

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN PENDAPATAN KELUARGA DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SD NEGERI 120 KABUPATEN BENGKULU UTARA TAHUN 2022

Adelya Novebrianti¹, Meriwati¹, Kusdalinah¹

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Kota Bengkulu



ABSTRAK

*Penulis korespondensi
Adelya Novebrianti
Poltekkes kemenkes
Bengkulu, Indonesia
Email :

Masalah gizi ganda adalah masalah gizi yang sering terjadi pada anak sekolah (5-12 tahun) yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Kurangnya asupan zat gizi dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan mental, fisik maupun kemampuan berfikir serta menurunkan produktivitas kerja sedangkan kelebihan asupan gizi dapat menyebabkan terjadi penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, jantung koroner dan lainnya. Tujuan untuk mengetahui hubungan zat gizi dan pendapatan keluarga dengan status gizi pada anak. Desain penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling yaitu kelas IV, V dan VI dengan besar sampel 50 siswa. Penelitian ini menggunakan kuesioner Ffq semi kuantitatif, uji statistik yang digunakan uji correlation. Hasil peneliti menunjukkan $p < 0,05$ Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi asupan zat gizi energi ($p = 0,044$) dan protein ($p = 0,030$) dengan status gizi anak sekolah hasil uji korelasi $r = 0,286$ dan $0,307$. Berdasarkan hasil asupan zat gizi lemak dan karbohidrat dengan status gizi $> 0,05$ menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi lemak ($p = 0,205$), dan Karbohidrat ($p = 0,427$) hasil korelasi didapatkan $r = 0,182$ dan $-0,115$. Pendapatan keluarga dengan status gizi anak sekolah didapatkan p value $0,174$ tidak ada hubungan. Hasil kolerasi didapatkan $r = 0,195$.

Kata kunci: status gizi; pendapatan; asupan zat gizi

ABSTRACT

Multiple nutritional problems are nutritional problems that often occur in school children (5-12 years), namely undernutrition and overnutrition. Insufficient intake of nutrients can cause stunted mental growth, physical and thinking abilities, and reduce work productivity while excess nutrient intake can cause degenerative diseases such as hypertension, diabetes mellitus, coronary heart disease and others. The purpose of this study was to determine the relationship between nutrition and family income with nutritional status in children. The design of this research is an analytic observational study using a cross sectional approach. Samples were taken using stratified random sampling technique, namely class IV, V and VI with a sample size of 50 students. This study uses a semi-quantitative Ffq questionnaire, the statistical test used is the correlation test. The results showed that $p < 0.05$ There was a significant relationship between the consumption of energy nutrient intake ($p = 0.044$) and protein ($p = 0.030$) with the nutritional status of school children, the results of the correlation test were $r = 0.286$ and 0.307 . Based on the results of dietary fat and carbohydrate intake with nutritional status > 0.05 , there was no significant relationship between dietary fat intake ($p = 0.205$), and carbohydrates ($p = 0.427$). The correlation results obtained $r = 0.182$ and -0.115 . Family income with the nutritional status of school children obtained p value 0.174 no relationship. Correlation results obtained $r = 0.195$

Keywords: nutritional status; income; nutrient intake

This is an Open Access article distributed under The terms of the [Creative Commons Attribution Non Commercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), which allows others to remix, tweak, and build upon the work non commercially as long as the original work is properly cited. The new creations are not necessarily licensed under the identical terms

PENDAHULUAN

Masalah gizi ganda merupakan masalah gizi yang sering terjadi pada anak sekolah (5-12 tahun) yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Kurangnya asupan zat gizi dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan mental, fisik maupun kemampuan berfikir serta menurunkan produktivitas kerja dan kinerja sedangkan kelebihan asupan gizi dapat menyebabkan terjadi penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, jantung koroner, kanker, dan lainnya. Indikator status gizi dikatakan kurang jika indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) anak berada dibawah ambang batas (Z-Score) dari -3 Standar Deviasi (SD) sampai dengan <- 2 standar deviasi (SD) maka anak dikatakan gizi kurang jika ambang batas (Z-Score) anak >1+ standar deviasi (SD) maka anak dikatakan gizi lebih (1).

