

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak sekolah dasar merupakan anak yang berusia antara 6 sampai 12 tahun. Ketika di masa ini anak mengalami pertumbuhan baik fisik, kognitif dan psikososial. Anak sekolah dasar memiliki sifat senang bermain, bergerak, belajar kelompok dan belajar dengan praktik secara langsung, selain itu anak sekolah dasar lebih senang beraktivitas di luar ruangan sehingga berisiko terpapar sumber penyakit. Konsumsi zat gizi yang optimal akan menunjang anak untuk tetap sehat. Namun faktanya masih banyak anak sekolah dasar yang mengalami masalah gizi (Fikawati, dkk., 2017).

Masalah gizi pada anak usia sekolah dapat menyebabkan gangguan fisik, berkurangnya konsentrasi saat belajar, dan menurunnya kecerdasan yang berdampak pada prestasi sekolah anak. Zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) serta zat gizi mikro (vitamin dan mineral) yang rendah, serta tidak mencukupi Angka Kecukupan Gizi (AKG) dalam pemberian makanan sehari-hari, menjadi pemicu terkena penyakit tifoid. Pada anak usia sekolah dasar, permasalahan gizi yang terjadi yaitu pendek, sangat kurus/kurus dan kegemukan/obesitas (Wiradnyani *et al.*, 2016).

Anak usia 10-12 tahun adalah masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, pada saat ini perkembangan mental, fisik, dan emosionalnya sangat pesat. Anak usia sekolah mulai menganggap serius pengungkapan ide, menjadi lebih objektif, dan mulai menerima hal-hal baru untuk observasi dan mendengarkan (Amrah, 2013). Pada masa ini juga merupakan masa peralihan yang dimana anak sekolah dasar merupakan fase menuju masa berikutnya yaitu masa pubertas, dimana anak mulai mengalihkan perhatian dan hubungan dalam keluarga, kerjasama antar teman dan sikap-sikap terhadap kerja atau belajar. Anak-anak memiliki kegemaran untuk mengkonsumsi jenis makanan secara berlebihan, khususnya anak-anak usia sekolah dasar, sehingga peranan zat gizi sangat diperlukan guna mengoptimalkan pertumbuhan (Lonto *et al.*, 2019)

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, didapatkan bahwa status gizi anak usia 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) yaitu 3,5% sangat kurus dan 7,5% kurus, 11,9% gizi lebih dan 7,8%

obesitas. Adapun di Provinsi Kalimantan Selatan berdasarkan data SKI tahun 2023 didapatkan status gizi anak usia 5-12 tahun sebesar 5,4% sangat kurus, 11,2% kurus, 11,8% gizi lebih dan 8,4% obesitas, sedangkan di Kota Banjarbaru pada tahun 2018 status gizi pada anak usia 5-12 tahun didapatkan hasil sebesar 3,60% sangat kurus, 4,04% kurus, 19,12% gizi lebih dan 19,58% obesitas.

Berdasarkan laporan kegiatan penjarangan kesehatan anak usia sekolah di wilayah Loktabat Utara Kecamatan Banjarbaru Utara pada tahun 2023 didapatkan hasil sebesar 5,6% kurus, 18,1% gizi lebih dan 6,6% obesitas. Salah satu sekolah yang ada di Banjarbaru Utara adalah SDIT Babul Jannah. Berdasarkan laporan kegiatan penjarangan kesehatan anak usia sekolah yang dilakukan oleh Puskesmas Banjarbaru Utara tahun 2023 di SDIT Babul Jannah termasuk dalam 10 besar permasalahan status gizi anak dengan data diantaranya terdapat 6,9% gizi kurang, 13,9% gizi lebih dan 9,3% obesitas. Hasil studi pendahuluan di SDIT Babul Jannah pada tanggal 26 Februari 2024 diketahui banyak penjual jajanan di sekitar sekolah dan dari 71 siswa kelas IV dan V di dapatkan hasil status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) yaitu 47,8% gizi baik/normal, 0,01% gizi kurang, 12,6% gizi lebih dan 38% obesitas.

Status gizi dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu langsung dan tidak langsung. Faktor langsung yaitu penyakit infeksi, jenis pangan yang yang dikonsumsi baik secara kualitas maupun kuantitas. Faktor tidak langsung yaitu sosial ekonomi, pendidikan, pengetahuan, pendapatan, pola asuh, sanitasi lingkungan yang kurang baik, rendahnya ketahanan pangan tingkat rumah tangga dan perilaku terhadap pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2017).

Pengetahuan gizi anak dan kebiasaan konsumsi makanan berhubungan dengan status gizi anak, kurangnya pengetahuan tentang gizi merupakan faktor tidak langsung dalam memicu terjadinya kekurangan dan kelebihan gizi pada anak sekolah dasar, karena anak cenderung mengonsumsi makanan yang tidak beragam, bergizi dan seimbang (De Villiers dkk., 2016; Asakura dkk., 2017). Anak dengan pengetahuan gizi rendah lebih suka mengonsumsi makanan tinggi energi dan kurang bergizi daripada mengonsumsi buah dan sayur (Mamba dkk., 2019).

