

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Penilaian status gizi anak melalui IMT menurut Umur dilakukan dengan pengukuran keseimbangan berat badan dan tinggi badan yang disesuaikan dengan umur (Lubis et al., 2025). Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) merupakan indikator yang digunakan untuk menilai proporsi berat badan terhadap tinggi badan dan usia anak, sehingga memudahkan dalam mendeteksi adanya masalah gizi seperti kelebihan atau kekurangan berat badan (Saraswati et al., 2022).

Menurut Laporan Nasional Riskesdas tahun 2018, status gizi anak usia 5-12 tahun di Indonesia, Indeks Massa Tubuh (IMT/U), menunjukkan prevalensi anak dengan kategori kurus mencapai 9,2%, dengan 2,4% di antaranya termasuk dalam kategori sangat kurus dan 6,8% dalam kategori kurus. Selain masalah kurang gizi, prevalensi kegemukan juga signifikan di Indonesia dengan angka mencapai 20%, terdiri dari 10,8% yaitu gemuk dan 9,2% yaitu obesitas. Data ini menggambarkan bahwa masalah status gizi pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia cukup serius. Jika tidak ditangani dengan baik, masalah gizi ini dapat memiliki konsekuensi yang serius bagi kesehatan anak-anak di Indonesia. Di Provinsi Sumatera Utara pada tahun yang sama, anak usia 5–12 tahun tercatat sebesar 2,06% berada dalam kategori sangat kurus, 5,62% kurus, 10,58% termasuk gemuk (*overweight*), dan 9,06% obesitas (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017, sebesar 3,4% anak usia 5–12 tahun di Indonesia tergolong sangat kurus, sementara 7,5% kategori kurus menurut IMT/U. Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi anak sekitar 3,8% sangat kurus dan 6% kurus (*Hasil Pemantauan Gizi, 2017*).

Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO), pada tahun 2015 terdapat sekitar 95,2 juta anak di seluruh dunia atau sekitar 14,3% yang mengalami masalah kekurusan (WHO, 2019). Masalah kekurusan pada anak sekolah dasar di Indonesia masih menjadi salah satu isu gizi yang cukup dominan yaitu 11,2%, yang terdiri dari 4% sangat kurus dan 7,2% kurus. Kondisi tersebut mencerminkan bahwa persoalan gizi kurang pada anak merupakan isu yang signifikan dan membutuhkan penanganan secara serius. Upaya ini menjadi bagian integral dalam meningkatkan tingkat kesehatan dan kesejahteraan anak di Indonesia. (Bambanglipuro et al., 2022).

Anak sekolah dasar jenjang kelas 1 adalah saat anak memasuki masa transisi dari prasekolah ke sekolah dasar atau SD. Masa ini disebut juga sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak awal. Saat anak memasuki usia 6 tahun perkembangan fisik dan mental anak sudah semakin matang. Pertumbuhan fisik anak bertumbuh cepat dan kesehatannya juga semakin baik. (Lubis et al., 2025).

Pada anak berusia 6 -12 tahun, penambahan berat badan rata-rata berkisar antara 3 - 3,5 kilogram setiap tahunnya, sementara peningkatan tinggi badan terjadi sekitar 6 cm per tahun. Pertumbuhan lingkaran kepala hanya bertambah sekitar 2–3 cm, yang mencerminkan perlambatan perkembangan otak akibat proses mielinisasi yang hampir sempurna pada usia 7 tahun. Pada rentang usia ini, variasi penambahan berat dan tinggi badan dipengaruhi oleh faktor genetik serta lingkungan. Selisih berat badan antara anak perempuan dan laki-laki usia 7 tahun sekitar 1 kg, di mana anak perempuan cenderung lebih berat, sementara tinggi badan keduanya relatif setara. (M. I. Ayu & Kumaat, 2020).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (PMK) Nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak dengan kategori gizi kurang indeks IMT/ U terhadap usia 5-18 tahun dapat dilihat jika nilai z-score yang diperoleh adalah  $-3$  SD sampai  $< -2$  SD, kondisi tersebut diakibatkan oleh rendahnya atau tidak sesuainya konsumsi gizi dari kebutuhan tubuh sehingga cadangan zat gizi yang terdapat pada lapisan

lemak diubah menjadi energi akibatnya tubuh anak menjadi kurus karena gizi kurang. Agar tidak berlanjut pada gizi buruk, kejadian gizi kurang mestinya penanganan harus segera dilakukan (*Pmk no 2 tahun 2020 Standar Antropometri Anak, 2020*).