Hasil data Nasional Riskesdas 2013 prevalensi status gizi anak usia sekolah (5-12 tahun di Indonesia berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) sebesar 11,2 % anak dengan status gizi kurang, terdiri dari 4,0 % sangat kurus dan 7,2% kurus sedangkan prevalensi anak gizi lebih sebanyak 18,8% terdiri dari gemuk 10,8% dan 8,8% sangat gemuk (obesitas) (2). Sementara hasil Riskesdas 2018 prevalensi gizi kurang mengalami penurunan sebesar 9,2% yaitu 2,4 % sangat kurus dan 6,8% kurus sedangkan gizi lebih mengalami peningkatan yaitu 20% terdiri dari gemuk 10,8% dan obesitas 9,2%. Provinsi Bengkulu pada tahun 2013 didapatkan prevalensi gizi kurang sebanyak 9,1% yang terdiri 4,0% kurus dan 5,1% sedangkan prevalensi gizi lebih sebanyak 23% terdiri dari 11% gemuk dan 12% sangat gemuk. Pada tahun 2018 prevalensi gizi kurang mengalami penurunan menjadi 7,4% terdiri dari 2,2% sangat kurus dan 5,2% kurus, dan gizi lebih sebanyak 21,3% yang terdiri dari 10,9% gemuk dan 10,4% obesitas (3).

Hasil data Riskesdes Bengkulu 2018, Prevalensi Status Gizi IMT/U pada anak umur 5- 12 tahun menurut Kabupaten/Kota diprovinsi Bengkulu didapatkan jumlah seluruh anak yang tertimbang sebanyak 2.777 anak dari 10 Kabupaten/Kota yang berada di Provinsi Bengkulu. Kota Bengkulu menduduki tingkat pertama yang memiliki jumlah anak tertimbang terbanyak yaitu 526 anak dan urutan kedua yaitu Kabupaten Bengkulu Utara dengan jumlah 437 anak tertimbang. Dari data tersebut disebutkan masalah gizi dengan kategori prevalensi status gizi menurut (IMT/U) di wilayah Kabupaten Bengkulu Utara didapatkan sebanyak 20, 65% yang mengalami masalah status gizi yang terdiri dari sangat kurus 2,17%, kurus 4,31%, gemuk 8,93% dan obesitas 5,24% (4).

Masalah status gizi kurang pada anak sekolah dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor langsung seperti asupan makanan dan penyakit infeksi serta faktor tidak langsung seperti kurangnya ketersediaan pangan dalam keluarga, pekerjaan orang tua, pengetahuan yang rendah dan kebiasaan makan yang salah .

Asupan zat gizi sebagai faktor langsung penyebab status gizi kurang yang berhubungan dengan ketersediaan pangan yang cukup, baik mutu maupun jumlahnya, merata terjangkau dan aman dalam pemenuhan kebutuhan keluarga sehari-hari. Maka dari itu pekerjaan orang tua sangat penting terhadap status gizi seseorang, semakin tinggi pendapatan semakin baik pemilihan serta daya beli pangan keluarga. Hasil penelitian Jayarni & Sumarmi (2018) menunjukkan adanya hubungan antara pendapatan dengan status gizi ($p < 0,006 < \alpha$) yang berarti pendapatan keluarga sangat menentukan jenis pangan yang dibeli baik secara kuantitas maupun kualitas makanan.

Semakin rendah pendapatan, maka semakin sedikit variasi bahan pangan yang akan dibeli. Sebaliknya semakin besar pendapatan maka semakin banyak variasi makan yang akan dibeli. Apabila suatu rumah tangga semakin besar pangsa pengeluaran pangan untuk pangan berarti semakin rendah ketahanan pangannya. Sedangkan makin tinggi kesejahteraan suatu rumah tangga maka pangsa pengeluaran pangan rumah tangganya semakin kecil.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara pada bulan Januari tahun 2022, dari 20 responden yang diukur dan dihitung status gizinya berdasarkan IMT/U pada anak sekolah, didapatkan hasil status gizi anak kurus berjumlah 20%, gizi lebih 20% dan obesitas 10% sedangkan anak dengan status gizi normal berjumlah 50%.

