

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi antara anak menuju dewasa. Masa remaja adalah masa penting dalam daur kehidupan manusia karena secara umum terjadi perkembangan fisik dan psikologis dari anak menjadi dewasa. Keseimbangan asupan zat gizi yang dibutuhkan selama masa remaja dapat mengoptimalkan perkembangan dan pertumbuhan pada remaja. Masa remaja merupakan periode persiapan untuk mengurangi risiko masalah gangguan pertumbuhan fisik dan psikologis di masa mendatang. Namun, masa remaja juga merupakan periode penuh risiko yang diakibatkan oleh perilaku yang tidak tepat. Anak sekolah perlu mendapat perhatian yang sungguh-sungguh karena berada pada masa pertumbuhan yang cepat dan aktif. Data Riskesdas tahun 2010, sekitar 70% anak sekolah kurang mendapat asupan energi yang dibutuhkan. Anak sekolah juga mengonsumsi protein kurang dari yang dibutuhkan. Persentase kurang protein kira-kira 80%. Asupan gizi yang kurang mengakibatkan penyerapan ilmu selama sekolah tidak maksimal, susah konsentrasi, cenderung malas, sering menguap, dan tidak kreatif mencari pemecahan masalah (Sediaoetama, 2006).

Rendahnya kecukupan gizi pada kelompok ini sangat berpengaruh pada pertumbuhan fisik, daya konsentrasi belajar dan prestasi yang dicapai, selanjutnya akan dapat menghambat peningkatan kualitas sumber daya manusia. Hambatan pertumbuhan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor meliputi faktor lingkungan dan genetik serta interaksi keduanya (IFFRI, SCN, 2000). Faktor lingkungan meliputi pola konsumsi penyakit, sanitasi yang kurang baik praktek kesehatan dan hygiene yang buruk. Sementara faktor-faktor tersebut sangat erat dengan kondisi sosial ekonomi keluarga. Oleh karena itu untuk menyusun langkah-langkah yang lebih nyata dalam penanggulangan masalah gizi khususnya pada kelompok anak sekolah

bertentangan, masih diperlukan kajian tentang tingkat kecukupan gizi serta status gizi anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis status gizi dan kejadian stunted serta tingkat kecukupan gizi anak sekolah dasar.

Gizi merupakan cerminan kuantitas (jumlahnya) dan kualitas (mutu) asupan zat gizi makanan yang dikonsumsi dan kemampuan tubuh untuk memanfaatkan secara optimal. Remaja dengan status gizi kurang akan mempengaruhi keberhasilan anak di bidang akademik, yang disebabkan menurunnya perhatian didalam kelas, daya ingat rendah dan tidak kurang motivasi (Khomsan, 2004)

Konsentrasi belajar anak adalah bagaimana anak fokus dalam mengerjakan atau melakukan sesuatu, hingga pekerjaan itu dikerjakan dengan sebaik-baiknya dalam waktu tertentu (Alim, 2009). Pada sebagian anak yang mengalami kesulitan, dan gangguan dalam berkonsentrasi sehingga menurunkan atensi yang dapat mereka berikan.

Dikalangan pendidikan formal, ternyata banyak pula guru yang mengeluh dan kebingungan untuk mengatasi anak yang sulit berkonsentrasi dan kemudian meningkatkan ketika proses pembelajaran berlangsung. Sebaiknya anak didik yang sulit berkonsentrasi harus dilihat dari apa yang menjadi penyebabnya. Bentuk pengajaran yang tidak menarik dan membosankan, situasi lingkungan sekitar yang terlalu bising, atukah anak memang mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi. Bentuk pengajarannya yang tidak menarik dan membosankan, situasi lingkungan sekitar yang terlalu bising, atukah anak memang mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi. Bentuk dari masalah ini adalah tidak mendengarkan dengan baik, tidak mengikurti instruksi, dan konsentrasi mudah teralihkan (Prayitno 2008) mengatakan: "Gangguan konsentrasi berhubungan dengan kemampuan anak untuk memperhatikan dan berkonsentrasi, yang sering berkembang seiring dengan perkembangan anak. Anak yang sangat terganggu konsentrasinya mengalami kesulitan untuk memfokuskan perhatiannya untuk menyelesaikan tugas secara terus menerus. Mereka sering melupakan instruksi-instruksi yang diterimanya, kehilangan barang-barang dan tidak mendengarkan ucapan orang tua dan gurunya.

Hasil survey pendahuluan terhadap sekolah SMP Purnama 1kota Semarang yang berlokasi di Jl.kedungmundu Raya No. 37 A kelurahan Sendang Mulyo, kecamatan Tembalang, kabupaten Semarang, provinsi Jawa Tengah. Hasil wawancara dengan kepala sekolah SMP Purnama Semarang, mengungkapkan bahwa secara umum sekitar 10 % murid memiliki indeks prestasi kurang, 60 % memiliki indeks prestasi sedang dan 30 % memiliki indeks prestasi baik.