Ketidakseimbangan antara asupan makanan dengan kebutuhan zat gizi tubuh dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi. Kondisi ini dapat memengaruhi tingkat kesehatan dan kesejahteraan individu, kelompok, atau masyarakat, serta sering kali berkaitan dengan adanya infeksi penyakit. Defisiensi nutrisi pada anak sekolah tergolong sebagai permasalahan gizi multifaktorial yang dapat menghambat pertumbuhan tubuh dan mengganggu fungsi otak secara menyeluruh (Nirmala Devi, 2012). Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Purnamasari dan Kusumawati (2012), ditemukan bahwa kasus kurus pada anak sekolah masih cukup tinggi sekitar 29,6% anak kelas 1 SD termasuk dalam status gizi kurus.

Menurut UNICEF, faktor penyebab status Gizi anak sekolah disebabkan beberapa faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung seperti konsumsi zat gizi dan infeksi penyakit, sedangkan faktor tidak langsung ketersediaan pangantingkat rumah tangga, pelayanan kesehatan dan asupan gizi. Tidak terpenuhinya zat gizi pada anak dapat menyebabkan menurunnya sistem kekebalan tubuh pada anak. Sistem kekebalan tubuh yang lemah menyebabkan lebih rentan anak terkena penyakit dari lingkungan sekitar. Karena daya tahan tubuh yang lemah, anak dengan asupan gizi yang kurang sering kali mengalami infeksi saluran cerna, hal itulah yang meningkatkan resiko kekurangan gizi karena tubuh anak tidak dapat menyerap nutrisi dengan baik. Dalam hal ini status gizi yang buruk dikombinasikan dengan infeksi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan (Safitri & Fitriana, 2020).

Bakso adalah makanan yang berbahan dasar ikan yang dihaluskan, kemudian dicampur dengan berbagai bahan lainnya, dibentuk menjadi bulatan, dan dimasak dengan cara direbus. Disukai oleh banyak kalangan karena memiliki rasa yang lezat, teksturnya pun kenyal, empuk, dan lembut,

serta mudah disajikan, menjadikannya pilihan yang praktis dan menggugah selera, kekenyalan, keempukan, dan kemudahan penyajian membuat bakso digemari oleh berbagai kalangan (L. S. Ayu & Setha, 2023).

Berdasarkan penelitian Nurul Hidayati, Pemberian bakso ikan lele yang diperkaya dengan wortel sebagai alternatif makanan sehat untuk anak di sekolah dasar telah diteliti dan terbukti mengandung kandungan gizi yang tinggi, meskipun terdapat variasi dalam komposisi gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan tingkat penerimaan anak terhadap makanan bergizi. Kondisi defisiensi gizi atau malnutrisi pada kelompok anak usia sekolah dapat diminimalkan dengan menyediakan makanan sehat seperti bakso ikan lele yang dipadukan dengan wortel, yang memiliki nilai gizi yang baik. (Hidayati, 2020).

Mengolah ikan menjadi bakso memberikan keuntungan tersendiri, salah satunya adalah tidak adanya duri, yang umumnya menjadi kendala bagi sebagian orang dalam mengonsumsi ikan. Selain itu, bentuk bakso yang menarik juga membuatnya lebih disukai oleh anak-anak (Hidayati, 2020).

Ikan lele merupakan sumber pangan yang kaya zat gizi, antara lain mengandung protein, asam lesensial yaitu Omega-3 (ALA, EPA, DHA) dan Omega-6 (linoleat dan arakidonat), serta berbagai vitamin penting yaitu retinol, Thiamin, riboflavin, dan sianokobalamin. Manfaat ikan lele bagi anak yang baru masuk sekolah dasar meliputi meningkatkan asupan gizi, membantu pertumbuhan dan perkembangan, serta mendukung kesehatan mata dan sistem kekebalan tubuh. Tingginya kandungan protein dalam ikan lele mampu mendukung peningkatan berat badan dengan cara membantu tubuh membangun massa otot yang tidak mengandung lemak. Kandungan lemak esensial ALA, EPA, DHA, linoleate, arakidonat pada ikan lele sangat bermanfaat karena tubuh tidak memiliki kemampuan untuk memproduksinya sendiri (Ghozali et al., 2021).