Berdasarkan dari uraian diatas, peneliti juga ingin melihat apakah pendapatan orang tua pada anak sekolah SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara yang terletak di daerah pesisir pantai yang dimana pekerjaan orang tuanya sebagai nelayan, buruh, petani dan lainnya berhubungan terhadap asupan yang dikonsumsi anak sehingga dapat berdampak pada status gizi. Maka dari itu penulis tertarik melakukan penelitian untuk melihat apakah ada hubungan asupan zat gizi dan pendapatan keluarga dengan status gizi anak di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data secara sekaligus diambil pada waktu bersamaan. Penelitian dilakukan pada bulan April sampai Juni tahun 2022 yang akan dilaksanakan di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas IV, V dan VI di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara dengan total seluruh 88 orang. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling* jumlah sampel sebesar 50 siswa/siswi dengan rumus :

$$n = \frac{N \cdot Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot P(1-P)}{(N-1)d^2 + Z_{\frac{\alpha}{2}}^2 \cdot P(1-P)}$$

Data primer diperoleh dari pengukuran dan observasi untuk mengetahui status gizi yang diukur dengan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U) dengan pengukuran langsung menggunakan timbangan injak untuk berat badan dan *microtoise* untuk tinggi badan. Asupan zat gizi (energi, protein, lemak dan karbohidrat) untuk mengetahui asupan tersebut dengan cara wawancara dan observasional menggunakan form FFQ semi kuantitatif. Pendapatan keluarga juga diperoleh melalui wawancara dengan kuesioner. Uji statistik yang digunakan penelitian menggunakan *uji corelation pearson*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Berikut hasil uji univariat rata-rata indeks IMT/U pada anak SD Negeri Kabupaten Bengkulu Utara dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Gambaran Status Gizi pada Anak berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun,2022.

Variabel	Mean±	Median	SD	Min	Max
IMT/U	0,2896	-0,0850	1,834	-2.60	5.00

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata status gizi pada anak SD Negeri 120 Tahun 2022 yaitu 0,2896 (Normal-2 SD sd + 1 SD) dengan standar deviasi (SD) 1,834. Didapatkan nilai tertinggi 5.00 (Obesitas >+2SD) dan nilai terendah -2,60 (Gizi kurang -3SD sd <-2SD).

Gambaran Asupan Zat Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Tabel 2. Gambaran Asupan Zat Gizi (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat) pada Anak SDN 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Variabel	Mean±	Median	SD	Min	Max
Energi (kkal)	1392,7	1.361	2,008	1053	1850
Protein (gram)	37,86	35.20	1.1439	23.00	90.00
Asupan Lemak (gram)	66.67	62.35	2.6960	29.00	151
Asupan Kh (gr)	180	180,57	33,51	83,40	250

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa rata-rata asupan zat gizi yaitu energi pada anak SD Negeri 120 kabupaten Bengkulu Utara tahun 2022 yaitu 1392,7 kkal dengan standar deviasi (SD) 2,008. Asupan protein didapatkan rata-rata yaitu 37,86 gram dengan standar deviasi (SD) 1,1439. Asupan lemak didapatkan rata-rata yaitu 66,67 gram dengan standar deviasi (SD) 2,696. Asupankarbohidrat (Kh) didapatkan rata-rata sebanyak 180 gram dengan standar deviasi (SD) 33,51.

Gambaran Pendapatan Keluarga pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Tabel 3. Gambaran Pendapatan Keluarga pada Anak SDN 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Variabel	Mean±	Median	SD	Min	Max
Pendapatan	1.512000	1500.000	547.215	700.000	4000.000

Berdasarkan tabel 3. didapatkan bahwa rata-rata pendapatan keluarga pada anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara tahun 2022 yaitu Rp. 1.512.000 dengan standar deviasi (SD) 547,215.

