

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan dan gizi anak-anak merupakan aspek penting yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Pola makan yang sehat dan seimbang sangat diperlukan untuk memastikan bahwa anak-anak mendapatkan nutrisi yang cukup untuk mendukung aktivitas fisik, kesehatan mental, dan perkembangan otak yang optimal. Namun, di tengah gaya hidup yang semakin sibuk dan beragamnya pilihan makanan yang tersedia, banyak anak cenderung mengonsumsi makanan jajan yang kurang sehat, yang dapat berdampak negatif pada status gizi mereka (Nashiha et al., 2019).

Salah satu aspek yang memegang peranan cukup penting dalam memberikan asupan energi dan gizi serta pemeliharaan ketahanan belajar bagi anak ketika berada di sekolah adalah pangan jajanan. Kebiasaan mengonsumsi jajanan turut memberikan kontribusi dan kecukupan energi bagi anak sekolah. Pangan jajanan merupakan sesuatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak sekolah dasar. Selama 6-8 jam per hari waktu anak dihabiskan di sekolah dan 90 persen anak sekolah membeli jajan di sekolah (BPOM, 2011).

Sekolah dasar adalah lingkungan yang memegang peranan penting dalam membentuk pola makan anak-anak. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka di sekolah, di mana mereka memiliki akses terhadap berbagai macam makanan dan minuman. Menurut FAO (*Food and Agriculture Organization*) dan WHO (*World Health Organization*), istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah junk food, fast food, dan street food karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan (Tawaddud, 2021).

Pangan jajanan mempunyai cita rasa yang enak di lidah, mudah didapat, penampilan yang menarik dan harganya terjangkau sehingga banyak anak yang gemar

membeli pangan jajanan. Namun, hal tersebut berbanding terbalik dengan kualitas jajanan, baik dari segi keamanan, komposisinya maupun kebersihannya yang dapat membahayakan kesehatan anak.

Makanan dan jajanan sekolah sangat beresiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Purtiantini, 2010). Makanan jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual di jalanan dan di tempat-tempat umum. Anak-anak seringkali menjadi korban dari makanan atau jajanan sekolah karena mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang bagaimana mengenali jajanan yang aman (FAO & WHO, 2019).

Kebiasaan jajan pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor, anak-anak lebih memilih jajanan yang menarik dan memiliki warna yang menarik dibandingkan jajanan yang tidak banyak mengandung bahan berbahaya. Iklan yang ditayangkan di televisi juga akan mempengaruhi pola jajan menarik anak menjadi lebih konsumtif dan memilih jajanan saat ada di sekolah atau di luar rumah (Devi, 2012:34). Hal ini sesuai pendapat (Almatsier, 2012:31) yang mengatakan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap jajanan yang dikonsumsi seseorang antara lain kebiasaan di rumah, keadaan finansial dan iklan, serta pengaruh teman.

Kebiasaan makan di rumah, kondisi keuangan keluarga, dan pengaruh teman sebaya berperan dalam menentukan jenis jajanan yang dikonsumsi anak-anak. Selain itu, penting juga untuk mempertimbangkan kebiasaan sarapan, upaya menjaga kebersihan dan sanitasi, serta masalah kesehatan yang mungkin timbul akibat pola konsumsi jajanan yang tidak seimbang. Semua faktor ini saling terkait dan memengaruhi perilaku makan anak-anak secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh peneliti di SDN Oro-oro Ombo 02 Batu menunjukkan adanya masalah dimana siswa cenderung lebih memilih jajan di luar

sekolah atau dari pedagang yang berada di depan sekolah daripada memilih makanan dari kantin sehat yang tersedia di dalam sekolah. Hal ini menimbulkan kekhawatiran terkait asupan zat gizi makro yang diperoleh siswa, yang kemungkinan dapat berdampak pada status gizi mereka. Selain faktor-faktor tersebut, uang saku juga memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi konsumsi jajan siswa. Uang saku yang cukup besar atau kecil dapat memengaruhi pilihan makanan siswa di luar sekolah, serta dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk memilih makanan yang lebih sehat di dalam sekolah.

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan tersebut maka penting untuk memahami kebiasaan makanan jajan dan perilaku pemilihan makanan jajan siswa di lingkungan sekolah, serta dampaknya terhadap asupan zat gizi makro dan status gizi mereka. Sehingga penulis melakukan sebuah penelitian dengan judul "Kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan dan asupan zat gizi makro dengan status gizi di SDN Oro-oro Ombo 02 Batu".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut "Bagaimana kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan dan asupan zat gizi makro dan status gizi anak pada Sekolah Dasar Negeri Oro-oro Ombo 02 Kota Batu?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan, asupan zat gizi makro dan status gizi anak pada Sekolah Dasar Negeri Oro-oro Ombo 02 Kota Batu.

2. Tujuan Khusus

- a. Memahami kebiasaan jajan pada anak pada Sekolah Dasar Negeri Oro-oro Ombo 02 Kota Batu.
- b. Menganalisis perilaku pemilihan makanan jajanan pada anak SDN Oro-oro Ombo 02 Kota Batu.
- c. Menentukan asupan zat gizi makro pada anak pada Sekolah Dasar Negeri Oro-oro Ombo 02 Kota Batu.
- d. Menentukan status gizi pada anak pada Sekolah Dasar Negeri Oro-oro Ombo 02 Kota Batu.

D. Manfaat

1. Manfaat Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana pola makanan jajan yang baik untuk kesehatan dan gizi anak-anak pada sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru

- 1) Memberikan wawasan tentang kebutuhan siswa dalam hal pendidikan gizi dan kesehatan.
- 2) Memungkinkan guru untuk memberikan saran atau arahan kepada siswa tentang kebiasaan makan sehat.

b. Bagi Orangtua

- 1) Memberikan informasi tentang pentingnya memberikan sarapan dan bekal makanan yang bergizi bagi anak.
- 2) Mengawasi dan membimbing anak dalam memilih makanan jajanan yang sehat dan aman.

c. Bagi Siswa

- 1) Menyadari pentingnya pola makan sehat dan dampaknya terhadap kesehatan dan kinerja akademik.
- 2) Membantu dalam pembentukan kebiasaan makan sehat yang baik sejak dini.
- 3) Memberikan informasi yang berguna tentang pilihan makanan sehat dan strategi pemilihan makanan yang cerdas.
- 4) Mendorong siswa untuk mengambil tanggung jawab atas kesehatan dan gizinya sendiri.