

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG

Status gizi merupakan kondisi tubuh yang dipengaruhi oleh asupan dan pengeluaran zat gizi dari makanan dan minuman yang telah dikonsumsi. Dapat menjamin kualitas aktivitas yang dilakukan dan memenuhi kebutuhan asupan tubuh, jika asupan makan dan pengeluaran tubuh seimbang maka tubuh dianggap berada dalam kondisi gizi yang normal. Ketika asupan makanan dan pengeluaran tidak seimbang, masalah gizi seperti gizi lebih atau gizi kurang dapat muncul. Anak sekolah adalah salah satu usia rentan terhadap masalah gizi dikarenakan usia sekolah adalah periode pertumbuhan dan perkembangan (Swantrisa, 2022).

Terdapat 3 kategori status gizi yaitu status gizi kurang, status gizi normal, dan status gizi lebih. Status gizi normal adalah ketika energi yang masuk ke dalam tubuh seimbang dengan energi yang dikeluarkan. Status gizi kurang ditunjukkan oleh jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih rendah dari pada yang dikeluarkan. Status gizi lebih ditunjukkan oleh jumlah energi yang masuk ke dalam tubuh lebih besar dari pada yang dikeluarkan (Ariska, 2019). Status gizi memiliki dua faktor yaitu penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yaitu asupan makanan dan penyakit infeksi. Sedangkan faktor tidak langsung yaitu sosial ekonomi dan pengetahuan (Windiyan, 2022).

Sarapan ialah kebiasaan makan dan minum yang dikonsumsi sejak bangun untuk memenuhi kebutuhan gizi setiap hari (15-30%) dan menjadi sehat, aktif dan produktif (Sa'idah, 2023). Anak-anak merasa lebih fokus dan siap untuk menjalani hari di sekolah setelah sarapan, yang memberi mereka nutrisi penting dan energi untuk tubuh dan otak. Membiasakan anak untuk mengonsumsi sarapan sehat setiap hari akan membantu perkembangan mereka dan meningkatkan prestasi belajar mereka (Intje Picauly *et al.*, 2020). Berdasarkan kajian yang diteliti oleh Ariska (2019), yang dilakukan siswa MIN 1 Kota Padang mengatakan adanya korelasi yang signifikan kebiasaan melakukan sarapan dengan kejadian status gizi (p -value 0,034).

Asupan makronutrien dan mikronutrien yang seimbang mempengaruhi status gizi. Pola makan yang kurang baik dapat menyebabkan terjadinya beberapa gejala pada tubuh manusia, termasuk kekurangan karbohidrat, protein, dan lemak yang menyebabkan tubuh menjadi lemah. Untuk mencapai pertumbuhan badan yang optimal juga mencakup pertumbuhan otak yang sangat penting untuk kecerdasan seseorang (Mellyza, 2021). Asupan energi ialah total keseluruhan energi yang dikonsumsi dalam satu hari selama 24 jam. Asupan energi dan zat gizi makro yang cukup agar dapat memastikan kenaikan berat badan yang sehat (Kumala et al., 2023). Berdasarkan kajian yang diteliti oleh Baiq & Triska (2018), mengatakan adanya korelasi yang signifikan antara asupan energi, lemak, protein, dan karbohidrat dengan status gizi pada anak sekolah dasar dengan nilai $p < 0,05$.

Kebiasaan jajan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap status gizi karena sebagian besar jajan mengandung banyak karbohidrat, membuat anak kenyang dengan cepat (Ariska, 2019). Pada umumnya anak lebih memilih untuk jajan daripada makan berat, anak usia sekolah mengeluarkan uang saku untuk membeli jajan dari pedagang kaki lima disekitar sekolah dan kantin sekolah (Ningsih, 2022). Berdasarkan kajian yang diteliti oleh Ariska (2019), mengatakan adanya korelasi yang signifikan yang berkaitan dengan kebiasaan jajan dengan status gizi terhadap siswa MIN 1 Kota Padang (p -value 0,030).

Kebiasaan lain yang disukai anak-anak konsumsi fast food. Secara umum fast food dikatakan ialah makanan yang tinggi kalori, gula, lemak, dan sodium tetapi rendah serat, asam lemak, vitamin A, folat, dan kalsium. Pola hidup modern mengarah untuk memilih makanan cepat saji karena banyak mengandung kolesterol dan lemak (Hasni, 2023). Berdasarkan kajian yang diteliti oleh Nailil (2022), mengatakan adanya korelasi yang signifikan antara frekuensi fast food dengan status gizi terhadap anak usia sekolah 6-12 tahun di SDN Patereman 1 Kecamatan Modung Kabupaten Bangkalan dengan nilai $p < 0,000$.

Anak sekolah dasar adalah usia yang sangat memerlukan konsumsi makanan yang bergizi untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan mereka. Anak usia sekolah merupakan sekelompok usia 6 sampai 12 tahun

yang mengalami perkembangan yang pesat, sehingga membutuhkan kebutuhan gizi yang paling tinggi untuk mendukung pertumbuhan, serta menjadi sekelompok usia yang sangat rentan pada permasalahan gizi (Sa'idah, 2023).

