

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) menjadi faktor kunci dalam mendukung pelaksanaan pembangunan nasional. Di bidang kesehatan, salah satu aspek penting yang turut berperan dalam pembangunan nasional adalah status gizi Masyarakat (Noor, 2024). Gizi yang optimal berperan penting dalam menjaga berat badan ideal dan kesehatan tubuh secara keseluruhan. Selain itu, gizi yang baik mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi, serta membantu mengurangi risiko terkena penyakit kronis. Gizi yang cukup juga berkontribusi dalam meningkatkan kecerdasan siswa, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap kualitas hidup mereka (Furqonia, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, sebanyak 148,1 juta anak terlalu pendek untuk usianya (*stunting*), 45 juta terlalu kurus untuk tinggi badannya (*wasting*), dan 37 juta terlalu berat untuk tinggi badannya (*overweight*). Saat ini permasalahan gizi dan kesehatan merupakan masalah yang masih menjadi fenomena di Indonesia. Menurut Kementerian Kesehatan dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023), prevalensi status gizi anak usia 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U pada tahun 2023 adalah 11% dengan gizi kurang dan 19,7 % dengan gizi lebih. Menurut data SKI pada tahun 2023, prevalensi status gizi pada anak usia 5-12 tahun di DKI Jakarta menunjukkan bahwa sekitar 9,7% anak mengalami gizi kurang, sedangkan sekitar 27,3% anak pada rentang usia yang sama dalam status gizi lebih.

Pengetahuan gizi mencakup pemahaman tentang zat gizi dalam makanan, sumber-sumber nutrisi yang terkandung di dalamnya, serta prinsip-prinsip

pemilihan dan pengolahan makanan yang aman dan sehat. Dengan pengetahuan yang baik, anak-anak dapat belajar memilih makanan yang tidak hanya aman untuk dikonsumsi tetapi juga bergizi, sehingga mengurangi risiko terkena penyakit yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak tepat. Sikap seseorang terhadap gizi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dimilikinya mengenai gizi. Pengetahuan ini berperan penting dalam menentukan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi, yang pada akhirnya berdampak pada status gizi individu tersebut (Amira & Setyaningtyas, 2021).

Selain pengetahuan anak, perilaku makan juga termasuk salah satu faktor penting yang memengaruhi status gizi anak. Anak yang mengalami masalah makan memiliki risiko dua kali lipat untuk kekurangan berat badan atau berada dalam kategori kurus. Sebaliknya, anak-anak dengan nafsu makan berlebihan memiliki kemungkinan enam kali lipat lebih tinggi untuk mengalami kelebihan berat badan. Aktivitas fisik pada anak usia sekolah juga perlu diperhatikan karena pada tahap ini mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Ketidakseimbangan antara asupan nutrisi dan aktivitas fisik yang dilakukan dapat berdampak pada kondisi fisik anak (Purnama *et al.*, 2024).

Studi yang dilakukan di China menegaskan bahwa kualitas tidur yang buruk sering kali berhubungan dengan peningkatan risiko obesitas pada anak-anak, terutama yang tidak cukup berolahraga. Kurangnya aktivitas fisik memperparah dampak buruk dari tidur yang tidak berkualitas, yang kemudian memengaruhi status gizi anak-anak secara keseluruhan (Chen *et al.*, 2022).

Pemilihan makanan jajanan memiliki pengaruh signifikan terhadap status gizi anak usia sekolah. Namun, dalam upaya memenuhi kebutuhan gizi, anak-anak

sering kali mengandalkan makanan jajanan yang tersedia di lingkungan sekolah dan sekitarnya. Pemilihan jajanan ini umumnya didasarkan pada preferensi terhadap rasa, harga yang ekonomis, dan tampilan yang menarik, dibandingkan dengan pertimbangan kualitas gizi atau aspek kesehatan dari makanan tersebut. Selain itu, keterbatasan ketersediaan makanan sehat di sekitar sekolah turut mempengaruhi keputusan anak dalam memilih jajanan dengan nilai gizi yang kurang optimal.

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi, yang dapat berdampak negatif pada potensi pertumbuhan ekonomi suatu negara. Pada usia 5-12 tahun, anak-anak mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, disertai dengan meningkatnya aktivitas fisik seperti bermain, berolahraga, serta membantu orang tua. Ketidakseimbangan asupan dan kecukupan gizi pada anak sering kali terjadi akibat pola makan yang tidak teratur dan aktivitas yang berat. Kondisi ini dapat melemahkan sistem imun anak serta menyebabkan masalah gizi ganda, yaitu gizi lebih dan gizi kurang, yang keduanya berisiko mengganggu kesehatan dan perkembangan anak secara keseluruhan (Sriwiyanti, 2023).

