



ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 31 PASAR AMBACANG PADANG

ANALYSIS OF FACTORS AFFECTING THE NUTRITIONAL STATUS OF SCHOOL-AGE CHILDREN AT SDN 31 PASAR AMBACANG PADANG

Nova Fridalni^{1*}, Sandra Hardini¹, Vira Oktaviani¹, Ratna Indah Sari Dewi¹, Etri Yanti¹,
Rahma Kurnia Ilahi¹

¹Universitas Syedza Saintika
(novafridalni@gmail.com, 0895335716511)

ABSTRAK

Status gizi anak usia sekolah merupakan indikator penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SDN 31 Pasar Ambacang beserta ibu mereka, dengan 68 responden sebagai sampel yang dipilih melalui teknik *proportionate random sampling*. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) serta kuesioner mengenai pola makan dan pengetahuan ibu tentang gizi, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-Square ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki status gizi kurang (72,1%), pola makan tidak baik (76,5%), tidak memiliki kebiasaan sarapan (64,7%), dan ibu berpengetahuan gizi rendah (64,7%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola makan ($p=0,003$), kebiasaan sarapan ($p=0,001$), dan pengetahuan ibu ($p=0,022$) dengan status gizi anak. Kesimpulan penelitian ini adalah pola makan yang baik, kebiasaan sarapan teratur, dan pengetahuan ibu yang memadai berkontribusi terhadap status gizi yang optimal pada anak usia sekolah.

Kata kunci: Status gizi; Pola makan; Kebiasaan sarapan; Pengetahuan ibu

ABSTRACT

The nutritional status of school-age children is an important indicator in determining the quality of future human resources. This study aimed to identify factors associated with the nutritional status of school-age children at SDN 31 Pasar Ambacang, Padang City. The research used a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach. The population consisted of all students at SDN 31 Pasar Ambacang and their mothers, with 68 respondents selected using proportionate random sampling. Data were collected through anthropometric measurements (body weight and height) and questionnaires on children's eating patterns and mothers' nutritional knowledge, then analyzed using the Chi-Square test ($p < 0.05$). The results showed that most children had poor nutritional status (72.1%), unhealthy eating patterns (76.5%), no breakfast habits (64.7%), and low maternal nutritional knowledge (64.7%). Statistical analysis revealed significant relationships between eating patterns ($p=0.003$), breakfast habits ($p=0.001$), and mothers' nutritional knowledge ($p=0.022$) with children's nutritional status. The study concluded that healthy eating patterns, regular breakfast habits, and adequate maternal nutritional knowledge contribute to optimal nutritional status among school-age children.

Keywords: Nutritional status; Eating patterns; Breakfast habits; Maternal knowledge

PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia (SDM) yang unggul sangat bergantung pada status gizi masyarakatnya. Gizi yang baik mendukung terciptanya individu yang sehat, cerdas, produktif, dan memiliki daya tahan tubuh yang baik. Oleh karena itu, perbaikan gizi harus dilakukan sepanjang siklus kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga lanjut usia. Salah satu kelompok penting yang memerlukan perhatian khusus dalam pemenuhan gizi adalah anak usia sekolah, yaitu mereka yang berusia antara 7 hingga 15 tahun (Depkes RI, 2005; Rahmawati & Marfuah, 2022).

Anak usia sekolah berada dalam masa pertumbuhan pesat dan membutuhkan asupan zat gizi lebih banyak untuk menunjang perkembangan fisik maupun mental. Anak laki-laki umumnya memerlukan energi lebih besar dibandingkan anak perempuan karena tingkat aktivitas yang lebih tinggi. Namun, konsumsi makanan bergizi saja tidak cukup; adanya penyakit infeksi juga dapat memengaruhi status gizi anak (Permatasari et al., 2023). Menurut WHO, anak sekolah berusia 7–12 tahun di Indonesia berada pada tahap perkembangan sosial yang penting karena mulai mengenal lingkungan baru di luar rumah (Wicaksana & Rachman, 2021).

