

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan aset bangsa dan generasi penerus cita-cita perjuangan bangsa yang akan menentukan masa depan bangsa dan negara kita. Menurut WHO masa remaja adalah bila anak telah mencapai 10-19 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Masa ini merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Adapun masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatan masyarakat misalnya penurunan konsentrasi belajar (Pratiwi, 2013).

Kebutuhan gizi remaja relatif besar, karena masih mengalami pertumbuhan. Selain itu, remaja umumnya melakukan aktivitas fisik lebih tinggi dibanding usia lainnya, sehingga diperlukan asupan gizi yang lebih banyak. Dalam tubuh terdapat asupan zat gizi baik makro maupun mikro berpengaruh terhadap perkembangan kognitif anak. Asupan gizi yang berkaitan dengan perkembangan kognitif anak salah satunya protein (Depkes Jakarta I, 2012).

Kebutuhan protein meningkat pada masa remaja, karena proses pertumbuhannya yang sedang terjadi. Sejalan dengan manfaat protein sebagai zat gizi yang berperan dalam pertumbuhan, perkembangan, maka dibutuhkan 15% - 20%. Dan perkembangan kognitif merupakan aspek perkembangan yang muncul dan berkembang pesat ketika masa usia dini karena 50% potensi kognitif terbentuk pada empat tahun pertama kehidupan (Setyaningrum, 2014).

Prevalansi kekurangan asupan protein di Jawa Tengah paling banyak terjadi pada kelompok umur 13-18 tahun (52,4%), sedangkan yang paling sedikit adalah pada kelompok umur 0-59 bulan (27,7%). Berdasarkan dari jenis kelamin, penduduk berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami kekurangan protein (44,5%) dibanding laki-laki (35,5%). Kekurangan protein

berdasarkan tempat tinggal, penduduk yang tinggal dipedesaan lebih banyak kekurangan protein (42,6%) dibanding didaerah perkotaan (37,1%) (Santoso, *et al.*, 2014).

Kemampuan kognitif merupakan pertumbuhan dan pematangan dari semua jenis proses berpikir termasuk menerima, mengingat, konsep formasi, penyelesaian masalah, penggambaran, dan pertimbangan. Perkembangan kognitif merupakan perkembangan kemampuan berpikir manusia, termasuk perhatian, daya ingat, penalaran, kreativitas, dan bahasa. Sebesar 50% potensi kognitif anak sudah terbentuk pada usia 4 tahun dan mencapai 80% saat berumur 8 tahun dari total kecerdasan yang akan dicapai pada usia 18 tahun (Papalia, *et al.*, 2007; Setyaningrum, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Hakim (2014) menyatakan bahwa penelitian tersebut ada hubungan antara asupan protein dengan prestasi belajar siswa SMP Al-Azhar Palu. Dan pada penelitian yang dilakukan oleh Fithia (2011) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi anak dengan kemampuan kognitif anak sekolah dasar didaerah endemis GAKI. Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti adalah lebih dikhususkan kepada asupan proteinnya saja dan dihubungkan dengan kemampuan kognitif karena prestasi belajar merupakan bagian dari kemampuan kognitif.

Melihat beberapa teori di atas yang menggambarkan adanya hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja. Maka dari itu, peneliti bermaksud melakukan penelitian tentang hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja. Sehingga dapat memberikan pengetahuan kebutuhan protein pentingnya bagi tubuh.

**B. Rumusan Masalah**

Adakah hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja di Sukoharjo, Jawa Tengah.

**C. Tujuan**

Mengetahui hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja di Sukoharjo, Jawa Tengah.

**D. Manfaat****1. Manfaat Teoretis**

- a. Sebagai bahan dasar bagi penelitian dalam suatu penelitian tentang hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja di Sukoharjo, Jawa Tengah.
- b. Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang hubungan antara asupan protein dengan kemampuan kognitif pada remaja di Sukoharjo, Jawa Tengah.

**2. Manfaat Aplikatif**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada responden akan pentingnya kebutuhan protein bagi tubuh dan dapat dijadikan bahan untuk membuat penyuluhan baik untuk siswa maupun orang tua siswa, dengan tujuan meningkatkan prestasi siswa untuk kemampuan kognitif pada remaja di Sukoharjo, Jawa Tengah.