Status gizi pada anak usia sekolah dasar masih menjadi perhatian serius karena dapat berdampak jangka panjang hingga usia dewasa, mempengaruhi kesehatan secara keseluruhan. Tingkat pengetahuan, aktivitas fisik, pengaruh dari keluarga, lingkungan sekolah, serta teman sebaya, bersama dengan pola makan dan pemilihan jajanan, berperan signifikan dalam mempengaruhi upaya yang dilakukan untuk meningkatkan status gizi. Ketika faktor-faktor tersebut berjalan dengan baik, maka dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, yang pada akhirnya berpengaruh pada status gizi dan kesehatan mereka.

Dalam penelitian sebelumnya, Rahmah (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan tingkat pengetahuan gizi, aktivitas fisik, perilaku makan, kualitas tidur, dan menurut penelitian Nasriyah, *et al* (2021) ada hubungan antara pemilihan makanan jajanan dengan status gizi anak.

Hasil studi awal melalui observasi dan wawancara dengan pihak sekolah menunjukkan bahwa siswa di SD Duri Indah memiliki status gizi yang beragam, di mana penilaian status gizi dilakukan oleh puskesmas setempat setiap enam bulan sekali. Beberapa siswa memiliki gizi yang normal, sementara sebagian mengalami gizi kurang, dan yang lainnya memiliki kelebihan gizi. Perbedaan status gizi ini juga tercermin dalam postur tubuh siswa, yang berkisar dari kurus, normal, hingga gemuk.

Pilihan jajanan siswa/siswi di SD Duri Indah pun beragam. Berdasarkan pengamatan, beberapa siswa sudah mulai memperhatikan kandungan gizi dalam makanan yang mereka konsumsi, tetapi sebagian lainnya masih belum mempertimbangkan hal tersebut. Ada siswa yang lebih memilih makanan ringan seperti keripik atau jajanan manis, sementara yang lain lebih menyukai makanan berat seperti nasi bungkus atau mie. Perbedaan ini mencerminkan variasi pola pikir dan kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gizi, selera, dan lingkungan sosial.

Keberagaman kondisi ini menjadi latar belakang penting bagi peneliti untuk melakukan penelitian di SD Duri Indah, Kota Jakarta Barat. Masalah gizi buruk maupun obesitas pada anak sering kali disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat, kualitas tidur yang tidak optimal, serta minimnya aktivitas fisik. Padahal, kesehatan anak sekolah merupakan modal utama bagi kemajuan bangsa di masa

depan. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang dimulai sejak dini untuk meningkatkan status gizi anak di lingkungan sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, terdapat berbagai faktor yang memengaruhi status gizi pada anak usia sekolah dasar. Hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SD Duri Indah Kota Jakarta Barat."

1.2. Rumusan Masalah

Masalah gizi pada anak, baik yang sangat kurus maupun yang gemuk, terus meningkat setiap tahun di Jakarta Barat. Kota ini menduduki peringkat kedua dalam kasus stunting di Provinsi DKI Jakarta. Kondisi ini mendorong peneliti untuk merumuskan pertanyaan, "Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Duri Indah Kota Jakarta Barat?"

1.3. Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD Duri Indah Kota Jakarta Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui distribusi frekuensi status gizi anak SD Duri Indah.

1.3.2.2 Untuk mengetahui distribusi frekuensi anak SD berdasarkan tingkat pengetahuan, perilaku makan, aktivitas fisik, perilaku pemilihan makanan jajanan, dan kualitas tidur dengan status gizi anak SD Duri Indah.

1.3.2.3 Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan, perilaku makan, aktivitas fisik, perilaku pemilihan makanan jajanan, dan kualitas tidur dengan status gizi anak SD Duri Indah.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat memperluas pengetahuan dan wawasan peneliti serta dapat menerapkan ilmu yang diperoleh dalam bidang kesehatan, khususnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah.

1.4.2 Bagi Pengetahuan

Dapat menjadi salah satu sumber informasi untuk penelitian selanjutnya di bidang kesehatan anak, terutama menyediakan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah.

1.4.3 Bagi Instansi

Dapat menjadi salah satu sumber informasi yang berisi hasil-hasil di bidang kesehatan anak, khususnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada anak usia sekolah, sehingga dapat dijadikan landasan bagi penelitian selanjutnya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

1.4.4 Bagi SD Duri Indah

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada SD Duri Indah mengenai status gizi anak-anak SD, sehingga sekolah dapat turut berperan dalam menjaga kesehatan siswa.

1.4.5 Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi orang tua mengenai status gizi anak sekolah dasar.