

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi amat dibutuhkan dalam tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan, dan pemeliharaan jaringan tubuh dan mengatur proses tubuh⁽¹⁾. Gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas yaitu sehat, cerdas, memiliki fisik yang tangguh serta produktif, dan tidak mudah terkena penyakit, baik penyakit infeksi maupun penyakit degeneratif⁽²⁾.

Status gizi merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai derajat kesehatan yang optimal. Masalah gizi merupakan refleksi konsumsi zat gizi yang belum mencukupi kebutuhan tubuh. Status gizi yang baik akan diperoleh apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Asupan gizi yang kurang dalam makanan, dapat menyebabkan kekurangan gizi, sebaliknya orang yang asupan gizinya berlebih akan menderita gizi lebih⁽³⁾.

Masalah gizi tidak hanya terjadi pada orang dewasa, namun juga rentan terjadi pada anak-anak, termasuk anak usia sekolah 6-12 tahun⁽⁴⁾. Pada usia ini anak mengalami perkembangan fisik dan psikomotor yang cepat dan aktivitas yang tinggi, baik di sekolah maupun diluar sekolah, yang membutuhkan kebutuhan gizi yang tinggi.⁽²⁾ Zat gizi ini dibutuhkan untuk pertumbuhan, perkembangan, sumber energi, serta berpikir dalam kehidupan sehari-hari⁽⁵⁾. Jika kebutuhan energi dan zat gizi ini tidak terpenuhi dapat berisiko menimbulkan masalah gizi pada anak⁽⁶⁾.

Masalah gizi pada anak sekolah dasar saat ini masih cukup tinggi⁽⁷⁾. Menurut data *World Health Organization* (WHO), lebih dari 390 juta anak usia 5-19 tahun menderita gizi lebih⁽⁸⁾ dan 160 juta anak menderita gizi kurang⁽⁹⁾. Berdasarkan data

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 dan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 terjadi peningkatan masalah status gizi pada anak usia 6-12 tahun. Status gizi kurang (sangat kurus dan kurus) meningkat dari tahun 2018 (9,2%) ke 2023 (11%) dan status gizi lebih (gemuk) juga meningkat dari 10,8% menjadi 11,9%, sementara itu status gizi obesitas menurun dari tahun 2018 (9,2%) ke 2023 (7,8%). Peningkatan prevalensi masalah gizi juga terjadi di Provinsi Sumatera Barat, dimana terjadi peningkatan pada status gizi kurang dari 9,6% menjadi 12,7% dan peningkatan pada status gizi gemuk dari 7,8% menjadi 10,9%. Pada status gizi obesitas mengalami sedikit penurunan dari 5,9% menjadi 5,7%. Prevalensi status gizi kurang di Kota Padang berjumlah 11,2% dan status gizi lebih berjumlah 13,82%⁽¹⁰⁾.

Permasalahan kurang gizi pada anak-anak usia sekolah dapat berpotensi terhadap tingkat kesejahteraan pada masa selanjutnya⁽⁴⁾. Adapun risiko jangka pendek yang dapat ditimbulkan, yaitu kondisi apatis pada anak, gangguan dalam berkomunikasi dan gangguan perkembangan lainnya. Risiko jangka panjang yang dapat terjadi, yaitu menurunnya skor *Intelligence Quotient* (IQ) sebanyak 10 – 13 poin dan penurunan kognitif. Kemampuan kognitif ini dapat dilihat dari dua sisi, yaitu disebabkan oleh reduksi zat gizi, sehingga tidak mampu memberi stimulasi yang cukup untuk perkembangan otak, dan akibat tidak adanya imun yang cukup bagi tubuh untuk mencegah agen infeksius yang dapat menyerang otak. Akibatnya, anak mengalami kesulitan menerima pelajaran dan diketahui berefek terhadap jiwa sosialnya yang menjadi lebih rendah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Puspitasari (2011) yang menyatakan bahwa status gizi anak usia Sekolah Dasar dapat mempengaruhi kemampuan kognitif anak⁽¹¹⁾. Anak juga akan mengalami penurunan integrasi sensori, gangguan pemusatan perhatian, dan gangguan penurunan rasa percaya diri. Hal ini

dapat menyebabkan prestasi anak berkurang yang dapat pula berpengaruh terhadap jenis pekerjaan yang diterima pada masa yang akan datang⁽¹²⁾.

