

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak-anak di usia sekolah adalah sumber daya manusia yang akan meneruskan pembangunan negara di masa mendatang. Kualitas sumber daya manusia dapat dilihat dari pertumbuhan dan perkembangan anak-anak Indonesia, karena individu berkualitas ditandai dengan kondisi sehat, cerdas, dan produktif. Asupan gizi, baik dari segi jumlah maupun kualitas, sangat memengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan tersebut. Pada anak usia sekolah, pemenuhan kebutuhan gizi sangat krusial karena mereka termasuk kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Vitamin E, yang merupakan vitamin larut dalam lemak, terdiri dari beberapa senyawa seperti tokoferol dan tokotrienol, dengan alfa-tokoferol sebagai bentuk yang paling aktif secara biologis. Vitamin ini berperan sebagai antioksidan yang melindungi sel tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas, serta penting untuk menjaga fungsi sistem imun, kesehatan kulit, dan perkembangan saraf (Mughtar et al., 2022).

Menurut WHO, anak usia sekolah adalah kelompok yang berusia sekitar 7 hingga 15 tahun, sementara di Indonesia umumnya didefinisikan sebagai anak berusia 7 hingga 12 tahun. Dalam siklus kehidupan, masa anak-anak merupakan periode yang rentan sekaligus periode emas yang sangat menentukan perkembangan di tahap kehidupan berikutnya (Lilis et al., 2020). Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan adanya berbagai masalah kesehatan pada anak-anak, seperti obesitas dan malnutrisi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Masalah gizi yang paling sering dijumpai di Indonesia meliputi kekurangan energi protein, vitamin A, yodium, zat besi, serta gizi lebih seperti obesitas (Kemenkes, 2017). Faktor yang memengaruhi status gizi anak terbagi menjadi faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung meliputi asupan makanan dan penyakit infeksi yang dialami anak, sedangkan faktor tidak langsung mencakup pola asuh, kualitas perawatan kesehatan, ketahanan pangan

keluarga, serta pengetahuan dan keterampilan orang tua (Syafarinoo et al., 2020).

Status gizi merupakan kondisi tubuh seseorang yang terbentuk sebagai hasil dari konsumsi makanan dan pemanfaatan zat gizi yang terkandung di dalamnya. Status gizi ini berpengaruh terhadap munculnya masalah gizi, yang bisa dialami oleh semua kelompok usia. Terpenuhinya status gizi yang optimal bergantung pada asupan makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan tubuh, sehingga dapat mendukung pertumbuhan, perkembangan, produktivitas, serta kesehatan secara keseluruhan (Mughtar et al., 2022). Saat ini, masalah gizi pada anak usia sekolah dasar masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, status gizi anak berusia 5-12 tahun di Indonesia menurut indeks massa tubuh per umur menunjukkan prevalensi anak kurus sebesar 9,3%, yang terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah kelebihan berat badan juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6%, meliputi 11,1% anak gemuk dan 9,5% anak sangat gemuk (obesitas). Selain itu, prevalensi anak pendek mencapai 23,6%, dengan rincian 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek (Riskesdas, 2018) (Asmin et al., 2021).

Status gizi anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu mengenai gizi, termasuk pemahaman tentang makanan sehat sesuai usia, serta cara memilih, mengolah, dan menyajikan makanan dengan tepat. Kurangnya pengetahuan gizi pada ibu dapat berdampak negatif terhadap status gizi anak karena akan menyulitkan dalam memilih makanan bergizi bagi anak dan keluarga (Nurmaliza & Herlina, 2019). Pengetahuan dan sikap ibu turut menentukan asupan makanan dalam keluarga, terutama bagi anak-anak. Ibu yang memiliki pendidikan lebih tinggi biasanya lebih mudah mendapatkan informasi dari luar sehingga pemahaman dan pengetahuannya, termasuk tentang pola asuh anak, menjadi lebih baik. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi anak sangat penting karena ibu memiliki keterikatan paling dekat dengan anak dan menjadi faktor utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak (Sundari & Khayati, 2020). Peran

orang tua, khususnya ibu, sangat krusial dalam menyediakan makanan sehat bagi keluarga, terutama anak-anak (Sundari & Khayati, 2020). Anak-anak yang ibunya berpendidikan tinggi cenderung mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang lebih baik serta lebih terbuka terhadap pengetahuan gizi. Sebaliknya, anak-anak dengan ibu berpendidikan rendah memiliki angka kematian yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak dari ibu yang berpendidikan lebih tinggi (Nurmaliza & Herlina, 2019).

Ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran zat gizi sering menjadi penyebab masalah gizi pada anak, yang pada akhirnya memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka (Zuhriyah, 2021). Terdapat berbagai metode untuk menilai status gizi anak, antara lain melalui konsumsi makanan, pengukuran antropometri, pemeriksaan biokimia, evaluasi klinis, dan pemeriksaan biofisik. Penilaian antropometri dilakukan dengan mengukur aspek fisik seperti berat badan dan tinggi badan (Nasriyah et al., 2021).

Berdasarkan artikel *Nutrition in school-age children: a rationale revisiting priorities* tahun 2022 menurut UNICEF dimana ada himbuan untuk kembali meneliti karena mungkin fenomena yang dulu sudah tidak berlaku yang mengatakan bahwa mungkin kita zaman sudah berubah dengan adanya teknologi yang sudah berubah dan budaya yang sudah berubah dimana kita perlu menata ulang untuk mengetahui bagaimana pengaruh pengetahuan gizi ibu dan asupan gizi anak dengan status gizi anak.

Berdasarkan survey pendahuluan yang sudah dilakukan pada 10 orang siswa/l Negeri 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam kelas 3, 4 dan 5 yang dipilih secara acak, ditemukan sebanyak 2 orang siswa/l yang memiliki ambang batas (Z-score) berada pada +1SD sampai dengan +2 SD atau mengalami status gizi lebih, 4 orang siswa/l yang memiliki ambang batas (Z-score) berada pada >+2 SD atau mengalami status gizi lebih dan 1 orang siswa/l memiliki ambang batas (Z-score) berada pada -3 SD sampai dengan <-2 SD atau memiliki berat badan kurang.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Dan Asupan Gizi Anak Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam”.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan gizi anak dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan gizi ibu dan asupan gizi dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan gizi ibu anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.
- b. Menilai asupan gizi anak (energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin A, vitamin B6, vitamin E, zat besi, zink, dan vitamin C) anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.
- c. Menilai status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi ibu dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.
- e. Menganalisis hubungan asupan gizi anak (energi, karbohidrat, protein, lemak, vitamin A, vitamin B6, vitamin E, zat besi, zink, dan vitamin C) dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan bagi penulis sebagai penerapan ilmu yang diperoleh di bangku kuliah.

2. Bagi Institusi Sekolah

Sebagai bahan masukan atau informasi bagi guru pengajar untuk mengetahui pengetahuan gizi ibu dan asupan gizi anak dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.

3. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi bagi masyarakat umum mengenai pengetahuan gizi ibu dan asupan gizi anak dengan status gizi anak usia sekolah di UPT SDN 104244 Jati Sari Kecamatan Lubuk Pakam.