

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Upaya dalam membangun masyarakat yang berintelektual tinggi dengan daya kesehatan yang baik, sebuah negara memiliki sumber daya manusia yang berkualitas. Sumber daya manusia yang berkualitas merupakan penentu masa mendatang yang akan menjadi generasi penerus (Nuzrina, dkk, 2016). Investasi suatu bangsa kepada penerusnya adalah pada masa anak-anak sekolah yang disebut sebagai generasi pengubah bangsa menjadi lebih baik berdasarkan pengalaman dan pengetahuan yang diberikan. Tumbuh kembangnya anak tergantung dari gizi yang diberikan baik dari segi kebiasaan mengonsumsi makanan juga kualitas makanan yang diberikan agar status gizi anak baik sebagai porsi utama dalam tingkat kesehatan. Makanan jajanan seringkali lebih banyak dikonsumsi anak sekolah dan mengandung unsur karbohidrat, hanya sedikit mengandung protein, vitamin atau mineral.

Akibat ketidaklengkapan asupan gizi dalam makanan jajanan, maka pada dasarnya makanan jajanan tidak dapat menggantikan sarapan pagi atau makan siang. Anak-anak yang banyak mengonsumsi makanan jajanan perutnya akan merasa kenyang karena padatnya kalori yang masuk ke dalam tubuhnya. Sementara asupan zat gizi untuk protein, vitamin atau mineral sangat sedikit (Khomsan, 2004). Hal ini dapat menyebabkan risiko obesitas pada anak sekolah. Data Risesdas tahun 2013, menunjukkan secara nasional masalah gemuk pada usia 5-12 tahun masih tinggi, yakni 18,8%, terdiri atas gemuk 10,8% dan sangat gemuk (obesitas) 8,8%. Sedangkan prevalensi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8%, terdiri atas 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas).

Faktor penyebab obesitas pada anak antara lain adalah asupan energi berlebih, pola makan, status sosial, ketidakseimbangan aktivitas tubuh dan konsumsi makan yang berasal dari berbagai jenis makanan olahan serba instan, minuman *softdrink*, dan makanan jajanan (Sartika, 2011). Asupan energi yang tinggi disebabkan karena konsumsi makanan yang berlebih, sedangkan energi yang dikeluarkan rendah. Ini makin didukung dengan pola makan anak yang sering kali salah dalam memilih makanan jajanan yang sehat. seperti jajan es, gula-gula atau makanan lain yang kurang gizinya, namun padat energi (Notoadmodjo, 2003). Menurut Ludwig (2001) bahwa minuman manis juga berkontribusi pada terjadinya obesitas.

Penelitian terhadap 80 anak SD di Denpasar, menunjukkan bahwa 75% konsumsi energi anak-anak tersebut berasal dari jajanan, hanya 25% konsumsi energi dari makanan pokok berupa nasi, lauk pauk, sayuran dan pelengkapannya. Anak sekolah membutuhkan makanan yang cukup secara kuantitas dan kualitas agar memiliki keadaan atau status gizi yang baik. Oleh karena itu, kantin sekolah berperan penting dalam penyediaan makanan jajanan bagi anak sekolah untuk menambah kecukupan gizi terhadap asupan energi dan protein anak sekolah dasar. Ini dikarenakan anak sekolah menghabiskan waktu yang lama di sekolah dan dengan ketersediaan kantin menjadikan mereka memperoleh makanan selain dari rumah.

Dukungan makanan jajanan di sekolah terhadap kebutuhan gizi anak dalam konsumsi seharusnya murid sebesar 20% energi (Syarifah, 2010). Harga yang murah dan pemberian jajanan yang sehat sangat mendukung dalam memperbaiki status gizi pada anak sekolah. Kantin sekolah mempunyai peranan penting untuk memenuhi kebutuhan siswa akan makanan selama di sekolah. Pada umumnya makanan yang dijual di kantin mempunyai variasi yang sangat beragam, dengan harga relatif murah dan mudah dijangkau oleh siswa bukan hanya menyajikan makanan yang memiliki tinggi kalori dan membuat anak menjadi obesitas.

Menurut Syafitri, *et al.*, (2009) jajanan yang paling banyak dijual dan sering dikonsumsi oleh anak sekolah adalah makanan cemilan dan yang kedua minuman sisanya merupakan makanan utama/sepinggan. Jenis jajanan yang dijual juga lebih banyak di kantin sekolah dibandingkan dengan diluar contoh makanan jajanan yang dijual seperti keripik, biskuit, coklat, permen, kacang, jus buah dan jajanan pabrikan lain seperti mie instan. Konsumsi makanan jajanan pada anak dapat memberikan kontribusi terhadap kecukupan energi dan protein. Tambahan energi pada saat sekolah bisa berdampak positif kepada anak sekolah. Anak bisa menjadi tetap aktif karena kadar gula darah tetap terjaga dengan baik. Dengan demikian makanan jajanan, khususnya jajanan yang sehat, dapat bermanfaat dan berdampak baik bagi kesehatan (Syarifah, 2010).