Permasalahan gizi lain yang banyak terjadi yaitu *Overweight* dan obesitas menimbulkan dampak serius bagi kesehatan. Kematian akibat obesitas tercatat sebanyak lebih 3,4 juta orang di dunia. Obesitas dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan serius, termasuk penyakit jantung, diabetes tipe 2, hipertensi, sleep apnea, dan osteoarthritis. Obesitas juga berdampak negatif pada kesehatan mental, seperti meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan meningkatnya risiko perasaan rendahnya harga diri.⁽⁴⁾

Salah satu upaya pemenuhan gizi anak usia sekolah adalah dengan diadakannya program penyelenggaraan makanan sekolah atau *School Feeding Program* (SFP). Beberapa Sekolah Dasar di Indonesia sudah menyediakan *School Feeding Program* (SFP), terutama pada sekolah yang sudah menerapkan program *full-day school*. Waktu anak-anak sebagian besar dihabiskan di sekolah dan fasilitas makan siang dibutuhkan oleh siswa⁽¹³⁾. Makan siang merupakan permasalahan yang sangat penting untuk anak usia sekolah karena sejumlah besar siswa mengonsumsi makan siang di sekolah⁽¹⁴⁾.

School Feeding Program telah dilakukan di sekolah-sekolah di berbagai negara di dunia. India telah menjalankan program *Mid Day Meal Scheme*, program makan siang terbesar di dunia, yang dimulai pada tahun 1995 dan ditargetkan bagi 120 juta anak di sekolah negeri. Pada tahun 2005, *Ghana School Feeding Programme* (GSFP) telah memberikan makan pada 1,69 juta anak dan memberdayakan lebih dari 34.000 penyedia makanan. Di Finlandia makan siang gratis bergizi telah diberikan pada seluruh siswa dari pendidikan dasar hingga menengah atas, dimana program ini telah dijamin oleh Undang-Undang Pendidikan Dasar 1948. Seluruh program SFD

tersebut bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak, mengurangi kelaparan dan malnutrisi, mengurangi angka putus sekolah, dan meningkatkan kehadiran dan pendaftaran siswa.

Di Indonesia program pemberian makan sekolah juga sudah dilakukan, meskipun belum merata di seluruh sekolah. Pada tahun 2017 telah dibuat Program Gizi Anak Sekolah (PROGAS) oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Pada awal 2025, Pemerintah Indonesia meluncurkan program makan gratis berskala nasional yang bertujuan untuk memberikan makanan bergizi kepada sekitar 82 juta anak sekolah dan ibu hamil hingga tahun 2029. Selain program pemerintah, berbagai sekolah swasta juga sudah menerapkan pemberian makan yang dibiayai langsung secara mandiri oleh yayasan yang menaungi sekolah tersebut. Diantaranya adalah Yayasan Asy-Syukriyyah di Tangerang, Yayasan Al Abidin di Surakarta, Yayasan pendidikan Nasional Sangkara Medan, dan masih banyak sekolah lain di Indonesia.

Penyelenggaraan makanan sekolah didefinisikan sebagai makanan yang disediakan oleh pihak sekolah, sebagian diantaranya didanai oleh orang tua siswa, dengan bentuk yang sering diimplementasikan yaitu makan siang tetapi dapat juga berupa program makan pagi, termasuk penyediaan satu jenis makanan seperti susu atau buah-buahan⁽¹⁵⁾. Program ini bertujuan untuk meningkatkan rentang waktu konsentrasi dan kapasitas belajar anak dengan menyediakan makanan di sekolah untuk mengurangi kelaparan jangka pendek yang dapat mengganggu performa belajar siswa⁽¹⁶⁾.

Penyelenggaraan makanan di sekolah dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengatasi gizi pada anak sekolah. Kecukupan gizi dan jumlah makanan yang disediakan adalah hal utama yang harus diperhatikan. Zat gizi yang dibutuhkan tubuh terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Kontribusi energi

dan protein makanan di sekolah akan berpengaruh pada total konsumsi energi dan protein yang juga berdampak pada status gizi siswa, dimana makan siang memiliki kontribusi sebesar 2/5 dari total konsumsi. Kontribusi energi dan zat gizi sarapan sebesar 25%, makan siang 30%, makan malam 25%, dan selingan pagi dan sore masing-masing 10%⁽¹⁷⁾.

Implementasi program penyelenggaraan makanan sekolah di berbagai negara termasuk Indonesia menunjukkan menu makanan sekolah berkontribusi terhadap sepertiga atau sekitar 30-33% dari angka kecukupan gizi yang direkomendasikan bagi populasi siswa^(18,19). Mengingat pentingnya pemberian makanan di sekolah maka proses penyelenggaraan makan siang di sekolah (*school feeding program*) sangat penting untuk diperhatikan agar sesuai dengan kebutuhan gizi anak sehingga mampu memberikan manfaat yang baik pada kesehatan anak sekolah⁽²⁰⁾.

