan seseorang tentang gizi, maka semakin baik pula status gizinya. Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa (Tuzzahroh, 2015). Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan gizi, mencapai perubahan sikap sadar gizi dan mengurangi permasalahan gizi yang ada dapat melalui pemberian pendidikan kesehatan gizi seimbang (penyuluhan gizi) untuk anak SD. Pengetahuan yang baik dan dilakukan pada kehidupan sehari-hari maka akan semakin baik pula status gizi siswa, karena dengan mengetahui teori tentang gizi dapat merubah perilaku seseorang untuk memperbaiki gizinya. Banyak faktor yang dapat menghambatnya perilaku seseorang untuk memperbaiki gizinya. Aktifitas anak usia sekolah dasar saat ini cukup padat, mereka harus pergi pagi sekali untuk berangkat ke sekolah, bahkan pulang mendekati sore hari dan tugas-tugas yang harus di kerjakan di rumah. Hal tersebut dapat memicu mereka untuk mengonsumsi makanan dengan pola yang tidak teratur, banyaknya jajanan sekolah yang tidak sesuai dengan standar makanan sehat, aktifitas belajar yang padat, dapat berpeluang bagi mereka untuk makan di luar rumah dan mengonsumsi makanan yang kurang baik. Walaupun pada dasarnya faktor yang memengaruhi hal tersebut tidak hanya berasal dari kesalahan anak tersebut dalam memilih dan mengonsumsi jajanan yang kurang baik di sekolahnya (Hidayat, 2013). Aktifitas siswa yang padat sehingga pola makan tidak teratur bahkan

mengonsumsi makanan dan minuman yang tidak diketahui zat gizinya. Sedangkan, pada anak usia sekolah dasar biasanya tidak dapat memilih makanan yang layak untuk dikonsumsi dalam arti dari kebersihan, kandungan gizi yang ada pada makanan atau minuman tersebut maka dapat mempengaruhi status gizi bahkan sampai terserang penyakit akibat konsumsi makanan dan minuman yang tidak sehat.

Berdasarkan penjelasan di atas, bahwa status status gizi pada anak sekolah dasar masih menjadi masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa dan memberikan dampak yang buruk untuk kedepannya dan kesehatan. Hal tersebut tentunya tidak lepas dari pengetahuan siswa karena dengan pengetahuan gizi yang baik maka dapat mempengaruhi tindakan dalam hal melakukan perbaikan gizi sehingga dapat mempengaruhi tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak yang pada akhirnya dapat berpengaruh pada status kesehatannya dan terutama dalam hal status gizi. Berdasarkan observasi SD Islam Imam Syafi'i mempunyai kantin kecil, dan memiliki usaha catering untuk siswa yang tidak membawa bekal dari rumah karena minimnya fasilitas kantin yang dapat dikarenakan sekolah baru, dan tidak ada pendidikan khusus terkait gizi, serta SD Islam Imam Syafi'i belum pernah dilakukan penelitian terkait gizi, maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian "Analisis Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Sikap Terhadap Status Gizi Siswa SD Islam Imam Syafi'i Tahun 2017".

## **I.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diangkat sesuai dengan latar belakang dan permasalahan yang telah dideskripsikan di latar belakang di atas dapat diketahui pengetahuan siswa dapat mempengaruhi status gizi siswa, jika status gizi siswa tidak baik maka dapat mengakibatkan gangguan tumbuh kembang. Berdasarkan observasi di SD Islam Imam Syafi'i tidak ada pembelajaran khusus terkait gizi maupun gizi seimbang sehingga siswa belum mengetahui salah satunya pergantian gizi seimbang terkait empat sehat lima sempurna menjadi tumpeng gizi seimbang. Jika siswa tidak mengetahui maka siswa akan mengurangi kemampuan untuk menerapkan gizi dalam kehidupan sehari-hari, dan pengetahuan gizi siswa

SD akan membuat sikap kebiasaan makan dalam memilih makanan dan jajanan. Berdasarkan masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu adakah pengaruh tingkat pengetahuan gizi seimbang dan sikap siswa terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i ?

### **I.3 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka pertanyaan penelitian diantaranya :

- a. Bagaimana karakteristik umur terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i ?
- b. Bagaimana karakteristik jenis kelamin terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i ?
- c. Bagaimana tingkat pengetahuan gizi seimbang terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i ?
- d. Bagaimana sikap siswa terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i ?

### **I.4 Tujuan**

#### **I.4.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menilai tingkat pengetahuan gizi seimbang, sikap, terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i.

#### **I.4.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini diantaranya :

- a. Untuk menilai umur terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i
- b. Untuk menilai jenis kelamin terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i
- c. Untuk menilai tingkat pengetahuan gizi seimbang terhadap status gizi siswa SD Islam Imam Syafi'i.
- d. Untuk menilai sikap terhadap status gizi Siswa SD Islam Imam Syafi'i.

## **I.5 Manfaat**

Manfaat penelitian terbagi menjadi tiga yaitu manfaat untuk peneliti, manfaat untuk program studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dan manfaat untuk tempat penelitian yaitu SD Islam Imam Syafi’i. Manfaat pada penelitian ini antara lain :

### **I.5.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Manfaat peneliti untuk penelitian ini diantaranya :

1. Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman peneliti di bidang kesehatan masyarakat.
2. Mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama proses belajar.
3. Sebagai bahan perbandingan teori yang ada atau yang telah di dapatkan dengan kenyataan penerapan di lapangan.

### **I.5.2 Manfaat Bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dokumentasi data untuk dijadikan referensi mengenai analisis tingkat pengetahuan gizi seimbang dan sikap terhadap status gizi siswa sekolah dasar.

### **I.5.3 Manfaat Bagi SD Islam Imam Syafi’i**

Manfaat tempat penelitian untuk penelitian ini diantaranya :

1. Menambah bahan evaluasi dan masukan bagi SD Islam Imam Syafi’i
2. Menambah wawasan dan menjadi bahan tambahan literatur dalam melakukan penelitian selanjutnya.