

## Hubungan Pendidikan Ibu, Pendapatan Orang Tua, dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Anak Usia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Wilayah Puskesmas Bantimurung

### The Relationship of Maternal Education, Parental Income, and Snacking Habits with Nutritional Status among Children Aged 9–11 Years at SDN No. 15 Jawi-Jawi Bantimurung Community Health Center Area

Rini Apriana<sup>1\*</sup>, Baharuddin<sup>2</sup>, Akmal Novrian Syahrudin<sup>3</sup>

<sup>1\*,2,3</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Tamalatea Makassar, Makassar, Indonesia

\*Corresponding author: [riniapriana1234@gmail.com](mailto:riniapriana1234@gmail.com)

#### Abstrak

Status gizi pada anak adalah ukuran kondisi Kesehatan tubuh anak yang dinilai dari keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan nutrisi tubuh, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pendidikan Ibu, Pendapatan Orang Tua, dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Anak usia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Wilayah Puskesmas Bantimurung. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel berjumlah 61 responden yang dipilih menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*, dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Analisis data dilakukan secara Univariat dan Bivariat menggunakan uji Chi-Square pada tingkat signifikan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan ibu ( $p = 0,036$ ), pendapatan orang tua ( $p = 0,014$ ), dan kebiasaan jajan ( $p = 0,000$ ) memiliki hubungan yang signifikan dengan status gizi. Disimpulkan bahwa hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan gizi anak pada usia sekolah dasar tidak hanya bergantung pada kemampuan finansial keluarga dan tingkat literasi gizi ibu dalam menyediakan makanan sehat, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kontrol perilaku anak dalam memilih jajanan sehari-hari.

**Kata Kunci:** anak sekolah dasar, kebiasaan jajan, status gizi, pendidikan ibu, pendapatan orang tua.

#### Abstract

Nutritional status in children is a measure of physical health assessed by the balance between nutrient intake from food and the body's nutritional requirements; therefore, this study aimed to determine the relationship between maternal education, parental income, and snacking habits and the nutritional status of children aged 9–11 years at SDN No. 15 Jawi-Jawi (within the Bantimurung Community Health Center service area). The study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The sample consisted of 61 respondents selected using stratified random sampling, with data collected via questionnaires. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, specifically the Chi-Square test at a significance level of  $\alpha = 0.05$ . The results showed that maternal education ( $p = 0.036$ ), parental income ( $p = 0.014$ ), and snacking habits ( $p = 0.000$ ) had a significant relationship with nutritional status. It is concluded that meeting the nutritional needs of primary school-aged children depends not only on the family's financial capacity and the mother's nutritional literacy regarding the provision of healthy food but is also strongly influenced by the child's behavioral control in selecting daily snacks.

**Keyword:** elementary school children, snacking habits, nutritional status, maternal education, parental income.

## PENDAHULUAN

Status gizi adalah kondisi gizi seseorang ditentukan oleh seberapa selaras asupan makanan dengan kebutuhan metabolisme spesifiknya, yang dipengaruhi oleh faktor demografis dan gaya hidup. Gizi yang seimbang sangat menentukan kualitas pertumbuhan anak nutrisi yang baik tidak hanya mendukung fisik, tetapi juga mengasah kemampuan intelektual yang menunjang keberhasilan belajar di sekolah (Nur et al., 2023).

Keseimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi pada anak usia 6–12 tahun sering kali terganggu akibat intensitas aktivitas yang tinggi dan kebiasaan makan yang tidak teratur. Ketimpangan ini berisiko memicu masalah malnutrisi dan melemahkan imunitas anak. Rahmawati (2008) menekankan bahwa edukasi orang tua sangat memengaruhi pola asuh nutrisi, mengingat orang tua sering kali melakukan

pembatasan asupan secara keliru, terutama saat anak mengalami infeksi. Jika pola pembatasan makan ini berlangsung secara kronis, anak berada dalam ancaman serius terjadinya gizi buruk (Kurniawan et al., 2021)

Anak usia sekolah berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, sehingga mereka sangat rentan terhadap masalah gizi. Dampak buruk dari kekurangan gizi dapat dibagi menjadi dua kategori. Dalam jangka pendek, anak berisiko mengalami sikap apatis serta hambatan dalam berkomunikasi dan perkembangan lainnya. Sedangkan dalam jangka panjang, masalah gizi dapat memicu penurunan IQ dan kemampuan kognitif, gangguan konsentrasi serta sensorik, hingga rendahnya rasa percaya diri yang berujung pada penurunan prestasi belajar (Aulia Nabila Jinan, 2022).