Kebiasaan makan adalah cara-cara yang dipakai orang pada umumnya untuk memilih bahan makanan yang mereka makan seperti jajanan sebagai reaksi

terhadap pengaruh fisiologis, kebudayaan dan sosial. Pada lingkungan sekolah di Jakarta Barat kebiasaan mengonsumsi jajanan sudah seperti budaya dan semakin meningkatnya juga beragamnya jenis-jenis jajanan anak sekolah. Kebiasaan jajan adalah salah satu bentuk kebiasaan makan (Riyadi, 2006).

Pola makan yang baik salah satunya sangat dipengaruhi peran orang tua yang telah mengajarkan kepada anak tentang kebiasaan makan yang baik, yaitu sebagai contoh sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah atau membawa bekal ke sekolah. Anak usia sekolah dapat mengikuti pola makan keluarga serta bentuk dan kebutuhannya harus diatur. Ketika anak di sekolah orang tua tidak selalu memperhatikan makanan jajanan anaknya, ini mengakibatkan pola makan kurang baik karena orang tua tidak membudayakan disiplin makan pada anak, mereka cenderung menuruti kemauan anak tanpa memperhatikan kualitas jajanan yang anak mereka makan (Noviani, *et al.*, 2016).

Kualitas makanan jajanan pada anak sekolah penting diperhatikan, disebabkan oleh penambahan kecukupan gizi pada anak saat makan jajanan sekolah. Anak usia sekolah tidak hanya membutuhkan zat gizi berupa karbohidrat dan lemak, akan tetapi protein juga dibutuhkan untuk meningkatkan daya konsentrasi belajar sehingga dapat meningkatkan prestasi anak di sekolah. Untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak agar sesuai dengan tahapan usia secara normal, memerlukan konsumsi energi dan zat gizi yang adekuat dan mengandung zat gizi berupa karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan menurut kelompok usia (9-10 tahun) yaitu 2.000 kalori.

Bahaya yang dihadapi anak bila kebiasaan jajan dan kualitas jajanan yang tidak baik dapat menderita penyakit komorbiditas seperti asma, diabetes, kanker dan penyakit kardiovaskuler (Skogheim & Vollrath, 2015). Walaupun mekanisme terjadinya belum sepenuhnya dimengerti, tetapi telah dikonfirmasi bahwa obesitas terjadi karena pemasukan energi melebihi pengeluaran energi. Penyebab lain terjadinya obesitas dapat dipengaruhi oleh genetik dan lingkungan (Biro & Wien, 2010). Tidak sedikit masalah yang timbul akibat kurang pedulinya orang tua terhadap makanan yang dikonsumsi anaknya di sekolah. Penelitian ini bertujuan

untuk membuktikan antara kebiasaan jajan dan kualitas makanan anak usia sekolah dengan status gizi

B. Identifikasi Masalah

Masalah gizi pada anak sekolah saat ini merupakan masalah gizi ganda. Selain masalah gizi kurang, dijumpai pula masalah gizi lebih atau obesitas. Gizi lebih atau obesitas pada anak mempunyai konsekuensi serius terutama untuk masa depan kualitas anak di masa depan. Potensi anak sekolah untuk menjadi obesitas sama besarnya dengan potensi anak-anak yang kurang memperhatikan makanan terutama bila berlebihan dari seharusnya. Begitu pula potensi untuk timbulnya konsekuensi terhadap penyakit yang dapat menetap sampai ke masa kehidupan anak selanjutnya.

Hal ini harusnya menjadi perhatian pihak orang tua dan sekolah untuk lebih mengontrol kualitas makanan jajanan sekolah. Ini juga didasari dari hasil penelitian Sukma, (2014) terhadap 80 anak SD di Denpasar, menunjukkan bahwa 75% konsumsi energi anak-anak tersebut berasal dari jajanan, hanya 25% konsumsi energi dari makanan pokok berupa nasi, lauk pauk, sayuran dan pelengkapannya.

C. Pembatasan Masalah

Banyak masalah yang memengaruhi status gizi, maka peneliti membatasi masalah penelitian pada variabel kualitas jajanan. Kualitas jajanan yang dikaji adalah seberapa besar nilai gizi pada kebiasaan jajan dan kualitas jajanan dengan status gizi anak sekolah di SDN 03 pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.

D. Perumusan Masalah

Anak sekolah dasar membutuhkan asupan zat gizi yang optimal dan seimbang untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari dalam aktivitasnya. Ketersediaan makanan jajanan di kantin sekolah merupakan salah satu faktor dalam pemenuhan asupan zat gizi dan ditunjang dari kebiasaan jajan dan kualitas jajanan pada kantin yang disediakan. Dari masalah yang akan dikaji oleh peneliti dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kebiasaan jajanan dan kualitas makanan jajanan anak yang dapat memengaruhi status gizi anak sekolah?”