Anak usia sekolah memerlukan asupan gizi yang lebih baik untuk pertumbuhan dan perkembangan menuju masa remaja, oleh karena itu diperlukan makanan yang banyak mengandung zat gizi. Jika pola makan anak tidak tercapai dengan baik maka pertumbuhan dan perkembangan akan terhambat (Oktaviani,

2016). Anak akan menerima asupan makan dari apa yang disediakan oleh orang tuanya. Pola makan yang kurang tepat menyebabkan kegemukan, penyakit infeksi, kecerdasan menurun serta mengalami anemia (Lister *et al.*, 2017).

Aktivitas fisik juga terbukti dapat memengaruhi status gizi anak. Anak usia sekolah dasar yang konsumsi makanan berlebih dan kurangnya aktivitas fisik, adanya kemajuan teknologi membuat anak semakin pasif dan memiliki gaya hidup yang santai (*sedentary lifestyle*), anak akan memilih menghabiskan waktu di depan televisi atau bermain *games* yang ada di komputer atau *gadget* sehingga lebih berisiko mengalami kondisi gizi lebih. Rendahnya aktivitas fisik akan menyebabkan penimbunan asupan zat gizi yang dikonsumsi dalam bentuk jaringan lemak dalam tubuh sehingga menimbulkan kejadian status gizi lebih/*overweight*, dan jika dibiarkan terus menerus akan menimbulkan obesitas. Status gizi lebih/obesitas pada anak sekolah juga dipengaruhi dengan seringnya anak mengonsumsi makanan jajanan (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Anak lebih suka konsumsi jajanan dengan kandungan energi dan lemak yang tinggi tetapi kandungan protein, serat, vitamin dan mineral sangat sedikit sehingga dapat menyebabkan status gizi lebih atau obesitas. (Nisak & Mahmudiono, 2017). Kandungan zat gizi yang terdapat dalam jajanan bermacam-macam, tergantung jenis dari jajanannya, seperti makanan utama, snack (makanan ringan) maupun minuman, sehingga kandungan gizi tersebut akan memberikan kontribusi/sumbangan zat gizi yang berguna bagi tubuh (Sari & Rachmawati, 2020). Kebiasaan makan yang buruk sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, membuat mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif terkait pola makan, termasuk penyakit jantung, penyakit pembuluh darah, kanker, dan diabetes. Di sisi lain, masalah gizi lebih biasanya disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik meskipun asupan zat gizi sudah terpenuhi (Donin *et al.*, 2018; Corvalán *et al.*, 2017; Pereira *et al.*, 2014).

Berdasarkan latar belakang, peneliti melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDIT Babul Jannah”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah”?.

1.3 Tujuan

1) Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah.

2) Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah yaitu kelas, jenis kelamin dan usia;
2. Mengidentifikasi pengetahuan gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
3. Mengidentifikasi pola makan pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
4. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
5. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi makanan jajanan pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
6. Mengidentifikasi status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
7. Menganalisis hubungan pengetahuan gizi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
8. Menganalisis hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
9. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah;
10. Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar, sebagai bahan masukan keustakaan STIKes Husada Borneo yang dapat dijadikan sebagai informasi bagi riset maupun penelitian selanjutnya dengan variabel yang lebih luas dan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dengan menggunakan desain dan variabel yang berbeda.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah terkait pengetahuan gizi, pola makan, aktivitas fisik dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan dan kaitannya dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di SDIT Babul Jannah sehingga pihak sekolah dapat memberikan dampak yang mendukung upaya peningkatan kesehatan siswa melalui pengetahuan gizi dan pemilihan jajanan yang sehat dan dapat menambah pengetahuan masyarakat, khususnya orang tua agar lebih memerhatikan jajanan yang dikonsumsi oleh anak.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	NAMA	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAN
1	Aulia Jauharun Nisak; Trias Mahmudiono. Tahun 2017	Pola Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah dapat Meningkatkan Resiko <i>Overweight</i> /Obesitas pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso 1172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017)	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas: konsumsi jajanan • Metode penelitian: <i>cross sectional</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas : pengetahuan gizi, pola makan dan aktivitas fisik • Variabel terikat : status gizi • Sampel : 55 siswa/i
2	Putri Octaviani, M. Dody Izhar, Andy	Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan status gizi pada anak sekolah	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas : pola makan dan aktivitas fisik • Variabel terikat: status gizi 	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel bebas : pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan

NO	NAMA	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAN
	Amir. Tahun 2018	dasar di SD Negeri 47/IV Kota Jambi	<ul style="list-style-type: none"> • Populasi : siswa kelas IV dan V • Metode penelitian: <i>cross sectional</i> • Kuesioner: <i>Food Frequency</i> dan PAQ-C 	<ul style="list-style-type: none"> • Sampel : 55 siswa/i
3	Syarfaini, Eka S. Ridwan, Syahratul Aeni. Tahun 2021	Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Makassar	<ul style="list-style-type: none"> • Varabel bebas : pengetahuan gizi, pola makan, status gizi` • Populasi : siswa kelas IV dan V • Metode penelitian: <i>cross sectional</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Variabel : aktivitas fisik dan kebiasaan konsumsi makanan jajanan • Sampel : 55 siswa/i