



HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA SEKOLAH SD 3 MUHAMMADIYAH PALEMBANG

RELATIONSHIP BETWEEN FOOD CONSUMPTION AND NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL-AGE CHILDREN AT SD 3 MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Silvy Amanda¹, Subhan Muhith²

^{1,2}Program Studi S1 Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Institut Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Muhammadiyah Palembang
Korespondensi Email: silvyamanda50@gmail.com

Abstrak

Makanan merupakan salah satu jenis makanan yang sangat dikenal dan umum dikonsumsi oleh masyarakat, tidak terkecuali anak sekolah. Data (WHO) status gizi anak di dunia dengan prevalensi kekurangan sekitar 13,9%, obesitas sebanyak >340 juta orang. Riskesdas tahun 2018 anak umur 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U dengan status gizi kurus sebesar 6,8% dan status gizi obesitas sebesar 9,2%. Riskesdas Provinsi Sumsel tahun 2018 prevalensi status gizi anak umur 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U dengan status gizi anak kurus sebesar 6.26% dan status gizi obesitas sebesar 9.08%. Sedangkan berdasarkan data Kota Palembang berdasarkan indeks IMT/U untuk anak status gizi kurus sebesar 6.88% dan status gizi obesitas sebesar 11.59%. Untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan dengan status gizi anak usia sekolah. Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif analitik* dengan pendekatan secara *Cross Sectional* jumlah responden penelitian adalah 169 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner Form *Semi Quantitative- FFQ* dengan metode wawancara dan kuesioner yang diambil pada satu waktu. Penelitian di laksanakan berlokasi di SD 3 Muhammadiyah Palembang pada bulan Maret 2024. Variabel yang dianalisis meliputi karakteristik responden (usia, Pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua dan status gizi responden). Data penelitian di lakukan uji statistik yang digunakan adalah uji analisis Korelasi Spearman. Terdapat hubungan konsumsi makanan dengan status gizi anak usia sekolah ($p \text{ value } 0,000 < 0,05$). Semakin tinggi frekuensi konsumsi makanan maka resiko obesitas pada anak usia sekolah akan semakin meningkat.

Kata Kunci : Anak Usia Sekolah, Konsumsi Makanan, Status Gizi

Abstract

Food is a type of food that is very well known and commonly consumed by the public, including school children. Data (WHO) on the nutritional status of children in the world with a prevalence of emaciation of around 13.9%, obesity of >340 million people. Riskesdas in 2018 for children aged 5-12 years based on the BMI/U index with a thin nutritional status of 6.8% and an obesity nutritional status of 9.2%. Riskesdas for South Sumatra Province in 2018, the prevalence of nutritional status of children aged 5-12 years was based on the BMI/U index with the nutritional status of thin children at 6.26% and the nutritional status for obesity at 9.08%. Meanwhile, based on Palembang City data, the BMI/U index for the nutritional status of thin children is 6.88% and the nutritional status of obese children is 11.59%. Snacks that are not guaranteed to be clean can cause digestive disorders and poisoning. To determine the relationship between food consumption and the nutritional status of school-aged children. His research used a descriptive analytical design with a cross-sectional approach. The number of research respondents was 169 students. The research instrument used was a Semi Quantitative Form-FFQ questionnaire with interview and questionnaire methods taken at one time. The research carried out was located at SD 3 Muhammadiyah Palembang in March 2024. The variables explained included the characteristics of the respondents (age, parents' education, parents' occupation and nutritional status of the respondents). The research data used for statistical tests was the Spearman Correlation analysis test. **Research Results:** There is a relationship between food consumption and the nutritional status of school-aged children ($p \text{ value } 0.000 < 0.05$). The higher the frequency of food consumption, the risk of obesity in school-aged children will increase.

Keywords : School age children, Food consumption, Nutritional Status

1. Pendahuluan

Konsumsi makan merupakan perilaku kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi didalam tubuh dan mempengaruhi asupan gizi pada kesehatan seseorang. Permasalahan asupan zat gizi anak yaitu anak mulai mandiri dan mampu memilih dan membeli sendiri menu makanan yang dikonsumsi di sekolah (Putri Anumpitan, Zuraida, and Hamidi Nasution 2023) Konsumsi makanan yang berisi zat gizi yang tidak sesuai kebutuhan dapat menimbulkan gizi berlebih maupun gizi kurang. Apabila tubuh mendapat cukup zat gizi yang digunakan secara efisien maka akan tercipta status gizi baik. Apabila tubuh mendapat zat gizi dalam jumlah berlebihan akan menimbulkan gizi lebih, sedangkan bila tubuh kekurangan zat gizi esensial maka akan terjadi gizi kurang (Permanisuci and Soeyono 2021). Data *World Health Organization* (WHO) status gizi anak di dunia dengan prevalensi kekurangan sekitar 13,9%, obesitas sebanyak >340 juta orang. Nasional Riskesdas tahun 2018 anak umur 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U dengan status gizi kurus sebesar 6,8% dan status gizi obesitas sebesar 9,2%. Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan tahun 2018 prevalensi status gizi anak umur 5-12 tahun berdasarkan indeks IMT/U dengan status gizi anak kurus sebesar 6.26% dan status gizi obesitas sebesar 9.08%. Sedangkan berdasarkan data Riskesdas Provinsi Sumatera Selatan tahun 2018 prevalensi d status gizi anak umur 5-12 tahun di Kota Palembang berdasarkan indeks IMT/U untuk anak status gizi kurus sebesar 6.88% dan status gizi obesitas sebesar 11.59%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 24 November 2023 yang telah saya lakukan bahwa siswa siswi mempunyai kebiasaan jajan dilingkungan sekolah terlihat bahwa ada beberapa siswa yang memiliki bobot badan

