

Original Article



Hubungan Pola Asuh dan Pola Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Sd Negeri 2 Jagapati Badung

The Relationship Between Parenting Style and Fast Food Consumption Patterns with Nutritional Status of Elementary School Children in Sd Negeri 2 Jagapati Badung

Ni Putu Sintya Widyasari¹, I Putu Suiraoka², Ni Nengah Ariati²

^{1,2,3} Program Studi Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Denpasar
sintyawidyasari45@gmail.com

Informasi Artikel

Submit: 12 – 05 – 2026

Diterima: 29 – 07 – 2026

Dipublikasikan: 20 – 08 – 2026

ABSTRACT

Nutritional status is an important indicator of the growth and development of elementary school children. Parenting style and fast-food consumption patterns are factors that may influence children's nutritional status. This study aimed to determine the relationship between parenting style and fast-food consumption patterns with the nutritional status of elementary school children at SD Negeri 2 Jagapati Badung. This analytical observational study employed a cross-sectional design. The study population consisted of 160 students in grades IV, V, and VI, with 62 students selected using simple random sampling. Data were collected through anthropometric measurements, a modified Parenting Authority Questionnaire-Revised (PAQ-R), and a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ). Chi-square analysis showed no significant relationship between parenting style and fast-food consumption patterns ($p=0.080$). However, a significant relationship was found between fast-food consumption patterns and nutritional status ($p=0.006$), with children who had unhealthy fast-food consumption patterns tending to have overweight or obesity. In conclusion, fast-food consumption patterns were associated with the nutritional status of elementary school children, whereas parenting style was not associated with fast-food consumption patterns. Nutrition education promoting healthy eating habits should be strengthened to support optimal nutritional status among elementary school children.

Keywords: parenting style, fast food consumption patterns, nutritional status

ABSTRAK

Status gizi anak sekolah dasar merupakan indikator penting dalam menilai pertumbuhan dan perkembangan anak. Pola asuh orang tua dan pola konsumsi *fast food* merupakan faktor yang dapat memengaruhi status gizi anak. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pola asuh dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati Badung. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 160 siswa kelas IV, V, dan VI, dengan sampel

*Alamat Penulis Korespondensi:
Ni Putu Sintya Widyasari.;
Poltekkes Kemenkes Denpasar, Jl.
Gemitir No. 72 Denpasar Timur,
Bali, Indonesia 80237.
Phone: 087754127886.
Email:
sintyawidyasari45@gmail.com

sebanyak 62 siswa yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri, kuesioner modifikasi PAQ-R, dan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ). Hasil uji *chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pola asuh dengan pola konsumsi *fast food* ($p=0,080$). Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar ($p=0,006$), di mana anak dengan pola konsumsi *fast food* tidak baik cenderung memiliki status gizi lebih dan obesitas. Disimpulkan bahwa pola konsumsi *fast food* berhubungan dengan status gizi anak sekolah dasar, sedangkan pola asuh tidak berhubungan dengan pola konsumsi *fast food*. Edukasi mengenai pola makan sehat perlu ditingkatkan untuk mendukung status gizi yang optimal pada anak sekolah dasar.

Kata kunci: pola asuh, pola konsumsi *fast food*, status gizi

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang rentan mengalami masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Pada masa ini anak memerlukan asupan gizi yang seimbang untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan mental, serta aktivitas belajar. Kekurangan maupun kelebihan gizi dapat berdampak terhadap kesehatan dan perkembangan anak di masa mendatang (1). Malnutrisi meningkatkan kemungkinan terganggunya perkembangan intelektual, mental, dan fisik anak (2).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anak usia 5–12 tahun yang mengalami gizi kurang sebesar 11%, sedangkan prevalensi obesitas mencapai 11,9%. Provinsi Bali termasuk daerah dengan prevalensi kelebihan gizi yang cukup tinggi, yaitu sebesar 14,9% pada anak sekolah (3). Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah status gizi pada anak sekolah masih menjadi perhatian kesehatan masyarakat. Status gizi anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya pola konsumsi *fast food* dan pola asuh orang tua. Konsumsi *fast food* yang tinggi energi, lemak, gula, dan rendah serat dapat meningkatkan risiko *overweight* dan obesitas pada anak. Selain itu, pola asuh orang tua berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan anak, termasuk dalam pemilihan jenis makanan dan pengawasan pola makan sehari-hari (4) Status gizi seseorang juga dapat dipengaruhi oleh ketidaktahuan dan keyakinan yang salah tentang kebutuhan makanan dan nilai gizi (5)