Status gizi anak merupakan kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai determinan yang bersifat multifactorial, meliputi faktor sosial, ekonomi, lingkungan, serta perilaku individu. Oleh karena itu, diperlukan kajian untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi terhadap status gizi anak usia sekolah. Pendidikan ibu berperan dalam membentuk pengetahuan dan praktik pemberian makan anak tetapi Pendidikan ibu tidak selalu berhubungan langsung dengan status gizi anak, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut mengenai mediasi lainnya (Ramadhan Dias santoso, 2022)

Di samping aspek pendidikan ibu, kondisi sosial ekonomi keluarga, khususnya pendapatan orang tua juga berperan dalam menentukan ketersediaan dan akses terhadap pangan yang bergizi. Pendapatan orang tua adalah salah satu faktor yang berdampak dalam memenuhi kebutuhan primer yaitu makanan. Namun demikian, ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga tidak selalu menjamin kualitas konsumsi anak, karena perilaku individu seperti kebiasaan jajan di lingkungan sekolah turut memengaruhi asupan gizi harian anak. Makanan dan minuman jajanan berkaitan erat dengan anak sekolah, mayoritas siswa membeli jajanan ketika berada di sekolah. BPOM sudah mengeluarkan aturan mengenai Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) dengan tujuan meningkatnya keamanan dan kualitas jajanan anak sekolah. PJAS yang baik merupakan PJAS yang aman, bermutu, bergizi dan disukai oleh anak (Swantrisa et al., 2023) Berdasarkan kondisi tersebut, bahwa Sebagian siswa masih memiliki kebiasaan jajan diluar sekolah meskipun program Makan Bergizi Gratis (MBG) telah diterapkan, yang mengindikasikan adanya ketidaksesuaian antara intervensi program dan perilaku konsumsi siswa, maka dari itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan Pendidikan Ibu, Pendapatan Orang Tua, dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Anak usia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Wilayah Puskesmas Bantimurung.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain Cross-Sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pendidikan ibu, pendapatan orang tua, dan kebiasaan jajan dengan status gizi pada anak usia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Wilayah Puskesmas Bantimurung. Populasi dalam penelitian ini adalah yaitu siswa-siswi yang berusia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Kecamatan Bantimurung Kabupaten Maros yang masih aktif dalam proses belajar mengajar yaitu sebanyak 154 siswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 61 orang, diambil dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan yaitu kuesioner, alat tulis, Microtoise, Timbangan, dan kamera. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan proporsi dari masing-masing variabel penelitian secara terpisah. Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel Independen (X) dan variabel Dependen (Y), guna menguji apakah terdapat asosiasi yang signifikan secara statistik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN No. 15 Jawi-Jawi, Jl. Poros Bantimurung, Kelurahan Minasa Baji, Kec. Bantimurung, Kab. Maros, Sulawesi Selatan. Waktu pelaksanaa penelitian ini pada bulan Mei-Juni Tahun 2026.

### Karateristik Responden

Tabel 1. Frekuensi Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | f  | %    |
|-------------------------|----|------|
| Umur (Tahun)            | 24 | 39,3 |
| 9                       | 16 | 26,2 |
| 10                      | 21 | 34,4 |

|                                              |    |      |
|----------------------------------------------|----|------|
| 11                                           |    |      |
| <b>Jenis Kelamin</b> Laki-laki Perempuan     |    |      |
|                                              | 22 | 36,1 |
|                                              | 39 | 63,9 |
| <b>Kelas</b>                                 |    |      |
|                                              | 24 | 39,3 |
| III                                          | 16 | 26,2 |
| IV V                                         | 21 | 34,4 |
| <b>Status Gizi</b> Gizi lebih/obes Gizi baik |    |      |
|                                              | 17 | 27,9 |
| Gizi kurang                                  | 30 | 49,2 |
|                                              | 14 | 23,0 |
| <b>Pendidikan Ibu</b>                        |    |      |
|                                              | 39 | 63,9 |
| Tinggi Rendah                                | 22 | 36,1 |
| <b>Pendapatan Orang Tua</b>                  |    |      |
|                                              | 40 | 65,6 |
| Tinggi Rendah                                | 21 | 34,4 |
| <b>Kebiasaan Jajan</b>                       |    |      |
|                                              | 35 | 57,4 |
| Rendah Tinggi                                | 26 | 42,6 |

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa responden berusia 9 Tahun sebanyak 24 (39,3%) responden, responden yang berusia 10 Tahun sebanyak 16 (26,2%) responden, dan responden yang berusia 11 Tahun sebanyak 21 (34,4%). Dari segi Jenis Kelamin, responden laki-laki sebanyak 22 (36,1%) responden, dan responden perempuan sebanyak 39 (63,9%) responden.

