

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERMASALAHAN GIZI SISWA SEKOLAH DASAR

Dwi Siyamsih¹

¹Ekonomi Syariah, Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi
e-mail: dwisiyamsih@gmail.com

Abstrak

Permasalahan gizi ini merupakan masalah serius yang memengaruhi kesehatan masyarakat secara global. Kekurangan nutrisi tertentu seperti zat besi, vitamin A, vitamin D, atau asam folat dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Dalam penelitian faktor yang memengaruhi masalah gizi siswa sekolah dasar, peneliti dapat menggunakan berbagai metode penelitian untuk memahami hubungan antara faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah gizi tersebut. Studi Observasional, Studi Kasus Kontrol, Penelitian ini membantu dalam mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap masalah gizi di antara siswa sekolah dasar. Analisis Data Sekunder: Peneliti juga dapat menggunakan data sekunder, seperti data survei kesehatan nasional atau data sekolah, untuk menganalisis faktor-faktor yang berkaitan dengan masalah gizi siswa sekolah dasar. Hasil dalam penelitian ini bahwa permasalahan gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan rumah, pengetahuan gizi, pola makan, akses terhadap sumber gizi, dan pendidikan gizi di sekolah. Upaya untuk meningkatkan status gizi siswa memerlukan pendekatan yang holistik melalui intervensi yang melibatkan orang tua, sekolah, dan masyarakat secara keseluruhan.

Kata kunci: Permasalahan, Gizi, Siswa Sekolah Dasar

Abstract

These nutritional issues are serious problems that affect public health globally. Deficiencies in certain nutrients such as iron, vitamin A, vitamin D or folic acid can lead to various health problems. In the study of factors affecting the nutritional problems of primary school students, researchers can use various research methods to understand the relationship between the factors that contribute to the nutritional problems. Observational Studies, Case Control Studies, These studies help in identifying risk factors that contribute to nutritional problems among primary school students. Secondary Data Analysis: Researchers can also use secondary data, such as national health survey data or school data, to analyze factors related to nutritional problems among primary school students. The results in this study show that the nutritional problems of primary school students are influenced by various factors, including home environment, nutrition knowledge, diet, access to nutrition resources, and nutrition education at school. Efforts to improve students' nutritional status require a holistic approach through interventions involving parents, schools and the community as a whole.

Keywords : Problems, Nutrition, Primary School Students

1. Pendahuluan

Sumber daya manusia (SDM) mengacu pada semua individu yang bekerja untuk suatu organisasi atau perusahaan dan merupakan salah satu aset paling penting dalam mencapai tujuan dan kesuksesan organisasi. Sumber daya manusia juga mencakup tingkat pendidikan, pelatihan, dan pengalaman kerja individu. Semakin tinggi tingkat pendidikan dan pengalaman, biasanya semakin besar kontribusi individu terhadap organisasi. Penting untuk mengakui keberagaman dalam sumber daya manusia, termasuk perbedaan dalam latar belakang budaya, gender, dan lainnya. Mempromosikan keadilan dan inklusivitas di tempat kerja dapat meningkatkan kesejahteraan individu dan kinerja organisasi secara keseluruhan.

Sumber daya manusia juga mencakup aspek kesejahteraan fisik dan mental individu. Karyawan yang sehat secara fisik dan mental cenderung lebih produktif, berkinerja baik, dan berkontribusi secara positif terhadap lingkungan kerja. Gizi merujuk pada proses penerimaan, penyerapan, dan penggunaan nutrisi oleh tubuh untuk pertumbuhan, perkembangan, dan pemeliharaan fungsi tubuh yang optimal. Ini mencakup semua zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuh, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, serat, dan air. Gizi yang

baik penting untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan, serta mencegah berbagai penyakit dan masalah kesehatan.

Nutrisi adalah proses di mana tubuh menerima, menyerap, dan menggunakan nutrisi untuk menjaga kesehatan dan kinerja yang optimal. Nutrisi adalah zat yang dibutuhkan tubuh untuk pertumbuhan, perkembangan, dan berfungsinya organ tubuh. Nutrisi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh dan mencegah berbagai penyakit. Nutrisi yang kuat memberikan energi yang dibutuhkan untuk aktivitas sehari-hari, memperkuat sistem kekebalan tubuh, mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta menjaga kesehatan organ-organ vital.

