

**Hubungan Konsumsi Jajanan dan Status Gizi Anak
Sekolah Dasar Negeri 156 Maluku Tengah**

*Analysis of Factors Related to Snack Consumption and Nutritional Status of
Elementary School 156 Central Maluku*

**Inamah¹, Hairudin Rasako², Martha Puspita Sari¹, Biduri Risna Tuasikal¹,
Khartini Kaluku¹, Betty Anthoineta Sahertian³, Jacomina Anthonete Salakory³**

¹Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku
Jalan Laksdya Leo Wattimena, Negeri Lama, Ambon, Maluku
²Jurusan Sanitasi Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku
Jalan Laksdya Leo Wattimena, Negeri Lama, Ambon, Maluku
³Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku
Jalan Laksdya Leo Wattimena, Negeri Lama, Ambon, Maluku
E-mail Korespondensi: inamah76@gmail.com

ABSTRACT

Elementary school-age children are a group that is vulnerable to nutritional problems. Snacks that do not meet health and nutritional requirements will threaten children's health. The purpose of this study was to determine the relationship between consumption of snacks and nutritional status of children at SD Negeri 156 Central Maluku. The research method used an analytic observational research design with a cross sectional approach. The research location was carried out at 156 Central Maluku Elementary School, Pelauw Village, Haruku Island District, Central Maluku Regency. The research was conducted in February-March 2022. The study population was students of 156 Central Maluku Elementary School grades IV, V, and VI, totaling 62 people. The sample was calculated using the Slovin formula so that 54 people were obtained. The sampling technique uses simple random sampling. Respondents who have frequent snack habits and normal nutritional status > 60%. The results of Chi-square analysis of the relationship between type of snacks, consumption of snacks, and frequency of snacks with children's nutritional status were obtained ($p > 0.05$) which means that there was no relationship between types of snacks, consumption of snacks, and frequency of snacks with children's nutritional status.

Keywords: Consumption of snacks, nutritional status

ABSTRAK

Anak-anak usia sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak, menyebabkan nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Konsumsi Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 156 Maluku Tengah. Metode penelitian dengan menggunakan rancangan/desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Negeri 156 Maluku Tengah, Desa Pelauw, Kecamatan Pulau Haruku, Kabupaten Maluku Tengah. Penelitian dilaksanakan selama 6 bulan sejak Oktober 2021 hingga Maret 2022. Populasi penelitian adalah siswa SD Negeri 156 Maluku Tengah kelas IV, V, dan VI yang berjumlah 62 orang. Sampel dihitung menggunakan rumus Slovin sehingga didapat 54 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Responden yang memiliki kebiasaan jajan sering dan status gizi normal >60%. Hasil analisis *Chi-square* hubungan jenis jajanan, konsumsi jajanan, dan frekuensi jajan dengan status gizi anak diperoleh ($p > 0,05$) yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara jenis jajanan, konsumsi jajanan, dan frekuensi jajan dengan status gizi anak.

Kata kunci: Konsumsi jajanan, status gizi

PENDAHULUAN

Zat gizi merupakan faktor terpenting dalam pengembangan kualitas sumber daya manusia (SDM) untuk membentuk SDM yang sehat dan produktif. Manusia memerlukan pangan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya yang digunakan sebagai sumber tenaga, sumber pembangun, dan sumber pengatur. Untuk mencapai kesehatan yang optimal diperlukan asupan makanan yang mengandung zat-zat gizi seperti protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral. Anak merupakan aset SDM dan generasi penerus yang perlu diperhatikan kehidupannya, terutama dalam hal status gizi ⁽¹⁾.

Anak usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa pada masa mendatang yang akan menjadi tumpuan kualitas bangsa saat mencapai usia produktif. Mengingat anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa, salah satu hal penting yang menjadi perhatian serius saat ini adalah Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) ⁽²⁾.

World Health Organization (WHO) telah memiliki pandangan terkait dengan tersebarluasnya makanan rendah gizi, pada makanan jajanan anak sekolah yang kaya akan bahan aditif. WHO menyatakan makanan jajanan di Indonesia tidak menerapkan standar yang direkomendasikan oleh WHO. Survei oleh BPOM tahun 2004 di Sekolah Dasar (seluruh Indonesia) dan sekitar 550 jenis makanan yang diambil untuk sampel pengujian menunjukkan bahwa 60% jajanan anak sekolah tidak memenuhi standar mutu dan keamanan ⁽³⁾.

Menurut (Purwaningrum dan Wardani, 2012), anak-anak usia Sekolah Dasar merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami masalah gizi. Adapun penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan pemahaman orang tua yang sangat rendah tentang gizi sehingga menyebabkan asupan gizi yang kurang seimbang pada anak usia sekolah. Anak sekolah yang mendapatkan asupan makan dengan energi kurang, mempunyai peluang mengalami malnutrisi 2.87 kali lebih besar dibandingkan dengan anak sekolah yang mendapatkan asupan makanan dengan energi cukup. Asupan zat gizi makanan jajanan pada anak menjadi salah satu hal yang mempengaruhi keadaan gizi anak. Hal itu disebabkan karena makanan jajanan sekolah berkontribusi signifikan terhadap kebutuhan energi harian anak, yakni mencapai 20%–31.1%. Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan mengalami peningkatan yaitu 74% menjadi 95% dari tahun 2012 sampai 2013 ⁽⁴⁾.

