

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang masalah

Status gizi adalah suatu keadaan kesehatan tubuh karena asupan zat gizi yang berasal dari makanan dan minuman yang sesuai dengan kebutuhan. Anak usia sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami masalah gizi, masalah gizi yang sering terjadi pada anak sekolah yaitu kegemukan, obesitas dan status gizi kurus. Hanim dkk (2022) yang mengatakan masih banyak terjadi masalah gizi dimana dari 50 anak sekolah dasar di Pekanbaru terdapat 30 anak kelas V yang mengalami obesitas dan gizi kurang. Menurut hasil Riskesdas (2018) data prevalensi status gizi (IMT/U) anak usia 5-12 tahun di Indonesia pada anak usia 5-12 tahun yaitu kategori sangat kurus sebanyak (2,4%), kurus (6,8%), gemuk (10,8%) dan obesitas (9,2%). Selanjutnya hasil Riskesdas (2018) data prevalensi status gizi (IMT/U) anak usia 5-12 tahun di Provinsi Sumatra Utara yaitu kategori sangat kurus sebanyak (2,1%), kurus (5,6%), gemuk (10,6%) dan obesitas (9,1%). Hasil Riskesdas (2018) data prevalensi status gizi (IMT/U) anak usia 5-12 tahun di Kota Binjai yaitu kategori sangat kurus (1,39%), kurus (5,42%), gemuk (16,18%) dan obesitas (11,96%).

Dari data Riskesdas tahun 2018 dapat di dibandingkan status gizi anak usia 5-12 tahun di kota Binjai status gizi kategori gemuk (16,18%) dan kategori obesitas (11,96%) sudah melebihi data Riskesdas Nasional yaitu kategori gemuk (10,8%) dan kategori obesitas (9,2%). Selanjutnya jika dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2018 Provinsi Sumatra Utara dapat dilihat bahwa status gizi anak

usia 5-12 tahun di Kota Binjai pada kategori kurus (5,42%) mendekati angka status gizi kurus di Sumatra Utara yaitu (5,6%) dan untuk katgeori gemuk (16,18%) dan obesitas (11,96%) sudah melebihi batas data status gizi Sumatra Utara yaitu kategori gemuk (10,6%) dan katgori obesitas (9,1%).

Status gizi dapat di pengaruhi oleh kebiasaan sarapan pagi, sarapan pagi merupakan kegiatan makan dan minum yang di lakukan antara pukul 06.00 wib hingga pukul 09.00 wib (Hanim dkk,2021). Sarapan memiliki kontribusi bagi Kebutuhan zat gizi bagi anak,baik zat gizi makro dan zat zat gizi mikro,maka jika zat gizi ini terpenuhi maka status gizi anak juga akan baik. Menurut Afrinaldi (2021) Sarapan pagi memenuhi $\frac{1}{4}$ kebutuhan gizi harian, maka apabila seseorang. tidak dibiasakan untuk sarapan pagi, akan lebih besar kemungkinannya terjadi permasalahan gizi. Tetapi sangat disayangkan karena masyarakat Indonesia masih banyak yang tidak membiasakan sarapan pagi, Mawarni (2021) menjelaskan sebanyak 20-40% anak di indonesia terbiasa melewatkan sarapan pagi sebelum beraktivitas. Padahal Sarapan pagi dapat meningkatkan semangat belajar, mencegah kelelahan, lemas, mengantuk, meningkatkan konsentrasi belajar dan mencegah anak dari mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat (Suraya dkk,2019).

Beberapa alasan anak sekolah melewatkan sarapan pagi yaitu tidak sempat sarapan pagi ,malas, rendahnya pengetahuan gizi dan tidak tersedianya sarapan di rumah. Selain itu masih banyak keluarga yang kurang memperhatikan masalah kebutuhan gizi anak melalui sarapan sehat rutin setiap hari. Alasannya beragam, seperti membangunkan anak lebih pagi, anaknya sulit diajak sarapan, tidak

cukup waktu untuk mempersiapkan sarapan di pagi hari, atau takut terlambat ke sekolah (suraya dkk,2019). Anak sekolah yang tidak sarapan di rumah memiliki kemungkinan mengurangi rasa lapar dengan jajan di sekolah yang memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang (Mujahidah,2021). Menurut Rohma (2020) Adanya hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi pada anak sekolah dasar.

Anak sekolah yang tidak sarapan pagi biasanya akan menjadikan jajan sebagai benda yang pertama kali masuk ke perut mereka. Jajanan yang mereka konsumsi biasanya mereka beli di kantin sekolah ataupun pedagang yang di berjualan di luar gerbang sekolah. Anak sekolah dasar (SD) memiliki kebiasaan jajan yang cukup tinggi terutama pada jajanan yang tidak sehat, hal tersebut di pengaruhi oleh pengetahuan mereka yang masih rendah mengenai makanan yang baik dan tidak baik di konsumsi, sehingga mereka biasanya membeli jajan karena menyukai penampilan, rasa dan harga yang terjangkau. Selain itu anak sekolah dasar dalam membeli jajan masih sering terpengaruh dengan teman sebaya terutama dalam pemilihan jajanan yang akan mereka beli.

Menurut Nasriyah dkk (2021) anak sekolah memiliki perilaku meniru teman sebaya termasuk dalam hal memilih jajanan di sekolah, anak akan lebih tertarik dengan jajanan yang dibeli oleh temannya meskipun tahu bahwa makanan itu tidak sehat. Jajanan yang di jual di SD negeri 026602 Binjai sangat beraneka ragam contohnya seperti gorengan, kue-ke manis, permen, coklat, minuman kemasan dan jarang sekali yang menjual makanan seperti buah dan sayuran sehingga dapat mempengaruhi status gizi.

