

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tumbuh kembang anak merupakan hasil interaksi antara faktor genetik dan faktor lingkungan, baik lingkungan anak itu dilahirkan maupun sesudah anak lahir. Makanan yang kaya akan nutrisi sangat mempengaruhi tumbuh kembang otak dan organ-organ lain yang dibutuhkan untuk mendukung kecerdasan anak. Salah satu cara meningkatkan kecerdasan otak pada anak adalah mengonsumsi asam lemak esensial. Asam lemak esensial merupakan asam lemak yang penting bagi tubuh manusia dan tidak dapat dibuat dalam tubuh, melainkan harus diperoleh dari makanan. Asupan asam lemak yang mencukupi kebutuhan nutrisi otak dapat membuat otak bisa bekerja lebih maksimal karena sebagian besar lapisan otak adalah lemak. Anak usia sekolah membutuhkan asam lemak esensial dalam jumlah yang lebih tinggi dibanding anak balita (Istianty dan Rusilanti, 2013).

Konsumsi makanan sumber asam lemak esensial salah satunya adalah omega 3 selama masa anak-anak sangat baik untuk fungsi kognitif yang lebih optimal. Sumber makanan yang mengandung omega 3 salah satunya adalah ikan (Istianty dan Rusilanti, 2013). Ikan merupakan bahan pangan yang mengandung nutrisi lengkap dan kandungan omega 3 meliputi asam linoleat, *Eicosapentanoic Acid* (EPA) dan *Docosaheksaenoic Acid* (DHA) yang sangat baik untuk meningkatkan kecerdasan, menjaga kesehatan dan meningkatkan stamina. Masih rendahnya tingkat konsumsi ikan perkapita di Indonesia antara lain karena kurangnya pemahaman konsumsi ikan, kurangnya daya beli ikan dan masih mahalnya harga ikan bagi sebagian masyarakat yang mengonsumsi ikan dan sebagian masyarakat beranggapan bahwa makan ikan dapat menyebabkan cacangan (Zulaihah & Widajanti, 2006). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat konsumsi ikan pada generasi muda cenderung rendah. Anak-anak cenderung lebih memilih mengonsumsi olahan daging ayam atau sapi dibandingkan dengan olahan ikan (Waysima *et al*, 2010).

Rata-rata tingkat konsumsi ikan penduduk Indonesia pada tahun 2013 naik menjadi 35.14 kg/kapita/tahun dari sebelumnya 33.89 kg/kapita/tahun di tahun 2012, tahun 2011 sebesar 32.25 kg/kapita/tahun dan tahun 2010 sebesar 30.48 kg/kapita/tahun. Hingga tahun 2014 tingkat konsumsi ikan penduduk Indonesia ditargetkan oleh Menteri Kelautan dan Perikanan sebesar 38 kg/kapita/tahun (Dirjen P2HP KKP, 2014). Frekuensi makan ikan yang baik atau tinggi akan meningkatkan prestasi belajar anak sekolah. Terutama untuk usia anak sekolah dasar perlu mendapat perhatian sungguh–sungguh karena termasuk masa pertumbuhan yang cepat dan aktif, khususnya perkembangan otak untuk meningkatkan prestasinya (Pari *et al*, 2001). Konsumsi DHA ikan antara 0,5-1,0 gram perhari atau paling tidak 3 kali dalam seminggu atau 5 kali seminggu yang ideal, maka anak akan memiliki otak yang baik (cerdas), daya ingat dan kemampuan belajar yang tinggi (Departemen Kelautan dan Perikanan, 2002).

Setiap kelompok masyarakat tertentu memiliki pola konsumsi yang berbeda, hal ini dikarenakan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi suatu masyarakat atau suatu kelompok tertentu diantaranya adalah ketersediaan pangan dan perbedaan geografis (Khomsan, 2006). Perkembangan anak yang baik, dapat dilihat dari prestasi belajar di sekolah. Sekolah yang tersebar di Indonesia di antaranya terletak di daerah pesisir dan non pesisir pantai. Sebagian wilayah di Ambulu memiliki kawasan pesisir dan non pesisir. Daerah pantai menjadi batas antara daratan dan perairan laut, yang mana pada lokasi perairan laut terdapat sumber daya alam yang dapat dikonsumsi salah satunya ikan.

Lokasi pada penelitian ini dibedakan atas daerah pesisir dan non pesisir. Daerah dibedakan untuk melihat ketersediaan ikan sebagai sumber asam lemak omega 3 (EPA dan DHA) yang akan dikaitkan dengan prestasi belajar pada siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir. Berdasarkan latar belakang, maka peneliti tertarik untuk mengetahui adakah perbedaan antara tingkat kecukupan omega 3 (EPA dan DHA) ikan dan prestasi belajar pada siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang muncul pada penelitian ini adalah apakah ada perbedaan tingkat kecukupan omega 3 (EPA dan DHA) ikan dan prestasi belajar antara siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dijelaskan, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis perbedaan tingkat kecukupan omega 3 (EPA dan DHA) ikan dan prestasi belajar dan siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik anak sekolah dasar yang tinggal di dan pesisir dan non pesisir.
2. Mengetahui frekuensi konsumsi makan ikan pada anak sekolah dasar yang tinggal di daerah pesisir dan non pesisir.
3. Mengetahui tingkat kecukupan omega 3 ikan pada anak sekolah dasar yang tinggal di daerah pesisir dan non pesisir.
4. Mengetahui tingkat prestasi belajar pada anak sekolah dasar yang tinggal di daerah pesisir dan non pesisir.
5. Menganalisis perbedaan tingkat kecukupan omega 3 antara siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir.
6. Menganalisis perbedaan prestasi belajar antara siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan di atas, maka dari hasil penelitian ini diharapkan:

1.4.1 Bagi Instansi

1. Menambah informasi dan pengetahuan bagi peneliti dan lembaga pendidikan tentang perbedaan antara tingkat kecukupan omega 3 (EPA

dan DHA) ikan dan prestasi belajar pada siswa sekolah dasar di daerah pesisir dan non pesisir.

2. Sebagai sumber informasi bagi sekolah dasar mengenai pentingnya kandungan omega 3 pada ikan dan pengaruhnya terhadap prestasi belajar.
3. Memberikan masukan bagi pemerintah daerah khususnya dinas dan instansi terkait dalam mengambil kebijakan pentingnya konsumsi ikan.

1.4.2 Manfaat Bagi Program Studi Gizi Klinik

1. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan wawasan tentang seberapa penting dan besarnya manfaat mengkonsumsi ikan, kandungan omega 3 pada ikan dan pengaruhnya terhadap prestasi belajar.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan dan digunakan untuk memperluas hasil-hasil penelitian sebelumnya.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan sarana evaluasi bagi masyarakat mengenai pentingnya konsumsi ikan dan pengaruhnya terhadap prestasi belajar anak di sekolah.