yang berlebihan dan ada yang memiliki bobot badan sangat kurang. Sehingga dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian berkaitan dengan hubungan pola konsumsi jajanan dengan status gizi anak usia sekolah (Elisa et al. 2023).

Konsumsi makan seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi nafsu makan, kebiasaan makan, dan penyakit. Faktor eksternal meliputi cita rasa, penampilan, dll (Kusuma et al. 2023). Konsumsi makan yang kurang atau lebih dalam jangka waktu lama dapat mempengaruhi nilai status gizi seseorang. Status gizi yang baik dapat diperoleh melalui asupan makan yang seimbang (Syafriyani and Djaja 2020).

2. Metode Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan penelitian *analitik* dengan menjelaskan hubungan variabel bebas yaitu hubungan konsumsi makanan dengan variabel terikat yaitu dengan status gizi anak usia sekolah. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* karena variabel bebasnya yaitu makanan maupun variabel terikatnya status gizi anak usia sekolah dengan menggunakan metode wawancara dan kuesioner yang diambil pada satu waktu.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Januari - Maret 2024 SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan hasil sebagai berikut :

1. Karakteristik Anak Usia Sekolah

Karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada

Tabel 1

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia responden		
7-9 tahun	27	16,0
10-12 tahun	142	84,0
Total	169	100
Jenis kelamin		
Perempuan	85	50,3
Laki-laki	84	49,7
Total	169	100

Status gizi anak sekolah		
Kurang	1	6
Normal	70	41,4
Overweight	52	30,8
Obesitas	46	27,2
Total	169	100
Pendidikan Ayah		
SD	40	23,7
SMP	30	17,8
SMA	64	37,9
Perguruan Tinggi	35	20,7
Total	169	100
Pendidikan Ibu		
SD	35	20,7
SMP	59	34,9
SMA	50	29,6
Perguruan Tinggi	25	14,8
Total	169	100
Pekerjaan ayah		
Tidak Bekerja	4	2,4
Wirausaha	20	11,8
Wiraswasta	35	20,7
PNS	14	8,3
Buruh	96	56,8
Total	169	100
Pekerjaan Ibu		
Ibu Rumah Tangga	79	46,7
Wirausaha	25	14,8
Wiraswasta	17	10,1
PNS	13	7,7
Buruh	35	20,7
Total	169	100

2. Distribusi Frekuensi Asupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat

Tabel 2

Asupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat dan Status Gizi Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Asupan Energi		
Kurang	50	29,6
Cukup	19	11,2
Lebih	100	59,2
Total	169	100
Asupan Protein		
Kurang	80	47,3
Cukup	14	8,3
Lebih	75	44,4
Total	169	100
Asupan Lemak		
Kurang	62	36,7
Cukup	15	8,9
Lebih	92	54,4
Total	169	100
Asupan Karbohidrat		
Kurang	29	17,2
Cukup	21	12,4
Lebih	119	70,4

Total **169** **100**

Tabel 3
Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi

Asupan energi	Kurang		normal		Status Gizi				Jumlah		<i>p Value</i>	Korelasi Koefisien
					overweight		obesitas					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Kurang	1	0,6	47	27,8	2	1,1	0	0,0	50	29,5	0.000	0,531
cukup	0	0,0	17	10,0	2	1,1	0	0,0	19	11,2		
lebih	0	0,0	42	24,8	35	20,7	23	8,8	100	59,1		
jumlah	1	0,6	106	62,7	39	23,1	23	13,6	169	100		

Tabel 4
Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi

Asupan Protein	Kurang		normal		Status Gizi				Jumlah		<i>p Value</i>	Korelasi Koefisien
					overweight		obesitas					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Kurang	1	0,6	70	41,4	8	4,7	1	0,6	80	47,3	0,000	0,595
cukup	0	0,0	14	8,2	0	0,0	0	0,0	14	8,2		
lebih	0	0,0	22	13,0	31	18,3	22	13,0	75	44,3		
jumlah	1	0,6	106	62,7	39	23,1	23	13,6	169	100		