Gizi merujuk pada semua zat makanan yang diperlukan oleh tubuh untuk menjalankan berbagai fungsi vital, seperti pertumbuhan, pemeliharaan jaringan, dan fungsi organ tubuh. Nutrisi yang adekuat sangat penting bagi kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Gizi yang baik mencakup konsumsi nutrisi yang seimbang, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Setiap jenis nutrisi memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan tubuh, mulai dari memberikan energi untuk aktivitas sehari-hari hingga mendukung fungsi sistem kekebalan tubuh.

Karbohidrat adalah sumber energi utama tubuh dan ditemukan dalam makanan seperti sereal, roti, nasi, dan pasta. Protein adalah bahan dasar untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh dan penting untuk proses metabolisme. Makanan yang mengandung sumber protein antara lain daging, ikan, telur, dan produk susu. Lemak adalah sumber energi cadangan dan penting untuk penyerapan vitamin tertentu. Lemak baik ditemukan dalam makanan seperti alpukat, kacang-kacangan, minyak zaitun, dan ikan berminyak. Vitamin dan mineral dibutuhkan dalam jumlah kecil tetapi penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Mereka terlibat dalam berbagai fungsi tubuh, seperti pembentukan tulang, menjaga sistem kekebalan tubuh, dan mengatur metabolisme. Makanan yang kaya akan vitamin dan mineral termasuk buah-buahan, sayuran, dan produk susu. Air sangat penting untuk menjaga tubuh tetap terhidrasi dan menjalankan berbagai fungsi fisiologis. Kekurangan air dapat mengganggu keseimbangan cairan tubuh dan menyebabkan dehidrasi. Mempelajari tentang nutrisi membantu dalam membuat pilihan makanan yang sehat dan menyadari dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang.

Peningkatan gizi merujuk pada upaya untuk meningkatkan asupan nutrisi yang adekuat bagi individu, keluarga, atau populasi secara keseluruhan. Tujuan utama dari peningkatan gizi adalah untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan melalui konsumsi makanan yang seimbang dan bergizi. Penting untuk memastikan bahwa masyarakat memiliki akses yang memadai terhadap makanan bergizi. Hal ini dapat melibatkan peningkatan akses terhadap sumber-sumber makanan sehat, termasuk memperluas jangkauan pasar makanan segar, mendukung petani lokal, dan memberikan bantuan pangan kepada keluarga yang membutuhkan. Peningkatan gizi juga melibatkan promosi praktik-praktik pemberian makanan yang sehat, terutama pada masa-masa kritis seperti periode laktasi dan pemberian makanan pendamping ASI kepada bayi dan balita. Monitoring dan evaluasi terhadap status gizi individu dan populasi penting untuk menentukan efektivitas program-program peningkatan gizi. Data yang diperoleh dari survei gizi dapat digunakan untuk mengidentifikasi masalah gizi dan merancang intervensi yang tepat. Peningkatan gizi adalah komponen penting dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup secara keseluruhan, serta mengurangi risiko penyakit terkait gizi seperti kurang gizi dan obesitas.

Gizi anak sekolah sangat penting karena masa pertumbuhan dan perkembangan anak adalah saat-saat kritis dalam pembentukan kebiasaan makan yang sehat dan memengaruhi kesehatan dan prestasi belajar mereka. Anak sekolah membutuhkan nutrisi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan fisik, kognitif, dan emosional mereka. Nutrisi yang mencukupi membantu mereka tetap fokus, aktif, dan berpartisipasi dalam kegiatan belajar dan ekstrakurikuler. Pola makan seimbang adalah kunci untuk memastikan anak sekolah mendapatkan semua nutrisi yang diperlukan. Ini termasuk konsumsi makanan dari semua kelompok makanan, seperti buah-buahan, sayuran, biji-bijian, protein (misalnya, daging, ikan, kacang-kacangan), dan produk susu. Sarapan merupakan waktu yang sangat penting bagi anak sekolah karena memberikan energi yang dibutuhkan untuk memulai hari dengan baik.