Masalah gizi pada anak sekolah masih cukup tinggi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan gizi. WHO melaporkan bahwa sekitar 15% anak mengalami kekurangan berat badan, 30% mengalami hambatan pertumbuhan (stunting), dan 75% kelebihan berat badan. UNICEF, WHO, dan Bank Dunia juga mencatat masih ada sekitar 30 juta anak di dunia mengalami wasting atau gizi buruk akut pada tahun 2023, dan 8 juta di antaranya dalam kondisi berat. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya asupan makanan bergizi dan infeksi yang berulang, yang dapat mengancam kehidupan serta menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.

Faktor yang mempengaruhi status gizi anak sekolah dapat dibedakan menjadi dua, yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor

langsung meliputi pola konsumsi makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung meliputi tingkat pendapatan, pendidikan, serta pengetahuan ibu mengenai gizi. Kondisi sosial ekonomi keluarga berpengaruh terhadap jenis dan kualitas makanan yang dikonsumsi anak. Anak dari keluarga berpendapatan rendah cenderung mengalami kekurangan gizi dibandingkan dengan anak dari keluarga dengan status ekonomi lebih baik (Unique, 2019). Pendidikan ibu juga menjadi faktor penting karena semakin tinggi pendidikan seorang ibu, semakin baik pula pengetahuannya dalam menyediakan makanan bergizi seimbang bagi keluarga.

itu, kebiasaan makan yang tidak teratur juga berkontribusi terhadap buruknya status gizi anak sekolah. Studi yang dilakukan oleh National Institutes of Health (2018) menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur berhubungan dengan penurunan kualitas kesehatan anak. Anak yang sering melewatkan waktu makan cenderung mengonsumsi camilan tinggi kalori yang berisiko menyebabkan kelebihan berat badan. Studi dari Urban Child Institute (2020) juga menegaskan bahwa ketidakteraturan pola makan dapat menurunkan asupan protein dan nutrisi penting, sehingga menghambat produksi dan fungsi sel otak yang berpengaruh pada perkembangan kognitif anak (Azizah & Rizana, 2023).

Peran ibu sangat menentukan dalam pembentukan kebiasaan makan anak. Ibu berperan dalam penyusunan menu, pengolahan, hingga penyajian makanan yang sesuai dengan kebutuhan keluarga. Pengetahuan ibu yang baik tentang gizi akan membentuk kebiasaan makan sehat dalam keluarga. Sebaliknya, pola makan yang tidak sehat atau tidak teratur dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik dan kognitif, termasuk daya ingat yang menurun (Permatasari et al., 2023).

Penelitian oleh Retno dan Dewi (2017) di Surakarta menemukan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku gizi seimbang dengan status gizi anak sekolah, meskipun tidak ditemukan hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi. Temuan serupa



diperoleh dari penelitian Nurwahidah (2019) di SD Inpres 26 Sorong, yang menunjukkan bahwa sebagian besar anak (79,2%) memiliki pola makan kurang baik. Hal ini disebabkan oleh ketidakteraturan dalam jadwal makan harian. Anak-anak yang memiliki pola makan buruk berisiko mengalami kekurangan energi dan nutrisi penting, yang berdampak pada gangguan tumbuh kembang.

Dampak jangka pendek dari masalah gizi pada anak sekolah antara lain timbulnya apatis, gangguan komunikasi, dan keterlambatan perkembangan. Sementara itu, dampak jangka panjang yang lebih serius mencakup penurunan IQ, gangguan kognitif, gangguan atensi, kurang percaya diri, hingga prestasi belajar yang rendah (Aulia, 2022).

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa secara nasional prevalensi anak usia sekolah yang kurus mencapai 7,5%, sangat kurus 3,5%, gemuk 11,9%, dan obesitas 7,8%. Data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun yang sama mengungkapkan bahwa wilayah kerja Puskesmas Ambacang memiliki jumlah kasus gizi buruk tertinggi, yaitu 128 anak dari 18 sekolah, diikuti oleh Puskesmas Lubuk Kilangan (83 anak) dan Puskesmas Andalas (70 anak).

