

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Anak merupakan investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas sumber daya manusia di masa depan ditentukan dari kualitas anak – anak saat ini. Untuk mampu menjadi generasi penerus di masa depan kelak, anak harus dipersiapkan sebaik – baiknya. Kriteria dikatakan seorang anak adalah dia yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan (Permenkes, 2014). Pada usia 5 – 15 tahun ditandai dengan berbagai perubahan dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, serta perubahan perilaku dan psikososial yang terjadi sekitar masa pubertas (Saavedra & Prentice, 2022). Kecepatan pertumbuhan anak di rentang usia 6 – 9 tahun dipengaruhi oleh faktor lingkungan, terutama makanan. Selama pertumbuhan hingga mencapai usia remaja, tubuh membutuhkan banyak zat gizi yang harus disimpan dalam tubuh saat masa kanak-kanak, dan bila cadangan dalam tubuh kurang dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti gangguan pertumbuhan, keterlambatan pertumbuhan, kemampuan berfikir dan kemampuan dalam bekerja (Twinkle et al., 2020).

Anak usia 6 sampai 18 tahun merupakan anak usia sekolah, mereka sebagian besar menghabiskan waktu sekitar 6 hingga 8 jam di sekolah (*full day school*), dimana mereka membutuhkan makan siang dan makanan selingan. Anak usia tersebut memiliki kebutuhan energi dan gizi yang tinggi, sehingga program pemberian makanan disekolah memiliki peran penting dalam asupan makanan anak-anak (Son et al., 2011). Selain asupan makanan proses penyerapan gizi juga penting, untuk membantu proses tumbuh kembang motorik, kognitif dan psikologis sesuai dengan usianya selain itu, asupan makan juga dapat meningkatkan motivasi anak belajar sehingga prestasi belajar di sekolah meningkat (Saputri et al., 2021). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013 dan 2018 menunjukkan prevalensi masalah gizi pada Anak Usia Sekolah di Indonesia masih tinggi. Status gizi dengan rentang usia 5-12 tahun yang memiliki status gizi

kurang berdasarkan penilaian IMT/U yaitu pada tahun 2013 sebesar 11,2% yang terdiri dari 4% sangat kurus dan 7,2% kurus. Pada tahun 2018 sebesar 18,3% yang terdiri dari 4,8% sangat kurus dan 13,5% kurus. Dari data tersebut menunjukkan bahwa asupan makanan anak usia sekolah harus diperhatikan, karena anak sangat rentan mengalami kurang gizi pada masa pertumbuhannya. Hal ini disebabkan karena kurangnya asupan makanan yang tidak bervariasi, kurangnya asupan zat gizi, karena pola makan yang salah (Diadema, 2015). Pemenuhan zat gizi yang tidak sesuai berdasarkan Angka Kecukupan Gizi dapat mempengaruhi kualitas asupan makanan. Ketidacukupan asupan makanan dengan rekomendasi yang ditetapkan akan mempengaruhi status gizi, sehingga dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih. Masa anak – anak merupakan masa rawan gizi karena kebutuhan akan zat gizi sedang tinggi – tingginya (Diahningtias, 2016).

Penelitian Azizah dan Iqbal (2020) menunjukkan bahwa rasa, tekstur, bentuk, dan tampilan dapat mempengaruhi daya terima makanan siswa di SD Islam Tompokersan Lumajang. Daya terima makanan yang rendah dalam waktu yang lama akan menyebabkan kekurangan asupan zat gizi, yang secara langsung akan mempengaruhi status gizi. Daya terima makan dapat dilihat dari jumlah makanan yang dihabiskan. Daya terima juga dapat menggambarkan hasil penilaian seseorang terhadap menu makanan yang disajikan (Kurnia, 2010). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan S.Garcia et al, 2014 bahwa preferensi makanan yang tidak bervariasi mempunyai hubungan dengan status gizi anak usia sekolah. Tingkat kesukaan dalam menu makanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor kesukaan, faktor individu, dan lingkungan. Faktor kesukaan dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (Fitriyanti. D, 2013). Faktor internal yang dapat mempengaruhi konsumsi makanan seseorang seperti nafsu makan, kebiasaan makan dan kebosanan yang muncul karena variasi makanan yang kurang beraneka ragam. Sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh rasa, penampilan makanan, variasi menu, cara penyajian, kebersihan makanan dan alat serta pengaturan waktu makan (Diahningtias, 2016).