Sarapan yang sehat sebaiknya mengandung campuran karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, serat, dan vitamin serta mineral. Anak-anak sekolah sebaiknya dihindari dari makanan dan minuman yang tinggi gula tambahan, lemak jenuh, dan rendah serat, serta makanan cepat saji yang cenderung rendah nutrisi. Penting untuk memastikan bahwa anak-anak sekolah terhidrasi dengan baik. Kekurangan cairan dapat mengganggu konsentrasi dan kinerja belajar mereka. Anak sekolah sebaiknya mengonsumsi air secara teratur sepanjang hari. Perkembangan dan pertumbuhan pada masa sekolah merupakan topik yang luas dan kompleks, meliputi berbagai aspek fisik, kognitif, emosional, sosial, dan moral.

Pada masa sekolah, anak-anak mengalami pertumbuhan fisik yang pesat, termasuk peningkatan tinggi badan, berat badan, dan perkembangan organ tubuh. Anak-anak sekolah mengalami perkembangan kognitif yang signifikan, seperti kemampuan berpikir abstrak, memecahkan masalah, dan mengelola informasi dengan lebih kompleks. Perkembangan emosional pada masa sekolah melibatkan pengalaman fluktuasi suasana hati, kecemasan, dan pembelajaran mengelola emosi dengan sehat. Anak-anak pada masa sekolah belajar membangun hubungan sosial yang kompleks dengan teman sebaya, mengembangkan keterampilan sosial, dan memahami norma sosial. Anak-anak sekolah mulai memahami konsep moral seperti keadilan, empati, dan tanggung jawab. Pertumbuhan intelektual pada masa sekolah melibatkan pengembangan minat, bakat, eksplorasi bidang pengetahuan, dan keterampilan akademik.

Data untuk laporan ini diperoleh melalui survei gizi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jambi pada bulan Juni-September 2023. Sampel yang digunakan merupakan siswa sekolah dasar dari berbagai kabupaten/kota di Provinsi Jambi. Dari 3000 siswa yang disurvei, berdasarkan indeks masa tumbuh ada 10 persen untuk kategori kurus, untuk 70 persen dalam kategori normal sedang untuk 20 persen dalam kategori gemuk. Rata-rata untuk asupan buah dan sayur perhari 2 porsi, konsumsi makanan bergizi rendah atau cepat saji 30 persen siswa mengonsumsi lebih dari 2 kali seminggu, sedangkan untuk minuman manis 40 persen siswa mengonsumsi setiap hari.

Kekurangan gizi atau malnutrisi terjadi ketika tubuh tidak mendapatkan jumlah nutrisi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan fungsionalnya. Penyebab langsung kekurangan gizi dapat bervariasi tergantung pada faktor-faktor individu, lingkungan, dan sosial. Salah satu penyebab utama kekurangan gizi adalah kurangnya asupan makanan yang mengandung nutrisi penting seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, kemiskinan, atau ketidakmampuan membeli makanan yang cukup. Konsumsi makanan yang tinggi lemak jenuh, gula tambahan, atau makanan olahan yang rendah nutrisi dapat mengganggu keseimbangan nutrisi dalam tubuh, menyebabkan kelebihan energi namun kekurangan nutrisi esensial. Kekurangan gizi atau malnutrisi dapat memiliki berbagai ciri yang mengindikasikan ketidakseimbangan nutrisi dalam tubuh. Kekurangan gizi seringkali menyebabkan penurunan berat badan yang signifikan, terutama jika kondisi tersebut berlanjut dalam jangka waktu yang lama.