SD Negeri 2 Jagapati merupakan sekolah yang berada di Kecamatan Abiansemai, Kabupaten Badung, dengan akses yang cukup dekat terhadap berbagai gerai *fast food* lokal maupun *western*. Berdasarkan studi pendahuluan, kantin sekolah juga masih menyediakan makanan cepat saji dan minuman manis. Hasil wawancara terhadap siswa menunjukkan adanya anak dengan gizi lebih maupun gizi kurang. Kondisi tersebut menunjukkan adanya potensi hubungan antara pola konsumsi *fast food* dan status gizi anak sekolah dasar. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan pola asuh dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati Badung. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait faktor-faktor yang memengaruhi status gizi anak sekolah dasar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk menilai status gizi anak sekolah dasar, mengidentifikasi pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, serta mengidentifikasi pola konsumsi *fast food* pada anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola asuh dengan pola konsumsi *fast food* anak sekolah dasar, serta menganalisis hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik yang menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*). Melalui pendekatan ini, pengumpulan data untuk variabel independen dan variabel dependen dilakukan secara simultan dengan melakukan observasi serta pencatatan terhadap gejala yang muncul pada objek penelitian pada satu waktu tertentu.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 2 Jagapati dengan melibatkan murid-murid di sekolah tersebut sebagai partisipan utama. Seluruh rangkaian kegiatan pengambilan data lapangan dilakukan pada bulan Desember 2025. Izin penelitian diterbitkan oleh Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung dengan nomor rekomendasi 1348/SKP/DPMPTSP/VII/2025 tanggal 29 Juli 2025. Rekomendasi etik penelitian dari komisi etik penelitian kesehatan Poltekkes Kemenkes Denpasar dengan nomor DP.04.02/F.XXXII.25/775/2025 tanggal 17 Juli 2025.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa SD Negeri 2 Jagapati yang berjumlah 160 orang. Penentuan besar sampel dilakukan menggunakan rumus Notoatmodjo, yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Rumus 1. Hitung Besar sampel

Dengan tingkat kepercayaan (d) sebesar 0,1, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 62 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, di mana pemilihan dilakukan secara acak melalui undian terhadap siswa kelas IV, V, dan VI, dengan distribusi hasil sebanyak 9 siswa kelas IV, 26 siswa kelas V, dan 27 siswa kelas VI. Subjek penelitian dipilih berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi siswa yang terdaftar aktif di kelas IV, V, dan VI, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, mampu berkomunikasi secara aktif, serta bersedia menjadi sampel dengan menandatangani formulir *informed consent*. Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah siswa yang tidak hadir saat pengambilan data dilakukan serta siswa yang menunjukkan penyimpangan atau kelainan fisik saat dilakukan pengukuran status gizi.

Prosedur

Prosedur penelitian ini diawali dengan tahap persiapan yang meliputi pelaksanaan studi pendahuluan pada Maret 2025, pengajuan proposal, serta pengurusan izin penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung. Selain itu, peneliti memperoleh persetujuan etik (*ethical approval*) dengan nomor DP.04.02/F.XXXII.25/775/2025 dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Denpasar untuk menjamin keamanan dan hak subjek penelitian. Pada tahap pelaksanaan, pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dengan bantuan enumerator dari Jurusan Gizi yang telah mendapatkan pelatihan khusus guna menyamakan persepsi dan teknis pengambilan data di lapangan.

Data primer diperoleh melalui serangkaian prosedur teknis yang dimulai dengan pengisian formulir identitas sampel melalui wawancara langsung. Prosedur antropometri dilakukan untuk menentukan status gizi melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan. Penimbangan berat badan menggunakan timbangan injak digital dengan ketelitian 0,01 kg, di mana subjek berdiri tegak tanpa alas kaki dan berpakaian minimal. Pengukuran tinggi badan dilakukan menggunakan *microtoise* dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0,1 cm, dengan memastikan posisi tumit, bokong, tulang belikat, dan bagian belakang kepala subjek menempel pada dinding sesuai garis *Frankfort*.

