

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

WHO (*World Health Organization*) mengartikan anak sekolah merupakan anak dengan usia 7 sampai 15 tahun, sedangkan Yusuf (2011) berpendapat bahwa anak ialah anak dengan usia 6 sampai 12 tahun dimana mereka sudah dapat melaksanakan pembelajaran yang menuntut kemampuan intelektual atau kemampuan kognitif. Kualitas suatu bangsa dilihat dari sumber daya manusianya yang maju begitu pun dengan anak sekolah mereka merupakan generasi yang akan mengharumkan nama bangsa nantinya. Anak usia 6 – 12 dimulai dengan duduk di Sekolah Dasar. Mereka akan mulai memasuki dunia baru dimana mereka akan bermain, bersosialisasi dan belajar dengan teman sebayanya untuk berkembang. Masa – masa itu mereka akan lebih banyak beraktifitas dan dapat menyebabkan siswa Sekolah Dasar berisiko mengalami masalah nutrisi yang di sebabkan oleh pola makan pada masa tumbuh kembangnya. Pemenuhan gizi yang sesuai dengan kebutuhannya sangat diperlukan agar anak dapat beraktifitas dan belajar dengan baik di sekolah.

Status Gizi adalah ukuran suatu kondisi tubuh dimana hal tersebut dilihat dari makanan yang dikonsumsi serta bagaimana zat gizi tersebut dapat berfungsi didalam tubuh (Almatsier, 2010). Status gizi dapat mempengaruhi proses pertumbuhan danperkembangan anak, maka dari itu pemberian asupan makanan yang bergizi pada anak dapat memenuhi kebutuhan gizinya untuk menunjang masa pertumbuhan dan perkembangan. Perbedaan dapat dilihat pada

siswa dengan status gizi normal akan menunjukkan pertumbuhan dan perkembangan yang baik yaitu anak akan lincah dan semangat dalam melakukan segala kegiatan dengan baik di sekolah. Zat gizi tentu bermanfaat bagi tubuh, namun pemanfaatan tersebut terdapat faktor yang mempengaruhi yaitu faktor primer dan sekunder. Faktor primernya yaitu hal – hal yang dapat mempengaruhi asupan gizi seseorang, sedangkan faktor sekundernya yaitu kebutuhan gizi seseorang tidak terpenuhi karena adanya gangguan pemanfaatan zat gizi.(M. Par'I, Sugeng, & Titus, 2017). Status gizi memiliki indikator untuk dapat mengukur ukuran tubuh seperti misalnya indikator BB/U atau berat badan menurut umur. Hasil dari pengukuran pada indikator tersebut akan didapatkan hasil dengan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih.

Anak sekolah sedang dalam masa pertumbuhan, maka dari itu pemenuhan zat gizi harus didapatkan oleh anak, dimana zat gizi tersebut berupa zat gizi makro maupun mikro. Pada zat gizi makro, diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang cukup besar, yaitu dalam satuan gram/orang/hari. Pada penelitian Gaung (2018) menyatakan bahwa seorang pemain sepak bola jika kurang asupan karbohidrat cenderung gampang lelah, begitupun dengan orang biasa dengan aktifitas yang tinggi. Sedangkan protein berfungsi sebagai zat pembangun struktur tubuh. Pedoman Gizi Seimbang berpesan kepada para ibu dan anak sekolah untuk membiasakan diri membawa bekal atau menyiapkan anak bekal makanan, sebagai salah satu upaya dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Seperti diketahui, sistem belajar *full day school* sudah mulai banyak di terapkan oleh sekolah. *Full day school* diartikan sebagai sekolah yang menghabiskan waktu lebih lama di sekolah atau proses belajar mengajar dengan rentang waktu di

sekolah mulai pukul 06.45-15.00 dengan waktu *breaktime* setiap dua jam sekali (Baharudin, 2010: 221). Konsep dari system *full day school* adala "*effective school*," atau dikenal dengan sekolah efektif. Sekolah dharus bisa menciptakan lingkungan efektif untuk para peserta didik.

Pemberian bekal makanan sekolah merupakan salah satu alternatif untuk pemenuhan kebutuhan gizi anak di sekolah. Selain pemberian makanan saat sarapan dan makan malam, pemberian bekal sekolah akan dapat mempengaruhi status gizi karena kebanyakan waktu dihabiskan disekolah dan harus menerima asupan makanan agar dapat beraktivitas. Total energi sehari serta komposisi yang terdapat di dalam bekal makanan dapat mempengaruhi status gizi anak. Status gizi anak normal jika bekal makanan dapat berkontribusi dengan total energi perharinya dan terpenuhi (Desy Dwi Anugraheni dkk., 2019). Bekal sekolah anak harus sesuai dengan kebutuhan anak, dan mengikuti kaidah pedoman gizi seimbang agar kebutuhan terpenuhi. Kecukupan energi yang harus di penuhi saat makan siang dianjurkan 1/3 dari total kebutuhan sehari. Derajat Martianto merekomendasikan kontribusi energi dan zat gizi sarapan dan makan malam sebanyak 25%, makan siang 30% dan sisanya untuk selingan pagi dan sore masing-masing 10% (Rohayati dan Zainafree, 2014).

Kualitas dan kuantitas zat gizi yang di konsumsi anak harus diperhatikan agar dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Asupan makanan dipengaruhi ole pengetahuan gizi seseorang dimana nantinya hal tersebut secara tidak langsung akan mempengaruhi status gizi. Pengetahuan terhadap gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi. Pengetahuan gizi juga dapat mempengaruhi bagaimana perilaku ibu dalam mempersiapkan dan memilih

makanan yang akan di konsumsi oleh anaknya yang akan berpengaruh terhadap status gizinya. Pengetahuan ibu mengenai gizi sangat penting didalam tumbuh dan kembang anak karena menjadi salah satu penentu status gizi anak. Pengetahuan gizi ibu juga dapat mencerminkan bagaimana ibu memilih makanan untuk di konsumsi oleh anak terkait jumlah, jenis dan frekuensinya.

Status gizi anak dengan indikator IMT menurut Riskesdas 2013 didapatkan Prevalensi kurus 11,2% dan prevalensi anak usia 5 sampai 12 tahun yang gemuk 18.8 yang tersebar di 16 provinsi. Hasil pemantauan Penilaian Status Gizi (PSG) 2017 melaporkan tentang status gizi di Provinsi Bali menurut indikator IMT/U dengan prasantase status gizi kurus sangat tinggi sebanyak 3,4% (Rokom, 2018). Romo\_Palafox, et al (2017) menyatakan anak sekolah yang membawa bekal makanan asupan energinya rata – rata sebesar 374.4 kkal. Hal tersebut masih kurang mengingat kontribusi energi makan siang harus 1/3 AKG.

Maka dari itu, berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Perbedaan Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu Bagaimanakah Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah ?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui bagaimanakah Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah

### **2. Tujuan Khusus**

1. Menguraikan gambaran tentang Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu
2. Menguraikan gambaran tentang Komposisi Menu Bekal Sekolah
3. Menguraikan gambaran tentang Status Gizi Anak Sekolah
4. Mengkaji Hubungan Status Gizi berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Siswa
5. Mengkaji Hubungan Status Gizi berdasarkan Komposisi Menu Bekal Sekolah Anak.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini digunakan untuk memberi informasi kepada para ibu/masyarakat mengenai Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah

## **2. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini nantinya dapat memberikan kontribusi terhadap wawasan dan informasi baru mengenai Status Gizi Anak Sekolah Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Gizi Ibu Dan Komposisi Menu Bekal Sekolah