Pada anak-anak, kekurangan gizi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang serius. Pada anak-anak, kekurangan gizi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang serius. Kekurangan gizi dapat mengganggu fungsi tubuh secara keseluruhan, termasuk sistem kekebalan tubuh yang melemah, meningkatkan risiko infeksi, dan mengganggu fungsi organ vital. Kekurangan gizi dapat memengaruhi penampilan fisik, termasuk kulit dan rambut yang kusam, kering, dan rapuh. Kekurangan zat besi, vitamin B12, atau asam folat dapat menyebabkan anemia, yang ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah atau hemoglobin dalam darah. Kekurangan gizi dapat menyebabkan gangguan kognitif, termasuk kesulitan berkonsentrasi, penurunan daya ingat, dan masalah belajar.

2. Metode

Dalam penelitian faktor yang memengaruhi masalah gizi siswa sekolah dasar, peneliti dapat menggunakan berbagai metode penelitian untuk memahami hubungan antara faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah gizi tersebut. Studi Observasional: Metode ini melibatkan pengamatan langsung terhadap siswa sekolah dasar untuk mengidentifikasi pola makan, kebiasaan makan, aktivitas fisik, dan faktor-faktor lingkungan yang mungkin

mempengaruhi status gizi mereka. Observasi dapat dilakukan secara langsung di sekolah atau di rumah. Studi Kasus Kontrol: Metode ini membandingkan siswa yang mengalami masalah gizi dengan siswa yang memiliki status gizi normal. Penelitian ini membantu dalam mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap masalah gizi di antara siswa sekolah dasar. Analisis Data Sekunder: Peneliti juga dapat menggunakan data sekunder, seperti data survei kesehatan nasional atau data sekolah, untuk menganalisis faktor-faktor yang berkaitan dengan masalah gizi siswa sekolah dasar. Data sekunder ini dapat memberikan wawasan tambahan tentang tren dan pola masalah gizi di tingkat populasi. Data untuk laporan ini dikumpulkan dari catatan kesehatan sekolah, wawancara dengan tenaga pendidik dan orang tua siswa, serta hasil survei gizi yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Jambi.

3. Hasil dan Pembahasan

Masalah nutrisi ini merupakan masalah serius yang mempengaruhi kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Kekurangan nutrisi tertentu, seperti zat besi, vitamin A, vitamin D, atau asam folat, dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Kegemukan dan obesitas: Kondisi ini diakibatkan oleh konsumsi makanan berkalori tinggi dan gaya hidup yang kurang gerak. Kekurangan zat besi dalam makanan dapat menyebabkan anemia, yang ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah atau hemoglobin dalam darah.

Masalah gizi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk pola makan yang tidak seimbang, terbatasnya akses terhadap makanan bergizi, kondisi ekonomi, kebiasaan makan yang buruk, dan kurangnya pengetahuan tentang gizi yang baik. Pemecahan masalah gizi membutuhkan upaya bersama dari individu, masyarakat, pemerintah dan organisasi terkait untuk meningkatkan akses terhadap makanan bergizi, mengedukasi tentang pentingnya pola makan yang seimbang, dan mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memilih dan mengonsumsi makanan. Masalah gizi adalah ketidakseimbangan antara asupan gizi yang dibutuhkan tubuh dan asupan gizi yang sebenarnya dikonsumsi oleh tubuh. Masalah gizi dapat disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan zat gizi tertentu..

Secara klasik, nutrisi dikaitkan dengan kesehatan tubuh (suplai energi, pembangunan, pemeliharaan jaringan tubuh, pengaturan proses-proses vital tubuh). Saat ini, gizi tidak hanya dikaitkan dengan kesehatan, tetapi juga dengan potensi ekonomi seseorang, karena gizi berkaitan dengan perkembangan otak, kemampuan belajar dan produktivitas kerja. Di Indonesia, di antara faktor-faktor lainnya, gizi dianggap sebagai salah satu faktor pendorong pembangunan yang penting, terutama dalam hal pengembangan kualitas sumber daya manusia.

Gizi adalah ukuran keadaan tubuh seseorang yang dapat dibaca dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat di dalam tubuh. Status gizi adalah suatu keadaan yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan zat-zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat-zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda tergantung dari usia, jenis kelamin, aktivitas sehari-hari, berat badan dan lain sebagainya.

Pengelompokan Zat Gizi Menurut Kebutuhan.