Dari segi kelas, responden kelas III sebanyak 24 (39,3%) responden, responden kelas IV sebanyak 16 (26,2%) responden, dan responden kelas V sebanyak 21 (34,4%) responden.

Berdasarkan Status gizi, jumlah responden dengan status gizi lebih/Obes sebanyak 17 (27,9%) responden, responden dengan status gizi baik sebanyak 30 (49,2%) responden, dan responden dengan status gizi kurang sebanyak 14 (23,0%) responden.

Dari aspek Pendidikan ibu, responden dengan Pendidikan ibu tinggi sebanyak 39 (63,9%) responden, dan responden dengan Pendidikan ibu rendah sebanyak 22 (36,1%) responden.

Dari aspek pendapatan orang tua, diketahui responden dengan pendapatan orang tua tinggi sebanyak 40 (65,6%) responden dan responden dengan pendapatan orang tua rendah sebanyak 21 (34,4%) responden. Dan aspek kebiasaan jajan responden dengan kebiasaan jajan rendah sebanyak 35 (57,4%) responden dan responden dengan kebiasaan jajan tinggi sebanyak 26 (42,6%) responden.

## Bivariat

### Hubungan Pendidikan Ibu dengan Status Gizi

**Tabel 2. Hubungan Pendidikan Ibu dengan Status Gizi**

| Pendidikan Ibu  |  | Status    |      |    |      |             |      | Jumlah | P Value |
|-----------------|--|-----------|------|----|------|-------------|------|--------|---------|
|                 |  | Gizi      |      |    |      | Gizi Kurang |      |        |         |
| Gizi Lebih/Obes |  | Gizi Baik |      |    |      |             |      |        |         |
|                 |  | f         | %    | f  | %    | f           | %    | Σ      | %       |
| Tinggi          |  | 8         | 20,5 | 24 | 61,5 | 7           | 17,9 | 39     | 100,0   |
| Rendah          |  | 9         | 40,9 | 6  | 27,3 | 7           | 31,8 | 22     | 100,0   |
| Total           |  | 17        | 27,9 | 30 | 49,2 | 14          | 23,0 | 61     | 100,0   |

Sumber: Data primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan hasil responden berdasarkan variabel Pendidikan ibu sebanyak 39 responden yang memiliki Pendidikan tinggi, sebanyak 8 orang (20,5%) mengalami gizi lebih/obes, 24 orang (61,5%) memiliki gizi baik, dan 7 orang (17,9%) mengalami gizi kurang. Sementara itu, dari 22 responden dengan Pendidikan rendah, sebanyak 9 orang (40,9%) yang mengalami gizi lebih/obes, 6 orang (27,3%) memiliki gizi baik, dan 7 orang (31,8%) mengalami gizi kurang. Hasil uji dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai  $p = 0,036$  dimana  $p < \alpha$  (0,05) maka dari itu dapat diuraikan bahwa  $H_0$  ditolak, berarti ada hubungan yang signifikan antara Pendidikan Ibu dengan status gizi anak di SDN No. 15 Jawi-Jawi.

### Hubungan Pendapatan orang tua dengan Status Gizi

**Tabel 3. Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Status Gizi**

| Pendapatan Orang<br>Tua | Status          |      |    |      |             |      | Jumlah |       | P Value |
|-------------------------|-----------------|------|----|------|-------------|------|--------|-------|---------|
|                         | Gizi            |      |    |      | Gizi Kurang |      |        |       |         |
|                         | Gizi Baik       |      |    |      |             |      |        |       |         |
|                         | Gizi Lebih/Obes |      |    |      |             |      |        |       |         |
|                         | f               | %    | f  | %    | f           | %    | Σ      | %     |         |
| Tinggi                  | 9               | 22,5 | 25 | 62,5 | 6           | 15,0 | 40     | 100,0 | 0,014   |
| Rendah                  | 8               | 38,1 | 5  | 23,8 | 8           | 38,1 | 21     | 100,0 |         |
| Total                   | 17              | 27,9 | 30 | 49,2 | 14          | 23,0 | 61     | 100,0 |         |