Selanjutnya, data pola asuh dikumpulkan melalui pengisian kuesioner mandiri oleh siswa menggunakan instrumen modifikasi *Parental Authority Questionnaire-Revised* (PAQ-R) yang terdiri dari 15 pernyataan dengan skala Likert 3 poin untuk mengidentifikasi dominansi pola asuh demokratis, otoriter, dan permisif. Informasi mengenai pola konsumsi *fast food* digali melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) guna mencatat jenis, frekuensi, dan porsi makan dalam satuan ukuran rumah tangga (URT) yang kemudian dikonversi ke satuan gram dan nilai energi (kkal) selama periode satu minggu terakhir.

Seluruh data yang terkumpul melalui tahap pengolahan yang mencakup penyuntingan (*editing*), pengkodean (*coding*), dan pembersihan data (*cleaning*) sebelum dilakukan analisis univariat dan bivariat. Integritas penelitian dijaga melalui penerapan prinsip etika yang meliputi kerahasiaan data (*confidentiality*), keadilan dalam perlakuan subjek (*justice*), serta penghormatan terhadap martabat manusia (*respect for person*) yang diwujudkan melalui pemberian lembar persetujuan (*informed consent*) kepada subjek dan wali sebelum pengambilan data dimulai.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer meliputi identitas sampel, status gizi, pola asuh, pola konsumsi *fast food*, serta jumlah siswa kelas IV, V, dan VI yang diperoleh melalui wawancara langsung, pengukuran antropometri, dan pengisian kuesioner. Data sekunder berupa gambaran umum SD Negeri 2 Jagapati diperoleh melalui pencatatan data sekolah. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi formulir identitas sampel, kuesioner modifikasi *Parental Authority Questionnaire-Revised* (PAQ-R), formulir *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), *microtoise*, timbangan digital, *food model*, dan buku foto makanan. Pengumpulan data dilakukan dengan bantuan enumerator yang telah diberikan pelatihan sebelumnya. Pengukuran berat badan dilakukan menggunakan timbangan digital, tinggi badan menggunakan *microtoise*, data pola asuh dikumpulkan menggunakan kuesioner PAQ-R, sedangkan data pola konsumsi *fast food* diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir SQ-FFQ.

Teknik Analisis Data

Para enumerator yang merupakan bagian dari Jurusan Gizi, Program Studi Gizi dan Dietetika, Program Sarjana Terapan, Politeknik Kesehatan Denpasar membantu pengumpulan data pada penelitian ini. Para enumerator ini bertugas mendistribusikan kuesioner serta menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan sampel. Para enumerator ini sebelumnya telah menerima pelatihan untuk memahami isi survei. Untuk mencegah kesalahan dalam pengisian kuesioner, mereka memberikan penjelasan yang ringkas dan jelas kepada sampel yang tidak memahami selama proses penelitian berlangsung.

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya diolah melalui tahap editing, coding, dan cleaning. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian seperti pola asuh, pola konsumsi *fast food*, dan status gizi anak, kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh dan pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil analisis dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$ (6).

HASIL

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 2 Jagapati yang berlokasi di Banjar Jabejero, Desa Jagapati, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung, Provinsi Bali. Sekolah ini menerapkan sistem *full day school* dengan kegiatan belajar mengajar dari pagi hingga sore hari. Lokasi sekolah berada di wilayah pemukiman yang memungkinkan siswa mengakses berbagai jenis gerai makanan cepat saji, baik lokal maupun mancanegara, dalam radius ± 3 kilometer.

Karakteristik Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 62 orang siswa kelas IV, V, dan VI. Mayoritas sampel berjenis kelamin laki-laki (64,5%) dan didominasi oleh kelompok umur 11 tahun (54,8%). Sebagian besar orang tua sampel bekerja sebagai pegawai swasta (56,5%) dengan tingkat pendidikan terakhir didominasi oleh lulusan SMA/K/Sederajat sebanyak 48 orang (77,4%). Detail pada Tabel 1.

