

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan gizi di Indonesia merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang belum dapat ditangani hingga kini. Permasalahan gizi dapat berupa permasalahan gizi kurang dan permasalahan gizi lebih, yang dapat dialami oleh anak-anak (Fadilah & Sefrina, 2022). Kecukupan gizi dapat menjadi indikator penentu kesejahteraan dan kesehatan anak. Kesejahteraan dan kesehatan anak dapat dicapai melalui pemenuhan nutrisi yang cukup, salah satunya menerapkan pola konsumsi makan yang baik. Pola konsumsi merupakan kebiasaan makan pada suatu waktu tertentu. Pola konsumsi terdiri atas jenis, jumlah, dan frekuensi makan (Surijati *et al.*, 2021)

Berdasarkan jenisnya, makanan yang baik adalah makanan yang mengandung zat gizi makro dan zat gizi mikro yang cukup untuk keperluan tubuh. Zat gizi makro diantaranya karbohidrat, lemak dan protein. Ketiga zat gizi makro ini digunakan oleh tubuh untuk menghasilkan energi (Fauziah *et al.*, 2022)

Masa sekolah, terutama pada anak usia sekolah dasar merupakan masa pertumbuhan dimana anak sangat aktif sehingga memerlukan asupan energi yang tinggi (Surijati *et al.*, 2021). Konsumsi makanan yang mengandung energi dari karbohidrat sebanyak 50-65%, protein 10-20%, dan lemak 20-30% dapat memenuhi asupan gizi anak. Jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka tubuh akan menggunakan glikogen yang ada dihati dan otot untuk memenuhi kebutuhan energi tubuh. Jika hal ini terus berlangsung, maka anak akan mengalami malnutrisi karena semua cadangan energi di dalam tubuhnya telah digunakan sedangkan asupan energi dari luar tidak ada (Raudhatusabrina *et al.*, 2021)

Optimalnya tumbuh kembang anak sekolah dasar dapat dicapai dengan pemenuhan zat gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik. Ketidakseimbangan antara konsumsi zat gizi dengan kebutuhan dapat mengakibatkan terjadinya masalah kekurangan gizi maupun kelebihan gizi pada anak sekolah dasar (Handini & Anita, 2016).

Asupan makanan mempengaruhi status gizi anak secara langsung. Status gizi sangat berperan terhadap kesehatan anak, anak yang mengalami status gizi kurang cenderung akan mengalami gangguan Kesehatan (Sulistyoningsih, 2011). Status gizi anak berkaitan dengan asupan gizi makro Hal ini sejalan dengan penelitian Aryanti (2012), yang menunjukkan bahwa konsumsi zat gizi makro anak sekolah dasar rata-rata

konsumsi zat gizi makro masih dibawah anjuran yang harus dipenuhi.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, status gizi anak usia 5–12 tahun di Indonesia berdasarkan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) menunjukkan prevalensi gizi kurang dan lebih yang cukup signifikan. Proporsi anak dengan status gizi kurus tercatat sebesar 9,2%, yang terdiri dari 6,8% anak kurus dan 2,4% anak sangat kurus. Sementara itu, prevalensi anak dengan status gizi lebih mencapai 20,4%, dengan rincian 10,8% tergolong gemuk dan 9,6% mengalami obesitas (sangat gemuk). Data Dinas Kesehatan di Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan indeks massa tubuh/umur (IMT/U) prevalensi kurus 21,8 % yang terdiri dari 15,2 % kurus dan 6,6 % sangat kurus. Prevalensi gemuk terdiri dari 12,6 % yang terdiri dari 7,2 % gemuk dan 5,4 % obesitas (Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, 2022).

Asupan zat gizi anak sekolah dasar yang tidak adekuat dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, daya tangkap berkurang, dan tidak mampu untuk berpikir dengan baik. Risiko jangka panjang dapat berakibat pada tumbuh kembang yang tidak optimal, sehingga tubuh cenderung pendek dan dapat mengakibatkan risiko stunting (Siregar, 2016). Ketidakseimbangan antara kebutuhan zat gizi dengan asupan zat gizi dapat mempengaruhi status gizi seseorang (Demu *et al.*, 2023).

Berdasarkan observasi awal pada anak kelas 3-5 pada Maret 2024 di SDN 1 Parungponteng menunjukkan bahwa dari 30 siswa (25 %) diantaranya 75 % anak memiliki status gizi kurus 75 % dan 25 % anak memiliki status gizi normal. Berdasarkan hasil wawancara anak juga tidak mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang ditandai dengan anak jarang mengkonsumsi sumber makanan pokok (nasi) dan jarang mengkonsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan uraian masalah tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan mengenai hubungan zat gizi makro dengan status gizi di SDN 1 Parungponteng Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan zat gizi makro dengan status gizi siswa SDN 1 Parungponteng Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi siswa di SDN 1 Parungponteng Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan energi dan status gizi pada siswa di SDN 1 Parungponteng.
- b. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan karbohidrat dan status gizi pada siswa di SDN 1 Parungponteng.
- c. Menganalisis antara hubungan tingkat kecukupan protein dan status gizi pada siswa di SDN 1 Parungponteng.
- d. Menganalisis antara hubungan tingkat kecukupan lemak dan status gizi pada siswa di SDN 1 Parungponteng.

D. Manfaat

1. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi bagi SDN 1 Parungponteng untuk meningkatkan asupan makan sesuai dengan gizi seimbang.

2. Bagi Prodi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan penelitian untuk menambah kepustakaan.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk melengkapi kepustakaan yang telah ada. Selain itu juga bermanfaat bagi rekan mahasiswa yang ingin mempelajari dan berminat untuk melakukan penelitian serupa.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman bagi peneliti untuk menerapkan teori-teori yang telah didapatkan.

E. Ruang Lingkup

1. Lingkup Masalah

Masalah yang akan diambil yaitu adanya hubungan asupan makan dengan

status gizi siswa di SDN 1 Parungponteng Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024.

2. Lingkup Metode

Penelitian ini adalah penelitian observasi dengan pendekatan *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan yang diambil yaitu epidemiologi gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian dilakukan kepada siswa di SDN 1 Parungponteng Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024.

5. Lingkup Tempat

Tempat dilakukan penelitian yaitu SDN 1 Parungponteng di Kabupaten Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Waktu dilaksanakan penelitian pada bulan Mei 2024 sampai Juni 2025.