

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui upaya mencerdaskan bangsa khususnya program pendidikan dasar di sekolah dasar, faktor subjek yang memerlukan perhatian seperti halnya faktor guru dan orang tua. Upaya untuk meningkatkan kesiapan subjek belajar dari segi kondisi fisik tubuh dengan derajat kesehatan yang optimal, sangat menunjang proses belajar mengajar. Kondisi fisik bagi siswa Sekolah Dasar (SD) sangat penting, mengingat kelompok usia SD berada pada masa-masa pertumbuhan, memerlukan tenaga ekstra untuk kegiatan belajar dan aktivitas bermain yang tinggi (Dewi Cakrawati dan Mustika NH 2014).

Laju pertumbuhan anak pra-sekolah (1-6 tahun) menurun bila dibandingkan dengan usia masa bayi. Pada usia anak-anak belajar berbicara dan memahami bahasa sehingga mereka dapat meminta makanan yang diinginkan. Perkembangan kemampuan motorik memungkinkan mereka belajar makan sendiri dengan berbagai rasa dan tekstur. Pada usia ini mereka juga belajar bermain yang sering menghilangkan keinginannya untuk makan. Pada saat itulah orang tua harus dapat mengarahkan anak untuk mengenal berbagai jenis makanan yang kelak berpengaruh terhadap kebiasaan makan selanjutnya (Sunita. 2011).

Pada Usia anak sekolah diantara 7-12 tahun merupakan usia anak tumbuh secara perlahan dan menunjukkan pematangan keterampilan motorik kasar dan halus. Kepribadiannya berkembang dan tingkat kemandiriannya meningkat.

Hal ini berpengaruh terhadap jumlah dan jenis makanan dan cara memakannya. Pada saat ini terbentuk sikap suka terhadap makanan tertentu yang sering merupakan dasar bagi kebiasaan makanan selanjutnya. Lingkungan dan tingkah laku keluarga banyak berpengaruh terhadap kebiasaan makan ini. Orang tua pada masa ini hendaknya memberikan bimbingan dan contoh yang baik tentang makanan yang baik dikonsumsi. Program pemberian makanan yang baik pada anak sekolah yakni dengan memulai dengan memberikan makan pagi buat anak (Sunita, 2011).

Makan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting dilakukan sebelum mengisi aktivitas yang lain setiap hari. Makan pagi dibutuhkan untuk mengisi lambung yang telah kosong selama 8-10 jam dan bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar dan kemampuan fisik.

Oleh karena itu untuk meningkatkan konsentrasi belajar dan kemampuan fisik pada saat makan pagi harus diperhatikan pemilihan menu serta kandungan gizi yang baik untuk pemenuhan zat-zat gizi pada pagi hari. Anak usia sekolah mengalami peningkatan kebutuhan zat gizi. Disamping untuk pertumbuhan, zat gizi juga diperlukan untuk menjalankan aktifitas yang umumnya meningkat. Pertumbuhan anak usia sekolah dasar berlangsung secara terus menerus, bersamaan dengan peningkatan asupan makanan secara konstan agar stamina anak akan tetap terjaga selama mengikuti kegiatan disekolah maupun kegiatan ekstrakurikuler, maka anak perlu ditunjang dengan pangan yang bergizi dan berkualitas.

Sarana utama dari segi gizi untuk memenuhi kebutuhan energi anak sekolah adalah makan pagi. Karena makan pagi ini adalah sumber energi untuk melakukan

segala aktifitas, tanpa makan pagi maka akan terjadi kekosongan lambung sehingga kadar glukosa akan menurun. Anak yang memiliki kebiasaan makan pagi akan mempunyai kemampuan yang lebih baik dari pada yang tidak memiliki kebiasaan makan pagi.

makan yang baik yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, protein, tinggi serat, dan rendah lemak. Jika di kaitkan dengan masalah gizi, gizi menjadi penting bagi anak sekolah karena selain dapat meningkatkan kecerdasan anak juga dapat menunjang pertumbuhan secara fisik dan mental, guna mendukung keadaan tersebut anak sekolah memerlukan kondisi tubuh yang optimal dan bugar sehingga memerlukan status gizi yang baik. (Ali Khomasan. 2010).