Hubungan Asupan Zat Gizi (Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat) Dengan Status Gizi pada Anak SDN 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Tabel 4. Hubungan Asupan Zat Gizi (Energi, Protein, Lemak Dan Karbohidrat) dengan Status Gizi pada Anak SDN 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

status gizi	variabel	r	p
IMT/U	Energi	0,286	0,044
	Protein	0,307	0,030
	Lemak	0,182	0,205
	Karbohidrat	-0,115	0,427

Berdasarkan tabel 4. Menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsumsi asupan zat gizi protein dan energi pada anak sekolah dengan status gizi anak sekolah. Hal ini dibuktikan dengan *p value* 0.044 (<0.05) energi dan *p value* 0.030 (<0.05) protein . Hasil dari uji *Pearson Correlation* sebesar $r = 0,286$ energi dan sebesar $r = 0,307$, maka nilai ini menandakan hubungan yang sedang antara asupan protein dengan status gizi pada anak sekolah.

Berdasarkan hasil asupan zat gizi (lemak dan karbohidrat) dengan status gizi menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi lemak (*p value* 0,205) dan Karbohidrat (0.427). Hasil uji *pearson Correlation* didapatkan lemak $r = 0,182$ dan karbohidrat $r = -0.115$ yang berarti tidak ada hubungan asupan zat gizi (lemak dan karbohidrat) dengan status gizi memiliki dengan derajat hubungan yaitu korelasinya tak ada-lemah.

Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Tabel 5. Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

variabel	r	p
Hubungan pendapatan keluarga dengan Status Gizi	0,195	0,174

Berdasarkan hasil tabel 5 menunjukkan hasil yang diperoleh dari uji statistik bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pendapatan keluarga dengan status gizi anak sekolah didapatkan *p value* 0.174. Hasil kolerasi didapatkan $r = 0.195$ yang menandakan bahwa tidak ada hubungan antara kedua variabel tersebut yaitu pendapatan keluarga dengan status gizi memiliki derajat hubungan yaitu korelasinya tak ada-lemah.

PEMBAHASAN

Gambaran Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan pengukuran antropologi yang meliputi berat badan,

tinggi badan dan body mass index (BMI) atau Indeks massa tubuh (IMT) dapat juga dikatakan sebagai indikator didalam mengukur status gizi yang secara tidak langsung dapat menentukan besar komposisi tubuh dengan status gizi tertentu. Dari hasil penelitian yang didapatkan diketahui bahwa sebanyak 37 anak (74%) yang memiliki status gizi normal, gizi lebih 4 anak (8%), obesitas 7 anak (14%), dan gizi kurang 2 anak (4%) dari 50 anak dengan rata-rata IMT/U anak sekolah di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara yaitu 0,2896 termasuk gizi baik (normal – 2SD sd +1SD) menurut SK Kemenkes 2020. Faktor langsung yang dapat mempengaruhi status gizi anak sekolah yang dilihat dari Indeks Massa Tubuh yaitu asupan yang dimakan oleh anak. Banyaknya rata-rata anak sekolah yang memiliki indeks massa tubuh gizi baik dikarenakan asupan makan pada anak berhubungan dengan keteraturan makan anak cukup baik, sedangkan untuk anak yang memiliki gizi lebih sering membeli makanan yang tersedia di kantin sekolah seperti mie gelas, gorengan, nasi goreng, ciki-ciki serta minuman berkemasan.

Gambaran Asupan Zat Gizi (Energi, Protein, Lemak Dan Karbohidrat) pada Anak Sekolah.

Asupan zat energi berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara tahun 2022 dari seluruh sampel 50 anak didapatkan rata-rata asupan zat energi 1.392 kkal yang artinya masih kurang dibandingkan dengan kebutuhan energi berdasarkan AKG untuk anak laki-laki dan perempuan usia 9-12 tahun yaitu 1900-2000 kalori. Pada saat wawancara menggunakan form ffq-semi kuantitatif dengan sampel yang didapatkan konsumsi energi yang kurang yaitu seluruh sampel sebanyak 50 siswa-siawi (100%) kurangnya konsumsi energi dikarenakan anak-anak kurangnya mengkonsumsi makanan sumber energi, dimana sumber energi banyak terdapat pada beras, jagung, singkong, roti, mie, tepung, biskuit, dan lain-lain.