Tabel 1 Karakteristik Sampel

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	40	64,5
Perempuan	22	35,5
Umur		
9 tahun	4	6,5
10 tahun	14	22,6
11 tahun	34	54,8
12 tahun	10	16,1
Pekerjaan Orang Tua		
IRT	4	6,5
PNS	7	11,3
Wiraswasta	16	25,8
Swasta	35	56,5
Tingkat Pendidikan Orang Tua		
SMP/Sederajat	2	3,2
SMA/K/Sederajat	48	77,4
Sarjana	12	19,4
Jumlah	62	100,0

Status Gizi Berdasarkan IMT/U

Penilaian status gizi dilakukan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Hasil distribusi frekuensi status gizi sampel disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2 Sebaran Status Gizi Berdasarkan IMT/U

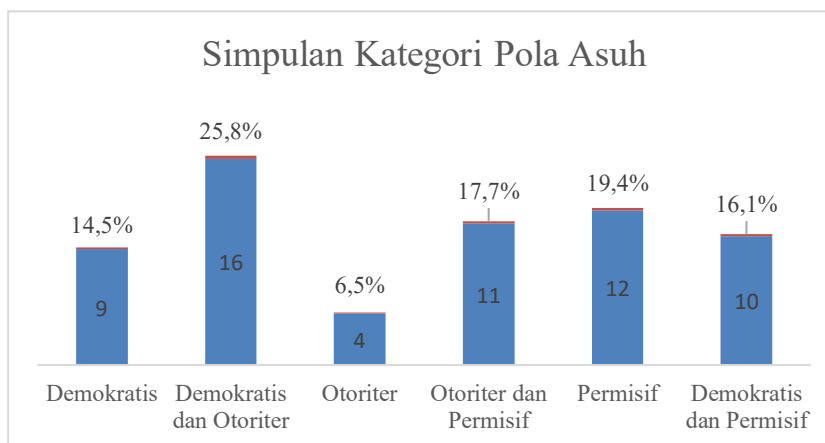
Status Gizi	n	%
Gizi kurang (-3 SD s/d <-2 SD)	1	1,6
Gizi baik/normal (-2 SD s/d +1 SD)	36	58,1
Gizi lebih dan obesitas (+1 SD s/d >+2 SD)	25	40,3
Jumlah	62	100,0

Berdasarkan Tabel 2, meskipun mayoritas siswa memiliki gizi baik, terdapat angka gizi lebih dan obesitas yang cukup tinggi, yaitu sebesar 40,3%.

Sebaran Pola Asuh

Berdasarkan hasil kuesioner modifikasi PAQ-R, didapatkan simpulan kategori pola asuh yang beragam. Sebaran pola asuh menunjukkan bahwa kategori terbanyak adalah kombinasi demokratis dan

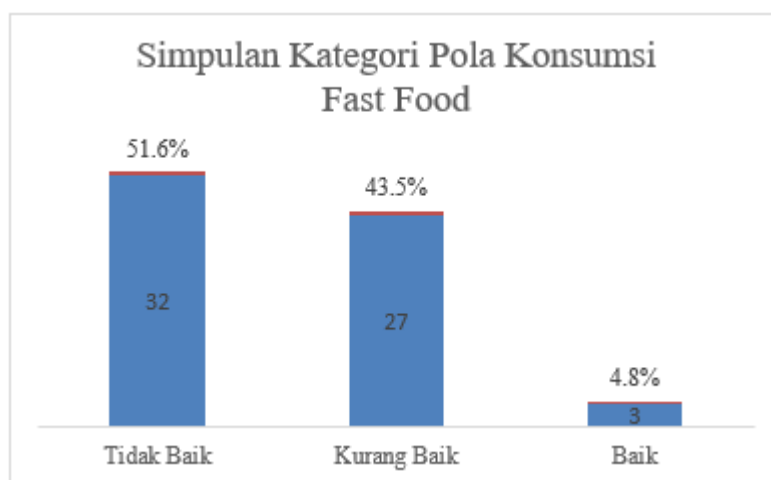
otoriter sebanyak 16 orang (25,8%). Secara mandiri, dominansi pola asuh permisif ditemukan pada 33 orang (53,2%), pola asuh otoriter pada 31 orang (50,0%), dan pola asuh demokratis pada 26 orang (41,9%). Hasil sebaran pola asuh ada pada Gambar 1.



Gambar 1 Sebaran Simpulan Kategori Pola Konsumsi *Fast food*

Sebaran Pola Konsumsi *Fast food*

Pola konsumsi dinilai berdasarkan tiga indikator utama: jenis, frekuensi, dan jumlah. Mayoritas sampel (88,7%) mengonsumsi *fast food* dengan frekuensi lebih dari satu kali per hari. Jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi adalah sosis, kentang goreng, es krim, nugget, serta ayam goreng. Secara keseluruhan, mayoritas sampel (51,6%) masuk dalam kategori pola konsumsi tidak baik. Hasil sebaran pola konsumsi *fast food* ada pada Gambar 2.



