

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Titik berat tujuan pembangunan Bangsa Indonesia dalam pembangunan jangka panjang tahap ke dua (PJP II) adalah peningkatan kualitas sumber daya manusia ke arah peningkatan kecerdasan dan produktifitas kerja. Upaya peningkatan status gizi masyarakat adalah sangat penting karena status gizi terutama pada kelompok anak sekolah merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas sumber daya manusia, kurang gizi akan menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan, menurunkan daya tahan, meningkatkan kesakitan dan kematian (Achmad. 2005).

Gizi yang optimal sangat diperlukan pada anak usia sekolah karena dampaknya secara langsung berkaitan dengan pencapaian sumber daya manusia yang berkualitas. Gizi yang berkualitas sangat penting karena pada usia tersebut anak mengalami tumbuh kembang yang pesat. Selain itu anak usia sekolah dapat dijadikan media pembawa perubahan (*agent of change*) bagi pembentukan perilaku gizi bagi diri sendiri dan keluarganya, (Depkes, 2008).

Masalah gizi kurang pada anak usia sekolah akan berkelanjutan pada masa remaja, khususnya anak perempuan yang tumbuh menjadi remaja putri. Hal ini kalau berlangsung sampai usia subur, maka akan melahirkan anak dengan risiko

BBLR, dan berdampak langsung pada meningkatnya angka kematian ibu dan bayi (Kurniasih,2010).

Asupan makanan yang tidak seimbang bisa mempengaruhi status gizi anak usia sekolah. Kebiasaan hanya menyukai satu atau dua jenis makanan tertentu, jarang sarapan pagi, anak menjadi lebih suka jajan, kurang konsumsi makanan berserat seperti sayur maupun buah, dan anak lebih cenderung mengkonsumsi makanan cepat saji atau instan merupakan kebiasaan tidak sehat yang sering dilakukan oleh anak (Soekirman,2006; Kurniasih,2010). Akibatnya, anak tidak memiliki asupan makanan dengan gizi seimbang sehingga berdampak pada masalah kesehatan dan gizi anak (Mc Murray, 2005).

*World Food Program/WFP* dan UNESCO (2007), menemukan anak usia sekolah dasar di seluruh dunia sekitar 72 juta tidak sekolah, dan 60% mengalami gizi kurang (WFP, 2008). Gambaran status gizi anak usia sekolah di Indonesia dapat diketahui dari hasil Riskesdas tahun 2007, yang mengidentifikasi prevalensi nasional gizi kurang/anak kurus 12,1% dan prevalensi anak kurus di provinsi Jawa Barat mencapai 11%,(Depkes RI, 2008).

Kenyataan status gizi anak-anak sekolah dasar yang memprihatinkan ini terungkap berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 440 siswa Sekolah Dasar berusia 7 sampai 9 tahun di Jakarta, yang di paparkan dalam diskusi soal status gizi anak sekolah di Jakarta. Saptawati Bardosono, seorang Ahli Gizi dari Universitas Indonesia, menjelaskan dari penelitian terhadap 220 anak sekolah di lima SD di Jakarta, asupan kalori anak-anak umumnya di bawah

100 persen dari kebutuhan mereka. Dari total anak yang diteliti, sebanyak 94,5 persen anak mengkonsumsi kalori di bawah angka kecukupan gizi yang dianjurkan (Recommended Dietary Allowances/RWA), yakni di bawah 1.800 kkal

Fase usia sekolah membutuhkan asupan makanan yang bergizi untuk menunjang masa pertumbuhan dan perkembangannya. Selain untuk kebutuhan energi, asupan makanan yang bergizi juga mempengaruhi perkembangan otak, apabila makanan tidak cukup mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan, dan keadaan ini berlangsung lama, akan menyebabkan perubahan metabolisme otak. Pada keadaan yang lebih berat dan kronis, pertumbuhan badan akan terganggu, badan lebih kecil diikuti dengan ukuran otak yang juga kecil. Jumlah sel dalam batang otak berkurang dan terjadi ketidak matangan dan ketidak sempurnaan organisasi biokimia dalam otak. Keadaan ini berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasan anak. Anak yang kurang gizi mudah mengantuk dan kurang bergairah yang dapat mengganggu proses belajar di sekolah dan prestasi belajarnya menurun, daya pikir anak juga berkurang karena pertumbuhan otak tidak optimal (Anindya 2009).