Berdasarkan data awal di Sekolah Dasar Negeri 3 Mootilango bahwa seluruh jumlah siswa yang ada di SDN 3 pada tahun 2015 yaitu berjumlah 126 siswa. Sesuai dengan hasil wawancara dimasing-masing kelas yakni dikelas IV berjumlah 25 orang diantaranya yang tidak makan pagi berjumlah 15 orang (60%) dan yang makan pagi 10 orang (40%). Di kelas V berjumlah 23 orang diantaranya yang tidak makan pagi berjumlah 9 orang (39,1%) dan yang makan pagi berjumlah 14 orang (60,9%) dan pada siswa kelas VI berjumlah 18 orang diantaranya yang tidak makan pagi 12 orang (66,7%) dan yang makan pagi berjumlah 6 orang (33,3%).

Hal ini perlu adanya peran orang tua dalam mengawasi anak sekolah dalam menentukan menu makan anak. Orang tua perlu memberikan dorongan agar terbiasa makan pagi, membuat menu yang tidak membuat anak jenuh atau bosan dalam melihat makanan yang disajikan dan ibu juga perlu menyajikan menu makan yang

bervariasi agar anak tertarik untuk makan dirumah dan tidak jajan sembarangan disekolah. Ibu juga sangat berperan terhadap ketepatan makan pagi agar anak tidak terburu-buru pergi kesekolah karena alasan anak takut telat kesekolah. Dari hasil wawancara sebagian besar variasi makanan yang dimakan adalah bubur dan telur rebus, segelas teh manis hangat, serta hanya minum susu dan roti.

Ada beberapa alasan siswa yang tidak makan pagi karena takut terlambat, sehingga mereka lebih memilih untuk makan nasi kuning atau goreng-gorengan yang dijual disekolah. Hal ini disebabkan kurangnya sosialisasi guru tentang manfaat makan pagi dan pentingnya penyuluhan tentang makan pagi disekolah. Peran guru juga sangat menentukan kebiasaan anak dalam mengatur makanan disekolah. Ibu guru memperbolehkan jajan disekolah jika sudah siang hari dan belinya di kantin sekolah.

Sesuai dengan hasil observasi awal yang dilakukan di SDN 3 Mootilango masih banyak siswa yang tidak makan pagi dan lebih cenderung dengan jajan snack (makanan ringan) di pagi hari. Beberapa hal yang menyebabkan hal ini terjadi yakni karena kurangnya sosialisasi guru kepada siswa, serta kurangnya peran ibu dalam menentukan menu makanan yang baik untuk seorang anak.

Berdasarkan uraian diatas dan beberapa pertimbangan yang ada, sehingga peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian dengan judul “Studi Pengetahuan Ibu dan Jenis Makanan Pagi Siswa SDN 3 Mootilango Kecamatan Mootilango Kabupaten Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas pada latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya sosialisasi guru tentang manfaat makan pagi
2. Kurangnya peran ibu dalam menentukan jenis makanan pagi

1.3 Rumusan Masalah

Hal tersebut di atas mendasari penulis untuk merumuskan masalah yakni "Bagaimana Pengetahuan Ibu dan Jenis Makanan Pagi Siswa SDN 3 Mootilango Kecamatan Mootilango Kabupaten Gorontalo".

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengetahuan ibu dan jenis makanan pagi siswa SDN 3 Mootilango Kecamatan Mootilango Kabupaten Gorontalo.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang makanan pagi siswa
2. Untuk mengetahui jenis makanan pagi siswa SDN 3 mootilango

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsi yang lebih untuk pengembangan teori-teori khususnya yang terkait dengan teori kesehatan. Selain itu, hasil penelitian ini kiranya dapat memberikan informasi dan menjadi bahan pertimbangan terkait dengan pola makan dan jenis makanan pagi siswa..

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi baru terkait dengan studi pengetahuan ibu dan jenis makanan pagi, serta dapat memberikan pengetahuan baru bagi siswa yang ada di Sekolah

2. Manfaat bagi peneliti

Merupakan suatu pengalaman berharga bagi peneliti dalam memperluas wawasan keilmuan, dan menjadi bahan acuan dan referensi buat penelitian selanjutnya.

3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah wawasan bagi mahasiswa yang lain dan merupakan acuan referensi bacaan dipergustakaan, Serta menjadi pembanding dengan literatur lainnya.