

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rencana pembangunan kesehatan mengarah pada pembangunan kesehatan sesuai dengan arah pembangunan nasional. Salah satunya adalah meningkatkan mutu Sumber Daya Manusia (SDM) yang sehat, cerdas dan produktif. Kualitas SDM mempunyai peran penting dalam pembangunan bangsa. Hal ini sejalan dengan tujuan pembangunan pendidikan, yaitu meningkatkan kecerdasan dan keterampilan setiap penduduk sehingga dapat terwujud pendidikan yang optimal sebagai salah satu unsur kesejahteraan¹.

Salah satu masalah pembangunan nasional adalah rendahnya kualitas SDM. Masalah ini dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti gizi makanan, sikap masyarakat terhadap pendidikan, dan sistem pendidikan termasuk sarana dan prasarana pendidikan yang dirasakan masih kurang khususnya di daerah pedesaan. Masalah tersebut telah menjadi perhatian bangsa dengan adanya upaya pengembang SDM sedini mungkin secara terarah, terpadu, dan menyeluruh melalui berbagai upaya proaktif dan reaktif oleh seluruh komponen bangsa (GBHN, 1999). Penegasan tersebut menempatkan pendidikan sebagai salah satu komponen yang strategis dalam pembangunan nasional. Meskipun demikian, pendidikan tidak luput dari berbagai masalah seperti keterbatasan pemahaman masyarakat akan arti pentingnya pendidikan

¹Sibuea P, *Perbaikan Gizi Anak Sekolah Sebagai Investasi SDM*, tanggal akses 20 maret 2011, <http://www.kompas.com>

bagi anak, masalah kesehatan, dan gizi keluarga yang dapat berpengaruh terhadap intelegensi dan prestasi belajar siswa².

Siswa sekolah merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat, hal ini menjadi penting karena siswa sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan potensi sumber daya manusia bagi masa depan bangsa. Selain itu anak sekolah sedang mengalami pertumbuhan fisik dan mental yang sangat diperlukan untuk menunjang kehidupannya dimasa yang akan datang.³

Keadaan kesehatan dan gizi anak sekolah sangat erat kaitannya dengan konsumsi makanan dan zat gizi yang terkandung didalamnya. Pada saat usia sekolah kekurangan zat gizi akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan sakit – sakitan karenanya anak sering sekali mengalami kesulitan untuk mengikuti dan memahami pelajaran.⁴

Konsumsi makanan salah satunya didapat dari sarapan pagi atau makan pagi. Sarapan merupakan salah satu pesan dari 13 Pesan Umum Gizi Seimbang (PUGS).⁵ Begitu pentingnya arti sarapan bagi setiap orang yang memerlukannya. Melewatkan sarapan pagi akan menyebabkan tubuh kekurangan glukosa dan hal ini menyebabkan tubuh lemah dan kurang konsentrasi karena tidak adanya suplai energi.⁶

Glukosa yang terdapat dalam sarapan pagi sangat terlihat dalam mekanisme daya ingat kognitif (memori) seseorang meski tidak mempengaruhi tingkat kecerdasan. Hal ini dikarenakan gula darah merupakan sumber energi

² Anwar, *Pelaksanaan Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Kendari*, Tanggal Akses 20 maret 2011, <http://www.depdiknas.go.id>

³ Departemen Kesehatan Republik Indonesia, *Perbaikan Gizi Anak Sekolah*, Jakarta, 2001

⁴ Aryanti, *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan Pagi pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Limus Nunggal III Cileungsi-Bogor*, SKRIPSI FKM UI, Depok, 2005

⁵ Departemen Kesehatan Republik Indonesia, *13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*, Direktorat Jenderal Binkesmas, 1996

⁶ Khomsan Ali, *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*, PT.Raja Grafindo Persada, Jakarta 2002

utama otak. Bila terjadi keterlambatan masukan zat gizi misalnya gula ke dalam sel darah. Dampak negatifnya adalah ketidakseimbangan syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah, lemas, mengantuk. Dalam keadaan demikian anak akan sulit menerima pelajaran dengan baik, gairah belajar dan konsentrasi belajar menurun.⁷

Waktu bangun pagi kadar glukosa didalam darah sudah berkurang. Hal ini terbukti dengan rasa lapar pada waktu pagi hari. Untuk menaikkan kadar gula darah, maka tubuh mengambil cadangan hidrat arang dan jika ini habis, maka cadangan lemaklah yang diambil. Dalam keadaan ini pasti tubuh tidak dapat melakukan pekerjaan dengan baik.

