

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pada saat ini, permasalahan status gizi pada anak usia sekolah semakin berkembang menjadi isu yang kompleks ditandai dengan munculnya *double burden of malnutrition*, yaitu kondisi ketika kelebihan dan kekurangan gizi terjadi secara bersamaan dalam satu populasi (Davis & Engle-stone, 2021). Situasi ini menunjukkan bahwa pola konsumsi anak telah mengalami pergeseran yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah (Kemenkes RI, 2022). Dalam upaya mendukung hal tersebut, keberadaan program Makan Bergizi Gratis (MBG) berkontribusi dalam pemenuhan asupan gizi anak selama di sekolah (Albaburrahim et al., 2025). Pelaksanaan program ini menimbulkan dinamika pada perilaku makan anak, terutama yang berkaitan dengan kebiasaan makan di lingkungan sekolah (UNICEF, 2025). Beberapa anak cenderung melewati sarapan pagi karena merasa kebutuhan makannya terpenuhi di sekolah, sementara ketersediaan jajanan tetap mendorong konsumsi tambahan di luar menu yang disediakan (Albaburrahim et al., 2025).

Permasalahan status gizi anak usia sekolah pada tingkat global masih menjadi isu kesehatan yang signifikan, ditandai dengan meningkatnya prevalensi kelebihan berat badan pada kelompok usia 5–19 tahun yang mencapai lebih dari 340 juta anak di dunia (Slizewska, 2023). Menurut data yang tercantum pada Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023)

menunjukkan prevalensi status gizi anak usia 5–12 tahun meliputi 3,5% mengalami gizi buruk, 7,5% mengalami gizi kurang, 11,9% overweight, dan 7,8% obesitas. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Valisa (2025) distribusi status gizi anak sekolah dasar di Jawa Timur meliputi 0,77% sangat kurus, 4,25% kurus, 7,38% gemuk, dan 0,95% obesitas. Perilaku makan harian juga bervariasi, dengan 50% siswa jarang sarapan, 16% tidak pernah, dan 34% selalu sarapan, serta 52% mengonsumsi jajanan pagi (Melur et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan di MI Miftahul Huda Pecalukan pada 19 Februari 2026, dari 6 siswa yang diwawancarai ditemukan variasi status gizi yaitu 1 siswa (16,7%) termasuk kategori gizi kurang, 3 siswa (50%) memiliki status gizi baik, 1 siswa (16,7%) mengalami gizi lebih, dan 1 siswa (16,7%) termasuk kategori obesitas. Hasil wawancara juga menunjukkan adanya variasi perilaku makan siswa, dimana 3 siswa (50%) menyatakan tidak sarapan namun membeli jajanan, 1 siswa (16,7%) sarapan dan tidak membeli jajanan, serta 2 siswa (33,3%) sarapan namun tetap membeli jajanan. Responden menyampaikan bahwa kebiasaan tersebut dilakukan sehari-hari, baik karena tidak sempat sarapan maupun karena tertarik jajanan di sekolah. Temuan ini menunjukkan MBG berjalan bersamaan dengan perbedaan kepatuhan sarapan dan konsumsi jajanan yang berpotensi berkaitan dengan status gizi.

Kondisi yang terjadi menunjukkan bahwa status gizi anak usia sekolah masih menjadi persoalan yang belum terselesaikan (Melur et al., 2024). Kecukupan gizi yang seharusnya mendukung kecerdasan dan produktivitas anak pada kenyataannya belum sepenuhnya terpenuhi, sehingga permasalahan

gizi pada kelompok ini masih kerap dijumpai (Hanim & Ariyani, 2022). Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kepatuhan sarapan atau *morning meal adherence*, mengingat sarapan berperan dalam pemenuhan energi, konsentrasi, serta kesiapan belajar anak di sekolah (Dita Muhada, 2024). Kurangnya keteraturan sarapan membuat asupan energi harian tidak optimal dan berpotensi mempengaruhi status gizi, sehingga anak cenderung menggantinya melalui konsumsi jajanan di sekolah. Faktanya jajanan yang beredar tidak selalu memenuhi standar gizi dan berisiko menimbulkan gangguan kesehatan bila dikonsumsi terus-menerus (Anjelian & Petrika, 2025). Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, dampaknya dapat berupa gangguan pertumbuhan, penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, serta meningkatnya risiko penyakit jangka panjang (Hardinsyah, 2021).