*Sumber: Data primer, 2026*

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan hasil responden berdasarkan variabel Pendapatan Orang Tua sebanyak 40 responden yang memiliki pendapatan orang tua tinggi, sebanyak 9 orang (22,5%) yang mengalami gizi lebih/obes, 25 orang (62,5%) yang mengalami gizi baik, dan 6 orang (15,0%) yang mengalami gizi kurang. Sementara itu, 21 responden yang memiliki pendapatan orang tua rendah, sebanyak 8 orang (38,1%) yang mengalami gizi Lebih/obes, 5 orang (23,8%) yang mengalami gizi baik, dan 8 orang (38,1%) yang mengalami gizi kurang. Hasil uji dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai  $p = 0,014$  dimana  $p < \alpha$  (0,05) maka dari itu dapat diuraikan bahwa  $H_0$  ditolak, berarti ada hubungan yang signifikan antara Pendapatan orang tua dengan status gizi anak di SDN No. 15 Jawi-Jawi.

### Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi

**Tabel 4. Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi**

| Kebiasaan Jajan |  | Status    |      |    |      |             |      | Jumlah |       | P Value |
|-----------------|--|-----------|------|----|------|-------------|------|--------|-------|---------|
|                 |  | Gizi      |      |    |      | Gizi Kurang |      | Σ      | %     |         |
| Gizi Lebih/Obes |  | Gizi Baik |      |    |      |             |      |        |       |         |
|                 |  | f         | %    | f  | %    | f           | %    | Σ      | %     |         |
| Rendah          |  | 6         | 17,1 | 25 | 71,4 | 4           | 11,4 | 35     | 100,0 | 0,000   |
| Tinggi          |  | 11        | 42,3 | 5  | 19,2 | 10          | 38,5 | 26     | 100,0 |         |
| Total           |  | 17        | 27.9 | 30 | 49,2 | 14          | 23,0 | 61     | 100,0 |         |

*Sumber: Data Primer, 2026*

Berdasarkan Tabel 4, menunjukkan hasil responden berdasarkan variabel Kebiasaan Jajan sebanyak 35 responden yang memiliki kebiasaan jajan rendah, sebanyak 6 orang (17,1%) yang mengalami gizi lebih/obes, 25 orang (71,4%) yang mengalami gizi baik, dan 4 orang (11,4%) yang mengalami gizi kurang. Sementara itu, 26 responden yang memiliki kebiasaan jajan tinggi sebanyak 11 orang (42,3%) yang mengalami gizi lebih/obes, 5 orang (19,2%) yang mengalami gizi baik, dan 10 orang (38,5%) yang mengalami gizi kurang. Hasil uji dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai  $p = 0,000$  dimana  $p < \alpha$  (0,05) maka dari itu dapat diuraikan bahwa  $H_0$  ditolak, berarti ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan dengan status gizi anak di SDN No. 15 Jawi-Jawi.

### Pembahasan

#### Hubungan Pendidikan Ibu dengan Status Gizi

Secara teoritis, jenjang pendidikan seseorang memengaruhi tingkat kemudahan dalam menyerap dan memahami informasi mengenai gizi serta kesehatan. Hal ini berkaitan erat dengan luasnya wawasan dalam memilih sumber pangan yang bermutu untuk keluarga. Sebaliknya, keterbatasan pendidikan dapat menyebabkan orang tua kurang optimal dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak, yang pada akhirnya memicu terjadinya stunting (Alam, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan status gizi anak. Pendidikan ibu yang baik memungkinkan individu untuk lebih selektif dalam memilih makanan yang sehat, seimbang, dan sesuai kebutuhan tumbuh kembang anak, sehingga mampu mencegah baik kekurangan maupun kelebihan gizi secara nyata.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh temuan dari (Nadhira et al., 2024) hal ini mungkin disebabkan karena karakteristik wilayah sama-sama dilakukan di Kabupaten yang menunjukkan bahwa pada siswa kelas 5 SD Negeri 1 Tambaksogra Kecamatan Sumbang, Kabupaten Banyumas, terdapat hubungan antara pendidikan ibu dengan status gizi anaknya. Pencapaian pendidikan ibu dapat menawarkan wawasan berharga mengenai kebutuhan gizi yang harus dipenuhi anak-anak,

yang pada gilirannya dapat menentukan kondisi tubuh serta status gizi anak secara optimal melalui penerapan pola asuh dan pemilihan nutrisi yang tepat.

Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya tingkat pendidikan ibu berkaitan erat dengan risiko *Double Burden of Malnutrition* (beban ganda malnutrisi) pada anak, yaitu kerentanan untuk mengalami gizi kurang sekaligus gizi lebih di dalam kelompok masyarakat yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan ibu kemungkinan besar memengaruhi kapasitas mereka dalam menggali informasi, memilih jenis bahan pangan, mengatur porsi, serta mengawasi konsumsi makanan anak secara seimbang sehari-hari. Keterbatasan ini memicu dua dampak yaitu ketidakmampuan memenuhi kebutuhan nutrisi mikro dan makro yang optimal yang menyebabkan gizi kurang, atau ketidaktauhuan dalam membatasi asupan kalori dan makanan siap saji yang padat energi yang menyebabkan gizi lebih/obes.

Fenomena ini mempertegas bahwa jenjang pendidikan yang tinggi pada seorang ibu tidak selalu berbanding lurus dengan kecukupan literasi gizi aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun ibu memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi, kurangnya pemahaman mendalam terkait implementasi gizi seimbang seperti porsi mikronutrien, variasi bahan pangan, dan pengolahan makanan yang tepat tetap berpotensi memicu terjadinya kasus gizi kurang pada anak.

Sebaliknya, rendahnya tingkat pendidikan tidak lantas menjadi penghalang bagi seorang ibu untuk mewujudkan status gizi yang optimal bagi buah hatinya. Ibu dengan pendidikan rendah tetap mampu mendampingi tumbuh kembang anak secara baik apabila didukung oleh pemahaman yang memadai, kepedulian yang tinggi, serta keaktifan dalam mencari dan menerapkan informasi gizi seimbang melalui pemanfaatan pangan lokal harian.

Dengan demikian, temuan ini mengindikasikan bahwa pemahaman praktis (*applied knowledge*) serta perilaku pengasuhan gizi (*nutrition parenting practice*) secara nyata memegang peranan yang jauh lebih dominan dan krusial dalam menentukan status gizi anak dibandingkan sekadar tingkat pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh ibu.

### **Hubungan Pendapatan Orang Tua dengan Status Gizi**

Berdasarkan teori Rahayu, orang tua yang memiliki penghasilan memadai cenderung mampu memenuhi seluruh kebutuhan pokok maupun pendukung anak-anak mereka. Selain itu, keluarga dengan status ekonomi yang mapan juga memiliki akses yang lebih mudah terhadap fasilitas pelayanan kesehatan. Sebaliknya, anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah biasanya mengonsumsi makanan dengan jumlah, kualitas, dan keberagaman yang terbatas. Kemampuan finansial yang tinggi memberikan keleluasaan bagi seseorang untuk memilih dan membelikan makanan yang kaya nutrisi serta bervariasi bagi keluarganya (Sari et al., 2022)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendapatan orang tua dengan status gizi anak. Kemampuan finansial yang memadai di tingkat rumah tangga berperan nyata sebagai faktor pendorong utama yang memungkinkan orang tua untuk memfasilitasi, memilih, dan menjamin keberlanjutan asupan makanan yang sehat, aman, dan bergizi seimbang guna mendukung fase tumbuh kembang anak secara optimal.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh temuan dari (Oktarindasarira dkk, 2022) mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan orangtua dengan status gizi anak SD di Desa Babakan, Kecamatan Dramaga, Kabupaten Bogor. Sebab dengan memiliki pendapatan yang baik, maka orangtua akan mampu untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Kemampuan keluarga dalam menjaga ketahanan pangan ditingkat rumah tangga akan berpengaruh terhadap tingkat konsumsi makanan keluarga, yang selanjutnya akan berpengaruh terhadap status gizi anggota keluarga, terutama status gizi anak sekolah dasar yang dipengaruhi oleh tingkat konsumsi atau pola makan yang baik.