Beberapa Sekolah Dasar di Kota Padang sudah mengadakan penyelenggaraan makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi peserta didiknya. Salah satu sekolah favorit yang sudah menerapkan program ini adalah Sekolah Dasar Islam Budi Mulia yang berlokasi di Simpang Haru, Kecamatan Padang Timur, Kota Padang. SD Islam Budi Mulia termasuk dalam sepuluh besar sekolah swasta dengan jumlah murid terbanyak di Kota Padang. Dari sepuluh sekolah tersebut, hanya empat sekolah yang menyelenggarakan program makan siang bagi muridnya. Namun, di antara keempat sekolah tersebut, hanya SD Islam Budi Mulia yang menyediakan makan siang serta *snack* pagi dan sore untuk seluruh murid secara menyeluruh dan terstruktur, tanpa sistem pemesanan individual. Sementara itu, tiga sekolah lainnya hanya menyediakan makan siang terbatas bagi murid yang memilih untuk menggunakan layanan katering, tanpa adanya tambahan *snack*. Kondisi ini menjadikan SD Islam Budi Mulia sebagai tempat yang representatif untuk meneliti penerapan menu gizi seimbang dalam

penyelenggaraan makanan sekolah secara menyeluruh, serta melihat hubungan antara kesukaan menu, sisa makanan, dan status gizi murid.

SD Islam Budi Mulia menyediakan makan siang berupa nasi beserta lauk pauk yang dilengkapi dengan sayur dan buah yang diberikan kepada murid di siang hari dan selingan pada pagi hari dan sore hari. Berdasarkan informasi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai analisis penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan dan hubungan kesukaan menu dan sisa makanan dengan status gizi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota Padang tahun 2025.

1.2 Perumusan Masalah

Status gizi anak usia sekolah dasar merupakan salah satu aspek penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta prestasi akademik mereka. Saat ini, permasalahan gizi pada anak sekolah dasar masih cukup tinggi, baik dalam bentuk gizi kurang maupun gizi lebih, termasuk di Kota Padang. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan ini adalah melalui penyelenggaraan makanan sekolah yang memenuhi prinsip gizi seimbang. SD Islam Budi Mulia Kota Padang telah menyediakan program makan siang bagi siswanya. Efektivitas penerapan menu gizi seimbang dalam penyelenggaraan makanan sekolah perlu dikaji lebih lanjut. Faktor kesukaan siswa terhadap menu yang disajikan serta sisa makanan yang ditinggalkan juga dapat berpengaruh terhadap status gizi siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan, serta hubungan antara kesukaan menu dan sisa makanan dengan status gizi siswa SD Islam Budi Mulia.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah diketahuinya gambaran penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan dan dianalisisnya hubungan kesukaan menu dan sisa makanan dengan status gizi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui gambaran penerapan menu gizi seimbang dalam penyelenggaraan makanan di SD Islam Budi Mulia Kota Padang.
2. Diketahui distribusi frekuensi status gizi siswa SD Islam Budi Mulia Kota Padang.
3. Diketahui distribusi frekuensi kesukaan terhadap menu siswa SD Islam Budi Mulia Kota Padang.
4. Diketahui distribusi frekuensi sisa makanan siswa SD Islam Budi Mulia Kota Padang.
5. Dianalisis hubungan kesukaan terhadap menu dengan status gizi siswa SD Islam Budi Mulia Kota Padang.
6. Dianalisis hubungan tingkat sisa makanan dengan status gizi siswa SD Islam Budi Mulia Kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi ilmiah tentang analisis penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan dan hubungan kesukaan menu dan sisa makanan dengan status gizi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota

1.4.2 Manfaat Akademis

asil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meninjau penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan di institusi dan hubungan faktor yang mempengaruhi status gizi yaitu kesukaan menu dan sisa makanan. Peneliti juga berharap hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya. Peneliti berharap akan ada pengembangan yang dilakukan oleh peneliti selanjutnya mengenai topik ini dengan mengatasi berbagai keterbatasan yang dimiliki peneliti saat ini.

1.4.3 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk peningkatan kualitas penyelenggaraan makanan setelah diketahuinya nilai kesukaan menu, sisa makanan, dan kecukupan gizi dari makanan yang disediakan oleh sekolah
- b. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat memperoleh asupan gizi yang lebih baik dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan lebih optimal.
- c. Bagi peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti selama pengerjaannya. Peneliti berharap dapat menambah kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan berpikir kritis.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis penerapan menu gizi seimbang pada penyelenggaraan makanan dan mengetahui hubungan kesukaan menu dan sisa makanan dengan status gizi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota Padang tahun 2025. Variabel dependennya adalah status gizi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota Padang dan variabel independennya adalah kesukaan menu dan sisa makanan. Desain

penelitian yang digunakan adalah cross-sectional dengan populasi siswa di SD Islam Budi Mulia Kota Padang. Data pada penelitian ini diuji menggunakan analisis univariat dan bivariat.

