

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Pada usia ini, anak membutuhkan asupan zat gizi yang adekuat untuk mendukung proses tumbuh kembangnya, serta untuk mencegah terjadinya masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan. Zat gizi yang dibutuhkan oleh anak usia sekolah dasar meliputi zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) dan zat gizi mikro (vitamin dan mineral). Zat gizi makro berperan sebagai sumber energi, pembangun, dan pengatur metabolisme tubuh, sedangkan zat gizi mikro berperan sebagai koenzim, hormon, dan antioksidan yang membantu fungsi fisiologis tubuh (Aryanti, 2012).

Salah satu sumber asupan zat gizi bagi anak usia sekolah dasar adalah makanan jajanan yang dikonsumsi di lingkungan sekolah. Makanan jajanan adalah makanan atau minuman yang dijual di luar rumah, baik di kantin sekolah, warung, pedagang kaki lima, maupun pasar tradisional. Makanan jajanan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecukupan gizi anak, terutama jika anak tidak sarapan atau tidak membawa bekal makanan dari rumah. Selain itu, makanan jajanan juga dapat memenuhi kebutuhan psikologis anak, seperti rasa senang, puas, dan bergaul dengan teman sebaya (Suhardjo, 2003).

Masalah yang ada di SDN 1 Asrikaton yakni kebiasaan jajan siswa yang cukup tinggi dengan preferensi terhadap makanan yang kurang sehat. Makanan jajanan juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan dan gizi anak, jika tidak dipilih dengan baik. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas gizi makanan jajanan adalah bahan baku, cara pengolahan, penyimpanan, penjualan, dan kebersihan lingkungan. Makanan jajanan yang tidak memenuhi standar keamanan pangan dapat mengandung bahan berbahaya, seperti boraks, formalin, pewarna tekstil, dan zat pengawet lainnya, yang dapat menyebabkan gangguan pencernaan, keracunan, alergi, bahkan kanker. Selain itu, makanan jajanan yang tidak seimbang gizinya dapat menyebabkan kekurangan atau

kelebihan zat gizi tertentu, yang dapat berakibat pada status gizi anak yang tidak optimal, seperti kurus, pendek, gemuk, atau obesitas (Suhardjo, 2003).

Status gizi anak usia sekolah dasar dapat dinilai dengan menggunakan indeks antropometri, yaitu berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB). Indeks BB/U menggambarkan status gizi saat ini atau akut, indeks TB/U menggambarkan status gizi masa lalu atau kronis, dan indeks BB/TB menggambarkan status gizi proporsional atau harmonis. Status gizi anak usia sekolah dasar dapat dikategorikan menjadi sangat kurus, kurus, normal, gemuk, atau obesitas, berdasarkan standar WHO tahun 2007 (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi status gizi kurang (sangat kurus dan kurus) pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia adalah 10,2%, sedangkan prevalensi status gizi lebih (gemuk dan obesitas) adalah 18,8%. Prevalensi stunting (sangat pendek dan pendek) pada kelompok usia yang sama adalah 27,7%. Data ini menunjukkan bahwa masalah gizi ganda, yaitu kekurangan dan kelebihan gizi, masih menjadi tantangan bagi kesehatan anak usia sekolah dasar di Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi anak usia sekolah dasar adalah perilaku pemilihan makanan jajanan. Perilaku pemilihan makanan jajanan adalah tindakan yang dilakukan oleh anak dalam memilih jenis, jumlah, frekuensi, dan tempat membeli makanan jajanan. Perilaku ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan, sikap, motivasi, preferensi, ketersediaan, harga, teman sebaya, orang tua, dan media massa. Perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik dapat meningkatkan asupan zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan oleh anak, sedangkan perilaku pemilihan makanan jajanan yang buruk dapat menurunkan asupan zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan oleh anak (Suhardjo, 2003).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian tentang gambaran kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajanan, dan asupan zat gizi makro dengan status gizi pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat

bagi pihak sekolah, orang tua, dan pemerintah dalam upaya meningkatkan gizi dan kesehatan anak usia sekolah dasar.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran kebiasaan jajan pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton?
2. Bagaimana gambaran perilaku pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton?
3. Bagaimana gambaran asupan zat gizi makro pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton?
4. Bagaimana gambaran status gizi pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis gambaran kebiasaan jajan, perilaku pemilihan jajan, asupan zat gizi makro dan status gizi anak SDN 1 Asrikaton.

2. Tujuan Khusus

1. Memahami kebiasaan jajan pada anak sekolah dasar negeri 1 Asrikaton.
2. Menganalisis perilaku pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar negeri 1 Asrikaton.
3. Menentukan asupan zat gizi makro pada anak sekolah dasar negeri 1 Asrikaton.
4. Menentukan status gizi pada anak sekolah dasar negeri 1 Asrikaton.
5. Untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajanan, dan asupan zat gizi makro dengan status gizi pada anak sekolah dasar negeri Asrikaton.

D. Manfaat penelitian

- Bagi pihak sekolah, penelitian ini dapat memberikan masukan untuk meningkatkan kualitas dan keamanan pangan yang dijual di kantin sekolah, serta untuk mengatur kebijakan dan program yang mendukung gizi seimbang bagi siswa, seperti penyuluhan gizi, pengawasan makanan jajanan, dan pemberian makanan tambahan.
- Bagi orang tua, penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pentingnya memberikan sarapan dan bekal makanan yang bergizi bagi anak, serta mengawasi dan membimbing anak dalam memilih makanan jajanan yang sehat dan aman.
- Bagi pemerintah, penelitian ini dapat memberikan data dan rekomendasi untuk merumuskan kebijakan dan strategi yang terkait dengan peningkatan gizi dan kesehatan anak usia sekolah dasar, khususnya dalam hal pengendalian dan pencegahan masalah gizi ganda.
- Bagi peneliti, penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam bidang gizi dan kesehatan masyarakat, serta menjadi acuan dan inspirasi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan topik yang sama atau serupa.