Hasil survei awal peneliti pada 17 Juli 2024 di SDN 31 Pasar Ambacang memperlihatkan bahwa 6 dari 10 anak belum menerapkan pola makan yang dianjurkan. Beberapa hanya makan dua kali sehari tanpa sarapan atau susu pagi. Selain itu, 6 dari 10 ibu tidak memahami konsep gizi seimbang, seperti frekuensi makan anak, jenis zat gizi penting, dan menu seimbang. Kondisi ini menggambarkan bahwa rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi berpengaruh langsung terhadap pola makan dan status gizi anak.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa status gizi anak usia sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, yang saling berkaitan. Upaya peningkatan status gizi anak harus mencakup edukasi gizi bagi orang tua, perbaikan pola makan, peningkatan status ekonomi keluarga,

serta pemantauan kesehatan dan gizi anak di sekolah. Intervensi gizi yang berkesinambungan diharapkan dapat mencegah terjadinya gizi buruk, meningkatkan kemampuan kognitif, dan membentuk generasi yang sehat dan berkualitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional serta pendekatan *cross sectional* untuk menganalisis hubungan antara berbagai faktor yang berpengaruh terhadap status gizi anak usia sekolah. Lokasi penelitian berada di SDN 31 Pasar Ambacang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang, dan dilaksanakan pada 20–25 Januari 2025. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa dan siswi SDN 31 Pasar Ambacang beserta ibu mereka dengan total 210 responden, sedangkan 68 orang dipilih sebagai sampel melalui teknik *proportionate random sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan pengukuran antropometri, meliputi berat badan dan tinggi badan menggunakan timbangan digital (Omron, Japan) serta microtoise (GEA, Indonesia). Selain itu, data dikumpulkan melalui kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai pola konsumsi anak dan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi. Hasil pengukuran antropometri dianalisis menggunakan WHO AnthroPlus untuk menentukan kategori status gizi berdasarkan nilai Z-score.

Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square ($p < 0,05$) guna mengetahui hubungan antara pola konsumsi dan pengetahuan ibu dengan status gizi anak. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan uraian deskriptif untuk menggambarkan kondisi gizi anak sekolah di wilayah penelitian. Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti memperoleh izin resmi dari pihak sekolah dan Dinas Kesehatan Kota Padang, serta memastikan pemenuhan etika penelitian melalui pemberian informed consent



kepada seluruh responden. Keandalan data dijaga melalui kalibrasi alat ukur dan pelatihan enumerator.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif dan

valid mengenai hubungan antara pengetahuan ibu, pola makan anak, dan status gizi pada anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang, Kota Padang.

HASIL

SDN 31 Pasar Ambacang merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berlokasi di Jalan Tunggang, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat. Sekolah ini berdiri sejak tahun 1977 dan hingga kini terus berperan aktif dalam memberikan pendidikan dasar bagi anak-anak di wilayah tersebut. Dengan luas area sekitar 1.200 meter persegi, SDN 31 Pasar Ambacang memiliki fasilitas pendidikan yang cukup memadai untuk menunjang kegiatan belajar mengajar. Sekolah ini memiliki 20 tenaga pendidik yang melayani siswa dalam 9 rombongan belajar (rombel). Selain ruang kelas, sekolah juga dilengkapi dengan perpustakaan yang terintegrasi dengan ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS), serta mushola yang digunakan sebagai sarana kegiatan keagamaan siswa.

Penelitian ini dilakukan di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang dengan fokus pada faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak usia sekolah dasar. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 68 anak beserta ibu mereka, yang dipilih sebagai sampel penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner dan angket yang berisi pertanyaan terkait pola makan anak serta karakteristik sosiodemografi ibu. Data karakteristik responden meliputi jenis kelamin anak, usia anak, tingkat kelas, usia ibu, pekerjaan ibu, pendidikan terakhir ibu, dan rata-rata penghasilan keluarga per bulan, yang hasilnya disajikan dalam tabel pada bagian berikutnya.

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	<i>f</i>	%
Umur Anak		
6 Tahun	2	2,9
7 Tahun	13	19,1
8 Tahun	9	13,2
9 Tahun	8	11,8
10 Tahun	18	26,5
11 Tahun	7	10,3
12 Tahun	11	16,2
Jenis Kelamin Anak		
Laki-Laki	39	57,4
Perempuan	29	42,6
Kelas		
1	12	17,6
2	11	16,2
3	9	13,2
4	9	13,2
5	16	23,5
6	11	16,2



