BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut *World Health Organization* pada tahun 2024 menyebutkan bahwa lebih dari 149 juta anak mengalami tubuh pendek karena kurang gizi yang sudah berlangsung lama. Selain itu ada sekitar 45 juta anak yang berat badanya jauh di bawah ideal menurut tinggi badanya yang dikenal dengan istilah wasting. Yang bikin mengkhawatirkan, jumlah anak yang kegemukan atau obesitas juga terus naik tiap tahun, sampai sekarang bukan cuma kekurangan gizi yang menjadi masalah, tetapi juga kelebihan gizi. WHO Mengatakan bahwa kebiasaan makanan yang tidak sehat, seperti jajanan makan cepat saji yang tinggi kalori tapi minim gizi, dan makanan seperti itu mudah ditemui anak-anak, terutama di lingkungan sekolah (WHO, 2024)

Problem gizi anak-anak Indonesia yang bersekolah di tingkat dasar masih menjadi perhatian utama. Angka stunting di kalangan anak berusia 5 -12 tahun masih tinggi lebih dari 25% dari semua anak di usia tersebut, menurut data Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan pada tahun 2018. Sekarang, sepuluh persen anak-anak mengalami wasting, yang berarti mereka memiliki berat badan yang lebih rendah daripada tinggi mereka. Jumlah anak yang kelebihan berat badan dan obesitas telah meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Ini menunjukkan bahwa Indonesia bukan hanya menghadapi masalah kekurangan gizi, tetapi juga harus menangani masalah kelebihan gizi dengan serius. Diduga penyebab utamanya adalah pola makan anak-anak, yang biasanya mengandung

banyak kalori tetapi kurang gizi. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018)

Keterbiasaan anak-anak mengonsumsi jajanan sekolah yang tidak sehat turut memperburuk status gizi mereka. UNICEF (2022) menyatakan bahwa makanan ringan yang sering dikonsumsi anak-anak, seperti makanan yang tinggi gula, garam, serta lemak jenuh, umumnya tidak mengandung vitamin, mineral, atau serat yang cukup. Produk jajanan seperti minuman manis, mie instan, gorenga, dan permen memang masih sangat gampang di temukan di sekolah. Karena harganya murah dan rasanya enak, makanan seperti ini sering dibeli anak-anak, bahkan bisa lebih dari sekali sehari. Kalau kebiasaan ini di biarkan terus tanpa pengawasan dari guru atau orang tua, asupan gizi mereka bisa jadi tidak seimbang. Akibatnya, mereka bisa lebih mudah mengalami kelebihan berat badan, atau bahkan kurang nutrisi penting yang dibutuhkan untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. (United Nations Children's Fund, 2022).

Permasalahan serupa juga terlihat di wilayah Aceh, termasuk Banda Aceh, Di beberapa daerah di Aceh, lebih dari 15% anak sekolah dasar mengalami kelebihan berat badan atau obesitas, angka yang lebih tinggi dibanding rata-rata nasional. Hal ini menunjukkan bahwa gejala obesitas sudah mulai tampak sejak usia dini. Masalah gizi ganda ternyata juga muncul di Banda Aceh juga mempunyai masalah gizi ganda yang mulai terlihat jelas. Salah satu penyebabnya adalah pola makan anak-anak yang mengonsumsi makanan tinggi kalori sementara aktivitas fisik mereka justru sangat minim. Situasi ini makin memburuk dengan rendahnya pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang di kalangan

siswa. anak-anak tidak banyak mendapatkan informasi tentang makanan bergizi, mereka bisa saja terbiasa dan apa saja tanpa memperhatikan nilai gizinya. Lama-kelamaan, bisa mempengaruhi kesehatan mereka secara perlahan, apalagi kalau tidak secepatnya di arahkan sejak awal (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2022)

Sebagian besar sekolah dasar, termasuk di Indonesia, makanan yang dijajakan di kantin sering kali tidak memperhatikan kandungan gizi yang seharusnya, di mana minuman manis, gorengan berlemak, dan jajanan kemasan menjadi pilihan yang umum tersedia. Makanan semacam ini memang mengandung kalori yang tinggi, tetapi kekurangan nutrisi penting seperti vitamin dan serat. Karena mudah diakses dan rasanya lezat, anak-anak cenderung memilih jajanan semacam ini, bahkan hingga beberapa kali dalam satu hari. Sayangnya, banyak sekolah yang belum menerapkan kebijakan atau pengawasan yang memadai terkait jenis makanan yang dijual di kantin. Situasi ini meningkatkan risiko anak-anak mengalami masalah kelebihan berat badan atau obesitas. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rachmadewi et al. (2021) menunjukkan bahwa isu ini diperburuk oleh lemahnya regulasi yang jelas mengenai makanan di kantin, yang memungkinkan anak-anak membeli makanan yang tinggi kadar gula, garam, dan lemak tanpa adanya pengawasan yang memadai (Rachmadewi et al., 2021)

