

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Gizi merupakan proses tumbuh kembang fisik yang berpengaruh terhadap proses tumbuh kembang fisik, sistem saraf dan otak serta tingkat kecerdasan yang bersangkutan. Pemenuhan gizi yang tepat sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dengan baik atau optimal (Sari, 2017). Disamping itu anak sekolah dasar merupakan calon generasi yang akan membangun bangsa dan negara guna menyejahterakan masyarakat, jika anak sekolah sekarang tidak memenuhi kecukupan gizi maka akan berdampak pada mereka dikemudian hari. Maka dari itu pemantauan gizi pada anak sekolah sangat diperlukan untuk kelangsungan mereka dimasa depan. Anak sekolah membutuhkan gizi yang baik untuk menunjang kegiatan belajar di sekolah. Gizi yang baik sangat mempengaruhi daya konsentrasi dan kecerdasan anak dalam menerima dan menyerap setiap ilmu yang didapat di sekolah. Anak sekolah merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat. (Ningsih, 2016). Maka dari itu kecukupan asupan gizi yang baik sangat diperlukan oleh anak sekolah untuk pemenuhan gizi yang seimbang dan status gizi menjadi normal atau baik.

Status gizi adalah salah satu faktor yang menentukan kualitas tumbuh kembang individu. Status gizi di masyarakat sering menggambarkan masalah gizi pada kelompok balita. Masalah gizi biasanya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi, kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang, dan kemiskinan (Putri dkk, 2016). Status gizi baik terjadi jika tubuh mendapat asupan gizi yang cukup, status

gizi kurang terjadi apabila mengalami kekurangan asupan gizi yang didapat kurang atau tidak terpenuhinya kebutuhan tubuh. Status gizi lebih terjadi bila tubuh mendapat asupan gizi yang berlebihan dari kebutuhan atau kecukupan sehingga menimbulkan efek yang dapat membahayakan bagi tubuh.

Faktor yang secara langsung mempengaruhi status gizi adalah asupan makan dan penyakit infeksi. Berbagai faktor tidak langsung yang melatarbelakangi kedua faktor tersebut misalnya faktor ekonomi, keluarga, produktivitas dan pengetahuan tentang gizi anak tersebut (Suhardjo, 2003). Zat gizi adalah bahan kimia yang terdapat dalam bahan pangan yang dibutuhkan tubuh untuk menjaga kesehatan dan daya tahan tubuh (Almatsier dkk, 2010). Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Status gizi seseorang tersebut dapat diukur dan dinilai untuk mengetahui apakah status gizinya tergolong normal atau tidak normal (Almatsier dkk, 2011). Usia sekolah biasanya sangat rentan terhadap masalah gizi, karena pada usia sekolah banyak mengalami perubahan secara hormonal dan berpengaruh pada perubahan fisiknya siswa tersebut.

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, dan makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit. Seperti halnya juga apabila mempunyai pengetahuan yang baik tentang gizi diharapkan mempunyai status gizi yang baik pula (Notoatmodjo, 2011). Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah. Selain upaya yang dilakukan oleh pemerintah salah satu faktor lain yang dapat mempengaruhi

pengetahuan terhadap gizi pada anak yaitu keluarga, jika pengetahuan dalam keluarga terhadap gizi baik maka akan tercermin pemilihan makanan yang lebih baik pada keluarga, sehingga dapat tercermin status gizi baik pada anak.

Menurut Solihin (2005) dalam Aisyah (2015) pengetahuan anak diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Untuk pengetahuan secara internal berasal dari diri sendiri berdasarkan pengalaman hidup sedangkan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah.

Menurut Lawrence Green (1993) dalam Notoadmodjo (2014), bahwa perilaku dibentuk dari tiga faktor dimana salah satunya yaitu faktor predisposisi (predisposing factors) yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya. Dari teori tersebut dapat diambil bahwa pentingnya faktor pengetahuan dapat merubah sikap dan perilaku sehingga dapat mengubah perilaku hidup sehat dan dapat merubah praktek dalam mengkonsumsi asupan zat gizi dalam kehidupan sehari-hari.