Asupan protein anak sekolah pada penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sebagian anak rata-rata mengkonsumsi protein masih kurang sebanyak 37,86 gram dari hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara siswa-siswi kelas IV, V dan V sumber protein yang ditanyakan yaitu protein hewani dan protein nabati.

Asupan zat gizi protein pada siswa-siswi ini dikatakan kurang dikarenakan kurangnya anak mengkonsumsi makanan sumber protein walaupun tinggal didaerah pesisir pantai, dimana sumber protein yang sering dikonsumsi yaitu pada daging ayam, telur dan ikan, sumber protein yaitu tahu, tempe dll. Kebutuhan protein berdasarkan AKG untuk laki-laki dan perempuan 9-12 tahun yaitu 50-55 gram. Asupan zat gizi lemak pada anak sekolah penelitian ini didapatkan rata-rata lebih yaitu 66,67 gram dibandingkan kebutuhan protein berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan laki-laki maupun perempuan usia 10-12 tahun yaitu 65 gram. Asupan karbohidrat pada penelitian ini didapatkan masih kurang tercukupi rata-rata yaitu 180 gram dibandingkan dengan anjuran angka kecukupan gizi (AKG) tahun 2020 usia 9-12 tahun laki-laki dan perempuan 280-300 kalori.

Asupan zat gizi karbohidrat berperan penting sebagai penyedia utama bagi tubuh. Jika anak mengalami kekurangan karbohidrat maka kebutuhan energi berkurang. Akibatnya, tubuh mencari alternatif zat gizi yang dapat menggantikan karbohidrat, yaitu lemak dan protein. Jika

terus menerus mengakibatkan tubuh menjadi kurus, jika kelebihan konsumsi karbohidrat menyebabkan suplai energi berlebih, energi berlebih disintesis menjadi lemak, sedangkan lemak yang tersedia didalam tubuh tidak terpakai untuk energi. Akibatnya penimbunan lemak dan mengakibatkan kegemukan atau obesitas.

Gambaran Pendapatan Keluarga pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Pendapatan keluarga anak SDN 120 Kabupaten Bengkulu Utara rata-rata masih rendah yaitu Rp. 1.512.000 dibandingkan gaji UMR Bengkulu per bulan yaitu Rp. 2.238.094. hasil ini dapat dipengaruhi oleh latar belakang pekerjaan dari orang tua anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara.

Hubungan Asupan Zat Gizi Energi dengan Status Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Setelah dilakukan uji normalitas data didapatkan data normal dan dilanjutkan analisis data menggunakan uji korelasi terlihat bahwa ada hubungan antara asupan zat gizi energi dengan status gizi pada anak. Dari hasil penelitian yang didapatkan diketahui bahwa sebanyak 37 anak (74%) yang memiliki status gizi normal , gizi lebih 4 anak (8%) , obesitas 7 anak (14%), dan gizi kurang 2 anak (4%) dari 50 anak . berdasarkan status gizi anak baik normal , gizi lebih, obesitas dan gizi kurang didapatkan asupan energi yang dikonsumsi masih kurang dengan nilai tertinggi 1850 kkal dibandingkan dengan angka kebutuhan energi berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG) untuk anak usia 9-12 tahun yaitu 1900-2000 kalori. Hal tersebut dapat dilihat dari asupan makan anak yang kurang bervariasi seperti sumber makanan pokok yang sering dikonsumsi nasi dan mie dan sedikit mengkonsumsi sumber makanan pokok lainnya dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu mengenai bahan makanan yang mengandung sumber energi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ermona & Wirjatmadi, (2018) mengatakan ketidakseimbangan pola konsumsi dapat mengakibatkan kurang maupun lebih zat gizi yang masuk dalam tubuh. Dimana kebiasaan anak yang lebih menyukai makanan yang cepat saji dan menyukai jajanan makanan yang mereka sukai. Jenis makanan yang biasanya dikonsumsi anak-anak adalah jenis jajanan yang banyak mengandung lemak dan energi. Asupan energi yang cukup tinggi dari asupan makanan akan disimpan sebagai lemak oleh tubuh dan dapat menyebabkan peningkatan berat badan pada anak (6).