Upaya perbaikan status gizi anak perlu dilakukan secara menyeluruh mengingat permasalahan ini berkaitan dengan kepatuhan sarapan dan kebiasaan konsumsi jajanan (Kasmuri, 2021). Pola sarapan yang tidak terpenuhi dengan baik dapat menimbulkan masalah gizi serta mempengaruhi motivasi dan kesiapan anak dalam menerima pembelajaran (Rasako, 2023). Berdasarkan kondisi tersebut, peran perawat dapat diwujudkan melalui edukasi kepada siswa mengenai pentingnya sarapan pagi dan pemilihan jajanan sehat melalui optimalisasi program UKS (Afifah, 2022). Perawat juga dapat bekerja sama dengan pihak sekolah untuk membatasi ketersediaan jajanan kurang sehat serta menanamkan kebiasaan konsumsi makanan bergizi di lingkungan sekolah. Pemberian edukasi kepada orang tua saat kegiatan parenting mengenai

penyusunan menu sarapan sehat dan bergizi seimbang juga menjadi langkah penting agar pembiasaan makan sehat dapat diterapkan secara konsisten di rumah maupun di sekolah. (Dinatha et al., 2023). Pendekatan edukatif tersebut diharapkan mampu membentuk *morning meal adherence* dan perilaku *snacking* yang lebih baik sehingga berkontribusi terhadap perbaikan status gizi anak. Oleh karena itu, efektivitas strategi ini penting untuk dikaji lebih lanjut melalui penelitian.

## 1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara *Morning Meal Adherence* dan *Snacking* dengan status gizi anak pada masa pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG) di MI Miftahul Huda Pecalukan ?.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *Morning Meal Adherence* dan *Snacking* dengan status gizi anak pada masa pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG) di MI Miftahul Huda Pecalukan

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Morning Meal Adherence* di MI Miftahul Huda Pecalukan pada masa pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG)
2. Mengidentifikasi *Snacking* anak di MI Miftahul Huda Pecalukan pada masa pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG)
3. Mengidentifikasi status gizi anak di MI Miftahul Huda Pecalukan pada masa pelaksanaan program makann berizi gratis (MBG)

4. Menganalisis hubungan *Morning Meal Adherence* dan *Snacking* dengan status gizi anak pada masa pelaksanaan program makan bergizi gratis (MBG) di MI Miftahul Huda Pecalukan.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan kontribusi pengetahuan baru mengenai korelasi antara *Morning Meal Adherence* dan *Snacking* dengan anak usia MI Miftahul Huda Pecalukan.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **1. Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi mengenai hubungan *morning meal adherence* dan *snacking* dengan status gizi anak sekolah dasar, sehingga dapat dijadikan sebagai dasar pemberian pengetahuan baru untuk mengedukasi anak, orang tua, serta pihak sekolah dalam membiasakan kepatuhan sarapan dan pemilihan jajanan yang sehat guna menunjang status gizi optimal pada anak usia sekolah.

###### **2. Bagi Instansi Pendidikan**

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pengetahuan mengenai hubungan *morning meal adherence* dan *snacking* dengan status gizi anak sekolah dasar.

###### **3. Bagi Responden**

Diharapkan dapat menjadi wawasan mengenai pentingnya *morning meal adherence* dan kebiasaan *snacking* pada anak sekolah dasar karena

keduanya merupakan faktor yang berperan penting dalam menunjang pemenuhan kebutuhan gizi, sehingga berpengaruh terhadap status gizi, pertumbuhan, dan perkembangan anak usia sekolah.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menambah pengalaman, pengetahuan, serta wawasan baru serta sebagai acuan dalam pengembangan kajian mengenai *morning meal adherence* dan kebiasaan *snacking* dengan status gizi anak sekolah dasar, serta dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait intervensi dalam meningkatkan kualitas pola makan guna memperbaiki status gizi anak di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