Gambar 2 Sebaran Simpulan Kategori Pola Konsumsi *Fast food*

Analisis Hubungan (Bivariat)

1. Hubungan Pola Asuh dengan Pola Konsumsi *Fast food*

Hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square* untuk hubungan pola asuh dengan pola konsumsi *fast food* disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hubungan Pola Asuh dengan Pola Konsumsi *Fast food*

Pola Asuh	Pola Konsumsi <i>Fast Food</i>						Total		p- value
	Tidak baik		Kurang baik		Baik				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Demokratis	8	88,9	1	11,1	0	0,0	9	100,0	0,080
Demokratis dan Otoriter	9	56,3	6	37,5	1	6,3	16	100,0	
Otoriter	0	0,0	4	100,0	0	0,0	4	100,0	
Otoriter dan Permisif	5	45,5	4	36,4	2	18,2	11	100,0	
Permisif	5	41,7	7	58,3	0	0,0	12	100,0	
Demokratis dan Permisif	5	50,0	5	50,0	0	0,0	10	100,0	

Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,080$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan pola konsumsi *fast food* pada siswa.

2. Hubungan Pola Konsumsi *Fast food* dengan Status Gizi

Hasil analisis hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak disajikan pada Tabel 4:

Tabel 4. Hubungan Pola Konsumsi *Fast food* dengan Status Gizi

Pola Konsumsi <i>Fast Food</i>	Status Gizi						Total	p- <i>value</i>	
	Gizi kurang		Gizi baik		Gizi lebih dan obesitas				
	n	%	n	%	n	%			
Tidak baik	0	0,0	12	37,5	20	62,5	32	100,0	0,006
Kurang baik	1	3,7	21	77,8	5	18,5	27	100,0	
Baik	0	0,0	3	100,0	0	0,0	3	100,0	

Berdasarkan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar di SD Negeri 2 Jagapati. Siswa dengan pola konsumsi yang tidak baik cenderung memiliki status gizi lebih dan obesitas.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan pola konsumsi *fast food* pada anak sekolah dasar ($p=0,080$) sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 3. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa perilaku konsumsi *fast food* pada anak sekolah dasar lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan dibandingkan pola asuh orang tua (11). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa ketersediaan makanan cepat saji di sekitar sekolah meningkatkan konsumsi *fast food* pada anak meskipun orang tua telah

menerapkan pola asuh yang baik (12). Hasil tersebut mengindikasikan bahwa pola konsumsi *fast food* pada anak tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh, tetapi juga oleh lingkungan sekolah, teman sebaya, serta kemudahan akses terhadap makanan cepat saji (7).

Pada usia sekolah dasar, anak mulai memiliki kemandirian dalam memilih makanan sehingga pengawasan orang tua menjadi lebih terbatas (8). Selain itu, perilaku konsumsi *fast food* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan, pengetahuan, dan edukasi gizi (9). Penelitian sebelumnya juga menyebutkan bahwa pengaruh teman sebaya memiliki hubungan yang kuat terhadap kebiasaan konsumsi *fast food* pada anak sekolah dasar (10). Anak cenderung memilih makanan yang disukai kelompok sebayanya, terutama ketika berada di lingkungan sekolah. Di sisi lain, karakteristik *fast food* yang memiliki cita rasa gurih, tampilan menarik, serta mudah diperoleh menjadikannya lebih diminati dibandingkan makanan bergizi seimbang (13). Kondisi tersebut dapat menjelaskan mengapa pola asuh orang tua belum mampu mengendalikan konsumsi *fast food* secara optimal.

