

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anak merupakan generasi penerus bangsa yang akan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas untuk kemajuan suatu bangsa. Sumber daya manusia yang berkualitas tidak saja diperoleh dengan mudah tanpa adanya sebuah usaha untuk menghasilkan sumber daya tersebut. Pembentukan sumber daya manusia yang berkualitas dimulai sejak dalam kandungan sampai hingga pada tahap-tahap emasnya. Penentuan zat gizi yang baik akan membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak kearah yang lebih baik (Bertalina, 2017).

Usia 7 sampai 12 tahun adalah usia anak yang duduk di bangku SD. Pada masa ini anak mulai masuk ke dalam dunia baru dan lebih banyak aktivitasnya baik di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Oleh karena itulah anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dan berprestasi. (Moehji, 2016)

Berdasarkan Riskesdas (2015) secara nasional prevalensi status gizi pada anak 7 sampai 12 tahun terdiri dari 4,6% sangat kurus, 7,6% kurus, 78,6% normal, dan 19,2% gemuk. Indonesia mengalami masalah gizi ganda yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih masalah gizi kurang di sebabkan karena faktor ekonomi dan kurangnya pengetahuan masyarakat.

Kebutuhan gizi adalah hal yang paling utama yang harus dipenuhi oleh setiap manusia, terutama kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu adanya ketidakseimbangan antar asupan dan keluaran energi yang mengakibatkan tubuh mudah terserang penyakit.

Pada masa pertumbuhan usia tertentu kebutuhan gizi harus diperhatikan seperti pada usia anak sekolah dasar, pada usia ini anak membutuhkan energi yang tinggi untuk menunjang aktifitasnya. Selain itu pola makan juga dibutuhkan anak-anak untuk mendapatkan gizi seimbang. “Keseimbangan gizi yang didapat melalui pola makan yang sehat akan berpengaruh positif terhadap kesehatan serta tumbuh kembang anak”(Anggaraini, 2009).

Pola makan yang tidak teratur seperti porsi yang tidak terkontrol dan menjadi suatu kebiasaan pada anak sehingga menyebabkan status gizi anak menjadi lebih, oleh karena itu pola makan juga berperan besar dalam peningkatan status gizi anak guna untuk perkembangan hidup yang baik untuk anak tersebut. (Sulistiyoningsih, 2011).

Tumbuh kembang anak usia sekolah tergantung pada status gizi anak. Status gizi merupakan keadaan kesehatan akibat interaksi antara makanan, tubuh manusia dan lingkungan hidup manusia. Status gizi berpengaruh pada tingkat kecerdasan anak, dimana kelompok anak usia sekolah dalam siklus pertumbuhan dan perkembangan memerlukan unsur gizi dengan jumlah yang lebih besar dari kelompok umur yang lain. Pertumbuhan normal tubuh memerlukan nutrisi yang memadai, kecukupan energi, protein, lemak dan suplai semua unsur gizi pokok yang menjadi basis pertumbuhan (Saryono, 2011).

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi gizi, penyerapan dan penggunaan zat gizi makanan, kebutuhan akan zat gizi pada anak sangatlah penting untuk pertumbuhan dan perkembangannya, terutama perkembangan otaknya yang sangat tergantung pada

asupan gizi yang dikonsumsi guna untuk kecerdasan anak sampai remaja, dimana suatu perkembangan dari seorang anak menjadi dewasa pasti melalui fase remaja. Berdasarkan perkembangan psikologis dan sosial remaja dibagi menjadi tiga tahap. Remaja awal remaja tengah dan remaja akhir. Pada fase ini terjadi perubahan-perubahan yang drastis baik secara aspek sosial maupun psikologinya” (Proverawati & Kusumawati, 2011).

Kecerdasan atau berpikir merupakan disebut juga kognitif. Kognitif adalah pengertian yang luas mengenai berpikir dan mengamati, jadi merupakan tingkah laku yang mengakibatkan orang memperoleh pengetahuan. Perkembangan kognitif menunjukkan perkembangan dari cara anak berpikir. Kemampuan anak untuk mengkoordinasikan berbagai cara berpikir untuk menyelesaikan berbagai masalah dapat dipergunakan sebagai tolak ukur pertumbuhan kecerdasan, perkembangan kognitif dipengaruhi oleh pertumbuhan sel otak dan perkembangan antar sel otak. Kondisi kesehatan dan gizi anak walaupun masih ndalam kandungan ibu akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak (Portosuwido, 2009).

Berdasarkan observasi pendahuluan peneliti pada siswa bulan Januari 2018 Prevalensi status gizi didapatkan 36,9 % terdiri dari 20,2 % kurus tingkat berat dan 16,7% kurus tingkat ringan. Sedangkan prevalensi normal sebanyak 36,8% dan untuk kegemukan 24,3%. Adapun jumlah anak sekolah 148 orang dimana terdapat 67 putra dan 81 putri (Puskesmas telaga biru, 2017).

Hasil pengamatan awal yang didapatkan peneliti yaitu perbedaan karakteristik anak sekolah dalam menerima proses belajar, adapun salah satu

karakteristik anak yang muncul adalah adanya anak yang memiliki tubuh yang gemuk ketika dalam proses belajar suka mengantuk, tidak jauh beda dengan yang memiliki tubuh kurus sebagian kecil juga sering mengantuk ketika dalam proses belajar di sekolah, ternyata jika dilihat pada sebagian anak yang lain mampu menerima pelajaran dengan baik. Peneliti menganalisa bahwa salah satu faktor yang menyebabkan perbedaan tersebut adalah masalah gizi dan pola makan sehingga tidak dapat dipungkiri juga akan berpengaruh pada perkembangan anak di sekolah.

