

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Usia sekolah (*schoolage*) yang berkisar antara umur 6-12 tahun disebut dengan masa *industry versus inferioritas* dengan kekuatan ego dan kompetensi. Pada masa ini anak-anak mulai mampu mengembangkan produktifitasnya yakni kemampuan menggunakan logika, beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar yang terlihat pada kegiatan membentuk kelompok dengan teman sebaya dan kemampuan menguasai emosi, mampu berkompetisi dan mengerjakan tugas-tugas sederhana yang diberikan. Pada usia sekolah sering juga disebut sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Hal ini disebut demikian karena pertumbuhan jasmani dan perkembangan rohaninya sudah cukup matang untuk menerima pengajaran.<sup>1</sup>

Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Keadaan gizi yang rendah pada suatu wilayah akan menentukan tingginya angka prevalensi kurang gizi secara nasional. Pengetahuan gizi yang kurang atau kurangnya menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari dapat menimbulkan masalah gizi. Upaya pendidikan gizi di sekolah berpeluang besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan tentang gizi di kalangan masyarakat karena siswa sekolah diharapkan dapat menjadi jembatan bagi guru dalam menjangkau orang tuanya.<sup>2</sup>

Pedoman gizi seimbang yang dikenal masyarakat Indonesia sejak dulu yaitu slogan 4 sehat 5 sempurna. Konsep ini dikenalkan sejak tahun 1950 oleh Prof. Poerwo Soedarmo, bapak gizi Indonesia. Saat ini, konsep tersebut dianggap tak sesuai lagi dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) dalam bidang gizi untuk mencapai hidup sehat dan cerdas. Makan saja tanpa disertai dengan aktivitas fisik akan menimbulkan kegemukan dan kurangnya kebugaran. Tubuh manusia memerlukan air sebagai zat gizi yang jumlahnya jauh

lebih banyak dari kebutuhan pangan sehari-hari. Juga diperlukan kebersihan diri dan keamanan pangan agar terhindar dari kemungkinan penyakit yang menular melalui makanan. Oleh karena itu, pada tahun 2014 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memperkenalkan Pedoman Gizi Seimbang yang diyakini bahwa masalah gizi beban ganda akan dapat teratasi.

Gizi seimbang mempunyai peranan penting yang berpengaruh dalam menopang kesehatan tubuh manusia, mempertahankan kekebalan tubuh, dan meningkatkan kinerja otak. Gizi seimbang ialah rangkaian asupan pangan dalam sehari-hari yang akan dikonsumsi dan mengandung zat gizi dalam jenis yang beragam serta jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing. Gizi seimbang menjadi pola asupan makanan yang baik untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Di dalam gizi seimbang terdapat pola susunan makanan yang berbentuk piramida yaitu mengerucut ke atas. Dimana setiap komponennya adalah porsi makanan yang paling penting sebagai asupan yang akan dikonsumsi. Pada tingkat paling bawah terdapat makanan pokok, kemudian sayuran dan buah, protein (baik nabati ataupun hewani), dan konsumsi gula, garam serta minyak.<sup>3</sup>

Anak-anak dengan status gizi kurang masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. Di negara berkembang kekurangan gizi memberikan kontribusi terhadap tingginya rata-rata angka kematian. Tidak mempunyai cadangan lemak dan sangat sedikit otot dialami oleh anak-anak dengan kekurangan gizi. Ketika terjadi kekurangan nutrisi, anak-anak mengalami insiden penyakit yang tinggi karena tubuh tidak mampu melawan infeksi sehingga perkembangan otak menjadi lambat.<sup>4</sup>

Anak yang tidak mendapatkan gizi cukup dan seimbang pada masa pertumbuhannya akan mudah jatuh pada keadaan kurang energi protein (KEP), disebabkan oleh kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung zat gizi mikro (zat tenaga, zat pembangun, lemak) atau ketidakseimbangan antara konsumsi karbohidrat dan protein dengan kebutuhan energi. Kurang energi

protein (KEP) menurut berat ringannya dapat dibagi atas Kurang Energi Protein (KEP) ringan dan Kurang Energi Protein (KEP) berat. Kurang energi protein ringan disebut pula gizi ringan, biasanya hanya ditemukan gangguan pertumbuhan berat atau gizi buruk selain terdapat gangguan pertumbuhan juga terdapat gejala klinis yang khas dan perubahan biokimiawi.<sup>5</sup>

Survei Gizi Asia Tenggara Kelompok studi (SEANUTS), di Indonesia, Malaysia, Thailand, dan Vietnam, melaporkan prevalensi gizi buruk 21,6% dan 19,2% anak-anak stunting. Malnutrisi ditemukan disebagian besar wilayah Indonesia, dengan persentase kekurangan gizi 25,2%, dan anak-anak kerdil 29%. Masalah kesehatan yang dihadapi oleh negara-negara Asia Tenggara, termasuk Indonesia adalah rendahnya kandungan nutrisi status anak-anak. Malnutrisi pada anak-anak mempengaruhi sistem kekebalan tubuh terhadap penyakit dan kecerdasan, yang jelas mempengaruhi kualitas sumber daya manusia.<sup>6</sup>

Menurut data Kemenkes RI (2018), menunjukkan bahwa status gizi pada anak sekolah dasar memiliki prevalensi kurus dengan perhitungan Indeks Massa Tubuh menurut Usia berjumlah 9,3% yang terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Lalu status gizi anak sekolah dasar pada prevalensi gemuk dengan perhitungan Indeks Massa Tubuh menurut Usia yaitu sebesar 20,6% yang terbagi menjadi sangat gemuk 9,5% dan gemuk 11,1%.<sup>7</sup>