Secara deskriptif, anak dengan pola asuh otoriter cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dibandingkan pola asuh lainnya. Temuan ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa kontrol orang tua terhadap pola makan anak dapat meningkatkan kualitas diet dan menurunkan konsumsi makanan tidak sehat (14). Penelitian lain juga melaporkan bahwa pembatasan konsumsi makanan cepat saji oleh orang tua berhubungan dengan status gizi normal pada anak (15). Orang tua dengan pola asuh otoriter umumnya menerapkan aturan yang lebih tegas terkait jenis makanan, frekuensi jajan, serta pembatasan konsumsi makanan tinggi energi sehingga asupan anak menjadi lebih terkontrol. Selain itu, keterlibatan orang tua dalam pengaturan makanan anak berperan penting dalam mencegah terjadinya gizi lebih dan obesitas pada anak sekolah dasar (16). Meskipun demikian, karena hubungan antara pola asuh dan pola konsumsi *fast food* tidak signifikan secara statistik, faktor lingkungan diduga memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap kebiasaan konsumsi anak dibandingkan pola asuh orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi anak sekolah dasar ($p=0,006$) sebagaimana disajikan pada Tabel 4. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa konsumsi *fast food* berhubungan dengan peningkatan risiko *overweight* dan obesitas pada anak sekolah dasar (10). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa konsumsi *fast food* yang tinggi meningkatkan risiko gizi lebih karena kandungan lemak dan gula yang tinggi (8). Selain itu, frekuensi konsumsi *fast food* dilaporkan berkaitan dengan peningkatan indeks massa tubuh pada anak sekolah dasar (12). Pada penelitian ini, responden dengan pola konsumsi *fast food* tidak baik sebagian besar memiliki status gizi lebih dan obesitas, sedangkan seluruh responden dengan pola konsumsi *fast food* baik memiliki status gizi normal.

Berdasarkan informasi tambahan yang dikumpulkan, responden mengonsumsi rata-rata delapan jenis *western fast food* dengan rerata asupan energi sebesar 479,10 kkal. Jenis *fast food* yang paling banyak dikonsumsi meliputi sosis, kentang goreng, es krim, nugget, serta *fried chicken* bagian dada dan paha. Temuan ini menunjukkan bahwa konsumsi *fast food* pada responden tidak hanya beragam, tetapi juga memberikan kontribusi energi yang cukup besar terhadap asupan energi harian.

Fast food umumnya mengandung energi, lemak, gula, dan natrium yang tinggi, tetapi rendah serat sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan dapat menyebabkan ketidakseimbangan energi dan penumpukan lemak tubuh (17). Pola konsumsi tinggi energi, lemak, dan gula juga merupakan faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif, termasuk obesitas (18). Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pola konsumsi *junk food* berkaitan dengan peningkatan risiko gizi lebih pada anak usia sekolah (19). Penelitian lainnya melaporkan bahwa anak yang sering mengonsumsi *fast food* memiliki risiko lebih besar mengalami gizi lebih dibandingkan anak yang jarang mengonsumsinya (20). Selain itu, konsumsi *fast food* yang disertai rendahnya aktivitas fisik semakin meningkatkan risiko obesitas pada anak sekolah dasar (21). Oleh karena itu, diperlukan edukasi gizi kepada anak dan orang tua mengenai pembatasan konsumsi *fast food*, peningkatan konsumsi makanan bergizi seimbang, serta penerapan gaya hidup aktif sebagai upaya pencegahan gizi lebih dan obesitas pada anak sekolah dasar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa SD Negeri 2 Jagapati Badung memiliki status gizi baik, meskipun masih ditemukan masalah gizi ganda berupa gizi kurang, gizi lebih, dan obesitas. Pola asuh orang tua didominasi oleh kombinasi beberapa tipe pola asuh, sedangkan pola konsumsi *fast food* sebagian besar termasuk dalam kategori tidak baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan pola konsumsi *fast food*. Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara pola konsumsi *fast food* dengan status gizi siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pola konsumsi *fast food* merupakan faktor yang berhubungan dengan status gizi anak sekolah dasar, sehingga upaya peningkatan edukasi gizi dan pembiasaan konsumsi makanan sehat bagi anak serta dukungan orang tua perlu terus ditingkatkan untuk mencegah terjadinya masalah gizi.