1. Karbohidrat

Karbohidrat, yang juga disebut pati, tepung atau gula, adalah zat yang tersusun atas unsur karbon (C), hidrogen (H) dan oksigen (O). Di dalam tubuh, karbohidrat dibakar untuk menghasilkan energi atau panas. Satu gram karbohidrat menghasilkan empat kalori. Bergantung pada ukuran molekul karbohidrat, mereka dapat dibagi menjadi tiga molekul karbohidrat: monosakarida, disakarida, dan polisakarida. Sumber energi karbohidrat diperlukan untuk bekerja, respirasi, dan tujuan lainnya. Karbohidrat terutama ditemukan pada tanaman, seperti beras, jagung, kentang, gandum, dan ubi jalar.

2. Protein

Protein adalah senyawa kimia yang mengandung unsur C, H, O, N dan terkadang unsur P dan S. Tergantung pada sumber atau asalnya, protein dibagi menjadi protein nabati (nabati),

seperti kacang-kacangan, tahu, tempe, kedelai, dan gandum, serta protein hewani, seperti daging, telur, susu, keju, dan ikan. 1 gram protein menyediakan 4 kalori. Protein diperlukan untuk pembentukan dan perbaikan semua jaringan tubuh, seperti darah, enzim, hormon, kulit, rambut, dan kuku.

3. Lemak

Lemak merupakan senyawa kimia yang mengandung unsur C, H dan O. Umumnya ditemukan pada lauk pauk (daging berlemak) dan minyak (minyak goreng). Satu gram lemak mengandung sembilan kalori dalam tubuh. Fungsi utama lemak adalah memberikan energi pada tubuh. Lemak juga merupakan pelarut berbagai vitamin yaitu vitamin A, D, E dan K. Bahan makanan yang banyak mengandung lemak memberikan rasa kenyang dalam waktu yang lama, dan lemak juga memberikan rasa gurih pada makanan.

4. Mineral

Mineral merupakan senyawa organik yang mempunyai peranan penting dalam tubuh. Unsur-unsur mineral adalah karbon (C), hydrogen (H), oksigen (O), dan nitrogen (N), selain itu mineral juga mempunyai unsur kimia lainnya, yaitu kalsium (Ca), Klorida (Cl), besi (Fe), magnesium (Mg), fosfor (P), kalium (K), natrium (Na), sulfur (S). Mineral dibutuhkan tubuh sebagai zat pembangun dan zat pelindung. Banyak terdapat dalam lauk pauk atau sayuran, misalnya Fe (zat besi) terdapat dalam bayam, kangkung, dan katuk, telur dan sayuran hijau lainnya.

5. Vitamin

Vitamin adalah senyawa organik yang terdapat dalam jumlah yang sangat sedikit di dalam makanan dan sangat penting peranannya dalam reaksi metabolisme. protein, lemak, dan karbohidrat. Menurut sifatnya vitamin digolongkan menjadi dua, yaitu vitamin larut dalam lemak vitamin A, D, E, dan K, dan vitamin yang larut dalam air yaitu vitamin B dan C. Vitamin termasuk kelompok zat pengatur pertumbuhan dan pemeliharaan kehidupan. Tiap vitamin mempunyai tugas spesifik di dalam tubuh.

6. Air

Air merupakan komponen terbesar dalam struktur tubuh manusia, kurang lebih 60- 70 % berat badan orang dewasa berupa air, sehingga air sangat diperlukan oleh tubuh. air merupakan bahan yang sangat penting bagi kehidupan manusia dan fungsinya tidak dapat tergantikan oleh senyawa lain. Fungsi air adalah pembentuk cairan tubuh, alat pengangkut unsur-unsur gizi, pengatur panas tubuh dan pengangkut sisa oksidasi dari dalam tubuh.

Anak usia sekolah dasar merupakan masa terakhir masa kanak-kanak, yang sebagian besar berusia antara enam hingga dua belas tahun. Usia sekolah dasar ditandai dengan dimulainya anak memasuki sekolah dasar, dan juga dimulainya sejarah baru dalam kehidupannya yang dapat mempengaruhi dan mengubah pengetahuan dan sikapnya.

