BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok anak dengan umur antara 6 tahun hingga 12 tahun yang duduk di bangku Sekolah Dasar (SD), Madrasah Ibtidaiyah (MI) atau bentuk pendidikan lainnya yang sederajat (PP No. 17, 2010). Status gizi dan kesehatan pada kelompok anak sekolah penting dijaga untuk membantu proses pertumbuhan, perkembangan, proses berpikir, aktivitas fisik yang optimal serta menjaga daya tahan tubuh sehingga dapat menunjang kegiatan belajar di sekolah (Chahyanto *et al.*, 2019).

Status gizi yang baik sangat penting untuk kesehatan. Tumbuh kembang anak di Indonesia, masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan negara maju. Salah satu penyebabnya adalah kebiasaan pola makan yang tidak tepat. Setiap jenis makanan memiliki kelebihan dan kekurangan dalam komposisi nutrisinya. Oleh karena itu, konsumsi makanan yang beragam setiap hari diperlukan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi dan memastikan penyerapan nutrisi yang optimal (Kulsum *et al.*, 2021).

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 30,7% anak usia 5-12 tahun mengalami *stunting*, sementara 11,2% anak di kelompok usia yang sama mengalami kurus (berdasarkan IMT/U). Selain masalah gizi kurang, masalah gizi lebih juga tinggi, dengan 18,8% anak mengalami kelebihan berat badan, terdiri dari 10,8% gemuk dan 8,8% obesitas. Prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun di Jawa Barat menunjukkan 7,1% anak kurus, 21,3% anak gemuk, dengan rincian 5,2% kurus, 1,9% sangat kurus, 11,7% gemuk, dan 9,6% obesitas. Prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U pada anak usia 5-12 Tahun di Kota Tasikmalaya yaitu status gizi sangat kurus 2,13%, status gizi kurus 6,28%, status gizi gemuk 7,13% dan status gizi obesitas 6,54% (Riskesdas, 2018).

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap status gizi adalah sarapan. Sarapan berpengaruh sekitar 25% terhadap terjadinya masalah gizi. Pada usia ini merupakan masa pertumbuhan, yang dimana asupan makan anak-anak usia 6-12 tahun cenderung lebih tinggi dibandingkan orang dewasa. Asupan yang diperlukan anak sekolah (usia 6 hingga 12 tahun) untuk kebutuhan energi diantaranya karbohidrat memerlukan 65%, lemak 20-35%, dan protein 15-30%. Rata-rata anak usia 6 hingga 12 tahun membutuhkan asupan makanan sebesar 1.300 hingga 1.600 kkal. Sarapan berpengaruh terhadap kecukupan gizi dan berat badan pada anak usia sekolah yang dapat meningkatkan asupan energi (Mathew *et al.*, 2019). Menurut Ahli Gizi UGM, Dr. Mirza Hapsari Sakti Titis Penggalih, S.Gz., M.P.H., RD., menyebutkan kebutuhan kalori saat sarapan bagi anak usia 6-12 tahun sekitar 300 kalori. Apabila kebutuhan kalori saat sarapan tidak terpenuhi akan berdampak pada fungsi otak dalam memori pelajaran di sekolah. (Kurnia, 2022).

Sarapan merupakan sumber energi terbesar bagi otak agar dapat berkonsentrasi dengan baik. Tidak sedikit anak yang melewati sarapan tetapi lebih memilih jajanan yang tidak bergizi di sekolah. Jajanan yang dibeli anak seringkali kurang memperhatikan keamanan pangan dan nilai gizi. Ketidakedulian orang tua terhadap makanan yang dikonsumsi anak-anak mereka dapat menimbulkan beberapa masalah. Makan yang tidak aman dapat menyebabkan tidak terpenuhinya kecukupan gizi dan dapat memicu terjadinya penyakit seperti kanker dan diare (Masrikhiyah & Octora, 2020).

Data Survei Diet Total (SDT) Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan RI tahun 2020 menunjukkan dari 25.000 anak usia 6-12 tahun di 34 provinsi terdapat 47,7 persen anak belum memenuhi kebutuhan energi minimal saat sarapan. Bahkan, 66,8 persen anak sarapan dengan kualitas gizi rendah atau belum terpenuhi kebutuhan gizinya terutama asupan vitamin dan mineral (Bapanas, 2024).

SD Negeri 2 Siluman merupakan salah satu Sekolah Dasar yang berada di Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan penulis pada tanggal 26 November 2024 di SDN 2

Siluman, berdasarkan pengukuran antropometri, terdapat 22% status gizi normal, 22% status gizi lebih (obesitas) dan 55% status gizi kurang (kurus). Dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tugas akhir di SD Negeri 2 Siluman untuk melihat gambaran kebiasaan sarapan dan status gizi pada anak sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka diperlukannya penelitian mengenai Gambaran Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya. Berdasarkan masalah tersebut, maka terdapat pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini yaitu Gambaran Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kebiasaan sarapan dan status gizi anak sekolah di SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kebiasaan sarapan SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran status gizi SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, dapat menambah pengembangan ilmu di bidang gizi, tentang kebiasaan sarapan dan status gizi pada anak di SD Negeri 2 Siluman Kota Tasikmalaya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat mengaplikasikan materi pembelajaran dalam bidang gizi dan diharapkan penulis dapat

menambah pengetahuan dan wawasan terkait kebiasaan sarapan dan status gizi pada anak sekolah.

b. Bagi Instiusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur mahasiswa yang berencana untuk menyelenggarakan penelitian dengan topik yang berkaitan dengan judul penelitian ini.

c. Bagi Sekolah dan Siswa

Hasil penelitian yang diperoleh diharapkan dapat memberikan informasi penting bagi pihak sekolah dan siswa terkait kebiasaan sarapan dan status gizi. Diharapkan informasi ini dapat membantu pihak sekolah dalam mengambil langkah-langkah yang tepat untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang kebiasaan sarapan dan membantu siswa mencapai status gizi optimal.