

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada umumnya masih terdapat angka kejadian permasalahan mengenai gizi yang cukup tinggi dan belum sepenuhnya teratasi dengan baik, hal ini lebih banyak terdampak pada anak-anak yang sedang di umuran saat sekolah. Banyak anak usia sekolah di berbagai daerah baik yang terdapat di perkotaan ataupun di pedesaan yang status gizinya juga belum memadai.

Salah satu masalah gizi yang terjadi yaitu beban ganda (*Double Burden of Malnutrition*) meliputi; kekurangan dan kelebihan gizi (Ghattas, dkk 2020). Disisi lain yang dihadapkan akan kelebihan pada gizi (obesitas), yakni disebabkan dari mengonsumsi makanan maupun asupan yang berlebihan. Hal lain juga masih ditemukan pada anak-anak yang kurang gizi sebab minimnya asupan makanan yang diperoleh. Tetapi di Indonesia saat ini telah mengalami masalah gizi yaitu (*Triple Burden of Malnutrition*) dimana pada fase ini menghadapi masalah kesehatan yaitu *stunting*, *wasting* dan obesitas bahkan kekurangan zat mikro seperti anemia (Vassilakou, 2021). Untuk mencapai gizi seimbang pada anak masih merupakan masalah yang cukup besar. Di usia anak sekolah yang begitu sangat rentan dengan masalah kesehatan, dimana pada masa ini anak-anak dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan (anak usia sekolah). Sehingga asupan makanan pada anak harus maksimal yang nantinya memberikan dampak perkembangan dan pertumbuhan yang baik.

Berdasarkan Riskesdas 2018, yang dihitung menggunakan nilai *z-score* adanya suatu prevalensi status gizi kurang (6.8%), gizi buruk (2.4%), dan gizi lebih

(10.8%) serta Obesitas (9.2%). Data Riskesdas di Provinsi Sumatra Utara gizi kurang (2.06%), gizi buruk (5.26%), gizi lebih (10.58%) dan obesitas (9.06%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa masih ada permasalahan gizi yang terdapat di Sumatra Utara (Riskesdas, 2018).

Penyebab langsung dan tidak langsung keduanya memiliki peran dalam menentukan status gizi seseorang. Ini dapat ditelusuri kembali ke penyebab utama, yang meliputi makanan yang tidak seimbang ataupun makanan tidak aman dan gangguan pencernaan yang disebabkan oleh infeksi bakteri. Pasokan makanan yang tidak memadai di setiap rumah, pola asuh yang buruk, sanitasi dan kesehatan lingkungan yang buruk, dan sebagainya, adalah contoh penyebab tidak langsung.

Konsumsi pangan menurut Badan Ketahanan Pangan adalah sekelompok makanan dan minuman yang telah dikonsumsi oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Memperbaiki pola makan membutuhkan lebih banyak lagi dalam pemilihan makanan dan minuman. Salah satu aspek pendukungnya adalah tersedianya berbagai pilihan terkhususnya pada makanan yang sehat, seimbang, dan bebas risiko. Pangan yang beraneka ragam, bergizi, seimbang, dan aman adalah pangan yang bila dikonsumsi dalam jumlah yang cukup dapat memenuhi pedoman kecukupan gizi (Ayunda, dkk 2020). Sangat penting untuk mengonsumsi makanan dengan berbagai macam jenis makanan. Karena tidak ada satu sumber makanan yang menyediakan semua nutrisi yang diperlukan secara lengkap.

Faktor-faktor yang bisa memperburuk kondisi gizi pada anak usia sekolah dasar yaitu konsumsi pangan, perilaku memilih dan menentukan jenis makanan yang disukai. Sedangkan pola makan anak pun telah berubah yang disebabkan

karna sudah mengenal jajanan. Sehingga anak usia sekolah sangat menyukai jajanan, disatu sisi juga karna murah dan mudah didapat. Hal yang dirasakan anak-anak dalam konsumsi jajanan yang diperjual belikan di sekolah yakni karna rasanya lebih enak dan terlihat keren daripada membawa pulang bekal dari rumah. Maka banyak sekali kita melihat anak-anak yang jajan di sekitar sekolah.

Keberadaan pedagang jajanan di lingkungan sekolah dan di lingkungan rumah merupakan dua variabel lingkungan yang berkontribusi terhadap perkembangan kebiasaan jajan di kalangan anak muda. Jelas, ini juga berkontribusi pada kecenderungan anak-anak untuk ngemil. (Melissa L Jensen, 2019).

Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah status gizinya. Konsumsi makanan dan perilaku jajan merupakan dua faktor yang berhubungan langsung dengan status gizi meskipun masih banyak faktor yang mempengaruhi. Saat ini, kebiasaan makan dan jajan memiliki arti penting bagi anak sekolah dalam mendorong tumbuh kembang anak.

