

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia saat ini semakin berkembang di segala bidang membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas baik dari segi fisik, mental, sehat jasmani dan rohani. Bersumber pada hasil Indeks Pembangunan Manusia (IPM) sepanjang 2010- 2021 IPM Indonesia rata- rata bertambah cuma sebesar 0, 76%. Pada tahun 2021 Indonesia cuma menggapai 0, 49%. (Statistik& Kediri, 2021) serta anak muda ialah peninggalan bangsa buat terciptanya generasi mendatang yang baik sehingga pada berkembang kembang anak anak muda membutuhkan konsumsi zat gizi makro yang mencukupi baik dari segi kuantitas ataupun mutu.

menurut temuan penelitian *Program for International Student Assessment* (PISA) tahun 2018 Indonesia saat ini berada di peringkat 71 dari 78 negara dengan skor hasil ujian membaca, matematika, dan sains masing-masing 371, 379, dan 396. (Tohir, 2019). Indonesia masih terus berada di peringkat yang cukup buruk dalam peringkat pengumpulan skor untuk ketiga indikator tersebut jika dibandingkan dengan negara-negara lain.

Mengonsumsi makronutrien sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan, terutama dalam perkembangan otak. Konsumsi makronutrien adalah pendekatan terbaik bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan motorik mereka (Aramico, 2017). Mengonsumsi makronutrien juga berkontribusi terhadap kebugaran fisik. Siswa dengan tingkat kebugaran fisik yang tinggi akan memiliki

stamina, fokus, dan energi yang cukup untuk menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan pembelajaran.

Menurut penelitian (Yanura, 2019) menunjukkan bahwa 63% siswa mengonsumsi protein yang cukup untuk dapat belajar dengan baik, 64% siswa memiliki konsumsi karbohidrat yang baik dan keberhasilan belajar yang baik, dibandingkan dengan 36% siswa yang mengonsumsi lemak yang baik. Menurut penelitian (Azis, 2018) konsumsi makronutrien dan status gizi memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa dikarenakan kedua faktor tersebut membantu siswa mencapai hasil belajar yang tinggi. Sejalan dengan penelitian (Aulia, 2017) yang menunjukkan hubungan antara mengonsumsi zat gizi makro dengan prestasi belajar siswa.

Selain dipengaruhi oleh ada atau tidaknya penyakit infeksi status gizi kurang juga disebabkan oleh rendahnya asupan nutrisi dibandingkan dengan kebutuhannya. Tubuh remaja dipengaruhi oleh kekurangan zat gizi makro, yang menyebabkan masalah gizi berlebih dan kurang. (Hafiza et al., 2020). Kurang berprestasi yang terjadi pada murid-murid sebagai akibat dari kecenderungan anak yang menderita kekurangan gizi untuk cepat mengantuk dan kurangnya minat, yang dapat menghambat belajar di sekolah dan menurunkan prestasi belajar mereka.. Perkembangan otak yang kurang ideal pada anak-anak, kemampuan mereka untuk berpikir juga menurun, yang juga mempengaruhi kapasitas mereka untuk belajar. Tidak diragukan lagi bahwa kapasitas anak untuk belajar dipengaruhi oleh status gizi mereka. Akibatnya, kapasitas anak untuk belajar sangat dipengaruhi oleh status gizi.(Hamsah, 2020). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi status gizi remaja umur 16-18 tahun di Indonesia yang mengalami gizi

kurang sebesar 9,2% sedangkan prevalensi remaja di Bali dengan status gizi kurang sebesar 5,99%.

Kabupaten Gianyar menjadi salah satu kabupaten di Bali dengan prevalensi masalah gizi kurang pada remaja yang cukup tinggi. Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, prevalensi status gizi remaja usia 16-18 tahun di Kabupaten Gianyar dengan status gizi kurang sebesar 4,88%.(Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018)

Melihat uraian latar belakang diatas oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian di salah satu SMA Negeri yang berada di Kabupaten Gianyar yakni SMAN 1 Sukawati.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara asupan konsumsi zat gizi makro dan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Sukawati?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dan status gizi dengan prestasi belajar siswa di SMAN 1 Sukawati

2. Tujuan khusus

- a. Menghitung asupan konsumsi zat gizi makro siswa SMAN 1 Sukawati
- b. Menilai status gizi siswa SMAN 1 Sukawati
- c. Menentukan indeks prestasi siswa SMAN 1 Sukawati

- d. Menganalisis hubungan asupan zat gizi makro dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 sukawati
- e. Menganalisis hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa SMAN 1 Sukawati

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Untuk menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi, dimungkinkan untuk melakukan studi penelitian tentang asupan makanan makronutrien dan status gizi dalam kaitannya dengan hasil belajar.

2. Manfaat praktis

Siswa memahami akan konsumsi zat gizi makro memahami keadaan status gizinya yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya dalam rangka penyiapan sumber daya manusia yang berkualitas sebagai generasi muda yang akan melanjutkan tongkat kepemimpinan