BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gizi kurang merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh asupan makan yang tidak mencukupi atau ketidakmampuan tubuh untuk melakukan proses metabolisme dan menggunakan unsur-unsur makanan yang diperlukan. Status gizi sangat kurang dengan ambang batas $< - 3$ SD BB/TT dan IMT/U (Khadijah *et al.*, 2021). Status gizi anak usia 5-12 tahun merupakan aspek yang sangat penting untuk diperhatikan, mengingat pada rentang usia ini terjadi peningkatan signifikan dalam pertumbuhan fisik, termasuk berat badan dan tinggi badan. Asupan zat gizi yang adekuat sangat diperlukan guna menunjang proses tumbuh kembang secara optimal. Pencapaian status gizi baik sangat penting terhadap berbagai aspek kehidupan, antara lain tingkat kecerdasan, status kesehatan, fungsi sistem imun, produktivitas, serta berperan dalam menurunkan risiko terjadinya penyakit kronis dan kematian dini di kemudian hari (Zuhriyah, 2021).

Survei Riskesdas tahun 2018, menyatakan bahwa terdapat permasalahan gizi meliputi obesitas dan gizi kurang pada anak usia sekolah (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan Laporan Nasional Riskesdas tahun 2018, status gizi anak usia 5-12 tahun berdasarkan IMT/U di Indonesia didapatkan prevalensi kategori sangat kurus berada pada angka 2,4%, kurus 6,8%, normal 70,8%. Selain itu, kategori kegemukan di Indonesia sebesar 10,8%, dan 9,2% termasuk kategori obesitas. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, juga tercantum data status gizi anak usia 5-12 tahun provinsi Jawa Timur dengan prevalensi sangat kurus sebesar 2,2%, dan 5,8% kategori kurus, normal 67,7%, prevalensi kategori gemuk berada pada angka 13,2%, dan 11,1% masuk kategori obesitas (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan oleh peneliti dengan ahli gizi di Puskesmas Pakusari pada tahun 2023-2024 di peroleh hasil prevalensi status gizi anak di SDN Subo 01 Kabupaten Jember dengan status gizi sangat kurus 26,6%, normal 40%, kurang 20%, lebih (overweight) 13,3%.

Berdasarkan hasil riset tersebut, permasalahan status gizi yang dialami anak usia 5-12 tahun di Indonesia cukup tinggi, apabila dibiarkan terus menerus tanpa adanya perbaikan gizi maka permasalahan gizi di Indonesia akan cukup fatal (Kemenkes RI, 2018). Kondisi kekurangan gizi pada anak dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada proses pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan gizi juga berkontribusi terhadap penurunan fungsi sistem imun, sehingga anak menjadi lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit. Ketidakseimbangan

antara asupan zat gizi dan kecukupan gizi dapat menyebabkan berbagai permasalahan gizi, baik dalam bentuk gizi kurang maupun gizi lebih, yang keduanya berdampak negatif terhadap kesehatan anak secara keseluruhan (Seprianty *et al.*, 2015) .

Anak sekolah yang tidak sarapan pagi dirumah memiliki kemungkinan untuk membeli atau mengkonsumsi makanan yang ada disekolah dengan membeli jajanan di lingkungan sekolah yang memiliki kandungan gizi tidak seimbang (Mujahidah, 2021). Masa usia 5-12 tahun merupakan periode penting yang memerlukan perhatian khusus, terutama dalam membiasakan anak untuk mengonsumsi sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah. Sarapan pagi memiliki peran strategis dalam mendukung konsentrasi belajar dan pemenuhan energi harian anak. Oleh karena itu, menjadi tanggungjawab orang tua untuk memastikan anak memperoleh asupan makanan yang cukup dan berkualitas. Pola asuh yang tepat dan konsisten dalam pemenuhan gizi akan berkontribusi signifikan terhadap tumbuh kembang anak yang optimal, serta membantu generasi yang sehat, berkualitas dan tangguh di masa depan (Hanim *et al.*, 2022).