Bagi anak sekolah sarapan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan memudahkan menyerap pelajaran sehingga prestasi belajar menjadi lebih baik. Melupakan sarapan pagi tidak akan mampu berkonsentrasi, kerja, belajar kurang cermat, cepat marah dan kurang bisa mengontrol emosi diri.⁸

Menurut survey sebuah LSM Kusuma Buana di Jakarta tahun (2001/2002) yang bergerak dibidang kesehatan, cukup banyak anak yang berangkat ke sekolah tanpa sarapan sebanyak 591 siswa (16,9%) dari 3495 siswa yang diteliti. Hasil penelitian yang dilakukan tahun 2002/2002 di SD di Jakarta. Didapat bahwa kesibukan orang tua di pagi hari atau belum adanya

⁷ Maharizul Syafnida, *Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Kelas IV dan V di SDN Beji Depok Tahun 2007*, SKRIPSI FKM UI, Depok, 2007

⁸ Nur Ichsana Irma Sputro, *Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Zat Besi (Fe) Sarapan Pagi dengan Tingkat Konsentrasi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Departemen Kesehatan Jakarta II*, Karya Tulis Ilmiah, Jurusan Gizi, Jakarta 2008

selera makan dipagi hari menjadi alasan anak berangkat sekolah tanpa sarapan.⁹

Gizi anak sekolah merupakan hal penting yang harus diperhatikan, karena pada dasarnya anak sekolah berada pada masa pertumbuhan yang cepat dan aktif. Pada umumnya, anak sekolah tidak hanya sibuk dengan aktifitas sekolahnya tetapi juga dengan kegiatan ekstrakurikuler. Oleh karena itu anak sekolah perlu ditunjang dengan pangan dan gizi yang cukup berkualitas untuk menjaga staminanya.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Babelan Kota 01 yang terletak di Desa Babelan Kota, kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi Provinsi Jawa Barat. SDN Babelan Kota 01 merupakan sekolah dasar negeri tertua di Kecamatan Babelan, didirikan tahun 1925. Seiring dengan perjalanan waktu, saat ini SDN Babelan Kota 01 telah mengalami banyak perubahan

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SDN Babelan Kota 01 pada murid kelas V, didapat beberapa anak kelas V yang tidak sarapan pagi terlihat secara fisik lemas, pucat, berkeringat, dan seperti tidak bersemangat untuk belajar.

Karena dilihat bahwa sarapan pagi akan mempengaruhi kadar glukosa darah yang mempunyai hubungan dengan konsentrasi belajar sehingga mempengaruhi prestasi belajar, dengan masalah tersebut perlu diteliti apakah benar rendahnya kadar gula darah sewaktu pada siswa sekolah dasar di SDN Babelan Kota 01 di wilayah Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi dapat mempengaruhi konsentrasi belajarnya.

⁹ Ismi Kautsari, Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri Percontohan 12 Pagi kelas IV dan V Tanjung Priok, Karya Tulis Ilmiah, Jurusan Gizi, Jakarta, 2008

1.2 Identifikasi Masalah.

Suasana lingkungan kelas seperti kebersihan dapat membuat siswa merasa nyaman dalam belajar, bila suasanya nyaman maka konsentrasi dalam belajar pun baik, di SDN Babelan Kota 01 di adakan piket kelas yaitu membersihkan kelas sebelum jam masuk sekolah dimulai.

Faktor – faktor yang lain yaitu jumlah siswa perkelas, jika jumlah siswa terlalu banyak maka dalam proses belajar pun akan terganggu. Jumlah siswa perkelas di SDN Babelan Kota 01 kurang lebih 43 orang, walaupun jumlah tersebut tidak terlalu banyak tetapi terkadang pada beberapa siswa tidak dapat menerima materi yang diberikan guru karena ada siswa yang senang bercanda sehingga menimbulkan suara bising pada waktu proses belajar mengajar.

Selain itu sebagian siswa di SDN Babelan Kota 01 ada yang masuk sekolahnya pada waktu jam pagi dan ada yang masuk sekolahnya pada waktu jam siang, biasanya berdasarkan observasi bila siswa yang masuk siang cenderung jarang melakukan sarapan pagi dikarenakan memiliki waktu sedikit, berbeda dengan siswa yang masuk pada siang hari, pada pagi harinya bisa melakukan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah.