Anak usia sekolah mempunyai kebutuhan yang relatif lebih besar dibandingkan anak di bawah usianya karena pertumbuhannya akan lebih cepat pada masa ini, terutama seiring bertambahnya tinggi badannya. Kebutuhan gizi anak laki-laki dan anak perempuan juga berbeda, karena anak laki-laki lebih banyak berolahraga sehingga membutuhkan lebih banyak protein dan zat besi. Usia ini disebut dengan kelompok anak sekolah yang biasanya banyak mendapat perhatian dan aktivitas di luar rumah, sehingga seringkali membuat mereka lupa makan. Untuk memenuhi kebutuhan tubuh dan memudahkan menerima pelajaran di sekolah, perlu diperhatikan asupan.

Kebutuhan energi anak didasarkan pada kebutuhan energi untuk metabolisme basal, laju pertumbuhan dan aktivitas. Kebutuhan protein anak meliputi pemeliharaan jaringan, perubahan komposisi tubuh, dan pembentukan jaringan baru. Fungsi terpenting pada anak adalah protein untuk pertumbuhan, karena kekurangan protein mengakibatkan lambatnya pertumbuhan dan ketidakmampuan mencapai kesehatan dan pertumbuhan normal. Lemak merupakan zat gizi yang berperan sebagai sumber energi, penyerapan berbagai vitamin dan memberikan rasa nikmat serta kepuasan terhadap makanan. Selain itu, lemak berperan dalam pertumbuhan, terutama pada komponen membran sel dan sel otak. Lemak yang penting untuk tumbuh kembang anak adalah asam lemak linoleat dan asam lemak alfa-linoleat. Selain itu, terdapat vitamin dan mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah lebih sedikit dibandingkan protein, lemak, dan karbohidrat, namun sangat penting bagi tubuh. Keduanya mengatur

keseimbangan antara kerja tubuh dan kesehatan secara keseluruhan. Banyak sekali permasalahan kesehatan yang terjadi pada anak usia sekolah dasar, namun yang paling banyak terjadi adalah permasalahan keseimbangan gizi. Masalah gizi dapat terjadi karena beberapa faktor, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan orang tua, penyakit menular, dan pendapatan keluarga. Gizi buruk adalah suatu kondisi kesehatan yang terjadi akibat kekurangan atau ketidakseimbangan zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk tumbuh kembang, beraktivitas, berpikir dan segala sesuatu yang berhubungan dengan kehidupan.

Kurang nutrisi atau gizi biasanya diawali dengan rendahnya asupan energi dan protein yang terjadi dalam jangka waktu lama. Menurut Kementerian Gizi dan Kesehatan, penyakit gizi buruk dibagi menjadi dua kategori, yaitu golongan yang terdiri dari penyakit gizi buruk primer, misalnya defisiensi zat gizi esensial tertentu, seperti defisiensi vitamin C yang menyebabkan pasien mengalami gejala penyakit kudis. Kategori kedua menyangkut penyakit malnutrisi sekunder, misalnya penyakit akibat penyerapan zat gizi atau gangguan metabolisme.

Kurang Nutrisi atau gizi akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan fisik dan mental. Terjadi keterlambatan tumbuh kembang yang sulit disembuhkan. Selain itu, anak yang mengalami gizi buruk akan mempunyai kesempatan belajar, bekerja, dan berperilaku yang lebih terbatas dibandingkan dengan anak normal. Akibat yang lebih serius dari kekurangan gizi adalah timbulnya kecacatan, penyakit dan kematian. Jika gizi buruk berlangsung lama maka terjadilah gizi buruk. Dalam keadaan ini dapat menimbulkan kwashiorkor dan marasmus yang biasanya disertai dengan penyakit lain seperti diare, infeksi, penyakit pencernaan, infeksi saluran pernafasan atas, anemia dan lain-lain.

Permasalahan gizi siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan rumah, pengetahuan gizi, pola makan, akses terhadap sumber gizi, dan pendidikan gizi di sekolah. Upaya untuk meningkatkan status gizi siswa memerlukan pendekatan yang holistik melalui intervensi yang melibatkan orang tua, sekolah, dan masyarakat secara keseluruhan.

