

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan kesehatan yang dikenal sebagai masalah gizi dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara asupan nutrisi dan kebutuhan tubuh. Kondisi ini umumnya dialami oleh anak usia 6 hingga 12 tahun, dan dapat meningkatkan risiko terserang penyakit serta menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan intelektual mereka. Anak-anak dengan masalah gizi biasanya mengalami keterlambatan dalam pertumbuhan dan kemampuan berpikir, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup mereka di masa mendatang (Par'i, Wiyono, and Harjatmo 2017).

Anak-anak pada usia sekolah merupakan periode di mana anak rentan terhadap masalah gizi. Kekurangan gizi pada tahap ini bisa membawa dampak buruk bagi perkembangan individu dan dapat menghambat kemajuan pembangunan nasional. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi bagi anak sekolah menjadi hal yang krusial dalam mendukung kesehatan, pencapaian pendidikan, serta pertumbuhan ekonomi yang berkelanjutan (Yunawati et al. 2023).

Permasalahan gizi yang diukur melalui indikator IMT/U masih tergolong isu yang perlu diperhatikan. WHO menganggap masalah kesehatan masyarakat serius jika prevalensi IMT/U berada di bawah 5%. Berdasarkan SKI 2023, Di Indonesia, prevalensi masalah gizi di seluruh negeri pada anak usia 5 hingga 12 tahun adalah 11%, sedangkan di Sumatera Utara tercatat sebesar 9,4%. Sementara itu, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi di Kabupaten Serdang Bedagai sebesar 8,32%. Penelitian ini menemukan prevalensi sebesar 22,9% pada anak kelas 2 dan 3 SD Negeri 102082 Kampung Gelam Kecamatan Bandar Khalifah, yang angkanya jauh melebihi tingkat kabupaten Serdang Bedagai.

Menurut *UNICEF*, penyebab masalah gizi dapat dikategorikan menjadi faktor langsung dan faktor tidak langsung. Penyakit menular dan asupan

makanan yang tidak memadai merupakan faktor penyebab langsung, sedangkan ketahanan pangan rumah tangga merupakan faktor tidak langsung, pengasuhan anak, ketersediaan fasilitas kesehatan anak, dan keadaan lingkungan sekitar (Sholikhah, Rustiana, and Yuniastuti 2017).

Pola makan anak usia sekolah (6–12 tahun) sering berubah karena masa pertumbuhan yang aktif. Pada usia ini, anak-anak lebih sering memilih makanan sendiri dan lebih suka mengonsumsi jajanan dibandingkan makanan yang disiapkan di rumah. Akibatnya, makanan selingan memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap asupan gizi harian mereka, terutama dalam hal protein (Anggiruling, Ekayanti, and Khomsan 2019). Sebagai langkah perbaikan status gizi anak sekolah, pemerintah telah merancang program pemberian makan siang gratis (Maharani, Namira, and Chairunnisa 2024).

Pemerintah tidak hanya membuat program makan siang gratis, pemerintah juga mengimplementasikan Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS) untuk mempercepat upaya menanggulangi gizi kurang, mendukung keberhasilan pendidikan, serta membantu mengurangi tingkat kemiskinan. Salah satu bentuk pelaksanaan program ini adalah penyediaan makanan tambahan yang berbasis bahan pangan lokal, seperti ikan lele, ceker ayam, dan wortel, yang kemudian diolah menjadi produk inovatif seperti dimsum (Kartono et al. 2013).

Dimsum adalah hidangan khas Tiongkok yang cukup populer di Indonesia. Makanan ini dikenal memiliki cita rasa gurih dan asin, serta dapat diolah melalui berbagai metode seperti dikukus, digoreng, direbus, atau dipanggang. Secara umum, dimsum menggunakan bahan utama berupa protein hewani, seperti daging atau hasil laut (Rachmawati et al. 2023).

Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti ikan lele, ceker ayam, dan wortel dalam pembuatan dimsum menghasilkan produk makanan inovatif yang memiliki nilai gizi lebih tinggi dengan biaya yang ekonomis. Program PMT-AS dapat memanfaatkan inovasi ini sebagai salah satu pilihan untuk mendukung peningkatan berat badan anak sekolah.