Berdasarkan data tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan tingkat konsentrasi belajar siswa di Sekolah SMP 1 Purnama kotaSemarang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan tingkat konsentrasi belajar siswa SMP 1 Purnama kota Semarang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa disekolah SMP 1 Purnama Kota Semarang.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

- 1.3.2.1 Mendiskripsikan tingkat kecukupan energi siswa SMP 1 Purnama Kota Semarang.
- 1.3.2.2 Mendiskripsikan tingkat kecukupan protein siswaSMP 1 Purnama Kota Semarang.
- 1.3.2.3 Mendiskripsikan status gizi siswaSMP 1 Purnamakota Semarang.
- 1.3.2.4 Mendiskripsikan konsentrasi belajar siswaSMP 1 Purnama Kota Semarang.
- 1.3.2.5 Menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi dengan konsentrasi belajar siswaSMP 1 Purnama Kota Semarang.

- 1.3.2.6 Menganalisis hubungan tingkat kecukupan protein dengan konsentrasi belajar pada siswa SMP 1 Purnama Kota Semarang.
- 1.3.2.7 Menganalisis hubungan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa SMP Purnama 1 Kota Semarang.
- 1.3.2.8 Menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa SMP Purnama 1 Kota Semarang.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### 1.4.1 Bagi peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan konsentrasi belajar pada remaja.

##### 1.4.2 Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini akan dipublikasikan sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan konsentrasi belajar pada remaja.

##### 1.4.3 Bagi universitas

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pustaka sebagai bahan pembelajaran serta informasi bagi penelitian selanjutnya.

##### 1.4.4 Bagi Sekolah SMP Purnama 1 Kota Semarang

Hasil penelitian ini akan diserahkan kepada kepala SMP 1 Purnama Kota Semarang untuk dijadikan sebagai bahan pembelajaran dan menambah wawasan bagi siswa siswi mengenai hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan tingkat konsentrasi belajar.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Daftar Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Tahun penelitian	Variabel penelitian	Hasil penelitian
1	Kartika Febriani	Hubungan Asupan Energi Jajanan Dengan Prestasi Belajar Remaja Di SMP PL Domenico Savio Semarang	2013	Variabel bebas : Asupan Energi Jajanan Variabel terikat : Prestasi Belajar Remaja	Asupan energi dari jajanan bukan merupakan variabel yang berhubungan kuat dengan prestasi belajar ( $p < 0,05$ ).
2	Jumirah, Zulhaida Lubis, dan Evawany Aritonang	Status Gizi Dan Tingkat Kecukupan Energi Dan Protein Anak Sekolah Dasar Di Desa Namo Gajah, Kecamatan Medan Tuntungan	2007	Variabel bebas : Status Gizi Dan Tingkat Kecukupan Energi Dan Protein Variabel terikat : Anak sekolah dasar.	Anak sekolah dasar di kelurahan Namo Gajah Medan Tuntungan sebagian besar mempunyai status baik, namun masih ditemukan kasus gizi kurang dan buruk.
3	Yohana Banowinata Klau, Dwi Ciptorini, Silvia Dewi Styaningrum	Hubungan Asupan Energi Protein Lemak Dan Karbohidrat Dengan Status Gizi Pelajar Di SMPN 1 Kokap Kulon Progo Yogyakarta.	2014	Variabel bebas : Energi Protein Lemak Dan Karbohidrat Variabel terikat : Status Gizi Pelajar di SMPN	Tidak ada hubungan antara asupan energi dengan status gizi, tidak ada hubungan asupan protein dengan status gizi, tidak ada hubungan asupan lemak dengan status gizi, tidak ada hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lainnya (pada Tabel 1.1) yaitu:

### 1. Sasaran

Sasaran penelitian pertama adalah siswa SMP yang berusia 12-15.

Sasaran penelitian kedua adalah siswa SD yang berusia 6-12. Sasaran

penelitian ke tiga adalah siswa SMP. Sedangkan sasaran penelitian sekarang adalah siswa SMP yang berusia 12-17 tahun.

## 2. Tujuan

Penelitian pertama bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan energi jajanan dengan prestasi belajar. Penelitian ke dua bertujuan .mengetahui status gizi dan tingkat kecukupan energi dan protein anak sekolah dasar. penelitian ke tiga mengetahui hubungan asupan energi protein lemak dan karbohidrat dengan status gizi pelajar. Penelitian sekarang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecukupan energi, protein dan status gizi dengan konsentrasi belajar siswa.

## 3. Variabel yang diteliti

Variabel pada penelitian pertama adalah asupan energi dan jajanan. Variabel pada penelitian ke dua adalah status gizi dan tingkat kecukupan energi dan protein. Variabel pada penelitian ketiga asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat. Variabel pada penelitian sekarang adalah tingkat kecukupan energi, protein, status gizi dan konsentrasi belajar.

## 4. Tempat

Penelitian sekarang dilakukan di SMP Purnama 1 Kota Semarang yang berlokasi di Jl. Kedungmundu Raya No. 37 A Sendang Mulyo, Tembalang, Semarang.