Sarapan pagi akan mempengaruhi kadar gula dalam darah, glukosa merupakan sumber energi utama bagi otak dan sel darah merah. Menurut Colby, Diane S (1988), Suatu faktor penting dalam siklus penyimpanan bahan bakar yang disimpan merupakan syarat pokok kebutuhan jaringan tertentu akan glukosa. Sel darah merah tidak mempunyai mitokondria, oleh karena itu hanya dapat menggunakan glukosa sebagai bahan bakar. Dalam keadaan normal, otak secara keseluruhan juga tergantung pada suplai glukosa yang

kontinyu karena otak tidak dapat mengambil asam lemak dan hanya dapat mengabsorpsi benda keton setelah beberapa hari puasa bila konsentrasi benda keton telah mencapai konsentrasi yang tinggi dalam darah. Bila konsentrasi glukosa darah turun dibawah 1,5 mmol/L, otak tidak cukup disuplai oleh bahan bakar, kadar ATP otak mulai turun, dan fungsi otak terganggu. Kondisi seperti itu dapat menyebabkan konsentrasi belajar terganggu karena suplai glukosa ke otak berkurang.

1.3 Pembatasan Masalah

Didapat banyaknya faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar juga karena terbatasnya sumber daya, tenaga, waktu, dan biaya maka dalam penelitian ini hanya membatasi hubungan kadar gula darah sewaktu (GDS) dengan konsentrasi belajar pada siswa sekolah dasar (SD).

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah, dan masalah yang akan dikaji dapat dirumuskan adalah apakah ada hubungan antara kadar gula darah sewaktu (GDS) dengan konsentrasi belajar pada siswa sekolah dasar?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kadar gula darah sewaktu dengan tingkat konsentrasi belajar murid kelas V di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.

1.5.2 Tujuan Khusus.

- a. Mengidentifikasi kadar gula darah sewaktu (GDS) siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi
- b. Mengidentifikasi IMT siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- c. Mengidentifikasi sarapan pagi siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- d. Mengidentifikasi konsentrasi belajar siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- e. Menganalisis hubungan antara IMT dengan asupan energi siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- f. Menganalisis hubungan IMT dengan sarapan pagi siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- g. Menganalisis hubungan IMT dengan gula darah sewaktu siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- h. Menganalisis hubungan antara kadar gula darah sewaktu dengan sarapan pagi siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.

- i. Menganalisis hubungan antara kadar gula darah sewaktu dengan asupan energi siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- j. Menganalisis hubungan antara konsentrasi belajar dengan IMT siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- k. Menganalisis hubungan antara konsentrasi belajar dengan sarapan siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- l. Menganalisis hubungan konsentrasi belajar dengan konsentrasi asupan siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.
- m. Menganalisis hubungan antara konsentrasi belajar dengan gula darah sewaktu siswa sekolah dasar kelas v di SDN Babelan Kota 01 Kecamatan Babelan Kabupaten Bekasi.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Bagi Peneliti

- a. Menambah wawasan, pengetahuan di bidang penelitian mengenai hubungan antara kadar gula darah sewaktu dengan konsentrasi belajar pada murid kelas V SDN Babelan Kota 01 Wilayah Kecamatan Babelan Kota Bekasi.

- b. Dapat memperluas ilmu pengetahuan yang diperoleh, agar lebih peka dalam melihat dan menjawab permasalahan status kesehatan terutama masalah status gizi yang sedang terjadi dalam perkembangan anak.

1.6.2 Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

- a. Sebagai tambahan pengetahuan yang dapat dijadikan acuan dalam penelitian yang lain.
- b. Menambah bahan referensi kepustakaan Universitas Esa Unggul, yang nantinya dapat bermanfaat bagi para pembaca.

1.6.3 Bagi Institusi Tempat Penelitian

- a. Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai masukan dalam kurang gizi bagi siswa sekolah dasar bagi pihak di lingkungan sekolah sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar selama kegiatan atau proses belajar yang dilakukan terutama kebiasaan sarapan pagi pada anak sekolah.
- b. Dapat mengembangkan kemitraan antara instansi-instansi yang berkaitan atau terlibat dalam pelaksanaan skripsi ini dengan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, khususnya Jurusan Ilmu Gizi, baik untuk kegiatan penelitian maupun pengembangan keilmuan.
- c. Dapat meningkatkan kualitas pendidikan guna menyetarakan sumber daya manusia yang dibutuhkan dalam pembangunan kesehatan.