

Abstrak

Latar belakang:

Masalah gizi pada anak usia sekolah masih menjadi tantangan dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Kurangnya pemahaman dan praktik gizi seimbang dapat memengaruhi status gizi anak. Sekolah dasar merupakan tempat strategis untuk menanamkan pola hidup sehat sejak dini. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa tentang gizi seimbang di SD Negeri 162/IV Kota Jambi.

Metode:

Penelitian ini merupakan studi deskriptif kuantitatif. Data diperoleh melalui kuesioner tertutup yang telah dimodifikasi dari penelitian Respati dan disesuaikan dengan siswa sekolah dasar. Kuesioner mencakup tiga variabel, yaitu pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang. Penelitian dilakukan melalui tahapan persiapan, pengumpulan data, dan analisis univariat untuk menggambarkan masing-masing variabel.

Hasil:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi seimbang (88,7%), sementara sisanya memiliki pengetahuan kurang baik. Sikap siswa juga tergolong positif (54,9%) dan sebagian lainnya menunjukkan sikap negatif. Untuk perilaku, mayoritas siswa berada pada kategori sedang (49,3%), diikuti oleh perilaku tinggi dan rendah. Meskipun hasil secara umum menunjukkan kategori baik, masih terdapat beberapa topik yang belum dipahami secara merata, khususnya pada pertanyaan tertentu yang sering dijawab salah.

Kesimpulan:

Secara umum, gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku siswa SD Negeri 162/IV Kota Jambi terhadap gizi seimbang berada dalam kategori baik. Hasil ini menunjukkan pentingnya edukasi berkelanjutan dan dukungan lingkungan sekolah maupun keluarga dalam membentuk pola makan sehat pada anak usia sekolah. Selain itu, masih terdapat beberapa topik tertentu yang belum dipahami secara merata, sehingga perlu adanya penguatan materi pada bagian tersebut.

Kata kunci: Gizi seimbang, pengetahuan, sikap, perilaku, siswa sekolah dasar

ABSTRACT

Background:

Nutritional problems among school-aged children remain a challenge in improving public health in Indonesia. A lack of understanding and application of balanced nutrition can affect children's nutritional status. Elementary schools are strategic environments to instill healthy living habits from an early age. This study was conducted to describe students' knowledge, attitudes, and behaviors related to balanced nutrition at SD Negeri 162/IV Kota Jambi.

Method:

This study is a descriptive quantitative research. Data were collected using a closed-ended questionnaire adapted from Respati's research and adjusted to suit elementary school students. The questionnaire consisted of three variables: knowledge, attitude, and behavior related to balanced nutrition. The research was conducted through several stages, including preparation, data collection, and univariate analysis to describe each variable.

Result:

The results showed that most students had good knowledge of balanced nutrition (88.7%), while the rest had poor knowledge. Student attitudes were generally positive (54.9%), with some showing negative attitudes. In terms of behavior, the majority of students were in the moderate category (49.3%), followed by high and low categories. Although the overall results indicate a generally good level, there are still some topics that were not well understood, particularly those reflected in frequently incorrect responses to certain questions.

Conclusion:

In general, students at SD Negeri 162/IV Kota Jambi showed good levels of knowledge, attitude, and behavior regarding balanced nutrition. These findings highlight the importance of continuous nutrition education and the role of both schools and families in shaping healthy eating habits in school-aged children. However, certain topics were not fully understood, indicating the need for reinforcement in those areas.

Keywords: *Balanced nutrition, knowledge, attitude, behavior, elementary school students*