Kekurangan energi terjadi apabila konsumsi energi melalui makanan kurang dari energi yang dikeluarkan, sehingga terganggunya keseimbangan energi yang mengakibatkan berat badan kurang. Bila terjadi pada bayi dan anak-anak dapat mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan. maka timbulnya gejala yang mengakibatkan anak gelisah, lemah, cengeng, kurang bersemangat dan penurunan daya tahan terhadap penyakit infeksi (7).

Status gizi sangat berpengaruh terhadap energi didalam tubuh untuk metabolisme basal maupun aktivitas fisik. Jika Status gizi seseorang kurang penggunaan energi untuk metabolisme basalnya lebih tinggi hal ini dilakukan agar tubuh tetap mempertahankan berat badan. Sebaliknya jika status gizi seseorang berlebih maka pengeluaran energi yang digunakan lebih besar untuk

aktivitas fisik. Hal Ini berkaitan dengan lebih tingginya usaha yang digunakan oleh individu dengan status gizi lebih dibandingkan dengan status gizi kurang (8).

Hubungan Asupan Zat Gizi Protein dengan Status Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi protein dengan status gizi pada anak sekolah. Sebagian besar sumber protein yang sering dikonsumsi responden dapat dilihat dari form ffq semi-kuantitatif seperti ikan, telur, ayam, tahu, tempe dan jumlah anak yang memiliki protein baik sebanyak 1 orang dengan status gizi obesitas dari 50 anak. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Makikama et al., (2017) menyatakan bahwa ada hubungan antara asupan zat gizi protein dengan status gizi. Asupan protein berperan penting didalam tubuh sebagai pengatur dan pembangun sel didalam tubuh. Anak sangat memerlukan asupan protein yang cukup jika asupan protein tidak terpenuhi dapat mengakibatkan anak mengalami defisiensi sehingga berpengaruh dalam jangka panjang yaitu terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak dan mempengaruhi pada status anak tersebut.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tomasoa dkk, 2021), ada hubungan antara asupan zat gizi protein dengan status gizi pada anak sekolah. Semakin cukup seseorang mengkonsumsi protein semakin baik status gizinya. Secara umum mutu protein hewani lebih baik dibanding protein nabati. Anak sekolah memerlukan zat gizi yang banyak salah satunya adalah asupan zat gizi protein dimana fungsi protein adalah untuk pertumbuhan, memperbaiki sel tubuh yang rusak dan sebagai cadangan energi jika terjadi kekurangan.

Asupan zat gizi protein pada anak sekolah mengalami peningkatan kebutuhan protein karena adanya proses pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat. Asupan protein yang cukup namun status gizi masih tergolong kurang disebabkan adanya gangguan sistem metabolisme. Metabolisme zat gizi tertentu jika tidak diserap sempurna oleh tubuh meskipun telah makan berbagai makanan yang nilai gizinya tinggi namun tidak diserap oleh tubuh maka terjadilah defisit zat gizi. Sedangkan jika asupan zat gizi yang dikonsumsi memenuhi angka kecukupan protein bagi tubuh, maka status gizi akan diperoleh normal. Jadi status gizi normal akan tercapai jika terpenuhnya konsumsi protein sesuai kebutuhan tubuh dan harus tetap diimbangi dengan asupan zat gizi lainnya, jika asupan zat gizi protein tinggi maka akan disimpan sebagai lemak dan dapat menyebabkan berat badan meningkat dan status gizi menjadi tidak normal (Tomasoa dkk, 2021).

Hubungan Asupan Zat Gizi lemak dengan Status Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Hasil penelitian ini di dapatkan tidak ada hubungan asupan zat gizi lemak dengan status gizi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dini dkk, (2017) dan (Damayanti dkk, 2020) yang menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi lemak dengan status gizi yang disebabkan karena porsi makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan. Menurut hasil penelitian (Damayanti dkk, 2020) tidak adanya hubungan asupan zat gizi lemak dengan status gizi

disebabkan ada faktor lain seperti pendapatan keluarga yang rendah. Pendapatan keluarga yang rendah dan jumlah keluarga yang dapat mempengaruhi daya beli konsumsi makanan untuk mencukupi kebutuhan asupan zat gizi.