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara kebiasaan jajan dan kualitas makanan jajanan dengan status gizi anak sekolah di SDN 03 pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik anak sekolah (umur, jenis kelamin, uang saku, harga jajanan) pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- b. Mengetahui karakteristik Orang tua (pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan) di SDN 03 pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- c. Mengidentifikasi kebiasaan jajan pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- d. Mengidentifikasi kualitas jajan pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- e. Mengidentifikasi status gizi pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- f. Menganalisis karakteristik anak (umur, jenis kelamin, uang saku, harga jajanan) sekolah dengan status gizi pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- g. Menganalisis karakteristik orang tua (pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan) dengan status gizi pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- h. Menganalisis hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.
- i. Menganalisis hubungan kualitas makanan jajanan dengan status gizi pada anak sekolah di SDN 03 Pagi Duri Kepa Jakarta Barat tahun 2018.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi, bahan bacaan dan dokumentasi di perpustakaan yang digunakan sebagai bahan perbandingan dalam keterbaruan penelitian berikutnya dalam menghadapi masalah.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada guru-guru sekolah untuk mengetahui kebiasaan jajan dan kualitas jajanan dengan status gizi anak pada anak sekolah dasar.

3. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian bagi peneliti adalah untuk menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam penelitian dan sebagai aplikasi teori yang telah didapat selama menempuh pendidikan.

G. Keterbaruan Penelitian

Beberapa penelitian terkait dengan kebiasaan jajanan dan kualitas menu dengan status gizi pada anak sekolah dasar.

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian

Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
(Saputra, 2016)	Hubungan antara Konsumsi Makanan Jajanan dan Minuman Manis dengan Kegemukan pada Anak Sekolah Dasar	Mengetahui hubungan antara konsumsi makanan jajanan dan minuman manis dengan kegemukan pada anak sekolah dasar	<i>Cross Sectional Study</i>	Tidak terdapat hubungan signifikan ($p > 0.05$) antara sumbangan energi dari makanan jajanan dan minuman manis dengan kegemukan pada anak SD. Namun demikian, sumbangan energi yang berasal dari minuman manis pada subjek gemuk ($14.2 \pm 9.2\%$) adalah cenderung lebih tinggi daripada subjek normal ($12.9 \pm 8.8\%$).
(Azkia, 2014)	Analisis kualitas makan siswa sekolah dasar di Bogor serta hubungannya dengan status gizi	Menganalisis kualitas makan siswa SD di Bogor serta hubungannya dengan status gizi.	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan positif antara kualitas makan dengan status gizi ($p \leq 0.05$)
(Mariza & Kusumastuti, 2013)	Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang	Mengetahui hubungan kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi dan besar risiko terhadap kejadian obesitas dan kegemukan pada anak sekolah dasar	<i>Case study</i>	Kebiasaan sarapan berhubungan dengan kebiasaan jajan. Tidak biasa sarapan dapat meningkatkan risiko biasa jajan sebesar 1,5 kali. Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi. Biasa jajan meningkatkan risiko terjadinya status gizi lebih sebesar 7 kali.

Penulis	Judul	Tujuan	Metode	Hasil
(Prasetya, 2011)	Hubungan antara Konsumsi Makanan Jajanan dan Minuman Manis dengan Kegemukan pada Anak Sekolah Dasar	Mengetahui hubungan antara konsumsi makanan jajanan dan minuman manis dengan kegemukan pada anak sekolah dasar	<i>Cross Sectional Study</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar di sdn wirolegi 1 kabupaten jember
(Montol, 2010)	Asupan Makanan Jajanan Dan Terjadinya Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 11 Manado	Untuk mengetahui Asupan Makanan Jajanan Dan Terjadinya Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 11 Manado	<i>Case Control</i>	Terdapat hubungan bermakna antara obesitas dan asupan zat gizi dari makanan jajanan. Siswa dengan kebiasaan jajan di sekolah mempunyai risiko 1,95 kali lebih besar menjadi obesitas dari pada siswa yang makan jajan di rumah.
(Arimurti, 2010)	Hubungan antara Asupan Energi, Karbohidrat, dan Protein dari Makanan Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Usia 9-12 Tahun	Mengetahui hubungan antara asupan energi, karbohidrat, dan protein dari makanan jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar usia 9-12 tahun	<i>Cross Sectional Study</i>	Hubungan masing-masing jenis asupan energi, karbohidrat dan protein dengan status gizi (BB/U) secara statistik signifikan $p=0.004$, $p=0.015$ dan $p=0.013$

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah tempat penelitian, sampel penelitian, waktu penelitian, variabel penelitian. Kemudian peneliti ingin mengetahui hubungan kebiasaan jajanan, kualitas menu dengan status gizi sekolah dasar.

Universitas
Esa Unggul ⁹



Universitas
Esa Unggul