Dari hasil wawancara awal dengan 10 orang tua mengenai pentingnya menjaga pola makan. Didapatkan 4 Orang dari 10 orang tua memahami aturan pola makan 6 diantaranya kurang memahami pola makan, baik dari segi frekuensi, porsi makan dan juga jenis makanan. Selain orang tua, peneliti juga melakukan observasi awal pada 10 anak, observasi awal yang dilakukan pada anak merupakan cara yang digunakan peneliti untuk membuktikan hasil wawancara peneliti dengan orang tua. Adapun observasi awal yang dilakukan pada anak yaitu mewawancarai secara langsung dan mengukur status gizi anak tersebut. Dari hasil observasi yang dilakukan pada anak berdasarkan wawancara, didapatkan 2 dari 10 anak yang mengetahui pentingnya menjaga pola makan dan 8 diantaranya kurang mengetahui. Sedangkan berdasarkan pengukuran status gizi, 5 diantara 10 anak masuk dalam kategori kurus tingkat ringan dan 1 anak masuk dalam kategori kurus tingkat berat sedangkan 4 anak lainnya masuk dalam kategori normal. Dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa kurangnya pengetahuan orang tua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan anak.

“Dalam mencapai status gizi yang baik, dibutuhkan dampingan orang tua dalam menjaga pola makan anak khususnya pada anak usia sekolah yang masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan” (Husain, 2010).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Irwan (2014) tentang hubungan antara status gizi dengan kecerdasan kognitif anak usia sekolah yaitu kecukupan zat gizi merupakan prasyarat yang sangat penting dalam perkembangan anak, termasuk didalamnya perkembangan otak. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan tingkat kecerdasan kognitif.

Dari uraian latar belakang tersebut maka peneliti ingin melakukan penelitian dan mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan antara pola makan dan status gizi dengan perkembangan kognitif anak.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Adanya perbedaan karakteristik anak sekolah dalam menerima proses belajar, adapun salah satu karakteristik anak yang muncul adalah adanya anak yang memiliki tubuh yang gemuk ketika dalam proses belajar suka mengantuk, tidak jauh beda dengan yang memiliki tubuh kurus sebagian kecil juga sering mengantuk ketika dalam proses belajar di sekolah.
2. Berdasarkan observasi awal prevalensi status gizi didapatkan 36,9 % terdiri dari 20,2 % kurus tingkat berat dan 16,7% kurus tingkat ringan . sedangkan prevalensi normal sebanyak 36,8% dan untuk kegemukan 24,3%. Menurut

standar WHO masalah gizi masyarakat dikatakan tidak bermasalah bila kurus ringan kurang dari 20%.

3. Didapatkan dari hasil wawancara awal 4 Orang dari 10 memahami atauran pola makan sedangkan 6 diantara kurang memahami pola makan baik dari segi frekuensi, dan porsi makan juga jenis makanan.
4. Dari hasil observasi yang dilakukan pada anak berdasarkan wawancara, didapatkan 2 dari 10 anak yang mengetahui pentingnya menjaga pola makan dan 8 diantaranya kurang mengetahui.
5. Berdasarkan pengukuran status gizi, 5 diantara 10 anak masuk dalam kategori kurus tingkat ringan dan 1 anak masuk dalam kategori kurus tingkat berat sedangkan 4 anak lainnya masuk dalam kategori normal
6. Kurangnya pengetahuan orang tua merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan anak.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Bedasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan pola makan dengan perkembangan kognitif anak Sekolah Dasar Negeri 19 Telaga Biru ?
2. Apakah ada hubungan status gizi dengan perkembangan kognitif anak Sekolah Dasar Negeri 19 TelagaBiru?

## **1.4 Tujuan**

### 1.4.1 Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dan status gizi dengan perkembangan kognitif anak di Sekolah Dasar Negeri 19Telaga Biru.

### 1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi pola makan anak di Sekolah Dasar Negeri 19Telaga Biru.
2. Menganalisis hubungan pola makan dengan perkembangan kognitif anak di Sekolah Dasar Negeri 19 Telaga Biru
3. Mengidentifikasi status gizi anak di Sekolah Dasar Negeri 19Telaga Biru.
4. Menganalisis hubungan status gizi dengan perkembangan kognitif anak di Sekolah Dasar Negeri 19Telaga Biru.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### 1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai hubungan pola makan dan status gizi dengan perkembangan kognitif anak.

### 1.5.2 Manfaat praktis

#### 1. Bagi institusi pendidikan

Dapat bermanfaat sebagai bahan perbandingan bagi peneliti berikutnya tentang hubungan pola makan dan status gizi dengan perkembangan kognitif anak sekolah dasar.

## 2. Bagi peneliti

Untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan peneliti dalam penelitian ini khususnya tentang hubungan pola makan dan status gizi dengan perkembangan kognitif anak sekolah dasar.

## 3. Bagi orang tua

Hasil penelitian ini dapat membantu orang tua untuk mengetahui pentingnya menjaga pola makan dan status gizi dalam perkembangan kognitif anak sekolah dasar.

## 4. Bagi guru

Penelitian ini dapat memberikan pembelajaran kepada anak atau siswa mengenai pentingnya menjaga pola makan dan status gizi guna untuk perkembangan kognitif anak yang baik.

## 5. Bagi siswa

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan siswa tentang pentingnya menjaga pola makan dan status gizi yang berhubungan dengan perkembangan kognitif anak sekolah dasar.