Hasil data kesehatan Provinsi Sumatra Utara pada tahun 2019, kebiasaan jajan anak sekolah masih cukup tinggi dimana diketahui jajanan mie dan bakso menempati peringkat teratas sebagai makanan yang paling sering di konsumsi oleh anak sekolah dengan jumlah persentase 71%. Selanjutnya jajanan seperti gorengan dan makanan ringan/camilan, dengan jumlah persentase 26%, makanan kaleng dan minuman bersoda dengan jumlah persentase 2% dan yang terakhir yaitu permen yaitu 1%. Kebiasaan mengkonsumsi jajanan dapat mengakibatkan status gizi kurus (*wasting*) karena kebanyakan jajanan yang sering di konsumsi anak sekolah sangat rendah zat gizi yang diperlukan oleh anak, jajanan yang di jual di sekolah maupun kantin sekolah tidak seimbang dari segi kandungan gizi yang dapat mempengaruhi status gizi anak tersebut (Mujahidah,2021). Pedapat ini sejalan dengan Rizona dkk (2020) mengatakan faktor yang dapat menyebabkan obesitas pada anak sekolah yaitu kebiasaan jajan.

Berdasarkan hasil observasi yang sudah penulis lakukan di SD Negeri 026602 Binjai pada (Juli, 2021) masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan pagi setiap hari nya. Alasan anak tidak sarapan pagi dikarenakan tidak tersedianya sarapan pagi di rumah, terlambat bangun dan tidak selera sarapan pagi. Untuk hasil observasi kebiasaan jajan semua murid kelas 5 di SD Negeri 0266002 Binjai semua murid selalu jajan di sekolah baik saat jam istirahat maupun pulang sekolah dan tidak ada siswa yang tidak pernah jajan di sekolah. SD negeri 026602 ini memiliki 2 kantin di dalam sekolah dan terdapat banyak sekali pedagang jajanan kaki lima yang juga berjualan di luar gerbang sekolah baik jam istirahat maupun jam pulang sekolah. Kebiasaan jajan murid di SD negeri 026602 Binjai ini juga di

dukung keadaan lingkungan sekolah dimana terdapat 2 kantin di dalam sekolah dan juga cukup bebasnya anak murid untuk jajan di luar gerbang sekolah. Guru dan staff juga tidak melarang pedagang untuk berjualan di depan gerbang sekolah, dan tidak adanya pemantauan khusus dari guru mengenai jenis jajanan apa saja yang di jual di sekolah.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kebiasaan Sarapan pagi dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak SD Negeri 026602 Kota Binjai” penulis memilih sekolah ini sebagai lokasi penelitian atas dasar pertimbangan-pertimbangan yang telah penulis jelaskan di atas, juga karena sekolah tersebut belum pernah ada yang melakukan penelitian mengenai topik yang penulis pilih ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Tingginya jumlah anak yang tidak sarapan pagi setiap hari.
2. Tingginya minat anak untuk mengkonsumsi jajanan di sekolah setiap harinya.
3. Rendahnya perhatian dan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya menyediakan sarapan pagi setiap hari.
4. Rendahnya perhatian orang tua mengenai kebiasaan anak yang selalu jajan di sekolah.
5. Kurangnya perhatian dari pihak sekolah terhadap pedagang kaki lima.

1.3 Pembatasan masalah

Adapun beberapa batasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Kebiasaan sarapan dibatasi pada waktu sarapan pagi, manfaat sarapan pagi, dampak tidak sarapan, penyebab tidak sarapan, ketersediaan sarapan pagi dan food frekuensi konsumsi pangan sarapan pagi perminggu.
2. Kebiasaan jajan dibatasi pada lingkungan keluarga, jenis jajanan, lingkungan sekolah dan food frekuensi konsumsi pangan jajanan perminggu.
3. Status gizi pada anak dibatasi pada IMT/U (Indeks masa tubuh) melalui pengukuran data berat badan dan tinggi badan dan ditentukan dengan z-score.
4. Subjek penelitian dibatasi pada murid di SD Negeri 026602 Kota Binjai kelas 5 usia 10-12 tahun.

1.4 Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana karakteristik responden (nama, usia, jenis kelamin) ?
2. Bagaimana kebiasaan sarapan pagi anak SD?
3. Bagaimana kebiasaan jajan anak SD?
4. Bagaimana status gizi anak SD ?
5. Bagaimana hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi anak SD ?
6. Bagaimana hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD ?
7. Bagaimana hubungan kebiasaan sarapan pagi dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD ?

1.5 Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden (nama, usia, jenis kelamin).
2. Kebiasaan sarapan pagi anak SD.
3. Kebiasaan jajan anak SD.
4. Status gizi anak SD.
5. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi anak SD.
6. Hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD.
7. Hubungan kebiasaan sarapan pagi dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak SD.

1.6 Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi seluruh masyarakat untuk memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat khususnya kepada orang tua agar lebih memperhatikan kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan pada anak-anaknya yang masih bersekolah agar dapat terhindar dari masalah gizi. Bagi pihak sekolah hasil dari penelitian ini bisa diharapkan memberikan informasi yang dapat digunakan untuk bisa melaksanakan pendidikan gizi terkait dengan pentingnya sarapan pagi dan memperhatikan kebiasaan jajan anak sekolah.