Tabel 5
Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi

Asupan Lemak	Kurang		normal		Status Gizi				Jumlah		<i>p Value</i>	Korelasi Koefisien
					overweight		obesitas					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Kurang	0	0,0	58	34,3	4	2,3	0	0,0	62	36,6	0.000	0.526
cukup	1	0,6	11	6,5	2	1,1	1	0,6	15	8,8		
lebih	0	0,0	37	21,8	33	19,5	22	13,0	92	54,4		
jumlah	1	0,6	62,7	23,1	39	23,1	23	13,6	169	100		

Tabel 6
Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi

Asupan Karbohidrat	Kurang		normal		Status Gizi				Jumlah		<i>p Value</i>	Korelasi Koefisien
					overweight		obesitas					
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Kurang	0	0,0	29	17,1	0	0,0	0	0,0	29	17,1	0.000	0.405
cukup	1	0,6	16	9,4	4	2,3	0	0,0	21	12,4		
lebih	0	0,0	61	36,0	35	20,7	23	13,6	119	70,4		
jumlah	1	0,6	106	62,7	39	23,1	23	13,6	169	100		

Pembahasan

DOI: <https://doi.org/10.52523/jhast.v2i2.59>

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Hubungan Asupan Energi Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik dengan asupan energi kurang sebanyak 27,8% dan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,000 < 0,05$) antara asupan energi dengan status gizi anak sekolah di SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan kategori tingkat hubungan kuat (0.531). Hal ini disebabkan karena responden dengan status gizi obesitas memiliki asupan energi lebih, dibuktikan dengan hasil *FFQ Semi Kuantitatif* menunjukkan bahwa frekuensi responden mengkonsumsi makanan lebih dari kebutuhan. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi anak dengan korelasi positif yang kuat antara keduanya ($p < 0,05$). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh *Vernarelli et al.*, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara hubungan asupan energi dengan status gizi anak usia sekolah (Safitri, Fitri, and Lestari 2022). Selain itu, konsumsi energi total juga memiliki hubungan dengan status gizi lebih pada siswa sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi energi sejalan dengan status gizi, konsumsi energi yang optimal akan menghasilkan status gizi yang baik (Gizi et al. 2016).

2. Hubungan Asupan Protein Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Berdasarkan penelitian ini bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik dengan asupan protein kurang sebanyak (41,4 %) dan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,000 < 0,05$) antara asupan protein dengan status gizi anak usia sekolah di SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan kategori tingkat hubungan kuat (0.595). Penelitian juga menjekaskan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecukupan protein dengan status gizi yang dimana $p = 0,032 < 0,05$. Hasil tersebut di dapat dengan melakukan perhitungan kebutuhan protein individu dengan acuan angka kebutuhan gizi AKG (Tomasoa, Dary, and Dese 2021). Protein sangatlah penting dan dibutuhkan bagi anak usia sekolah karena pada masa ini mereka masih mengalami masa pertumbuhan. Kelebihan protein tidak dapat ditampung oleh tubuh, sehingga jika hal

itu terjadi maka protein yang berlebih tersebut di simpan dalam bentuk trigliserida oleh tubuh (Elisa et al. 2023).

3. Hubungan Asupan Lemak Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Berdasarkan penelitian ini bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik dengan asupan lemak kurang sebanyak (34,3%) dan terdapat hubungan yang signifikan ($0,000 < 0,05$) antara asupan lemak dengan status gizi pada anak sekolah di SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan kategori tingkat hubungan kuat (0.526). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara konsumsi lemak dan status gizi anak. Dilihat dari nilai $r = 0,854$ dengan signifikansi $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ (Bumigora 2023). Asupan lemak menunjukkan anak-anak sangat gemar mengkonsumsi gorengan terlebih lagi dengan kebiasaan orang tua yang menyiapkan gorengan sebagai makanan pendamping selain lauk pauk. Dalam sehari mereka biasanya mengkonsumsi gorengan 4 -5 kali, sehingga konsumsi lemak cukup tinggi (Seo and Ellina 2022).

4. Hubungan Asupan Karbohidrat Makanan Jajanan dengan Status Gizi

Berdasarkan penelitian ini bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik dengan asupan karbohidrat lebih sebanyak (36,0%) dan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,000 < 0,05$) antara asupan karbohidrat dengan status gizi pada anak usia sekolah di SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan kategori tingkat hubungan cukup (0.405). penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara konsumsi karbohidrat dan status gizi anak sekolah dasar hal ini ditunjukkan dengan hasil uji korelasi *pearson* dengan nilai signifikan $p = 0,00$ (nilai $p < 0,05$ dan Ha diterima). Nilai korelasi Pearson pada asupan karbohidrat sebesar 0,528 menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sedang (Saraswati et al. 2022)

4. Kesimpulan

Berdasarkan uraian diatas, dapat diimpulkan bahwa Terdapat hubungan antara konsumsi makanan dengan status gizi anak usia sekolah di SD 3 Muhammadiyah Palembang dengan ($p < 0,000 < 0,05$).