Secara keseluruhan, pada penelitian ini menegaskan bahwa pendapatan orang tua memiliki hubungan dengan status gizi anak usia sekolah dasar ( $p=0,014$ ), di mana kondisi finansial rumah tangga bertindak sebagai faktor determinan utama yang menentukan kapasitas daya beli serta aksesibilitas terhadap bahan pangan. Demikian, tingkat ekonomi yang tinggi tidak serta-merta menjadi jaminan mutlak bagi terciptanya status gizi anak yang ideal apabila tidak diimbangi dengan literasi gizi dan pemahaman pola asuh yang memadai dari orang tua. Hal ini terbukti dari masih ditemukannya fenomena gizi lebih pada kelompok masyarakat mampu akibat tingginya frekuensi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan minuman berpemanis padat kalori, serta kemunculan kasus gizi kurang yang dipicu oleh kekeliruan dalam pemilihan menu harian dan pendampingan pola makan anak.

Di sisi lain, keterbatasan finansial pada kelompok masyarakat berpendapatan rendah justru memperkuat pemunculan fenomena beban ganda masalah gizi (*double burden of malnutrition*). Pada

kelompok ini, keterbatasan anggaran belanja memaksa keluarga untuk mengalihkan pilihan pada bahan pangan murah yang cenderung padat energi, tinggi lemak jenuh, dan rendah zat gizi mikro kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada meningkatnya risiko gizi kurang, melainkan juga secara simultan memicu terjadinya obesitas akibat akumulasi kalori yang tidak seimbang

Oleh sebab itu, strategi penanggulangan masalah gizi pada anak usia sekolah tidak dapat dilakukan secara seragam, melainkan membutuhkan intervensi ganda yang terintegrasi, yakni berupa skema bantuan pangan tepat sasaran dan pemberdayaan ekonomi bagi kelompok masyarakat rentan, yang disempurnakan dengan edukasi pola asuh nutrisi serta penataan regulasi kantin sehat di lingkungan sekolah bagi seluruh lapisan sosial ekonomi.

### **Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi**

Kebiasaan jajan anak SD sangat memengaruhi status kesehatan dan kecukupan gizi mereka. Anak yang tidak membiasakan diri sarapan di rumah biasanya memilih jajanan padat kalori yang mengenyangkan seperti gorengan (tahu dan tempe goreng). Konsumsi gorengan serta camilan rendah nutrisi secara berulang seperti seblak, cilok, sempol, dan es krim dapat menyebabkan obesitas, terutama jika tidak diimbangi dengan aktivitas fisik yang cukup. Selain risiko kelebihan berat badan, kegembiraan anak terhadap makanan ringan yang tinggi pengawet, pewarna, dan natrium juga berpotensi menurunkan imunitas tubuh dalam jangka panjang. Prinsipnya, jajanan yang sehat harus mampu menyuplai nutrisi yang cukup dan aman, bukan sekadar memuaskan rasa lapar (Melur et al., 2024)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan dengan status gizi anak. Perilaku konsumsi jajanan yang tidak terkontrol pada anak usia sekolah terbukti secara empiris menjadi salah satu faktor penentu yang dapat mengganggu keseimbangan asupan nutrisi harian mereka. Tingginya frekuensi jajan makanan rendah zat gizi makro/mikro tidak hanya berisiko menggeser nafsu makan utama anak sehingga memicu kondisi gizi kurang, melainkan juga berpotensi memberikan sumbangan energi dan gula berlebih yang mempercepat terjadinya masalah gizi lebih atau obesitas pada anak

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh temuan dari (Riamah, et al., 2023) menyatakan bahwa artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan dengan status gizi pada anak usia sekolah di SDN 165 Pekanbaru. Hal ini membuktikan bahwa kecenderungan anak dalam memilih makanan selingan di luar jam makan utama berkontribusi langsung terhadap kondisi fisiknya, sebab jajanan yang tidak sehat dapat menggantikan porsi makanan bergizi seimbang yang seharusnya dibutuhkan oleh anak.

Anak sekolah dasar yang memiliki kebiasaan jajan yang tinggi cenderung lebih berisiko mengalami masalah status gizi, baik berupa gizi kurang maupun gizi lebih. Kurangnya pengawasan terhadap frekuensi dan pemilihan jenis jajanan yang tidak sehat dapat menyebabkan mereka membuat pilihan makanan selingan yang tidak tepat, seperti tingginya konsumsi makanan ringan kemasan, minuman artifisial yang tinggi gula, serta gorengan yang miskin zat gizi mikro.