Anak usia sekolah dasar sering tidak memperhatikan asupan gizi yang seimbang karena anak usia sekolah belum sadar akan pentingnya kecukupan gizi bagi tubuh mereka sehingga dapat meningkatkan resiko kekurangan atau kelebihan gizi. Salah satu kelebihan gizi yang diakibatkan oleh konsumsi pangan maupun jajanan dapat berdampak pada obesitas dan penyakit lainnya. Sedangkan kekurangan gizi yang diakibatkan oleh kurangnya asupan pangan atau terjadi karena jumlah yang konsumsi energi dan asupan gizi lain tidak memenuhi kebutuhan tubuh. Kelebihan maupun kekurangan konsumsi pangan terjadi karena gaya hidup anak usia sekolah dasar yang berakibat pada status gizi anak. Adapun

gaya hidup tersebut yakni dalam memilih konsumsi pangan, anak yang sering memilih makanan disebabkan kurang beranekaragamnya makanan yang diberikan orangtua atau kurang tersedianya pangan. Selain itu gaya hidup anak sekolah dalam memilih jajanan yang tidak sehat juga memiliki hubungan erat dengan status gizi. Jika anak sekolah kurang selera dalam mengkonsumsi pangan atau makanan maka anak lebih memilih jajanan. Sedangkan diketahui banyaknya jenis jajanan yang tidak aman bagi anak.

Berdasarkan hasil observasi (November, 2021) yang dilakukan oleh penulis di SD Kristen Pniel Namorambe diketahui bahwa seluruh siswa-siswi konsumsi pangan yang dikonsumsi anak kurang beragam dan sangat menyukai jajanan sebanyak 108 orang (100%) yang berada di area sekolah dan luarnya. Makanan jajanan yang disukai oleh anak yang terdapat di SD Kristen Pniel Namorambe yakni makanan yang terdapat dalam kemasan, bakso, nugget, burger, sosis, gorengan, okky jelly drink, permen, mie goreng, nasi goreng, roti bakar, lain dan sebagainya. Status gizi yang terdapat di SD Kristen Pniel Namorambe juga masih memiliki masalah status gizi yakni *underweight*, gemuk dan obesitas.

Hal ini didukung pula dengan semakin meningkatnya berbagai macam produk jajanan akan semakin banyak pula yang gemar ataupun sangat suka mengkonsumsi jajanan di sekolah sehingga harus mengawasi makanan apa saja yang layak dimakan anak sekolah dan kurangnya anak mengkonsumsi pangan yang disediakan. Berlandaskan paparan masalah diatas maka peneliti berkeinginan meneliti dengan judul **“Hubungan Konsumsi Pangan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Pada Anak SD Kristen Pniel Namorambe-Deli Serdang”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi permasalahan pada riset ini sebagai berikut:

1. Rendahnya konsumsi pangan pada anak sekolah
2. Tingginya masalah kebiasaan jajan pada anak sekolah
3. Tingginya status gizi pada anak sekolah yang tidak optimal
4. Kurangnya kesadaran anak sekolah terhadap jarangya konsumsi pangan dan bahaya kebiasaan jajan.
5. Kurangnya kesadaran anak sekolah terhadap pentingnya konsumsi pangan dan kebiasaan jajan
6. Terdapat konsumsi pangan dan kebiasaan jajan yang mempengaruhi status gizi anak sekolah

1.3 Pembatasan Masalah

Batasan masalah pada riset ini ialah :

1. Konsumsi pangan, dibatasi pada nilai zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat, protein).
2. Kebiasaan jajan, dibatasi pada frekuensi konsumsi jajan perhari, perminggu, perbulan menggunakan FFQ selanjutnya dikonversikan ke minggu.
3. Status gizi, yang dibatasi pada status gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas.
4. Subjek penelitian yakni siswa kelas 4-6 SD Kristen Pniel Namorambe-Deli Serdang.

1.4 Perumusan Masalah

Perumusan masalah pada riset ini antara lain:

1. Bagaimana karakteristik responden (usia, jenis kelamin, besar keluarga, uang saku pendapatan orangtua, pekerjaan orangtua, pendidikan orangtua, ekonomi keluarga) Bagaimana konsumsi pangan anak SD?
2. Bagaimana kebiasaan jajan anak SD?
3. Bagaimana status gizi anak SD?
4. Bagaimana hubungan konsumsi pangan dengan status gizi anak SD?
5. Bagaimana kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD?
6. Bagaimana hubungan konsumsi pangan dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari riset ini antara lain :

1. Karakteristik responden (usia, jenis kelamin, besar keluarga, uang saku pendapatan orangtua, pekerjaan orangtua, pendidikan orangtua, ekonomi keluarga)
2. Konsumsi pangan anak SD (energi, protein, lemak dan karbohidrat).
3. Kebiasaan jajan anak SD.
4. Status gizi anak SD.
5. Hubungan konsumsi pangan dengan status gizi anak SD.
6. Hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD.
7. Hubungan konsumsi pangan dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil riset bisa bermanfaat bagi pembaca, dapat menjadi referensi bagi mahasiswa gizi dan menjadi data awal untuk pengembangan penelitian selanjutnya, diharapkan agar dalam kebijakan pemerintah untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas dalam konsumsi pangan, keamanan pangan terkhusus pada konsumsi jajan pada anak sekolah. Penulis juga mengharapkan agar pentingnya mengawasi kebiasaan anak dalam mengkonsumsi jajanan bebas.