Asupan zat gizi merupakan salah satu faktor langsung yang mempengaruhi status gizi pada anak, secara nasional penduduk Indonesia yang mengkonsumsi energi di bawah kebutuhan minimal yaitu < 70% dari angka kecukupan gizi bagi orang Indonesia adalah sebanyak 40,7%. Kontribusi konsumsi karbohidrat terhadap konsumsi energi adalah 61%, sedikit diatas angka yang dianjurkan dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) yaitu 50-60%. Kontribusi protein terhadap konsumsi energi hanya 13,3% di bawah dari yang dianjurkan di PUGS yaitu 15% dan kontribusi konsumsi lemak terhadap energi sebesar 25,6% melebihi yang dianjurkan PUGS yaitu 25% (Depkes RI, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2012) tentang hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada anak SD menunjukkan bahwa pengetahuan gizi mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan pangan yang dibeli. Anak yang memiliki pengetahuan yang kurang rata-rata memilih jajanan atau pangan yang kurang sehat dan bergizi, sehingga status gizinya rendah. Hasil penelitian yang dilakukan Amelia (2013) tentang hubungan asupan zat gizi (energi, protein, zinc) terhadap status gizi menunjukkan hubungan yang sangat signifikan, terlihat energi sangat berpengaruh terhadap status gizi.

Menurut hasil Riset Kesehatan dasar (Kemenkes, 2018) didapat status gizi anak 5-12 tahun dengan indikator indeks massa tubuh/umur di Indonesia yaitu prevalensi kurus adalah 9,3% terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5%. Sedangkan prevalensi pendek yaitu 23,6% terdiri dari 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Risksedas, 2018).

Merujuk survei data dari Pemantauan Status Gizi (PSG) Dinas Kesehatan Provinsi Bali mulai tahun 2015-2017 menyebutkan, kasus gizi di lima daerah di Bali masih tergolong dalam status akut kronis. Lima daerah yang mengalami tersebut meliputi Kabupaten Jembrana, Kabupaten Gianyar, Kabupaten Bangli, Kabupaten Karangasem dan Kabupaten Buleleng. Dua daerah lain seperti di Kabupaten Badung dan Tabanan tergolong di tingkat akut. Sedangkan, daerah yang terbebas dari masalah gizi hanya ada di dua daerah, yakni di Kota Denpasar dan Kabupaten Klungkung. Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Bali, Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Bali mengatakan, problema gizi buruk selama ini tidak lagi

terletak pada faktor ekonomi, namun terletak pada pemahaman keluarga akan asupan gizi terhadap anak.

Secara umum Provinsi Bali untuk status gizi anak usia 6-14 tahun menurut jenis kelamin berdasarkan IMT menurut umur (U) untuk laki-laki kurus yaitu 8,3%, untuk laki-laki berat badan lebih yaitu 11,8%, dan untuk perempuan kurus di dapat 6,9% serta berat badan lebih sebesar 8,5% (Riskesdas, 2007).

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, maka peneliti ingin menelusuri mengenai Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah yang dapat di rumuskan adalah sebagai berikut : “Apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi anak sekolah ?”.

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui hubungan antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Menggambarkan data-data status gizi anak sekolah.
- b. Menggambarkan data-data pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak sekolah.
- c. Menggambarkan data-data asupan energi dan zat gizi makro pada anak sekolah.

- d. Mengkaji data-data hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan asupan energi pada anak sekolah.
- e. Mengkaji data-data hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan zat gizi makro pada anak sekolah.
- f. Mengkaji data-data hubungan asupan gizi energi dan zat gizi makro dengan status gizi pada anak sekolah.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Teoritis

Diharapkan literature review ini dapat menambah pengetahuan mengenai pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro serta status gizi pada anak sekolah.

##### 2. Praktis

###### a. Bagi mahasiswa

Hasil literature review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi dan menambah wawasan.

###### b. Bagi anak sekolah

Hasil literature review ini diharapkan dapat membantu sebagai sumber informasi dan bahan pemikiran dalam memperbaiki status gizi pada anak sekolah dan masyarakat terkait dengan pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro.

c. Bagi masyarakat

Hasil literature review ini diharapkan dapat membantu sebagai sumber informasi dan bahan pemikiran dalam memperbaiki status gizi masyarakat terkait dengan pengetahuan gizi seimbang, asupan energi dan zat gizi makro.

d. Bagi peneliti

Hasil literature review ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi pembelajaran dan pengembangan ilmu pengetahuan yang telah didapat selama perkuliahan.