Rendahnya status gizi jelas berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Oleh karena status gizi merupakan faktor yang memberikan pengaruh cukup besar terhadap prestasi seseorang. Gizi merupakan salah satu faktor penting dalam memberikan kontribusi terhadap kualitas sumber daya manusia. Asupan gizi yang baik berperan penting dalam mencapai pertumbuhan badan yang optimal. Pertumbuhan badan yang optimal ini mencakup pertumbuhan otak yang sangat menentukan kecerdasan seseorang. Dampak akhir dari konsumsi gizi yang baik

dan seimbang adalah meningkatnya kualitas sumber daya manusia. Keadaan status gizi dan indeks prestasi merupakan gambaran apa yang dikonsumsi anak sekolah dasar dalam jangka waktu yang lama, dapat berupa gizi kurang maupun gizi lebih. Zat-zat gizi seperti karbohidrat, protein, maupun zat gizi lainnya khususnya zat besi, dalam metabolisme tubuh berperan dalam proses berpikir atau proses penalaran serta daya konsentrasi dan sangat berkaitan erat dengan efisiensi belajar. Dengan keadaan gizi yang baik diharapkan berdampak pada prestasi belajar yang baik pula (Khosman 2006).

Perilaku gizi anak usia sekolah dapat diperbaiki dan ditingkatkan dengan promosi kesehatan tentang gizi. Promosi kesehatan dapat diartikan sebagai perilaku yang termotivasi oleh keinginan untuk meningkatkan kesejahteraan dan mengaktualisasikan potensi manusia, efektif untuk merubah ke perilaku positif dan menurunkan biaya perawatan kesehatan. Promosi kesehatan adalah suatu usaha moral untuk memperbaiki, memfasilitasi, melindungi individu atau masyarakat yang memungkinkan orang untuk hidup dengan baik dan dapat mencapai tujuan mereka. Strategi utama promosi kesehatan adalah pendidikan kesehatan, (Edelman & Mandle, 2006).

Tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk perubahan perilaku sehat dan perbaikan status kesehatan. Pendidikan kesehatan memberi pengetahuan, pemahaman, dan penguasaan informasi baru sehingga berkembang suatu perubahan yang menetap, (Edelman & Mandle, 2006). Sebagai contoh,

pendidikan kesehatan tentang gizi dapat membentuk perilaku gizi yang baik untuk anak usia sekolah.

Pendidikan gizi sebaiknya diberikan pada anak usia sekolah. Sejalan dengan program perbaikan gizi 2010 – 2014, pendidikan gizi merupakan program utama. Salah satu wahana yang baik untuk promosi kesehatan dan pendidikan kesehatan adalah sekolah. Pendidikan gizi dimasukkan kedalam kurikulum sekolah adalah penting. Program kesehatan sekolah dikenal dengan usaha kesehatan sekolah (UKS), (Edelman & Mandle, 2006).

Peran perawat yang bekerja sebagai perawat sekolah (*school ners*) mempunyai peluang utama dalam memberikan intervensi kesehatan pada anak – anak, intervensi yang diberikan meliputi pengkajian yang berkelanjutan terhadap kebiasaan makan keluarga dan anak serta sumber daya ekonomis keluarga. Perawat membantu keluarga untuk mengajukan program – program seperti program sarapan dan makan siang gratis atau subsidi sebagian. Perawat memberikan pendidikan gizi dan rujukan ke lembaga sosial untuk mendapatkan bantuan perbaikan gizi. Anak yang kekurangan zat besi atau vitamin. Perawat wajib memantau hasil intervensi (Hitchok, Shubert, & Thomas 2007).