Kandungan zat gizi dalam jajanan sangat bervariasi tergantung pada jenis jajanan yang dikonsumsi, seperti makanan utama, makanan ringan, maupun minuman, sehingga jajanan tersebut berpotensi menjadi salah satu sumber tambahan zat gizi yang bermanfaat bagi tubuh, apabila dipilih dengan tepat dan dikonsumsi secara seimbang (Sari & Rachmawati, 2020). Perilaku konsumsi jajanan yang kurang sehat pada anak dipengaruhi oleh faktor lingkungan, mengingat pada usia tersebut anak belum memiliki kemampuan kognitif yang memadai untuk membedakan antara jajanan yang sehat dan yang berpotensi membahayakan kesehatan. Oleh karena itu, sebelum anak mulai berinteraksi dengan lingkungan luar rumah, penting bagi orang tua untuk membiasakan anak membawa bekal dari rumah serta memperkenalkan jenis makanan yang bersih, sehat dan bergizi sebagai bagian dari pembentukan pola makan yang baik sejak dini (Febriani *et al.*, 2018). Kebiasaan konsumsi jajanan pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah ketertarikan anak terhadap jajanan, pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, kebiasaan tidak sarapan pagi, dan kebiasaan tidak membawa bekal (Wowor *et al.*, 2021).

Berdasarkan tahap survey pendahuluan yang dilakukan peneliti, SDN Subo 01 Kabupaten Jember menjadi lokasi penelitian. Terdapat beberapa alasan untuk hal ini. Salah satunya, sebelum memutuskan SDN Subo 01 Kabupaten Jember, dilakukan survey di tiga sekolah berbeda, termasuk SDN Subo 02 yang didapatkan skrining data status gizi anak rata-rata tergolong normal. Survey sekolah yang ke 2, yaitu SDN Subo 03 yang didapatkan skrining data status gizi anak juga rata-rata tergolong normal. Survey yang ke 3, yaitu SDN Subo 01

didapatkan skrining data status gizi anak rata-rata tergolong status gizi sangat kurus, pada survey disekolah ini didapatkan hasil bahwa sudah dilakukan pengukuran antropometri oleh petugas Puskesmas Pakusari setiap kenaikan kelas, tetapi belum pernah ada penyuluhan tentang gizi dan pemilihan jajanan yang sehat untuk dikonsumsi. SDN Subo 01 memiliki kantin namun jajanan yang dijual rendah nilai gizinya dan siswa sering mengkonsumsi jajanan dan minuman di sekitar luar sekolah. Makanan jajanan yang paling sering di beli dan dikonsumsi oleh para siswa yaitu, seperti snack, mie gelas, maklor, jelly, es perasa berwarna, dan aneka gorengan.

Hasil wawancara peneliti dengan Kepala Sekolah, diperoleh informasi bahwa di SDN Subo 01 Kabupaten Jember melakukan pengukuran Tinggi Badan (TB), dan penimbangan Berat Badan (BB) oleh petugas Puskesmas Pakusari setiap kenaikan kelas, hasil rapot yang dicantumkan seperti aspek berat badan, tinggi badan, aspek kesehatan fisik pendengaran, penglihatan, dan gigi. Hasil dari pengukuran TB, dan penimbangan BB di SDN Subo 01 Kabupaten Jember di masukkan ke buku rapot untuk evaluasi gizi anak dan menjadi perhatian untuk orang tua agar anak lebih menjaga pola makannya dan makanan yang dikonsumsi setiap harinya.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan asupan jajanan (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan status gizi anak di SDN Subo 01 Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan asupan jajanan (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dengan status gizi anak di SDN Subo 01 Kabupaten Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Asupan Jajanan (Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat) Dengan Status Gizi Anak Di SDN Subo 01 Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi asupan jajanan (energi, protein, lemak, karbohidrat) di sekolah pada anak SDN Subo 01 Kabupaten Jember.
2. Mengidentifikasi status gizi pada anak sekolah SDN Subo 01 Kabupaten Jember.
3. Menganalisis hubungan asupan jajanan (energi, protein, lemak, karbohidrat) dengan status gizi anak di SDN Subo 01 Kabupaten Jember.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Bagi Institusi Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemilihan jajanan sehat di lingkungan sekolah.

1.4.2 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai pengalaman yang berharga bagi penulis dalam rangka memperluas wawasan dan kebutuhan tentang asupan jajanan (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dan status gizi anak sekolah dasar.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil yang didapatkan dari peneliti tersebut diharapkan dapat dijadikan sebagai motivasi bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan asupan jajanan dan status gizi anaknya.