Ketersediaan energi dan zat gizi yang disediakan oleh penyelenggaraan makanan harus disesuaikan dengan kebutuhan gizi para siswa. Sinaga *et al.*, membuat

perencanaan penyelenggaraan makanan di sekolah dasar bagi siswa dengan rata-rata kandungan energi pada menu sebesar 439 KKal, 10 gram protein, 266.8 µg RE vitamin A, dan 1.97 mg Fe. Bila asupan energi dan zat gizi yang dibutuhkan tidak terpenuhi dalam waktu yang lama maka dapat menyebabkan gizi buruk. Perbedaan kebiasaan makan setiap anak tentunya akan mempengaruhi status gizi masing – masing anak. Asupan makanan yang tidak seimbang serta faktor atau tingkat kesukaan anak terhadap suatu makanan dapat menyebabkan masalah gizi pada anak usia sekolah dan, selain itu juga dapat disebabkan karena oleh kesibukan anak disekolah yang mengakibatkan lupa waktu makan (Puspita, 2015).

SDIT Gema Insan merupakan sekolah dasar di Jakarta Utara yang menerapkan sistem *Full Day School*, dimana untuk meningkatkan prestasi belajar, yayasan sekolah mengadakan penyelenggaraan makan siang bagi para siswa berupa katering makan. Adapun tujuan dari penyelenggaraan makan siang adalah untuk mencukupi kebutuhan makanan siswa selama di sekolah dan meningkatkan prestasi belajar siswa. Permasalahan yang didapat dari survey awal yang dilakukan yaitu adanya siswa yang hanya menyukai satu jenis makanan, masih banyaknya sisa makanan dari katering makan siang yang disajikan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Preferensi dan Kontribusi Makan Siang Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Siswa/I SDIT Gema Insan”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Saat ini sekolah – sekolah yang menerapkan sistem *full day school* semakin banyak. Kecukupan gizi akan makanan yang dikonsumsi anak selama disekolah harus terpenuhi untuk menghindari masalah gizi kurang yang dikarenakan asupan makanan tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi (AKG).

Asupan makanan yang tidak seimbang serta faktor atau tingkat kesukaan anak terhadap suatu makanan akan menimbulkan masalah gizi pada anak usia sekolah dasar, selain itu juga dipengaruhi oleh kesibukan anak disekolah yang mengakibatkan lupa waktu makan (Puspita, 2015)

Salah satu lembaga pendidikan sekolah dasar di Jakarta Utara yang memiliki program penyelenggaraan makanan katering adalah SDIT Gema Insan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui preferensi siswa/i terhadap makanan yang disediakan di sekolah serta untuk melihat seberapa besar kontribusi makan siang yang didapat siswa/i di sekolah terhadap tingkat kecukupan gizi.

### **1.3 Batasan Masalah**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan Preferensi dan Kontribusi Makan Siang Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Siswa/i SDIT Gema Insan.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan preferensi dan kontribusi makan siang terhadap tingkat kecukupan gizi siswa/i SDIT Gema Insan ?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

#### **1.5.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan preferensi dan kontribusi makan siang terhadap tingkat kecukupan gizi siswa/i SDIT Gema Insan

#### **1.5.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

1. Mengidentifikasi karakteristik (usia, jenis kelamin) siswa/i di SDIT Gema Insan
2. Mengidentifikasi preferensi makanan (tingkat kesukaan, rasa dan penampilan makanan) pada makan siang siswa/i di SDIT Gema Insan
3. Mengidentifikasi kontribusi makanan pada makan siang siswa/i di SDIT Gema Insan
4. Mengidentifikasi tingkat kecukupan gizi ( energi, karbohidrat, protein, lemak, zat besi dan kalsium) pada makan siang siswa/i di SDIT Gema Insan

5. Menganalisis preferensi makanan terhadap tingkat kecukupan gizi (energi, karbohidrat, protein, lemak zat besi dan kalsium) siswa/i di SDIT Gema Insan
6. Menganalisis kontribusi makanan terhadap tingkat kecukupan gizi (energi, karbohidrat, protein, lemak, zat besi dan kalsium) siswa/i di SDIT Gema Insan

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Bagi Peneliti**

Agar peneliti dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang didapat selama perkuliahan dan agar dapat menambah pengetahuan di bidang manajemen sistem penyelenggaraan makanan serta menambah pengetahuan peneliti mengenai status gizi pada anak SD

### **1.6.2 Bagi Pihak Sekolah**

Dari penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi dan pengetahuan mengenai asupan zat gizi yang dapat berpengaruh terhadap tingkat kecukupan gizi dan daya pertumbuhan serta perkembangan anak, dan berpengaruh juga terhadap daya konsentrasi dalam belajar.