Umur Ibu		
30-40 Tahun	38	55,9
41-50 Tahun	28	41,2
51-60 Tahun	2	2,9
Penghasilan Rata-rata Keluarga Perbulan		
< Rp.2.900.000	34	50,0
≥Rp.2.900.000	34	50,0
Pendidikan Ibu		
Perguruan tinggi	13	19,1
SD	3	4,4
SLTA	47	69,1
SLTP	5	7,4
Pekerjaan Ibu		
Cleaning service	1	1,5
Guru	5	7,4
Ibu Rumah Tangga	57	83,8
Penjahit	1	1,5
Perawat	1	1,5
Pegawai Negri Sipil	3	4,4
Total	68	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari 68 responden yang terlibat dalam penelitian, sebagian besar merupakan anak berusia 10 tahun, yaitu sebanyak 18 responden (26,5%). Mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki, berjumlah 39 orang (57,4%), dan sebagian besar berasal dari kelas 5, yaitu 16 responden (23,5%) di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang.

Sementara itu, karakteristik ibu responden menunjukkan bahwa kelompok usia terbanyak berada pada rentang 30–40 tahun, yaitu sebanyak 38 orang (55,9%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar ibu

merupakan lulusan SLTA, yaitu 47 orang (69,1%), dan lebih dari separuh memiliki penghasilan rata-rata per bulan di bawah Rp2.900.000, sebanyak 34 orang (50,0%). Selain itu, sebagian besar ibu bekerja sebagai ibu rumah tangga, dengan jumlah 57 responden (83,8%) di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang.

Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Faktor – Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang dengan jumlah sampel 68 sampel didapatkan sebagai berikut :

Distribusi Frekuensi Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi status gizi responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Status Gizi	f	%
Kurang	49	72,1
Baik	12	17,6
Lebih	7	110,3
Total	68	100,0



Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa dari 68 responden, terdapat 49 anak (72,1%) yang

memiliki status gizi kurang di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang.

Distribusi Frekuensi Pola Makan Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi pola makan responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3
Distribusi frekuensi Pola Makan Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Pola makan	f	%
Pola makan baik	16	23,5
Pola makan tidak baik	52	76,5
Total	68	100,0

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa dari 68 responden, terdapat 52 anak (76,5%) yang memiliki pola makan kurang baik di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi kebiasaan sarapan responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Kebiasaan Sarapan	f	%
Sarapan	24	35,3
Tidak Sarapan	44	64,7
Total	68	100,0

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa dari 68 responden terdapat 44 anak (64,7%) yang tidak memiliki kebiasaan tidak sarapan di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, distribusi frekuensi pengetahuan ibu dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Pengetahuan ibu	f	%
Baik	16	23,5
Cukup	8	11,8
Kurang	44	64,7
Total	68	100,0

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa dari 68 responden, terdapat 44 anak (64,7%) yang memiliki tingkat pengetahuan rendah mengenai status gizi di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang.

Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Untuk mengetahui keterkaitan antara pola makan dengan status gizi anak usia sekolah, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil analisis mengenai hubungan antara pola

makan dan status gizi anak di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6
Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Pola Makan	Status Gizi						Total (%)		p-value
	Kurang		Baik		Lebih				
	f	%	f	%	f	%			
Baik	5	31,3	9	53,6	2	12,5	16	100	0.003
Tidak Baik	44	84,6	3	5,8	5	9,6	52	100	
Jumlah	49	72,1	12	17,6	7	10,3	68	100	

Berdasarkan Tabel 6, hasil analisis menunjukkan bahwa dari 68 responden, terdapat 16 responden (23,5%) yang memiliki pola makan baik, dan di antara mereka sebagian besar (9 responden atau 53,6%) memiliki status gizi baik. Sementara itu, dari 52 responden (76,5%) yang memiliki pola makan tidak baik, sebagian besar (44 responden atau 84,6%) mengalami status gizi kurang.

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik pola makan anak, maka semakin baik pula status gizinya.

Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Untuk mengetahui adanya keterkaitan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi anak usia sekolah, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Analisis ini

bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan anak dengan status gizi mereka. Hasil analisis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7
Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Kebiasaan sarapan	Status Gizi						Total	%	P-value
	Kurang		Baik		Lebih				
	f	%	f	%	f	%			
Sarapan	9	37,5	11	45,8	4	16,7	24	100	0.001
Tidak Sarapan	40	90,9	1	2,3	3	6,8	44	100	
Jumlah	49	72,1	12	17,6	7	10,3	68	100	

Berdasarkan Tabel 7, hasil analisis menunjukkan bahwa dari 68 responden, terdapat

24 responden (35,3%) yang memiliki kebiasaan sarapan, dan di antara mereka sebagian besar (11



responden atau 45,8%) memiliki status gizi baik. Sementara itu, dari 44 responden (64,7%) yang tidak memiliki kebiasaan sarapan, sebagian besar (40 responden atau 90,9%) mengalami status gizi kurang.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat

hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang Tahun 2025. Temuan ini mengindikasikan bahwa anak yang terbiasa sarapan memiliki kecenderungan status gizi yang lebih baik dibandingkan dengan anak yang tidak sarapan secara teratur.

Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dengan status gizi anak usia sekolah, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square. Analisis ini bertujuan untuk menilai apakah pengetahuan

ibu mengenai gizi dan pola makan anak berpengaruh terhadap **kondisi** status gizi anak di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang. Hasil analisis tersebut disajikan pada tabel berikut.

Tabel 8
Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang

Pengetahuan Ibu	Status Gizi						Total	%	p-value
	Kurang		Baik		Lebih				
	f	%	f	%	f	%			
Baik	7	43,8	6	37,5	3	18,8	16	100	0.022
Cukup	6	75,0	2	25,0	0	0,0	8	100	
Kurang	36	81,8	4	9,1	4	9,1	44	100	
Jumlah	49	72,1	12	17,6	7	10,3	68	100	

Berdasarkan Tabel 8, hasil analisis menunjukkan bahwa dari 68 responden, terdapat 16 responden (23,5%) dengan pengetahuan ibu yang baik, dan sebagian besar dari mereka (6 responden atau 37,5%) memiliki status gizi baik. Sementara itu, dari 44 responden (64,7%) dengan pengetahuan ibu yang kurang, sebagian besar (36 responden atau 81,8%) memiliki status gizi kurang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Padang tahun 2025 memiliki status gizi kurang, yaitu sebanyak 72,1%. Kondisi ini menggambarkan bahwa masalah gizi pada anak usia sekolah masih menjadi isu penting yang perlu mendapat perhatian. Temuan

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,022$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu tentang gizi, semakin baik pula status gizi anaknya, karena ibu dengan pengetahuan gizi yang memadai cenderung mampu memberikan pola makan yang seimbang bagi anak.

ini sejalan dengan penelitian Anggraini et al. (2025) di SDN 2 Kota Bengkulu yang juga menemukan proporsi tinggi anak dengan gizi kurang sebesar 71,3%. Status gizi anak dipengaruhi oleh keseimbangan antara asupan energi, protein, dan zat gizi esensial lainnya. Kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang



dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta menurunkan daya tahan tubuh anak. Status gizi yang tidak optimal pada usia sekolah juga berimplikasi terhadap kualitas sumber daya manusia di masa mendatang, karena periode ini merupakan masa penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Berdasarkan hasil analisis, tingginya angka gizi kurang kemungkinan besar disebabkan oleh berat badan dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia, yang berhubungan dengan kurangnya asupan makanan bergizi seimbang. Anak usia sekolah yang lebih besar memerlukan peningkatan asupan kalori, protein, vitamin, dan mineral untuk mendukung pertumbuhan tulang, otot, serta fungsi fisiologis tubuh. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan gangguan perkembangan fisik dan menurunkan kemampuan belajar anak.

Selain status gizi, pola makan juga berperan penting dalam menentukan kondisi kesehatan anak. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak, yaitu 76,5%, memiliki pola makan yang tidak baik. Hasil ini sejalan dengan penelitian Permatasari et al. (2023) yang melaporkan bahwa 75,8% anak usia sekolah di SD MI Sa'adatuddarain Limo memiliki pola makan tidak baik. Pola makan yang kurang baik berpengaruh terhadap ketidakseimbangan zat gizi yang dikonsumsi, terutama bila anak sering melewatkan waktu makan, jarang mengonsumsi sayur, buah, dan susu, serta lebih memilih makanan cepat saji. Pola makan ideal untuk anak usia sekolah seharusnya mencakup tiga kali makan utama dan dua kali makanan selingan, dengan komposisi seimbang antara karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral (Asmin et al., 2021). Namun, hasil kuesioner menunjukkan sebagian besar anak tidak mengikuti pola makan yang dianjurkan. Faktor sosial ekonomi juga memengaruhi kebiasaan makan anak, di mana keluarga dengan pendapatan rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam menyediakan makanan bergizi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang.