Terutama di Banda Aceh, terlihat bahwa jumlah anak-anak di tingkat SD yang mengalami kegemukan atau obesitas semakin meningkat. Sekolah-sekolah di daerah ini masih belum memiliki kantin yang menyediakan makanan sehat dan siswa-siswa juga belum banyak mendapatkan edukasi mengenai gizi. Karena kurangnya pemahaman ini, anak-anak lebih cenderung membeli makanan yang

kaya kalori namun memiliki kandungan gizi yang rendah. Oleh karena itu, isu gizi di Banda Aceh tidak hanya berkaitan dengan kekurangan, tetapi juga dengan kelebihan konsumsi yang dapat berujung pada obesitas (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2022).

Berdasarkan Penelitian oleh (Fatmalina & Rini, 2018) di SD Sungai Rambutan, Kabupaten Ogan Ilir, menemukan bahwa meskipun tidak terdapat hubungan signifikan secara statistik antara kebiasaan jajan dan status gizi, siswa yang terbiasa jajan tanpa pengawasan memiliki kecenderungan pola makan yang tidak sehat. Peneliti menekankan pentingnya peran guru dan orang tua dalam mengontrol serta membentuk kebiasaan makan sehat pada anak sejak dini. Selain itu (Swantrisa et al., 2023), di SDN Karang Tengah 04, Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan jajan dan status gizi siswa (p-value = 0,011).

Anak-anak yang memiliki kebiasaan jajan tidak sehat dan tidak membawa bekal dari rumah lebih berisiko mengalami gizi kurang maupun gizi lebih. Penelitian ini merekomendasikan pentingnya edukasi dan pengawasan terhadap konsumsi jajanan di lingkungan sekolah. Sedangkan dari hasil penelitian, Juliniar & Lubis, (2021), juga menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan jajan dan status gizi siswa (p-value = 0,039) di SD Negeri 55 Kota Banda Aceh. Siswa yang sering mengonsumsi makanan seperti gorengan, minuman berwarna, dan jajanan kemasan cenderung mengalami masalah gizi atau obesitas. Penelitian ini mempertegas bahwa pengetahuan siswa tentang jajanan

sehat masih rendah, dan peran sekolah dalam menyediakan kantin sehat sangat penting untuk menunjang gizi anak (Juliniar & Lubis, 2021).

Salah satu faktor utama yang memengaruhi kesehatan gizi anak-anak di sekolah adalah kebiasaan makan makanan dengan kalori tinggi, seperti makanan olahan yang kaya lemak, gula, dan garam namun rendah nutrisi yang bermanfaat. Contoh makanan semacam ini adalah makanan yang digoreng dalam minyak yang banyak, minuman manis, dan camilan kemasan yang mudah dijumpai di lingkungan sekolah. peningkatan kasus obesitas pada anak-anak banyak dikaitkan dengan pola makan yang buruk, terutama sering mengonsumsi makanan ultra-proses dalam jumlah berlebih dan rendahnya asupan buah serta sayuran. Jika anak-anak mengonsumsi terlalu banyak kalori tetapi jarang berolahraga, kelebihan energi ini akan terakumulasi sebagai lemak dalam tubuh. WHO juga mengingatkan bahwa jika pola makan yang tidak sehat ini dibiarkan sejak usia muda, maka kemungkinan mengembangkan obesitas serta berbagai penyakit tidak menular seperti diabetes tipe 2 World Health Organization, hipertensi, dan gangguan jantung di masa dewasa akan meningkat (*World Health Organization, 2025*)

Dari hasil survei awal yang dilakukan pada bulan Juli dan September 2025, peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap kantin sekolah dan mewawancarai beberapa siswa di tiga sekolah dasar di Kota Banda Aceh, yaitu SD Muhammadiyah 1 Banda Aceh, SD Muhammadiyah 2 Banda Aceh, dan Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 11 Banda Aceh.

Survei di SD Muhammadiyah 1 Banda Aceh dilakukan pada bulan Juli 2025. Hasil observasi menunjukkan bahwa kantin menyediakan berbagai jenis jajanan seperti yoghurt, jajanan kemasan, aneka gorengan (risol dan sosis goreng), mie hun goreng, es nutrisari, serta es warna-warni. Sebagian besar jajanan disajikan tanpa penutup sehingga mudah terpapar debu. Berdasarkan wawancara, siswa menyatakan memilih jajanan tersebut karena rasanya enak, tampilannya menarik, dan harganya terjangkau, tanpa mempertimbangkan kebersihan maupun kandungan gizinya.