SARAN

Sebagai langkah tindak lanjut, orang tua diharapkan dapat meningkatkan pengawasan terhadap pola makan anak dengan membatasi frekuensi konsumsi makanan cepat saji, mengatur pemberian uang jajan, serta membiasakan anak membawa bekal bergizi dari rumah untuk memastikan asupan nutrisi yang lebih terkontrol. Para siswa sekolah dasar juga sangat disarankan untuk mulai mengurangi ketergantungan pada *fast food* dan beralih ke pola konsumsi makanan bergizi seimbang guna mencegah risiko gangguan metabolisme dan obesitas sejak dini. Bagi tenaga kesehatan, diharapkan dapat memberikan edukasi yang lebih intensif kepada masyarakat dan pihak sekolah mengenai pentingnya gizi seimbang serta dampak jangka panjang dari konsumsi makanan praktis yang berlebihan. Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperdalam cakupan penelitian dengan menambahkan variabel-variabel lain yang relevan namun belum terukur dalam studi ini, seperti pengaruh lingkungan sekolah secara spesifik, tingkat aktivitas fisik harian, serta kebiasaan jajan anak di luar lingkungan rumah dan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SD Negeri 2 Jagapati Badung dan seluruh responden yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- 1 Yuningsih R, Kurniasari R. Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review). *Hearty* 2021;10:1. DOI: <https://doi.org/10.32832/hearty.v10i1.4786>.
- 2 Wadhani LPP, Wijaya SM. Konsumsi Protein, Vitamin a Dan Status Gizi Serta Kaitannya Dengan Hasil Belajar Anak Sekolah Dasar. *Journal of Nutrition College* 2021;10:181–8. DOI: <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i3.30829>.
- 3 SKI. Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023. 2023.

- 4 Syafarino A, Maria L, Maulidia R. Hubungan Perilaku Orang Tua Dalam Pemilihan Makanan Bergizi Dengan Status Gizi anak Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Professional Health Journal* 2020;1:84–93.DOI: <https://doi.org/10.54832/phj.v1i2.101>.
- 5 Zulissetiana EF, Santoso B, Alkaf S, Suryani PR, Kurnianto A. Upaya pencegahan sindrom metabolik dan obesitas melalui perubahan pola eating habits, screen-based activities serta peningkatan aktivitas fisik pada anak dan remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine* 2020;1:76–85. DOI: <https://doi.org/10.32539/hummed.v1i2.7>.
- 6 Sarie F, Sutaguna INT, Suiroaka IP, Damanik D, Efrina G, Sari R, et al. *Metodologi Penelitian*. Batam: Yayasan Cendikia Mulia Mandiri; 2023.
- 7 Ariati NN. *Gizi Anak dan Remaja*. Denpasar: Poltekkes Kemenkes Denpasar; 2020.
- 8 Awaluddin A, Yusuf M. Kebiasaan Konsumsi *Fast food* pada Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia* 2022;17:85–92.
- 9 Cahyaningsih IGAD, Juniarsana IW, Suiroaka IP. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Junk Food Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Klungkung I. *Jurnal Ilmu Gizi* 2025;14:174–80. DOI: <https://doi.org/10.33992/jig.v14i3.3472>.
- 10 Fauziyah N, Lestari A. Frekuensi Konsumsi *Fast food* dan Status Gizi Anak. *Jurnal Ilmu Gizi* 2022;9:44–52.
- 11 Rahmawati D, Kurniasari F. Pengaruh Teman Sebaya terhadap Konsumsi Junk Food Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Promosi Kesehatan* 2023;11:33–40.
- 12 Putri A, Handayani D. Ketersediaan *Fast food* dan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Anak Sekolah. *Jurnal Gizi Indonesia* 2024;13:10–8.
- 13 Maharani D. Hubungan Konsumsi *Fast food* dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 2024;12:45–53.
- 14 Vollmer RL, Mobley AR. Parental Feeding Practices and Child Dietary Intake. *Curr Nutr Rep* 2021;10:247–55.
- 15 Yee AZH, Lwin MO. Parental Food Restriction and Child Weight Status. *Appetite* 2022;168:105730.
- 16 Arlinghaus KR, Laska MN. Parental Influence on Child Eating Behaviors. *Pediatrics* 2023;151:e2022058851.
- 17 Dewi R. Konsumsi *Fast food* dan Risiko Obesitas pada Anak. *Jurnal Gizi Indonesia* 2022;10:101–9.
- 18 Suiroaka IP. *Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah, dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
- 19 Roweni NKD, Suiroaka IP, Kencana IK. Pola Konsumsi Junk Food Dan Status Gizi Siswa SMPN 3 Sukawati Kabupaten Gianyar. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science* 2021;10:198–204.
- 20 Tamu R, Hidayat F. Konsumsi *Fast food* dan Risiko Overweight Anak Sekolah. *Jurnal Kesehatan Global* 2022;5:14–22.
- 21 Djakiyah S, Nur L. *Fast food* Consumption and Obesity in School Children. *Journal of Nutrition and Health* 2024;6:1–9.