### 1.7 Keterbaruan Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil
1	Maulida Tahun 2015	Gambaran asupan vitamin A, kadar serum, seng, dan status gizi pada anak usia 9-12 tahun	<i>Cross sectional</i>	<p>Nilai <i>z-score</i> IMT/U memiliki rerata dan standar deviasi dalam kategori normal (-1,34 ±0,83).</p> <p>Rerata dan standar deviasi asupan vitamin A menunjukkan masih dibawah nilai kecukupan.</p> <p>Rerata dan standar deviasi asupan energi, karbohidrat, lemak, dan protein menunjukkan bahwa nilai asupan masih dibawah nilai anjuran AKG</p>
2	Diahningtias.U Tahun 2016	Analisis Penyelenggaraan Makanan, Tingkat Kesukaan, dan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Santri di Pesantren Al- Hamidiyah Depok.	<i>Cross-sectional</i>	<p>Hasil penelitian didapatkan : tidak ada hubungan (<math>p&gt;0.05</math>) antara tingkat kesukaan dengan konsumsi energi, protein, lemak, Kh, vitamin, dan mineral.</p> <p>Hasil analisis penyelenggaraan makanan didapatkan ketersediaan energy dan zat gizi dalam makanan yang disediakan belum mencapai angka kebutuhan gizi siswa.</p>
3	Agung Wahyudi, et al	Status Gizi dan Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Full Day	<i>Cross-sectional</i>	Hasil penelitian didapatkan mayoritas siswa kelas V di SD Islam Tunas Harapan Sekolah Semarang memiliki



	Tahun 2018			status gizi normal dan kriteria kebugaran jasmani sedang
4	Apriliansi Eliza Tahun 2018	Analisis Biaya Sisa Makan Siang dan Zat Gizi yang Hilang pada siswa SDIT Atikah Mussadad Garut 2018	Cross Sectional	Ada hubungan jenis kelamin dengan tingkat kesukaan makan siang ( $p= 0,04$ , $p \leq 0,05$ ). Tidak ada hubungan kebiasaan makan dengan tingkat kesukaan makan siang ( $p=0,14$ , $p>0,05$ ). Ada hubungan tingkat kesukaan makan siang dengan sisa makan siang ( $p=0,01$ , $p \leq 0,05$ ). Biaya sisa makan siang Rp. 351.5,-. Energi yang hilang , zat besi 0.42 mg, serat 0.15 g. 9 yaitu 51.1 kkal, protein 2.5 g, vitamin A 7.3 mcg
5	Nova Mustika, Rinda Lestari Tahun 2019	Hubungan Variasi Menu Makanan Dengan Minat Sarapan Pagi Pada Siswa Kelas IV Di SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya Tahun 2019	Cross-sectional	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variasi menu terhadap minat sarapan pagi siswa kelas 4 SDN 11 Rujukan Lubuk Buaya. Nilai $p = 0,008$ ( $p < 0,05$ ).
6	Azizah , Iqbal Tahun 2020	Daya Terima Siswa Terhadap Modifikasi Siklus Menu Makan Siang di SD Islam Tompokersan Lumajang	Quasi experiment design.	Terdapat perbedaan yang signifikan pada warna (97%), rasa (96,5%), aroma (97,6%), tekstur (95,8%), bentuk(95%) , dan tampilan (96%) makanan sebelum dan sesudah modifikasi siklus menu ( $p = 0,001$ ).

---

Disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh modifikasi siklus menu terhadap aspek warna, rasa, aroma, tekstur, bentuk, dan tampilan.

---

Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini yang berjudul **“Hubungan Preferensi dan Kontribusi Makan Siang Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Siswa/i SDIT Gema Insan”** adalah dari segi tingkat kesukaan, penampilan dan rasa makanan serta kontribusi zat gizi makanan pada menu katering yang ada di SDIT Gema Insan.