

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan dasar dari keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Upaya peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dapat dilakukan dengan penanganan pertumbuhan anak sebagai bagian dari keluarga. Anak yang merupakan generasi penerus bangsa harus mendapatkan perhatian khusus, salah satunya dalam hal pendidikan. Pendidikan merupakan serangkaian kegiatan pembelajaran meliputi pengetahuan/wawasan, keterampilan serta kebiasaan yang dilakukan oleh sekelompok orang dan akan diturunkan dari satu generasi ke generasi selanjutnya melalui pengajaran, pelatihan, dan penelitian. Proses pendidikan biasanya terjadi melalui bimbingan orang lain atau bisa secara otodidak. Tingkat keberhasilan proses pendidikan di Indonesia dapat diukur dengan indeks prestasi pada siswa. Hal yang dapat menunjukkan keberhasilan proses pendidikan dapat diamati berdasarkan tinggi rendahnya indeks prestasi pada siswa (Jamaris, 2013).

Programme for International Student Assessment (PISA) adalah salah satu rujukan yang dapat menilai kualitas pendidikan di dunia, seperti menilai kemampuan membaca, matematika dan sains. Dalam survey kemampuan pelajar yang dirilis oleh PISA pada tahun 2018 menyatakan bahwa indeks prestasi peserta didik di Indonesia masih tergolong rendah. Hal ini terbukti Indonesia berada di peringkat ke-72 dari 77 negara. Data ini menjadikan Indonesia berada di peringkat enam terbawah dan masih jauh di bawah negara tetangga seperti Malaysia serta Brunei Darussalam.

Faktor- faktor yang dapat mempengaruhi indeks prestasi pada siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor jasmaniah, psikologis serta kelelahan. Faktor jasmaniah yang mempengaruhi indeks prestasi adalah faktor kesehatan. Kesehatan merupakan keadaan sejahtera pada tubuh yang berasal dari badan, jiwa, dan sosial sehingga memungkinkan untuk setiap individu hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Hal yang mempengaruhi kesehatan seseorang yaitu tingkat kebugaran jasmani setiap individu.

Kebugaran jasmani merupakan suatu keadaan seseorang sehingga dapat melaksanakan kegiatan sehari-hari tanpa kelelahan yang berarti, dan masih memiliki cadangan energi untuk hal yang bersifat gawat darurat (Sudarsono, 2008). Tingkat kebugaran jasmani yang baik dapat menyebabkan kemampuan fisik individu meningkat. Siswa yang memiliki aktifitas fisik yang baik akan memiliki kebugaran jasmani yang baik pula, sehingga indeks prestasinya pun akan lebih baik daripada siswa yang memiliki kebugaran jasmani yang lebih rendah (Rismayanthi, 2012). Beberapa peneliti juga menyatakan bahwa kebugaran jasmani berkorelasi positif terhadap indeks prestasi pada siswa. Faktor yang dapat mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang yaitu usia, jenis kelamin, genetik, status Indeks Massa Tubuh (IMT), dan aktivitas fisik (Depkes RI, 2005).

Faktor lainnya yang mempengaruhi indeks prestasi pada siswa adalah faktor psikologis. Ada beberapa macam faktor psikologis, salah satunya yaitu intelegensi. Intelegensi seseorang dapat dipengaruhi oleh tingkat konsumsi makanan setiap individu. Salah satu bahan pangan yang berfungsi untuk meningkatkan kecerdasan atau intelegensi seseorang yaitu ikan.

Ikan adalah salah satu bahan pangan yang telah diidentifikasi sebagai penyedia protein hewani yang tinggi. Di samping itu, kandungan lain yang terdapat dalam ikan yaitu EPA, DHA tinggi, dan lemak (minyak ikan) antara 0,2-24%. Ikan juga sebagai penyedia sumber asam lemak esensial yaitu omega 3. Asam lemak esensial sangat dibutuhkan dalam pembentukan sel-sel otak untuk meningkatkan intelegensi atau kecerdasan (Danuri, 2004).

Tingkat konsumsi ikan secara nasional pada tahun 2017 yaitu sebesar 46,49 kg per kapita per tahun (Kementrian Kelautan dan Perikanan, 2018). Berdasarkan Dinas Kelautan dan Perikanan (DKP) yang dikutip dari harian Tribun Bali mencatat bahwa konsumsi ikan masyarakat di Bali hanya 33,52 kg perkapita pertahun. Tingkat konsumsi ikan pada masyarakat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pendidikan, rendahnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat ikan, ketersediaan, pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga, serta selera atau kesukaan tiap individu.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelusuran kajian pustaka mengenai hubungan antara konsumsi ikan dan kebugaran jasmani dengan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam kajian pustaka ini yaitu “Bagaimanakah hubungan antara konsumsi ikan dan kebugaran jasmani dengan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara konsumsi ikan dan kebugaran jasmani dengan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan kisaran konsumsi ikan pada siswa sekolah dasar
- b. Mendeskripsikan kisaran kebugaran jasmani pada siswa sekolah dasar
- c. Mendeskripsikan kisaran indeks prestasi pada siswa sekolah dasar
- d. Mendeskripsikan kecendrungan hubungan antara mengonsumsi ikan dengan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar
- e. Mendeskripsikan kecendrungan hubungan antara kebugaran jasmani dengan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumber kajian bagi pengembangan penelitian serta dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan berkaitan dengan konsumsi ikan, kebugaran jasmani, dan indeks prestasi pada siswa sekolah dasar, serta dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap wawasan dan informasi baru mengenai hubungan konsumsi ikan dan kebugaran jasmani dengan indeks prestasi pada siswa. Diharapkan juga mampu menambah wawasan tentang manfaat mengonsumsi ikan dan pentingnya menjaga kebugaran jasmani untuk mencapai indeks prestasi yang optimal. Bagi institusi dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan indeks prestasi pada siswanya.