Peran perawat komunitas dalam program pendidikan kesehatan tentang gizi meliputi pemilihan makanan sehat, resep makanan untuk keluarga sibuk, makan siang sehat yang disiapkan anak sekolah, gangguan makan pada anak usia sekolah. Dan peran perawat komunitas sebagai pendidik kesehatan terkait gizi

sejalan dengan program pemerintah yaitu KADARZI, program ini dimulai tahun 2007, dibuat akibat tingginya masalah gizi di Indonesia antara lain penyebab adalah rendahnya pengetahuan, sikap, keterampilan keluarga terhadap perbaikan gizi dan kurangnya pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan oleh masyarakat. KADARZI adalah suatu keluarga yang mampu mengenal, mencegah dan mengatasi masalah gizi setiap anggotanya dengan ciri menimbang berat badan secara teratur, memberi ASI eksklusif pada bayi sampai enam bulan, makan makanan bervariasi, menggunakan garam beryodium, dan minum suplemen gizi, sebagai perawat komunitas berusaha mengembangkan program KADARZI terhadap agregat antara lain termasuk anak usia sekolah (Depkes 2008).

Dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (2007), disebutkan bahwa pada anak usia sekolah kekurangan gizi akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan sakit-sakitan sehingga anak seringkali absen serta mengalami kesulitan mengikuti dan memahami pelajaran. Keadaan kesehatan gizi tergantung dari tingkat konsumsi. Tingkat konsumsi ditentukan oleh kualitas hidangan. Kualitas hidangan menunjukkan semua zat gizi yang diperlukan tubuh di dalam susunan hidangan dan perbandingan yang satu terhadap yang lain. Kalau susunan hidangan memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari sudut kualitas maupun kuantitas, maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan gizi yang baik. Keadaan gizi juga akan mempengaruhi kemampuan anak dalam mengikuti pelajaran di sekolah dan akan mempengaruhi prestasi belajar.

Penelitian kaitan indeks prestasi dengan status gizi anak : studi kasus anak di Kabupaten Nabire oleh Huwae (2006), menemukan bahwa semakin rendah status gizi siswa semakin rendah pula nilai prestasi mereka, Penelitian Huwae (2006), menyatakan dari 43 sampel anak sekolah yang diteliti di Kabupaten Nabire terdapat 36 % menderita gizi kurang dan 1,3 % mengalami gizi buruk, Penelitian ini menyatakan terdapat hubungan yang erat antara status gizi dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar yaitu semakin tinggi status gizi siswa maka akan semakin tinggi pula prestasi belajar mereka.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Oktober 2015 di SDN Duren Sawit 07 Pagi Jakarta Timur, dari 20 murid yang diwawancara 18 diantaranya mengatakan sering jajan disekolah dan jarang makan nasi dirumah, serta mengatakan bahwa mereka tidak mengetahui asupan gizi yang seimbang untuk tubuhnya.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti mengajukan penelitian yaitu “Apakah ada Pengaruh Asupan Gizi Seimbang Terhadap Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah Di SDN Duren Sawit 07 Pagi”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan penelitian ini adalah: “ Apakah ada pengaruh asupan gizi seimbang terhadap prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN Duren Sawit 07 pagi Jakarta Timur “

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh asupan gizi seimbang terhadap prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN Duren Sawit 07 pagi Jakarta Timur.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui karakteristik anak usia sekolah berdasarkan kelas, usia dan jenis kelamin di SDN duren sawit 07 Pagi Jakarta Timur.
- b. Mengidentifikasi asupan gizi seimbang (karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral) pada anak sekolah di SDN Duren Sawit 07 pagi Jakarta Timur.
- c. Mengidentifikasi prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN Duren Sawit 07 pagi Jakarta Timur.
- d. Mengidentifikasi pengaruh asupan gizi seimbang terhadap prestasi belajar pada anak usia sekolah di SDN duren sawit 07 pagi Jakarta Timur.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Mahasiswa**

Dapat digunakan sebagai bahan informasi, masukan, dan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penelitian yang telah dilakukan penulis.

### **2. Bagi anak sekolah dasar SDN duren sawit 07 pagi Jakarta Timur**

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan mereka akan pentingnya gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuh, dan terhadap prestasi belajar di sekolah.

3. Bagi pihak sekolah dan Masyarakat

Bagi pihak sekolah dan masyarakat, dapat menambah wawasan dan pengetahuan mereka tentang pentingnya memberikan perhatian yang cukup mengenai masalah status gizi pada anak sekolah, khususnya untuk para ibu diharapkan dapat memperhatikan gizi anaknya, terutama yang masih berusia sekolah yang sangat membutuhkan asupan gizi yang banyak untuk pertumbuhannya dan perkembangannya dan untuk meningkatkan prestasi belajar anak disekolah.