Hasil data Riskesdas tahun 2018, menunjukkan prevalensi anak usia 5-12 tahun sebesar 9,3% yang terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus sedangkan masalah kegemukan pada anak sekolah dasar di Indonesia terus meningkat dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) dan prevalensi pendek 23,6% terdiri dari 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek. Status gizi anak berusia 5 hingga 12 tahun di Jawa Barat adalah 5,2% kurus, 1,9% sangat kurus, 11,7% gemuk, dan 9,6% sangat gemuk (obesitas) (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan pada siswa kelas 4 dan 5 menunjukkan bahwa dari 10 siswa sebanyak 60% memiliki status gizi lebih. Penyebab masalah gizi lebih tersebut bisa terjadi asupan zat gizi makro yang berlebih, kebiasaan sarapan yang sering terlewatkan serta konsumsi fast food dan kebiasaan jajan yang sering. Bersumber pada latar belakang yang diuraikan, maka peneliti tertarik untuk melakukan kajian yang bertempat pada SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun pembelajaran 2024 untuk mengidentifikasi siswa sekolah dasar di kelas 4 hingga 5 berdasarkan faktor gizi.

1.2. PERUMUSAN MASALAH

Hasil data Riskesdas tahun 2018, menunjukkan prevalensi anak usia 5-12 tahun sebesar 9,3% yang terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus sedangkan masalah kegemukan pada anak sekolah dasar di Indonesia terus meningkat dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) dan prevalensi pendek 23,6% terdiri dari 6,7% sangat pendek dan 16,9% pendek. Status gizi anak berusia 5 hingga 12 tahun di Jawa Barat adalah 5,2% kurus, 1,9% sangat kurus, 11,7% gemuk, dan 9,6% sangat gemuk (obesitas) (Riskesdas, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan siswa yang telah dilaksanakan di SDN Jatimekar 01 kepada dari 10 siswa sebanyak 60% memiliki status gizi lebih. Penyebab masalah gizi lebih tersebut bisa terjadi

asupan zat gizi makro yang berlebih, kebiasaan sarapan yang sering terlewatkan serta konsumsi fast food dan kebiasaan jajan yang sering.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan permasalahan yang ingin diteliti mengenai “Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Siswa Kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi Tahun 2024”.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran pada status gizi siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
2. Bagaimana gambaran asupan energi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
3. Bagaimana gambaran asupan protein pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
4. Bagaimana gambaran asupan lemak pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
5. Bagaimana gambaran asupan karbohidrat pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
6. Bagaimana gambaran kebiasaan konsumsi fast food pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
7. Bagaimana gambaran kebiasaan sarapan pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
8. Bagaimana gambaran kebiasaan jajan pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
9. Bagaimana hubungan asupan energi dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
10. Bagaimana hubungan asupan protein dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
11. Bagaimana hubungan asupan lemak dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
12. Bagaimana hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?

13. Bagaimana hubungan kebiasaan konsumsi Fast Food dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
14. Bagaimana hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?
15. Bagaimana hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor yang berhubungan pada status gizi lebih terhadap siswa Kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Tahun 2024.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
2. Mengetahui gambaran asupan energi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
3. Mengetahui gambaran asupan protein pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
4. Mengetahui gambaran asupan lemak pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
5. Mengetahui gambaran asupan karbohidrat pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
6. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi fast food pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
7. Mengetahui gambaran kebiasaan sarapan pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
8. Mengetahui gambaran kebiasaan jajan pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
9. Mengetahui hubungan asupan energi dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.

10. Mengetahui hubungan asupan protein dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
11. Mengetahui hubungan asupan lemak dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
12. Mengetahui hubungan asupan karbohidrat dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
13. Mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi Fast Food dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
14. Mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.
15. Mengetahui hubungan kebiasaan jajan dengan kejadian status gizi pada siswa kelas 4 dan 5 di SDN Jatimekar 01 Bekasi tahun 2024.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Siswa SDN Jatimekar 01

Diharapkan dari hasil kajian ini mampu memberikan manfaat kepada responden tentang faktor risiko yang lebih terkait dengan permasalahan status gizi sehingga responden dapat melakukan pencegahan sedini mungkin.

1.5.2 Bagi SDN Jatimekar 01

Diharapkan penelitian tersebut dapat menjadi acuan bagi SDN Jatimekar 01 dalam menerapkan pola hidup sehat untuk meminimalisir terjadinya status gizi dan guna melakukan pencegahan sedini mungkin

1.5.3 Bagi Program Studi S1 Gizi

Diharapkan mampu memberikan informasi secara akurat dalam mengembangkan penelitian untuk perkembangan Pendidikan ilmu gizi yang berhubungan dengan status gizi.

1.5.4 Bagi Universitas MH.Thamrin

Diharapkan dapat menambah informasi dan pengembangan keilmuan dalam bidang gizi Masyarakat sebagai referensi di perpustakaan Universitas MH.Thamrin.

1.5.5 Bagi peneliti

Diharapkan dapat memperoleh pengalaman bagi peneliti untuk melakukan penelitian dan menerapkan berbagai teori dan konsep yang dipelajari dalam perkuliahan.