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi Stunting Indonesia sebesar 19,8%, untuk Provinsi Jambi sebesar 17,1% dan Prevalensi Stunting Kota Jambi sebesar 10,3%.<sup>8</sup>

Faktor yang mempengaruhi status gizi adalah pola makan yang tidak seimbang. Salah satu cara untuk memperbaiki status gizi siswa tersebut adalah dengan menerapkan pedoman gizi seimbang. Pengetahuan tentang pedoman gizi seimbang masih belum diketahui pada siswa sekolah dasar begitupun dengan kelompok umum, karena sebagian besar masih menganggap bahwa pedoman gizi seimbang adalah 4 sehat 5 sempurna.<sup>9</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novita Arum Nurkumala dan kawan-kawan, menyebutkan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku dengan kejadian gizi seimbang. Terdapat responden yang memiliki pengetahuan gizi seimbang dengan kategori baik namun memiliki status gizi yang kurang, sehingga menurut asumsi peneliti hal ini dikarenakan status gizi tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan gizi seimbang saja namun ada kemungkinan beberapa faktor tertentu seperti aktifitas fisik, peran orang tua, ketersediaan pangan dirumah, uang jajan, ekonomi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lathifah dan kawan-kawan, menyebutkan bahwa pengetahuan tentang gizi seimbang yang baik dengan status gizi normal yaitu sebesar 36%, artinya semakin baik pengetahuan maka semakin baik status gizi, sementara sikap tentang gizi seimbang yang positif dengan status gizi normal yaitu sebesar 28%, artinya semakin positif sikap terhadap gizi seimbang maka semakin baik status gizi. Tingkat gizi seseorang berhubungan dengan sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Patricia Renata dan Anna Maria Dewajanti, menyebutkan status gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap dan perilakunya terhadap gizi seimbang. Pengetahuan dan sikap akan mempengaruhi perilaku anak terhadap gizi seimbang. Dengan perilaku yang baik, anak akan mendapatkan asupan gizi yang seimbang sehingga status gizi anak tersebut akan baik.

Berdasarkan hasil penelitian Putri Ayuningthias Logo dan kawan-kawan, menyebutkan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan yang baik mengalami gizi kurang sebanyak 6 orang (19,4%) dan gizi lebih sebanyak 4 orang (12,9%). Hal ini dikarenakan pengetahuan yang didapat belum diaplikasikan didalam kehidupan sehari-hari. Meskipun sebagian siswa mengetahui informasi dasar tentang gizi, tidak semua mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Bahkan pada siswa dengan pengetahuan baik, sering ditemukan ketidaksesuaian antara apa yang mereka ketahui dengan apa yang mereka lakukan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yolanda Aura dan Noerfitri, menyebutkan bahwa sebanyak 62,3% siswa dengan pengetahuan gizi seimbang yang kurang baik dan memiliki perilaku gizi seimbang yang baik. Sedangkan diantara siswa dengan pengetahuan gizi seimbang yang baik ada 56,5% yang memiliki perilaku gizi seimbang yang baik.

Lokasi yang menjadi tempat penelitian adalah SD Negeri 162/IV Kota Jambi, yang beralamatkan di Jl. Raden Fatah RT 05 Kecamatan Jambi Timur, Kota Jambi, Jambi. Peneliti melakukan penelitian di kawasan daerah Kota Jambi dikarenakan Kota Jambi berada di peringkat ke-3 prevalensi stunting tertinggi sebesar 10,3% untuk Tahun 2024 dari 7 (tujuh) Kabupaten/Kota yang hasil Prevalensi Stuntingnya dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan RI melalui Hasil Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2024.<sup>8</sup> Kecamatan Jambi Timur dipilih dikarenakan Kecamatan Jambi Timur adalah kecamatan peringkat 4 tertinggi jumlah keluarga risiko Stunting di Kota Jambi sebesar 1.495 keluarga Risiko Stunting.<sup>10</sup> dan Kecamatan peringkat 2 tertinggi dengan jumlah kasus balita Stunting berdasarkan pengukuran Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (e-PPGBM) September 2024.<sup>11</sup>

Hal ini menarik perhatian peneliti untuk meneliti lebih lanjut terkait gambaran pengetahuan sikap dan perilaku gizi seimbang pada siswa sekolah dasar.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat ditarik rumusan masalah, yaitu “Bagaiman gambaran pengetahuan sikap dan perilaku gizi seimbang pada siswa sekolah dasar?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran pengetahuan sikap dan perilaku gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 162/IV Kota Jambi.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran pengetahuan gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 162/IV Kota Jambi.
- b. Mengetahui gambaran sikap terkait gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 162/IV Kota Jambi.
- c. Mengetahui gambaran perilaku terkait gizi seimbang pada siswa di SD Negeri 162/IV Kota Jambi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Diharapkan peneliti dapat tambahan ilmu dan pengalaman sehingga bisa berbagi ilmu yang dimiliki kepada para siswa sekolah dasar.

#### **1.4.2 Bagi Instansi Terkait**

Diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan para guru, siswa, serta lingkungan sekolah tentang gizi seimbang.

#### **1.4.3 Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Bidang Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku**

Diharapkan dapat menambah referensi bacaan dan menambah pengetahuan diri bagi mahasiswa kesehatan, khususnya mahasiswa ilmu kesehatan masyarakat di bidang promosi kesehatan dan ilmu perilaku, dan sebagai bahan pemikiran dan menambah pedoman informasi dan pengetahuan dibidang kesehatan masyarakat