Survei di SD Muhammadiyah 2 Banda Aceh dilakukan pada bulan juli 2025. Kantin sekolah menjual beragam jajanan seperti mie instan dalam wadah plastik, es teh manis, dan gorengan seperti sosis dan bakwan. Jajanan dijual oleh guru di area dalam pagar sekolah dan sebagian masih disajikan terbuka. Hasil wawancara menunjukkan bahwa siswa di sekolah ini lebih senang membeli jajanan karena rasanya gurih dan manis, serta lebih praktis dibanding membawa bekal dari rumah.

Sedangkan di MIN 11 Banda Aceh, survei dilakukan pada bulan September 2025. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa kantin sekolah menyediakan berbagai jajanan seperti gorengan (bakwan, sosis goreng, risol), jajanan kemasan seperti wafer dan biskuit, serta minuman berwarna dan manis dalam kemasan. Sebagian jajanan masih disajikan tanpa penutup, dan siswa terlihat sangat antusias membeli jajanan pada jam istirahat. Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar siswa di MIN 11 Banda Aceh mengaku lebih sering membeli gorengan dan minuman dingin karena rasanya enak, menyegarkan, dan

mudah didapat dengan harga yang murah, tanpa memperhatikan kebersihan maupun kandungan gizinya.

Berdasarkan hasil pengamatan di ketiga sekolah tersebut, dapat disimpulkan bahwa jenis jajanan yang dijual masih didominasi oleh makanan tinggi kalori dan rendah nilai gizi serta kurang memenuhi standar kebersihan. Kebiasaan siswa dalam memilih jajanan lebih dipengaruhi oleh rasa, warna, dan harga yang terjangkau dibandingkan nilai gizinya. Temuan awal ini memberikan gambaran bahwa jajanan yang dikonsumsi siswa sekolah dasar di Banda Aceh belum sepenuhnya memenuhi aspek kebersihan dan gizi yang seimbang. Oleh karena itu peneliti ingin lebih lanjut melakukan penelitian, Mengenai kualitas jajanan tersebut serta kemungkinan pengaruhnya terhadap status gizi siswa di sekolah dasar.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, dapat diidentifikasi bahwa jajanan yang dikonsumsi oleh siswa sekolah dasar di Kota Banda Aceh memiliki variasi dalam hal kebersihan dan kandungan gizinya. Sebagian jajanan yang tersedia merupakan makanan tinggi kalori dengan kandungan gizi yang rendah. Faktor kebiasaan siswa dalam memilih jajanan serta pengawasan dari lingkungan sekolah dan orang tua dapat memengaruhi pola konsumsi tersebut. Kondisi ini berpotensi berdampak pada status gizi siswa, baik ke arah gizi kurang maupun gizi lebih. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui kualitas jajanan di sekolah dasar dan pengaruhnya terhadap status gizi siswa, khususnya pada siswa kelas 1 di SD Muhammadiyah 1, SD Muhammadiyah 2, dan MIN 11 Banda Aceh.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kualitas jajanan di sekolah dasar di Kota Banda Aceh ?
2. Bagaimana status gizi siswa siswi kelas 1 di sekolah dasar di Kota Banda Aceh?
3. Apakahn terdapat hubungan antara kualitas jajanan yang dikonsumsi terhadap status gizi siswa siswi kelas 1 di sekolah dasar di Kota Banda Aceh?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kualitas jajanan di sekolah dasar dengan status gizi siswa siswi kelas 1 di Kota Banda Aceh.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kualitas jajanan yang di jual di kantin sekolah dasar di Kota Banda Aceh.
2. Mengetahui status gizi siswa siswi kelas 1 sekolah dasar di Kota Banda Aceh.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kualitas jajanan yang dikonsumsi terhadap status gizi siswa siswi di sekolah dasar di Kota Banda Aceh.

1.5 Manfaat Peneliti

1.5.1 Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan siswa siswi tentang pentingnya memilih jajanan yang bergizi.

1.5.2 Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber acuan bagi peneliti lain yang ingin mengambil penelitian serupa dengan objek kajian yang berbeda. Serta sebagai bahan tambahan kepustakaan yang dapat menjadi informasi bermanfaat untuk perkembangan pengetahuan.

1.5.3 Bagi Tempat Penelitian

Memberikan pemahaman tentang pentingnya memilih jajanan yang bergizi dan dampaknya terhadap kesehatan dan status gizi.

1.5.4 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan bagi peneliti. Sehingga dapat menjadi sarana peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah dimiliki di masyarakat.