

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era sekarang, gangguan gizi merupakan salah satu tantangan kesehatan yang kerap menimpa anak-anak pada jenjang usia sekolah dasar menjadi masalah serius yang harus diperhatikan oleh setiap kalangan. Di negara Indonesia, masih menjadi suatu negara yang tergolong berkembang yang tengah menghadapi permasalahan gizi pada kelompok anak usia sekolah yaitu gizi kurang dan gizi lebih (Ermona & Bambang, 2018). Anak usia sekolah merujuk pada kelompok individu yang berada dalam rentang usia antara 7 hingga 12 tahun. Pada tahap usia ini, anak biasanya mengalami transformasi yang cukup mencolok dalam aspek biologis, psikososial, kognitif, sosial, maupun spiritual. Perkembangan fisik terlihat melalui peningkatan tinggi badan, berat badan, serta perubahan bentuk postur tubuh (Saraswati dkk, 2022).

Status gizi menggambarkan kondisi fisik seseorang dimana asupan makanan sesuai dengan kebutuhan nutrisi yang harus dipenuhi. Status gizi yang optimal tercapai ketika tubuh memperoleh asupan nutrisi yang mencukupi dan seimbang sesuai kebutuhannya. Kebutuhan zat gizi pada tiap individu menunjukkan variasi yang dipengaruhi oleh umur, gender, serta tingkat aktivitas fisik harian yang dijalankan. Pada anak-anak, kebutuhan nutrisi cenderung lebih tinggi dibandingkan orang dewasa karena proses pertumbuhan dan perkembangan yang masih berlangsung secara intensif (Antika & Agustina, 2024).

Beberapa factor yang mempengaruhi permasalahan status gizi anak usia sekolah adalah asupan zat gizi dan kebiasaan jajan. Kebiasaan makan yang tidak sehat pada anak usia sekolah berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kondisi kesehatan dan status gizi mereka beberapa gejala termasuk kekurangan zat gizi sehingga menyebabkan tubuh terasa lemah (Putri, 2024). Jika pola makan anak tidak baik, maka dapat dikatakan bahwa nutrisi yang

dikonsumsi oleh tubuh tidak seimbang. Selain faktor asupan, kebiasaan jajan juga masih menjadi faktor dalam masalah status gizi anak. Uang saku dari orang tua atau wali kepada anaknya dimanfaatkan guna memenuhi berbagai kebutuhan anak, salah satunya adalah untuk pembelian makanan ringan. Anak-anak biasanya cenderung memilih untuk membeli jajanan dari penjual yang paling dekat dengan lokasi mereka, contohnya adalah jajanan kaki lima disekitar sekolah, sehingga tanpa diawasi oleh orang tua pun anak membeli jajanan yang ia bahkan tidak tahu jajanan yang ia konsumsi sehat atau tidak. Ketidakseimbangan status gizi pada anak kerap kali berkaitan dengan kebiasaan jajan yang tidak terkontrol. Konsumsi makanan ringan yang rendah nilai gizi namun tinggi kalori dapat berkontribusi terhadap kondisi anak yang mengalami kekurangan maupun kelebihan berat badan (obesitas)(Julinar & Silvia, 2021).

Mengacu pada laporan Riskesdas 2018 yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Berdasarkan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U), status gizi anak-anak berusia 5 hingga 12 tahun menunjukkan bahwa 2,4% di antaranya masuk dalam golongan sangat kurus, sedangkan 6,8% lainnya berada dalam kategori kurus. Data ini mencerminkan masih adanya permasalahan gizi di kelompok usia sekolah yang perlu mendapat perhatian khusus. Sementara itu, proporsi anak dengan kategori gemuk tercatat masing-masing sebesar 10,8% untuk kategori kelebihan berat badan dan 9,2% untuk kategori obesitas. Di wilayah Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), sebanyak 6,8% anak usia 5–12 tahun mengalami gizi kurang (kategori kurus) dan 2,4% mengalami gizi buruk (kategori sangat kurus). Secara nasional, NTT menempati peringkat tertinggi dalam hal prevalensi status gizi kurang pada anak, yaitu sebesar 13,9%, serta prevalensi status gizi buruk sebesar 4,6% (Meko dkk, 2020).