Penelitian ini tidak sejalan dengan Dewi & Istianah, 2018 mengatakan kegemukan pada usia dini akan berpengaruh hingga dewasa. Mengonsumsi makanan yang tinggi lemak dapat mengakibatkan kejadian penyakit jantung koroner, selain itu mengonsumsi lemak secara berlebihan dapat meningkatkan berat badan atau obesitas dan meningkatnya resiko terkena kanker (13).

Asupan zat gizi lemak sebagian besar dapat mempengaruhi status gizi anak. Seperti halnya kecukupan energi, kecukupan lemak sebagian besar dipengaruhi oleh ukuran tubuh (terutama berat badan), usia atau tahap pertumbuhan dan perkembangan dan aktifitas. Lemak didalam tubuh yang didapatkan dari makanan berfungsi untuk meningkatkan jumlah energi dimana lemak didalam sistem pencernaan relatif lebih lama dibandingkan dengan protein dan karbohidrat yang dapat menimbulkan rasa kenyang lebih lama.

Hubungan Asupan Zat Gizi Karbohidrat dengan Status Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Setelah dilakukan uji korelasi pada penelitian ini, diketahui bahwa tidak ada hubungan antara asupan zat gizi karbohidrat dengan status gizi pada anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara. Hal ini Damayanti, Santaliani, Fathimah, & Nabawiyah (2020) disebabkan asupan sebagian responden kurang. Kekurangan asupan karbohidrat dikarenakan kurangnya variasi makanan sumber karbohidrat responden dengan bahan makanan.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan peneliti Ermona & Wirjatmadi, (2018) yang mengatakan terdapat hubungan antara asupan zat gizi karbohidrat dengan status gizi dikarenakan jumlah asupan karbohidrat yang masuk kedalam tubuh dapat meningkatkan jumlah energi yang secara signifikan. Karbohidrat adalah sumber energi bagi tubuh dan juga sumber energi bagi otak agar dapat bekerja secara optimal. Karbohidrat didalam proses pencernaan akan dipecah menjadi gula sederhana yaitu glukosa. Otak sangat perlu mendapatkan glukosa agar memudahkan untuk menerima saat proses belajar, serta sumber energi utama bagi otak untuk dapat bekerja secara optimal sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar pada siswa. Kekurangan karbohidrat dapat menyebabkan hipoglikemi yang dapat membuat tubuh menjadi lemah dan konsentrasi dalam belajar dan dapat menurunkan prestasi belajar pada siswa disekolah.

Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Status Gizi pada Anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022.

Setelah dilakukan analisis data menggunakan uji korelasi didapatkan *p-value* 0,174 yang berarti tidak ada hubungan antara pendapatan keluarga dengan status gizi di SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu utara, diketahui bahwa didapatkan rata-rata pendapatan keluarga masih dibawah UMR Bengkulu yaitu senilai Rp. 1.512.000,-.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (14) yang menyatakan tidak ada hubungan antara