Daftar Pustaka

- Bumigora, Universitas. 2023. "Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Pesisir Kota Mataram Lina Yunita 1) *, Ni Made Wiasty Sukanty 2) , Farida Ariani 3)," 1966–74. <http://journal.unmasmataram.ac.id/index.php/GARA>.
- Elisa, Prima Abresa, Susyani, and Sumarman. 2023. "Asupan Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak SD." *Jurnal Pustaka Padi 2* (1): 1–7.
- Gizi, Program Studi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya, Program Studi Gizi, Fakultas Teknik, and Universitas Negeri Surabaya. 2016. "DENGAN STATUS GIZI SISWA SDN DUKUHSARI KABUPATEN SIDOARJO Amanatuz Zuhriyah Veni Indrawati."
- Kusuma, Universitas, Husada Surakarta, D I Sdn, and Jetis Baki. 2023. "PENGARUH EDUKASI MELALUI PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP POLA KONSUMSI JAJANAN SEHAT PADA ANAK DI SDN JETIS 01 BAKI SUKOHARJO" 000.
- Permanisuci, P.I., and R.D Soeyono. 2021. "Asupan Makanan, Pengetahuan Gizi Ibu, Dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Inklusi Galuh Handayani." *Jurnal Gizi Unesa* 1 (2): 72–81. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/GIZIUNESA/article/view/42253>.
- Putri Anumpitan, Jessica, Reni Zuraida, and Syahrul Hamidi Nasution. 2023. "Hubungan Asupan Makan Selama Pembelajaran Tatap Muka Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar: Tinjauan Pustaka." *Medula* 13 (6): 1062–68.
- Safitri, Debby Endayani, Zenia Elsa Fitri, and Widya Asih Lestari. 2022. "Densitas Energi Konsumsi Dan Densitas Asupan Protein Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah." *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)* 2 (2): 95. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.2.95-102>.
- Saraswati, Dewi Fortuna, Ramadhana Komala, Amali Rica Pratiwi, and Desti Ambar Wati. 2022. "Hubungan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Anak Sdn 46 Gedong Tataan Tahun 2021." *Journal of Holistic and Health Sciences* 6 (1): 17–26. <https://doi.org/10.51873/jhhs.v6i1.99>.
- Seo, Y M Y, and Agusta Dian Ellina. 2022. "Pengaruh Konsumsi Makanan Jajan Dan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah." *Journal of Health Science Community* 3 (1): 34–40. <https://www.thejhsc.org/index.php/jhsc/article/view/157%0Ahttps://www.thejhsc.org/index.php/jhsc/article/download/157/45>.
- Syafriyani, Alifah, and I Made Djaja. 2020. "Hubungan Higiene Sanitasi Makanan Jajanan Dengan Kontaminasi Escherichia Coli Pada Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Medan Satria Dan Kecamatan Jati Asih, Kota Bekasi Tahun 2018." *Jurnal Nasional Kesehatan Lingkungan Global* 1 (3): 284–93.
- Tomasoa, Vianty Aldofin, Dary Dary, and Dennys Christovel Dese. 2021. "Hubungan Asupan Makan Dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 6 (2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i2.7819>.
- M. S. Q. Siti Riptifah Tri Handari, "Faktor-Faktor Kejadian Kecelakaan Kerja pada Pekerja," *Kedokt. dan Kesehat.*, vol. 17, no. 1, pp. 90–98, 2021.
- A. K. Muhamad Iqbal, "Analisis Faktor Penyebab Kecelakaan Kerja pada Pekerja Pertambangan," *Keselamatan, Kesehat. Kerja dan Lingkung.*, vol. 02, no. 1, pp. 64–70, 2021.
- A. F. Rio PurnamaRahmi Garmini, "Kepatuhan Penggunaan APD terhadap Keberhasilan Zero Accident di PT Jatimulia Indonesia," vol. 11, pp. 203–208, 2023.
- A. Larasatie, M. Fauziah, D. Herdiansyah, and K. Kerja, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tindakan Tidak Aman (Unsafe Action) Pada Pekerja Produksi PT . X," vol. 2, no. 2, pp. 133–146, 2022.
- N. S. Adriansyah, Agus Aan, Suyitno, "Kepatuhan Penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) Masker ditinjau dari Pengetahuan dan Sikap Pekerja," *Ikesma (Jurnal Ilmu Kesehat. Masyarakat)*, vol. 17, no. 1, 2021, doi:

