

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi merupakan aspek yang dapat menggambarkan bagaimana kualitas dari sumber daya manusia (SDM), gizi berkaitan dengan kesehatan, keterampilan, perkembangan kecerdasan serta pertumbuhan anak. Seorang anak akan tumbuh dengan normal sesuai dengan usianya jika didukung dengan gizi yang cukup. Untuk mengevaluasi pertumbuhan pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan pemantauan terhadap status gizi.¹

Status gizi ialah kondisi tubuh manusia yang didapatkan dari asupan makanan serta pemanfaatan zat gizi, yang dibutuhkan tubuh untuk sumber energi, pertumbuhan, serta untuk kepentingan pemeliharaan jaringan tubuh. Status gizi yang optimal dapat mempengaruhi perkembangan otak, pertumbuhan fisik, kesehatan secara umum, sampai kemampuan kerja seseorang. Oleh sebab itu, tubuh sangat memerlukan zat gizi yang memadai untuk dimanfaatkan secara efisien untuk memperoleh kondisi yang terbaik.² Evaluasi terhadap kondisi status gizi dapat diukur melalui pengukuran antropometri yaitu berdasarkan variabel usia, berat badan (BB) dan tinggi badan (TB).

Remaja ialah kondisi perubahan dari usia anak-anak menuju dewasa dan dapat dikategorikan dalam usia 12 sampai 15 tahun merupakan remaja awal dan usia 16 sampai 18 tahun adalah remaja akhir. Periode ini penting dalam kehidupan, karena terjadi perubahan biologis diantaranya pematangan seksual, peningkatan tinggi badan dan berat badan. Selain itu, periode remaja rentan terkena masalah gizi karena aktivitas remaja menjadi lebih besar dibandingkan masa anak-anak, sedangkan energi yang digunakan tidak sebanding dengan energi yang

diterima tubuh. Gizi yang kurang pada masa remaja akan berpengaruh terhadap aktivitas di sekolah, seperti mudah lelah, lesu, kurang gizi pada masa dewasa, hambatan pertumbuhan, serta terjadi penurunan prestasi di sekolah.^{3,4}

Status gizi pada remaja ditentukan dengan berat badan dan tinggi badan berdasarkan usia menurut kurva pertumbuhan *Center of Disease and Control* (CDC) 2000. Berdasarkan indeks antropometri BB/TB menurut CDC 2000 untuk usia 5–20 tahun terdapat lima kategori status gizi yaitu gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan obesitas.⁵ Status gizi kurang dan buruk ialah kondisi dimana total energi yang dikeluarkan lebih banyak dari total energi yang diterima. Gizi baik ialah jika terdapat keseimbangan dalam jumlah energi yang diterima dan digunakan oleh tubuh seseorang. Gizi lebih dan obesitas ialah kondisi ketika total energi yang digunakan lebih sedikit dari total energi yang diterima dalam tubuh.⁶

Gizi kurang disebabkan oleh kurangnya konsumsi gizi yang seimbang yang dapat menyebabkan beberapa dampak negatif yaitu gangguan pertumbuhan fisik yang cenderung pendek, penurunan konsentrasi belajar, daya tangkap berkurang, lemahnya kondisi daya tahan tubuh yang menyebabkan tubuh mudah diserang penyakit dan juga memengaruhi kualitas sumber daya manusia saat dewasa.¹ Dampak dari kekurangan gizi salah satunya ialah berpengaruh terhadap kecerdasan seseorang karena dapat mengakibatkan ukuran otak menjadi kecil, kemudian menyebabkan jumlah sel-sel otak berkurang sampai menjadi tidak matang, dan terjadi ketidakseimbangan mekanisme biokimia pada otak.⁷

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi status gizi terhadap remaja dengan rentang usia 16–18 tahun secara nasional dengan total 22 juta penduduk menunjukkan kategori sangat kurus dengan total 1,4%, kurus sejumlah 6,7%, normal dengan total 78,3%, gemuk sebanyak 9,5% dan obesitas sebesar 4,0. Sedangkan

prevalensi di DKI Jakarta untuk status gizi pada remaja usia 16–18 tahun dengan total 720 penduduk menunjukkan 1,9% tergolong sangat kurus, sebanyak 7,0% kurus, sebesar 70,0% normal, dengan total 12,8% gemuk, dan sebanyak 8,3% obesitas.⁸

Pada penelitian yang dilakukan di Kabupaten Bone tahun 2018, terdapat 36 anak memiliki status gizi kurang, dimana 25 anak (69,4%) memiliki prestasi akademik tidak baik dan 11 anak (30,6%) memiliki prestasi akademik yang baik. Sedangkan dari 32 anak yang dikategorikan dalam status gizi baik, 13 anak (40,6%) memiliki prestasi akademik yang tidak baik dan 19 anak (44,1%) memiliki prestasi yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa anak status gizi kurang lebih beresiko mendapatkan prestasi akademik yang tidak baik.⁹

Hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2017 di Jakarta, kelompok anak yang memiliki gizi baik, 71% memiliki prestasi akademik baik dan 29% memiliki prestasi akademik tidak baik. Sedangkan kelompok anak dengan gizi lebih, 11,3% memiliki prestasi akademik baik dan 88,7% memiliki prestasi akademik tidak baik. Hal tersebut menunjukkan anak dengan gizi baik memiliki risiko prestasi akademik baik.¹⁰

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status gizi dengan prestasi akademik di SMA Negeri 42 Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik SMA Negeri 42 Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik SMA Negeri 42 Jakarta

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui status gizi SMA Negeri 42 Jakarta
- b. Mengetahui tingkat prestasi SMA Negeri 42 Jakarta
- c. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik SMA Negeri 42 Jakarta

1.4 Hipotesis

Terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik SMA Negeri 42 Jakarta

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

- a. Dapat memberi ilmu bagi peneliti terhadap hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik SMA Negeri 42 Jakarta
- b. Sebagai syarat yang dapat melengkapi dalam mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia
- c. Dapat mengetahui cara menilai status gizi, perhitungan antropometri

1.5.2 Bagi Institusi

- a. Diharapkan dapat menjadi sumber bagi penelitian yang akan dilakukan selanjutnya mengenai status gizi yang dapat meningkatkan prestasi akademik

- b. Dapat menambahkan kepustakaan mengenai status gizi dan prestasi akademik siswa

1.5.3 Bagi Masyarakat Khususnya Orang Tua Siswa

- a. Diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan khususnya mengenai status gizi yang dapat meningkatkan prestasi akademik anak dan orang tua lebih memperhatikan keadaan gizi anaknya

1.5.4 Bagi Sekolah

- a. Dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan tentang hubungan antara status gizi dengan prestasi akademik sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik siswa