Kebiasaan sarapan juga menjadi faktor penting yang berkaitan dengan status gizi. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa sebanyak 64,7% anak tidak melakukan sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Hasil ini konsisten dengan penelitian Anggraini (2025) yang melaporkan 69,6% anak usia sekolah di SDN 2 Kota Bengkulu juga tidak sarapan. Sarapan memiliki peranan penting dalam menjaga kadar glukosa darah yang diperlukan sebagai sumber energi otak, terutama pada saat anak belajar di sekolah. Kekurangan asupan energi di pagi hari dapat menurunkan konsentrasi, daya ingat, serta menimbulkan rasa lelah. Anak yang terbiasa sarapan memiliki asupan zat gizi yang lebih baik, terutama protein, lemak, vitamin, dan mineral yang berperan dalam proses fisiologis tubuh (Supariasa & Hardinsyah, 2020). Sebaliknya, anak yang melewatkan sarapan cenderung memiliki nafsu makan berlebih pada siang hari dan memilih makanan yang kurang sehat. Hal ini dapat menimbulkan ketidakseimbangan asupan gizi dan meningkatkan risiko gizi kurang maupun gizi lebih. Faktor ekonomi dan kurangnya edukasi gizi dari orang tua juga dapat berperan dalam kebiasaan anak yang tidak sarapan.

Selain faktor internal anak, pengetahuan ibu tentang gizi juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi anak. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu (64,7%) memiliki pengetahuan kurang tentang gizi. Temuan ini sesuai dengan penelitian Siti et al. (2024) yang menemukan bahwa mayoritas ibu di MI Islamiyah Kebondalem 02 memiliki pengetahuan gizi rendah. Pengetahuan ibu yang baik sangat menentukan kemampuan dalam memilih dan mengatur makanan bergizi untuk anak. Ibu dengan pengetahuan gizi yang rendah cenderung memiliki persepsi yang salah terhadap kebutuhan gizi anak, seperti tidak memperhatikan variasi makanan dan frekuensi makan. Kurangnya informasi mengenai zat gizi penting, seperti protein, zat besi, dan vitamin, dapat menyebabkan anak mengalami kekurangan gizi mikro yang berdampak pada pertumbuhan dan kesehatan mereka. Berdasarkan hasil analisis kuesioner, hanya sebagian kecil ibu yang



mengetahui frekuensi makan yang dianjurkan dan jenis zat gizi penting yang dibutuhkan anak. Kondisi ini menunjukkan bahwa peningkatan edukasi gizi bagi orang tua, khususnya ibu, sangat diperlukan agar mampu mendukung tercapainya status gizi optimal pada anak usia sekolah.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa status gizi anak usia sekolah dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor, termasuk pola makan, kebiasaan sarapan, dan pengetahuan gizi ibu. Ketiga faktor tersebut saling berhubungan dan berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi harian anak. Upaya peningkatan status gizi anak perlu dilakukan melalui edukasi gizi berkelanjutan, perbaikan pola makan keluarga, dan pembiasaan sarapan setiap pagi, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal baik secara fisik maupun kognitif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak usia sekolah di SDN 31 Pasar Ambacang Kota Padang, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anak memiliki status gizi kurang (72,1%) yang dipengaruhi oleh pola makan tidak baik (76,5%), kebiasaan tidak sarapan (64,7%), dan tingkat pengetahuan ibu yang rendah tentang gizi (64,7%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan ($p=0,003$), kebiasaan sarapan ($p=0,001$), dan pengetahuan ibu ($p=0,022$) dengan status gizi anak usia sekolah. Hal ini menegaskan bahwa asupan gizi yang tidak seimbang, kebiasaan sarapan yang tidak teratur, serta rendahnya pemahaman ibu terhadap pentingnya gizi berpengaruh terhadap kondisi gizi anak. Oleh karena itu, disarankan agar pihak sekolah bersama tenaga kesehatan melakukan edukasi gizi secara berkala kepada siswa dan orang tua, khususnya ibu, tentang pentingnya sarapan dan pola makan seimbang bagi anak. Pemerintah daerah dan pihak puskesmas juga diharapkan dapat memperkuat program intervensi gizi dan pembinaan keluarga sadar gizi di