pendapatan keluarga dengan status gizi. Pendapatan keluarga yang rendah belum tentu memiliki anak dengan status gizi kurang dikarenakan ibu yang bisa memanfaatkan lingkungan rumah dan sekitarnya untuk dapat mencukupi kebutuhan keluarga sehingga anak dapat memiliki status gizi yang normal. Penghasilan keluarga meningkat, maka mutu dari penyediaan lauk pauk akan meningkat. Sebaliknya, penghasilan yang rendah maka bisa menyebabkan daya beli yang rendah. Hal ini terjadi karena ibu bisa memanfaatkan perkarangan rumah dan diperkebunan untuk menanam bahan makanan yang mengandung nilai gizi untuk anaknya, dan beberapa suami ibu anak tersebut sering menangkap ikan atau memancing ikan dari hasil laut dan sungai untuk dikonsumsi sendiri sehingga gizi anak terpenuhi. Sedangkan responden yang memiliki gizi tidak normal disebabkan karena ibu tidak bisa mengelola keuangan dengan baik dan pengetahuan gizi yang kurang.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Astuti & Sakitri, (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pendapatan keluarga. Faktor yang dapat mempengaruhi dengan status gizi adalah umur, pendidikan, dan pekerjaan orang tua. Kemampuan keluarga untuk membeli bahan makanan yang akan dibeli juga tergantung besar kecilnya pendapatan keluarga. Keluarga dengan pendapatan rendah akan memilih jenis pangan yang kurang mutu dan keragaman pangan yang mengakibatkan kebutuhan asupan zat gizi didalam tubuh kurang sehingga dapat mempengaruhi keadaan gizi anak. Namun demikian tidak menutup kemungkinan bahwa keluarga yang berpenghasilan rendah dapat mengkonsumsi makanan yang mempunyai nilai gizi baik.

SIMPULAN

Ada hubungan bermakna energi dan protein dengan status gizi ($p = < 0,05$), namun lemak dan karbohidrat dengan status gizi ($p = > 0,05$) pada anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022 menunjukkan hal sebaliknya. Tidak ada hubungan pendapatan keluarga dengan status gizi pada anak SD Negeri 120 Kabupaten Bengkulu Utara Tahun 2022. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya, dapat memperluas variable yang digunakan untuk penelitian, seperti mengkaitkan asupan zat gizi mikro dengan status gizi pada anak gizi lebih.

DAFTAR PUSTAKA

1. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2. Vol. 5, Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2020. 55 p.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar 2013. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013. 306 p.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018;1–582.
4. Riskesdas Bengkulu. Laporan Provinsi Bengkulu RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;123.
5. Jayarni DE, Sumarmi S. Hubungan Ketahanan Pangan dan Karakteristik Keluarga dengan Status Gizi Balita Usia 2 – 5 Tahun (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonokusumo Kota Surabaya). *Amerta Nutr.* 2018;2(1):44.
6. Ermona NDN, Wirjatmadi B. Hubungan Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Dengan Status Gizi

- Lebih Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Sdn Ketabang 1 Kota Surabaya Tahun 2017. *Amerta Nutr.* 2018;2(1):97.
7. Limpeleh FV. Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Di Kompleks Pasar 45 Kota Manado. *Kesehat Masy Univ Sam Ratulangi Manad A.* 2016;05(2):4–7.
 8. Qamariyah B, Nindya TS. Hubungan Antara Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Total Energy Expenditure dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Amerta Nutr.* 2018;2(1):59.
 9. Makikama caren V, Kawatu PAT, Punuh MI, Kesehatan F, Universitas M, Ratulangi S. Hubungan Antara Asupan Protein Dengan Status Gizi Pada Anak Kelas 4 Dan 5 Sd Inpres Matungkas Kecamatan Dimembe Kabupaten Minahasa Utara. *Kesmas.* 2017;6(4):1–7.
 10. Tomaso VA, Dary D, Dese DC. Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2021;6(2).
 11. Dini N, Pradigdo S, Suyatno S. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi (Kadar Lemak Tubuh Dan Imt/U) Pada Siswa Sekolah Dasar (Studi Di Sekolah Dasar Negeri 01 Sumurboto Kota Semarang). *J Kesehat Masy.* 2017;5(1):301–6.
 12. Damayanti AY, Santaliani AD, Fathimah, Nabawiyah H. Hubungan Asupan Makronutrien Dan Uang Saku Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Gizi Prima (Frime Nutr Journal).* 2020;5:57–64.
 13. Dewi N, Istianah I. ACTIVITIES WITH NUTRITION STATUS IN EMPLOYEE OFFICES OF THE POLTEKKES KEMENKES JAKARTA II .2018;09:143–51.
 14. Rorong AP. Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken Kota Manado. *Kesmas.* 2019;8(2):15–21.
 15. Astuti RK, Sakitri G. Hubungan Antara Status Sosial Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah. *Avicenna J Heal Res.* 2018;1(2):13–26.