Berdasarkan penjelasan diatas, saya tertarik untuk melakukan penelitian di SDN Oesapa Kecil 2 Kota Kupang tentang hubungan asupan zat gizi makro,

factor stress dan kebiasaan jajan dengan status gizi (IMT/U) pada anak usia Sekolah Dasar, didasari dengan beberapa faktor yang telah saya uraikan sebelumnya. Hal ini muncul karena, status gizi yang baik sangat berpengaruh besar pada tumbuh dan kembang anak dalam aspek jasmani, sehingga dapat mendukung proses belajar dan masa depan.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah yaitu : Apakah ada hubungan asupan zat gizi makro dan kebiasaan jajan terhadap status gizi (IMT/U) pada anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Studi ini dilakukan untuk mengeksplorasi hubungan antara konsumsi zat gizi makro dan perilaku jajan dengan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada siswa di SDN Oesapa Kecil 2, Kota Kupang

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui Gambaran Status Gizi (IMT/U) anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.
- b. Untuk mengetahui Gambaran Asupan Zat Gizi Makro anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.
- c. Untuk mengetahui Gambaran Kebiasaan Jajan anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.
- d. Untuk mengetahui Hubungan Asupan Gizi (Karbohidrat) terhadap status gizi (IMT/U) pada anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.
- e. Untuk mengetahui Hubungan Asupan Gizi (Protein) terhadap status gizi (IMT/U) pada anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.

- f. Untuk mengetahui Hubungan Asupan Gizi (Lemak) terhadap status gizi (IMT/U) pada anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang.
- g. Untuk mengetahui Hubungan Kebiasaan Jajan terhadap Status Gizi (IMT/U) pada anak usia sekolah dasar di SDN OESAPA KECIL 2 Kota Kupang

D. Manfaat

a. Bagi penulis

Meningkatkan wawasan serta pengalaman penulis sebagai media penerapan ilmu yang telah diperoleh sepanjang proses pembelajaran.

b. Bagi sekolah

Mendorong sekolah untuk mengintegrasikan materi informasi gizi dalam mata pelajaran atau melaksanakan program edukasi kepada siswa guna meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat dan pemilihan jajanan yang bernutrisi.

c. Bagi pembaca

Diharapkan karya ini dapat memperkaya pemahaman pembaca sekaligus menjadi acuan penting bagi penelitian lanjutan di bidang terkait.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Judul	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Yunita et al., 2023) “Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar”	Temuan penelitian mengungkapkan bahwa terdapat keterkaitan yang bermakna antara pola konsumsi makronutrien dan status gizi. Artinya, keseimbangan asupan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak memiliki peran krusial dalam mencerminkan kondisi gizi individu”	Metode penelitian menggunakan Teknik observasional dengan rancangan cross sectional	Teknik sampel menggunakan total sampling
2	Cahyani dkk., 2020) “Hubungan Kebiasaan Jajan Terhadap Status Gizi Anak Kelas 5 Sekolah Dasar”	Hasil penelitian menunjukan adanya korelasi yang lemah antara kebiasaan jajan dan status gizi pada anak, yang menunjukkan bahwa meskipun terdapat keterkaitan, pengaruhnya tidak terlalu kuat dalam menentukan kondisi gizi secara keseluruhan”	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasional non-eksperimental dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional)	Teknik sampel menggunakan total sampling
3	Asnad Saputri Kaho Hinga, 2023) Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Muhammadiyah di Kabupaten Gresik”	Penelitian ini mengungkapkan bahwa asupan energi dan protein memiliki kaitan yang berarti terhadap status gizi anak-anak di jenjang Sekolah Dasar. Sebaliknya, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara konsumsi lemak maupun karbohidrat dengan kondisi gizi mereka, menunjukkan bahwa dua komponen makronutrien tersebut mungkin bukan faktor penentu utama dalam status gizi kelompok usia ini”	Metode penelitian menggunakan penelitian observational analitik dengan pendekatan cross sectional	Teknik sampel menggunakan purposive sampling

4	Khoiriyah, 2023) “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Muhammadiyah Se- Kecamatan Gresik”	Hasil penelitian menunjukan ditemukan adanya korelasi antara asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi”.	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan desain potong lintang (cross-sectional)	teknik sampel menggunakan teknik cluster random sampling
---	--	--	--	--