Sebaliknya, anak yang mampu mengontrol atau memiliki kebiasaan jajan yang rendah cenderung lebih optimal dalam mempertahankan status gizi yang baik, karena kebutuhan energi dan nutrisi hariannya dipenuhi melalui makanan utama yang diolah secara higienis di rumah. Hambatan akibat kebiasaan jajan yang berlebihan ini kerap memengaruhi penurunan nafsu makan anak terhadap menu makanan utama yang disiapkan di rumah, sehingga pemenuhan asupan nutrisi yang seimbang dan esensial untuk mendukung fase pertumbuhan anak sekolah dasar menjadi terganggu dan tidak berjalan secara optimal.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Pendidikan ibu, pendapatan orang tua, dan kebiasaan jajan dengan Status gizi pada anak usia 9-11 Tahun di SDN No. 15 Jawi-Jawi Wilayah Puskesmas Bantimurung. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman orang tua mengenai gizi, daya beli keluarga, dan pola konsumsi makanan harian anak memegang peranan penting dalam menentukan optimalnya status gizi anak pada usia sekolah. Disarankan agar Puskesmas Bantimurung dan pihak sekolah berkolaborasi menyelenggarakan edukasi gizi seimbang bagi orang tua, terutama ibu. Pihak sekolah juga perlu mengawasi kualitas makanan di kantin serta membiasakan siswa memilih jajanan yang sehat dan bergizi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abd Rahman, B. P., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Jurnal Pengertian Pendidikan. *Journal Article*, 2(1), <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/91021639/775>.
- Alam, N. (2021). *Hubungan asupan mineral zinc, tingkat pendidikan ibu dan pendapatan keluarga dengan status gizi anak sekolah dasar*. 6(2), 1002–1010.
- Alfiyatur Rahmah, Ony Linda, & Dian Kholika Hamal. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur Tahun 2024. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 549–563. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3974>
- Aulia Nabila Jinan. (2022). Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2), 65–70.
- Kaluku, K., Junieni, Mahmud, & Ruaida, N. (2023). Factors that Influence Snacking Habits on Learning Achievement and Nutritional Status (Literature Study). *Global Health Science*, 8(2), 69–74. <https://www.jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/ghs8204/8204>
- Kurniawan, Y. S., Priyanga, K. T. A., Krisbiantoro, P. A., & Imawan, A. C. (2021). Open access Open access. *Journal of Multidiciplinary Applied Natural Science*, 1(1), 1–12.
- Melur, P., Antika, A., & Werdiharini, A. E. (2024). *Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Makan Jajan dengan Status Gizi Siswa SDN Tegal Gede 02 Jember*. 5(1), 1–11.
- Nadhira, A., Putri, Y., & Febrianta, Y. 2024. (2024). *Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Status Gizi Anak pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Tambaksogra*. 49–59.
- Nur, A. A. W., Mokhtar, S., & Bamahry, A. B. (2023). *Hubungan Antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak pada Usia 9-12 Tahun*. 04(01), 23–30.
- Oktarindasarira, D. (2022). *Hubungan Pendapatan Keluarga dan Pengetahuan Gizi Ibu dengan Dampaknya terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah di Desa Babakan*. 4(2), 44–51.
- Putri, W. D., Fontanella, A., & Handayani, D. (2023). Pengaruh Penggunaan Financial Technology, Gaya Hidup dan Pendapatan Orang Tua Terhadap Perilaku Keuangan Mahasiswa. *Akuntansi Dan Manajemen*, 18(1), 51–72. <https://doi.org/10.30630/jam.v18i1.213>
- Ramadhan Dias santoso. (2022). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 10 Nomor 01 Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(3), 7–11.
- Riamah, et al., 2023. (2023). *Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi jajanan dengan status gizi anak usia sekolah di sd negeri 165 pekanbaru pendahuluan Salah satu agenda pembangunan nasional adalah mewujudkan kualitas sumber daya manusia ( SDM ) yang sehat , cerdas , produktif dan ma*. 06(02), 41–54.
- Sari, S. D., Zelharsandy, V. T., & Kol, 2022. (2022). *Hubungan Pendapatan Ekonomi Keluarga dan Tingkat Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Stunting*. 108–113.
- Swantrisa, H. B., Atmadja, T. F. A.-G., & Hidayanti, L. (2023). 5809-25325-1-Pb. *Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Di Sdn Karang Tengah 04 Kabupaten Bogor Tahun 2022*, 2(2), 1–8.