Ikan lele termasuk ikan air tawar dengan kandungan nutrisi yang kaya dan menjadi sumber protein yang baik. Protein pada ikan ini mudah dicerna oleh tubuh, sehingga dapat lebih cepat diubah menjadi asam amino yang dibutuhkan tubuh. Kandungan protein ini berperan penting dalam pembentukan jaringan otot. Kandungan protein pada ikan lele mencapai 18,7 gram per 100 gram, menjadikannya sebagai salah satu pilihan yang potensial untuk memenuhi kebutuhan asupan protein (Asriani, Santoso, and Listyarini 2019).

Ceker ayam mengandung protein dan mineral dalam jumlah tinggi, dengan kandungan protein mencapai 19,8 gram per 100 gram, menjadikannya sebagai komponen gizi utama dibandingkan zat gizi lainnya. Protein merupakan nutrisi penting bagi tubuh, dan sebagian besar protein pada ceker ayam berupa kolagen. Sebagai antigen imunogenik, kolagen mampu menstimulasi sistem kekebalan tubuh untuk menghadapi virus, bakteri yang menimbulkan penyakit. Oleh karena itu, makanan tambahan berbahan dasar ceker ayam dapat menjadi alternatif sumber protein hewani yang terjangkau serta berpotensi mempercepat peningkatan berat badan anak (Purwasih and Rahayu 2018).

Wortel merupakan sumber biotin, vitamin K1, kalium, beta karoten, dan vitamin B6 yang baik bagi tubuh. Mengonsumsi wortel dapat memperkuat daya tahan tubuh Anda. Selain itu, kandungan seratnya yang tinggi berkontribusi pada pemeliharaan fungsi usus dan kesehatan pencernaan anak (Sofianawati et al. 2023).

Sebelum melakukan penelitian lebih lanjut, penulis menyelidiki sifat organoleptik dari persiapan dim sum menggunakan lima perlakuan berbeda pada panel yang terdiri dari dua puluh orang. Untuk itu penulis melakukan uji organoleptik dimsum lecewor dengan 5 perlakuan yaitu perlakuan A penggunaan ikan lele 50 gr dan ceker ayam 50 gr, perlakuan B penggunaan ikan lele 60 gr dan ceker ayam 40 gr, perlakuan C penggunaan ikan lele 70 gr dan ceker 30 gr, perlakuan D penggunaan ikan lele 80 gr dan ceker ayam 20 gr, perlakuan E penggunaan ikan lele 90 gr dan ceker 10 gr. Hasil yang

paling disukai yakni perlakuan D dengan penggunaan ikan lele 80 gr dan ceker ayam 20 gr.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik mengkaji pengaruh pemberian dimsum lecewor terhadap peningkatan berat badan anak yang duduk di kelas 2 dan 3 sekolah dasar, dengan dosis 90 gram per hari (3 buah) yang memberikan tambahan 186,8 kkal setiap kali diberikan pada pukul 09.15 selama 21 hari, dengan harapan dapat meningkatkan berat badan anak.

B. Perumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh pemberian dimsum *lecewor* (Ikan lele, ceker ayam dan wortel) terhadap berat badan anak kelas 2 dan 3 di Sekolah Dasar Negeri 102082 Kampung Gelam Kecamatan Bandar Khalifah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana pengaruh konsumsi dim sum lecewor (wortel, ceker ayam, dan lele) terhadap berat badan siswa kelas 2 dan 3 Sekolah Dasar Negeri 102082 Kampung Gelam Kecamatan Bandar Khalifah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui status gizi indeks IMT/U siswa kelas 2 dan 3
- b. Menilai asupan zat gizi anak kelas 2 dan 3 sebelum dan sesudah intervensi
- c. Menilai rata-rata kenaikan berat badan sesudah pemberian intervensi
- d. Menganalisis pengaruh pemberian intervensi terhadap kenaikan berat badan anak sekolah dasar.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini berguna untuk menambah pengetahuan penulis sekaligus memenuhi persyaratan akademik. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu mahasiswa menerapkan ilmu yang telah dipelajari di perguruan tinggi.

2. Bagi Sekolah dan Puskesmas

Penelitian ini berpotensi memberikan gambaran kepada puskesmas dan sekolah terkait pemanfaatan dimsum lecewor sebagai salah satu opsi makanan tambahan tinggi protein untuk anak sekolah.

3. Bagi Kemenkes Poltekkes Medan

Penelitian ini diharapkan berguna sebagai sumber pengetahuan baru bagi mahasiswa Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Medan dan dapat dijadikan rujukan untuk karya ilmiah lainnya, baik yang terkait tugas maupun tidak.