

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan aset penting bagi negara, karena mereka adalah generasi penerus yang akan menentukan masa depan bangsa. Pada usia sekolah dasar, anak-anak berada dalam tahap perkembangan yang membutuhkan nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang tepat. Pada fase ini, mereka memerlukan asupan makanan bergizi untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Jika kekurangan gizi, pertumbuhan fisik anak akan terhambat, yang mengakibatkan tubuh mereka menjadi lebih kecil, sedangkan anak yang memperoleh gizi yang cukup akan tumbuh dengan tubuh yang lebih besar (Maku, 2018).

Pada usia anak sekolah, terjadi perkembangan pesat yang berdampak pada status gizi mereka. Anak-anak yang berusia antara 6 hingga 12 tahun, yaitu yang duduk di bangku SD, memiliki tingkat aktivitas yang tinggi, baik di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga mereka membutuhkan lebih banyak energi. Pertumbuhan anak sangat dipengaruhi oleh jumlah makanan yang mereka konsumsi. Kebutuhan gizi pada usia ini disesuaikan dengan tingkat aktivitas yang dilakukan, sehingga penting untuk memastikan kebutuhan zat gizi yang diperlukan tercukupi dengan baik (Dai, dkk., 2022).

Status gizi merujuk pada kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh asupan makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dapat dibedakan menjadi empat kategori: buruk, kurang, baik, dan lebih. Secara tradisional, istilah gizi lebih sering dikaitkan dengan kesehatan tubuh, yang berfungsi untuk menyediakan energi, membangun dan merawat jaringan tubuh, serta mengatur berbagai proses vital dalam tubuh. Status gizi yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah gizi pada anak-anak usia sekolah (Amirullah, 2020).

Siswa Sekolah Dasar (SD) berisiko mengalami masalah gizi terkait dengan pola makan dan periode pertumbuhan mereka. Saat ini, masalah

gizi pada anak-anak sekolah dasar masih tergolong cukup tinggi. Menurut Buku Saku Pemantauan Gizi Kemenkes 2017, prevalensi anak usia 5-12 tahun yang pendek mencapai 27%, sementara yang mengalami kekurangan berat badan mencapai 30%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, prevalensi nasional anak laki-laki usia 6-12 tahun yang kekurangan gizi adalah 13,3%, sedangkan pada anak perempuan sebesar 10,9% (L. Nurwahidah, 2019).

Prevalensi anak yang mengalami kekurangan berat badan (*wasting*) dan sangat kekurangan berat badan, berdasarkan indikator IMT/U, masing-masing sebesar 7,6 persen dan 4,6 persen. Perkembangan anak usia sekolah yang optimal sangat bergantung pada pemberian nutrisi atau asupan zat gizi yang tepat, namun hal ini tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Banyak masalah muncul akibat pemberian makanan yang salah atau tidak sesuai, yang dapat menyebabkan gangguan pada berbagai organ dan sistem tubuh anak (Astuti, 2016).

Pola makan adalah suatu usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan serta konsumsi zat gizi merupakan faktor yang berpengaruh langsung terhadap status gizi. Dapat diketahui bahwa anak sekolah dasar mempunyai pola makan yang kurang baik, ada yang terlalu memilih jenis makanan dan ada juga anak yang tidak memikirkan jenis makanan apa saja yang dia makan. Pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi (Kahar, 2020).

Sangat aktif, oleh karena itu membutuhkan makanan yang memenuhi kandungan gizi, baik dari segi kualitas maupun kuantitas (Laksana, 2018). Dari hasil survey pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 13 Desember 2023 di UPT SPF SDN 107955 Lubuk Pakam terhadap siswa kelas V yang memiliki jumlah keseluruhan siswa yaitu sebanyak 34 siswa dimana sebanyak 8 siswa telah

diukur secara antropometri (TB/U) terdapat 1 siswa mengalami gizi kurang dengan Kategori Gizi Kurang(Thinness) (Z-score <-2 SD). Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui "Gambaran Status Gizi dan Pola Makan Pada Anak Sekolah Dasar di UPT SPF SDN 107955 Lubuk Pakam.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran status gizi dan pola makan pada anak Sekolah dasar di UPT SPF SDN 107955 Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran status gizi dan pola makan pada anak sekolah dasar di UPT SPF SDN 107955 Lubuk Pakam.

2. Tujuan khusus

- a. Menilai jumlah makanan yang dikonsumsi anak di SDN 107955 Lubuk Pakam.
- b. Menilai status gizi yang dikonsumsi anak SDN 107955 Lubuk Pakam.

D. Manfaat penelitian

a. Bagi Penulis

Sebagai sarana dalam meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan wawasan dalam Karya Tulis Ilmiah.

b. Bagi Masyarakat

Sebagai sumber informasi pembaca dan masyarakat tentang gambaran status gizi dan pola makan pada anak sekolahdasar.