lingkungan sekolah dasar. Penelitian lanjutan dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas serta mempertimbangkan variabel lain seperti aktivitas fisik dan faktor psikososial untuk memperdalam pemahaman tentang determinan status gizi anak usia sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, & Bolang. (2025). *Hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak di Sekolah Dasar Negeri 72 Manado*. 2, 1–8.
- Alkalah, C. (2020). *pola makan anak usia sekolah dasar*. 19(5), 1–23.
- Alviah, N. (2023). *Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Hubungan Sarapan Terhadap Konsentrasi Siswa / Siswi Smpn 37 Pekanbaru*.
- Andayani, R. P., & Afnuhaz, R. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 41–48. <https://doi.org/10.36984/jkm.v5i2.309>
- Anggoro, dekey vrista tri. (2020). *Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan status gizi anak usia sekolah dasar di SDN jatian 03 kabupaten jember*.
- Anggraini, N., Rohani, T., & Fauzi, Y. (2025). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri 2 Kota Bengkulu Factors Relating To The Nutritional Status Of School-Age Children In Primary School Negeri 2 Bengkulu City*. 1(2), 93–98.
- Aryanti. (2020). *Hubungan Antara Pendapatan Keluarga, Pengetahuan Gizi Ibu, dan Pola Makan dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sidoharjo Kabupaten Sragen. Skripsi. Universitas Negeri Semarang*, 2(1), 63.
- Asmin, A., Arfah, A. I., Arifin, A. F., Safitri, A., & Laddo, N. (2021). *Hubungan Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 1(1), 54–59. <https://doi.org/10.33096/fmj.v1i1.9>



- Aulia, J. N. (2022). Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(1), 22–25. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v11i1.290>
- Azizah, R. N., & Rizana, A. (2023). Gambaran Pola Makan Pada Anak Usia Sekolah di SDN Pondok Kelapa 06 Jakarta Timur. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(11), 3400–3418. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i11.11043>
- Bitung, D. O. N. B. (2023). Hubungan pola makan dengan status gizi. 5(2), 63–71.
- Dalimarta, S. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Hasil Belajar Kognitif Siswa Pada Materi Sistem Imun. In *Buku Pedoman Penulisan Skripsi* (Issue September). https://ftik.iain-tulungagung.ac.id/fileberita/files/jadwal_Ujian_Skripsi_20_Juli_2016.pdf
- David, A. (2022). Metodologi penelitian. *Journal of Economic Perspectives*, 2(1), 1–4. <http://www.ifpri.org/themes/gssp/gssp.htm> <http://files/171/Cardon> - 2008 - Coaching d'équipe.pdf <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203> <http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/> <https://doi.org/10.1080/23322039.2017>
- Dr. Vladimir, V. F. (2019). Definisi operasional dari variabel-variabel yang. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). Cara pengukuran gizi anak usia sekolah. 6–18.
- Festy, P. (2018). Buku Ajar Gizi dan Diet - Google Buku. In *UM Surabaya Publishing*. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Gizi_dan_Diet/-qvdwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=klasifikasi+protein&pg=PA17&printsec=frontcover
- Hanim, B., Ingelia, I., & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(1), 28. <https://doi.org/10.33490/b.v3i1.570>
- Hayatunnufus, Mulyatina, & Desreza, N. (2021). Masalah Gizi Pada Anak usia Sekolah Dasar. *Aceh Medika*, 9623(2), 36–46.
- Ii, B. A. B., & Pustaka, A. T. (2020). *Tumbuh kembang anak usia sekolah dasar*. 8–32.
- Kemenkes RI. (2019). Angka Kecukupan Gizi Masyarakat Indonesia. *Permenkes Nomor 28 Tahun 2019, Nomor 65(879)*, 2004–2006.
- Kendari, P. K. (2024). hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi anak usia sekoalh. 4(2), 57–64.
- Kusdalinah, K., & Suryani, D. (2021). Asupan zat gizi makro dan mikro pada anak sekolah dasar yang stunting di Kota Bengkulu. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 93. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.385>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Hastian, H. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*, 4(2), 2–6. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4098>
- Palupi, H., Renowening, Y., Mahmudah, H., & Hartono, I. S. (2023). Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Umur 24-36 Bulan. 10(1), 2–7. <https://doi.org/10.54867/jkm.v10i1.145>
- Parinduri, M. S., & Safitri, D. E. (2020). Asupan Karbohidrat Dan Protein Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Di Syafana Islamic School Primary, Tangerang Selatan Tahun 2017. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 3(1), 48–58. <https://doi.org/10.22236/argipa.v3i1.2447>
- Permatasari, I., Ritanti, R., & Siregar, T. (2023). Hubungan Pola Makan Anak dan Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 209–213. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.114>
- Putri Nabila Rohmah, Mustakim, Mizna Sabilla, & Istianah Surury. (2022). Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kampung Pemulung Kelurahan Jurang Mangu Timur Tahun 2022. *Media Publikasi*



- Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 5(11), 1396–1403. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i11.2740>
- Rahmawati, T., & Marfuah, D. (2022). Gambaran Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar the Descreption of Nutritional Status of Children At Primary Shcool. *Profesi*, 14(1), 72–76.
- Riani, Syafriani, & Syahrial. (2020). Pengaruh Kreasi Singkong Sebagai Pangan Jajanan Anak Sekolah Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar Kabupaten Kampar Tahun 2019. *Jurnal NERS*, 3(1), 13–21.
- Sarayati, S. (2020). konsep tumbuh kembang anak usia sekolah. *ADLN Perpustakaan Universitas Airlangga*, 1–101. <http://repository.unair.ac.id>
- Siti, Listiana, E., Muhammadiyah, U., & Batang, K. (2024). *The relationship of parents ' knowledge and parenting patterns with the nutritional status of school-age children at mi islamiyah*. 6(2), 119–135.
- Sugiyono. (2016). *Pdf-Buku-Metode-Penelitian-Sugiyono_Compress.Pdf* (p. 62).
- Supariasa, & Hardinsyah. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Protein dengan Daya Ingat pada Anak Usia Sekolah. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 7–8.
- Suparyanto. (2020). Studi Kasus Pengaruh Belajar Anak terhadap Tingkat Prestasi Belajar. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 5(3), 248–253.
- Swantrisa, H. B. (2022). Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Jajan Dengan Status Gizi Anak Di Sdn Karang Tengah 04 Kabupaten Bogor. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2, 82–95.
- Swantrisa, H. B., Atmadja, T. F. A., Hidayanti, L., Gizi, P. S., & Siliwangi, U. (2022). *The relationship between having a breakfast habit and snack habit to the nutritional status of children at SDN Karang Tengah 04 Bogor Regency in 2022*. 2(2), 51–58.
- Thonthowi Jauhari, M., Ardian, J., & Fitria Rahmiati, B. (2022). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Anak Usia Sekolah Dasar Overview Of Macro Nutritional Intake Of Elementary Student. *Journal of Nutrition and Culinary*, 2(1), 29–35.
- Umboh, M., Tatangindatu, M., & Medea, G. P. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Makanan Bergizi Dengan Status Gizi Pada Anak di SDN Inpres Karatung 2 Kecamatan Manganitu. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 2(2), 118–125. <http://e-journal.polnustar.ac.id/jis/article/view/185>
- Unique, A. (2019). *Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar*. 0, 1–23.
- Viyani, C. C., Nurmalasari, Y., Mustofa, F. L., & Hermawan, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Aktivitas Fisik Anak Terhadap Status Gizi Anak Usia 6-12 Tahun Di Sd Negeri 1 Srengsem. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(2), 654–663. <https://doi.org/10.33024/jmm.v7i2.10421>
- Wicaksana, A., & Rachman, T. (2021). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Di Sd Negeri 17 Kesiman. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Wijaya, F. R. (2021). *Hubungan pola makan dengan status gizi pada anak usia sekolah*.
- Wiwin, D. P. S. N. W. (2020). *Hubungan Pola Makan dengan Sstus Gizi pada Siswa-Siswi Kelas V SDN 018 Samarinda*.