7. Simpulan dan Saran

Berisi simpulan dan saran. Simpulan memuat jawaban atas pertanyaan penelitian. Saran-saran mengacu pada hasil penelitian dan berupa tindakan praktis, sebutkan untuk siapa dan untuk apa saran ditujukan. Ditulis dalam bentuk essay, bukan dalam bentuk numerikal.

Daftar Pustaka

Arisman, MB. 2004. Gizi Dalam Kehidupan. Jakarta: EGC

Bad Referensi: Black, Robert E., et al. "Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries." *The Lancet*, vol. 382, no. 9890, 2013, pp. 427-451.

Berk, Laura E. *Child Development*. Pearson, 2019.

Black, R. E., Allen, L. H., Bhutta, Z. A., Caulfield, L. E., de Onis, M., Ezzati, M., ... & Rivera, J. (2008). Maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences. *The lancet*, 371(9608), 243-260.

Black, Robert E., et al. "Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries." *The Lancet*, vol. 382, no. 9890, 2013, pp. 427-451.

Bucher, Charles A., et al. "Child and Adolescent Development and Behavioral Health." *Essentials of Public Health Biology: A Guide for the Study of Pathophysiology*, Jones & Bartlett Learning, 2018.

Caulfield, Laura E., et al. "Undernutrition as an underlying cause of child deaths associated with diarrhea, pneumonia, malaria, and measles." *The American Journal of Clinical Nutrition*, vol. 80, no. 1, 2004, pp. 193-198.

Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. "Laporan Survei Gizi Siswa Sekolah Dasar Tahun 2023."

- Gropper, S.S., Smith, J.L., Groff, J.L. 2016. *Advanced Nutrition and Human Metabolism*. Cengage Learning.
- Gropper, S.S., Smith, J.L., Groff, J.L. 2016. *Advanced Nutrition and Human Metabolism*. Cengage Learning.
- Harahap, H. T. D., Tanjung, R. D. S., & Nasution, F. 2023. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Asupan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Tumbuh Kembang ANAK. *Jurnal Keperawatan Priority*, 6(1), 19-28.
- Ibnu, Fajar. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Killen, Melanie, and Judith G. Smetana, editors. *Handbook of Moral Development*. Psychology Press, 2006.
- Mahan, L.K., Raymond, J.L., Escott-Stump, S. 2016. *Krause's Food & the Nutrition Care Process*. Elsevier Health Sciences.
- Mahan, L.K., Raymond, J.L., Escott-Stump, S. 2016. *Krause's Food & the Nutrition Care Process*. Elsevier Health Sciences.
- Mubarak, Wahit Iqbal. 2001. *Kebutuhan Dasar Manusia*.
- Piaget, Jean. 2014. *The Psychology of Intelligence*. Routledge.
- Referensi: Anderson, James W., et al. "Health benefits of dietary fiber." *Nutrition Reviews*, vol. 67, no. 4, 2009, pp. 188-205.
- Referensi: Ng, Marie, et al. "Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013." *The Lancet*, vol. 384, no. 9945, 2014, pp. 766-781.
- Referensi: Stevens, Gregory A., et al. "Global, regional, and national trends in haemoglobin concentration and prevalence of total and severe anaemia in children and pregnant and non-pregnant women for 1995–2011: a systematic analysis of population-representative data." *The Lancet Global Health*, vol. 1, no. 1, 2013, pp. e16-e25. an Pusat Statistik Provinsi Jambi. "Statistik Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2023."
- Shrimpton, R., Rokx, C., & Stunting, B. W. G. 2013. Economic impacts. In *Disease Control Priorities in Developing Countries* (3rd ed., Vol. 2, pp. 47-68). The International Bank for Reconstruction and Development / The World Bank.
- Smolin, L.A., Grosvenor, M.B. 2017. *Nutrition: Science and Applications*. John Wiley & Sons.
- Whitney, E.N., Rolfes, S.R. 2016. *Understanding Nutrition*. Cengage Learning.