Penambahan wortel sebagai bahan tambahan dalam pembuatan bakso ikan lele berfungsi sebagai pewarna alami yang memberikan tampilan cerah, sehingga meningkatkan daya tarik visual dan tingkat penerimaan anak-anak. Bakso dengan tambahan wortel yang cenderung memiliki warna yang lebih cerah dan menarik perhatian anak-anak, sehingga meningkatkan daya tarik dan daya terima makan. Wortel juga kaya akan betaroten yang sangat diperlukan oleh tubuh, serta vitamin C, vitamin K, dan potasium yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Untuk anak yang baru masuk sekolah konsumsi wortel dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh, mendukung pertumbuhan dan perkembangan, serta memberikan asupan nutrisi penting untuk kesehatan dan kecerdasan lingkungan sekolah (Hidayati, 2020).

Dalam penelitian, bakso ikan lele dengan tambahan wortel, mengandung energi sebesar 250 kkal atau 3.500 kkal sama 14 hari, berkontribusi terhadap peningkatan berat badan sebesar 0,5 kg atau 500 gram. Satu porsi bakso terdiri atas 5 butir dengan berat 75 gram, sehingga berat rata-rata setiap butir adalah 14 gram. Intervensi gizi ini diberikan selama 14 hari atau dua minggu.

Berdasarkan temuan didapatkan, prevalensi status gizi anak sekolah dasar berdasarkan indeks IMT/U sebelum dilakukan intervensi menunjukkan 33,3% termasuk dalam kategori gizi kurang dan 3,3% dalam kategori gizi lebih. Setelah intervensi, proporsi anak dengan gizi kurang menurun menjadi 6,7%, sementara kategori gizi lebih tetap sebesar 3,3%. Kenaikan berat badan <0,3 kg (10%), menunjukkan adanya kenaikan tanpa adanya pemberian intervensi, sedangkan kenaikan >0,3kg (90%) adanya pemberian intervensi.

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan, peneliti berminat untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Pengaruh Pemberian Bakso ikan lele, wortel terhadap berat badan anak baru masuk sekolah dasar SD Negeri 060857 Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung.

## **B. Perumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian Bakso Ikan Lele, Wortel terhadap berat badan anak kelas 1 Sekolah Negeri 060857 Kelurahan Sidorejo Kecamatan Medan Tembung?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh Pemberian bakso Ikan Lele, Wortel terhadap berat badan anak kelas 1 Sekolah Dasar.

### **2. Tujuan Khusus**

- a) Menilai asupan zat gizi (Energi,Protein) sebelum dan sesudah intervensi
- b) Menilai BB (Berat Badan) sebelum dan sesudah pemberian Intervensi
- c) Menilai Status Gizi anak kelas 1 sekolah dasar Indeks menurut Umur (IMT/U) sebelum dan sesudah intervensi
- d) Menganalisis pengaruh pemberian bakso ikan lele, wortel terhadap Berat Badan.

## **D. Manfaat**

### **1. Bagi Peneliti**

Menambah pemahaman tentang Pengaruh pemberian bakso ikan lele dan wortel terhadap berat badan anak kelas 1 sekolah dasar.

### **2. Bagi Pihak Sekolah**

- a) Mengetahui pemahaman mengenai mengenai pemberian bakso ikan lele sebagai bahan makanan lokal.
- b) Mengetahui pemanfaatan penelitian mengenai penambahan berat badan (BB) pada anak kelas 1 sekolah dasar.

### **3. Bagi Anak Sekolah**

Memperkenalkan makanan Lokal seperti bakso Ikan Lele, Wortel sejak dini dapat membantu membentuk pola makan yang baik dan menyadarkan anak-anak akan pentingnya gizi dalam kehidupan sehari.