

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Generasi penerus bangsa salah satunya adalah anak usia sekolah yang merupakan investasi bangsa. Anak usia sekolah mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Anak pada masa ini memiliki karakteristik suka bermain, bergerak, bekerja dalam kelompok, dan suka melakukan sesuatu secara langsung (Khaulani dkk, 2020). Pada usia sekolah, anak juga mengalami perkembangan kognitif atau perkembangan intelegensi yang mengarah pada kemampuan berfikir anak. Dalam perkembangan kognitif ini, diperlukan pendampingan baik dari orang tua, guru, maupun teman-teman di lingkungannya. Selain adanya pendampingan, anak usia sekolah juga memerlukan motivasi-motivasi untuk mendorong keinginan belajar yang bersungguh-sungguh sehingga berdampak pada pencapaian belajar yang baik. Dalam pembentukan kecerdasan pada anak juga dipengaruhi oleh salah satu hal yaitu mengenai makanan yang dikonsumsi mengandung gizi seimbang (Witasari, 2018). Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah tergantung pada pemberian nutrisi dengan kuantitas dan kualitas yang benar. Pemberian makanan yang salah dapat menimbulkan beberapa masalah terutama pada status gizi anak (Widodo, 2013).

Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2018, masalah gizi yang dihadapi di Indonesia adalah *triple burden*, yaitu *stunting*, *wasting*, dan obesitas. Prevalensi nasional berdasarkan hasil analisis data Riskesdas 2018 dapat dilihat bahwa prevalensi anak usia sekolah sangat kurus berdasarkan IMT/U adalah 2,4% dan kurus sebanyak 6,8% , sedangkan prevalensi anak usia sekolah yang gemuk adalah 10,8% dan sangat gemuk(obesitas) adalah 9,2%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Wonogiri, prevalensi stunting di Wonogiri turun tajam sejak tahun 2017. Pada tahun 2017, prevalensi stunting yaitu 24%, sedangkan data Februari 2021 tercatat angka stunting mengalami penurunan menjadi 14,07%.

Masalah gizi pada anak sekolah dasar disebabkan oleh beberapa faktor antara lain tingkat ekonomi keluarga, asupan makan yang kurang seimbang, dan rendahnya pengetahuan orang tua (Anzarkusuma et al., 2014). Gizi kurus menjadi masalah kesehatan yang memiliki dampak besar yaitu dapat meningkatkan resiko kesakitan dan kematian pada anak. Anak dengan gizi kurus lebih mudah terkena penyakit infeksi. Apabila keadaan tersebut terus berlanjut, maka dapat mempengaruhi kecerdasan, kondisi kesehatan, dan kapasitas kerja di usia selanjutnya (Miko & Al-Rahmad, 2017).

Anak usia sekolah membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk menunjang kegiatan belajar di sekolah. Asupan gizi yang cukup dapat berpengaruh terhadap daya konsentrasi dan kecerdasan anak dalam menerima ilmu yang didapat di sekolah (Utari, 2016). Gizi merupakan faktor penting yang membantu dalam proses tumbuh kembang anak usia sekolah. Zat gizi yang dibutuhkan meliputi energi, protein, lemak, karbohidrat/hidrat arang, vitamin, dan mineral. Pemberian zat gizi pada anak disesuaikan dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Sukamti, 2014). Asupan gizi yang cukup pada anak dapat menyebabkan status gizi yang baik dan meningkatkan konsentrasi belajar serta daya ingat pada anak. Anak dapat menerima pelajaran dengan baik sehingga memiliki kemampuan kognitif di atas nilai rata-rata (Peni dkk., 2020).

Kemampuan kognitif dan akademik pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain status sosial ekonomi, tingkat pendidikan orang tua, bakat, motivasi, dan pola makan. Pola makan dapat memberikan efek jangka panjang. Pola makan yang optimal dapat mendorong perkembangan kognitif pada anak. Keadaan kognitif yang baik dapat meningkatkan keberhasilan akademik sehingga dapat diperoleh prestasi belajar yang tinggi (Kristo et al., 2020). Pola makan yang baik dan teratur harus diperkenalkan sedini mungkin pada anak agar dapat membantu memenuhi kebutuhan pola makan sehat pada anak, seperti variasi makanan dan pengenalan jam-jam makan yang tepat. Pola makan yang baik harus diseimbangkan juga dengan

pola gizi seimbang, yaitu pemenuhan zat-zat gizi yang telah disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan diperoleh melalui makanan sehari-hari. Makanan bergizi dan seimbang yang dikonsumsi oleh anak secara teratur dapat memengaruhi pertumbuhan anak yang optimal. Nutrisi juga sangat penting dan berguna untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit pada anak (Khomsan dkk, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Syatyawati (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar anak. Status gizi normal memperoleh prestasi belajar yang tinggi dan status gizi kurang akan memperoleh prestasi yang rendah. Selain itu, hasil penelitian lain dari Maku (2018) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar. Penelitian lain dari Utama dan Yunita (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan prestasi belajar anak.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SDN 2 Jatisrono dan SDN 2 Tanjungsari yang dilakukan terhadap siswa kelas 6 terdapat 12 siswa (52,17%) yang memiliki status gizi kurang dan 11 siswa (47,82%) dengan status gizi normal. Dari hasil wawancara recall 24 jam, terdapat 7 siswa (30,43%) yang kebutuhan gizinya tercukupi sesuai dengan AKG sedangkan 16 siswa lainnya (69,56%) masih belum terpenuhi kebutuhan gizinya sesuai AKG. Sebagian besar anak mengonsumsi nasi 3 kali sehari, beberapa anak kurang suka mengonsumsi sayuran dan banyak yang lebih suka mengonsumsi jajanan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka akan dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di Kelurahan Tanjungsari Kecamatan Jatisrono Kabupaten Wonogiri.”

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah : “Apakah terdapat hubungan

antara pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari Kecamatan Jatisrono Kabupaten Wonogiri?”

### **C. TUJUAN PENELITIAN**

#### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari Kecamatan Jatisrono Kabupaten Wonogiri.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui bagaimana pola makan pada anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari.
- b. Untuk mengetahui status gizi pada anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari.
- c. Untuk mengetahui prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari.
- d. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari.
- e. Untuk menganalisis hubungan status gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari.

### **D. MANFAAT PENELITIAN**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan digunakan sebagai bahan bagi :

#### 1. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman bagi anak-anak sekolah dasar akan pentingnya mengetahui hubungan antara pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar anak.

#### 2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan dijadikan sebagai bahan referensi pustaka bagi institusi pendidikan.

#### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar anak.

#### **E. RUANG LINGKUP PENELITIAN**

Ruang lingkup penelitian ini mencakup pada pembahasan mengenai pola makan yang meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi serta status gizi dan prestasi belajar pada anak sekolah. Kemudian, dianalisis hubungan antara pola makan dan status gizi dengan prestasi belajar anak sekolah dasar di Kelurahan Tanjungsari Kecamatan Jatisrono Kabupaten Wonogiri.