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi status gizi anak umur 5-12 tahun (IMT/U) dengan kategori sangat kurus sebesar 2,4%, kurus 6,8%, gemuk 10,8%, dan obesitas 9,2%. Prevalensi status gizi anak umur 5-12 tahun (IMT/U) di Provinsi Maluku dengan kategori sangat kurus sebesar 3,67%, kurus 11,53%, gemuk 5,83%, dan obesitas 4,40%. Maluku termasuk provinsi kedua dengan permasalahan status gizi dengan kategori sangat kurus tertinggi setelah Nusa Tenggara Timur, pada kategori kurus Maluku berada pada peringkat ke tiga permasalahan status gizi setelah NTT dan NTB, pada kategori gemuk Maluku berada pada urutan ke 29 (peringkat 3 terakhir) permasalahan status gizi setelah beberapa provinsi lainnya, dan kategori obesitas Maluku memasuki peringkat ke 25 (peringkat ke 3 terakhir) permasalahan gizi setelah beberapa provinsi ⁽⁵⁾.

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi status gizi anak umur 5-12 tahun di Kabupaten Maluku Tengah dengan kategori sangat kurus sebesar 5,32%, kurus 13,13%, gemuk 5,4%, dan obesitas 5,36%. Kabupaten Maluku Tengah menduduki peringkat pertama dengan permasalahan status gizi sangat kurus, pada permasalahan kategori kurus Kabupaten Maluku Tengah berada pada peringkat ke 3 setelah Maluku Tenggara Barat dan Kota tual, kategori gemuk Maluku Tengah berada peringkat ke 8 (peringkat ke 4 terakhir) dengan permasalahan status gizi setelah beberapa Kabupaten/Kota, dan pada permasalahan kategori obesitas Kabupaten Maluku Tengah berada pada peringkat ke 3 dengan permasalahan status gizi setelah Buru selatan dan Seram Bagian Timur ⁽⁵⁾.

Kehadiran industri makanan di Indonesia juga bisa mempengaruhi pola makan anak. Industri makanan dan minuman sedang berkembang pesat di Indonesia dengan tingkat

pertumbuhan sebesar 12,7% yang tercatat untuk kuartal pertama 2018 dan memberikan kontribusi 6,1% terhadap total PDB pada tahun 2017. Pembuatan makanan dan minuman olahan, yang pada umumnya tinggi lemak, gula, dan garam, sebagian besar dilakukan oleh perusahaan Indonesia, meskipun industri sangat bergantung pada bahan baku impor. Sebagai contoh, produksi gula dalam negeri sudah cukup untuk memenuhi permintaan rumah tangga, tetapi 100% gula yang terdapat dalam produk jadi merupakan bahan impor, terutama dari Thailand dan Australia ⁽⁶⁾.

Kebiasaan makan merupakan cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi ⁽⁷⁾.

SD Negeri 156 Maluku Tengah memiliki jumlah siswa dari kelas 1 sampai 6 sebanyak 104 orang, dengan waktu pembelajaran pergantian shift masuk sekolah antara kelas 1, 2, 3 dan kelas 4, 5, 6 dengan pembagian yaitu kelas 1, 2, dan 3 masuk sekolah pukul 07.00 WIT dan pulang sekolah pukul 09.00 WIT sedangkan kelas 4, 5, dan 6 masuk sekolah pukul 09.00 WIT dan pulang sekolah pukul 12.00. Terdapat 3 orang pedagang yang berjualan di depan sekolah, yang memulai berdagang sekitar pukul 08.00 WIT. Anak SD Negeri 156 Maluku Tengah membeli jajan sewaktu pulang sekolah atau saat datang ke sekolah. Para siswa kebanyakan mengonsumsi jajan di luar sekolah karena sekolah belum menyediakan kantin. Kebanyakan jajanan yang dikonsumsi seperti camilan berwarna dan manis, nasi goreng, gorengan, minuman berwarna, manis, dan lain-lain. Makanan non-pabrik atau buatan sendiri contohnya gorengan dijual dengan menaruhnya pada wadah menggunakan penutup dan saat anak sekolah membeli biasanya pedagang tidak menaruhnya di plastik. Dilihat dari higiennya makanan non-pabrik yang dijual pedagang di depan sekolah sudah cukup baik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dengan menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas. Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Negeri 156 Maluku Tengah, Desa Pelauw, Kecamatan Pulau Haruku, Kabupaten Maluku Tengah. Penelitian dilaksanakan selama 6 bulan dimulai sejak Bulan Oktober 2021 hingga Maret 2022. Populasi penelitian adalah siswa SD Negeri 156 Maluku Tengah kelas IV, V, dan VI yang berjumlah 62 orang. Sampel dihitung menggunakan rumus Slovin sehingga didapat 54 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*.

Pengumpulan data mengenai hubungan konsumsi jajanan dan status gizi dilakukan melalui wawancara secara langsung menggunakan kuesioner. Data antropometri diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan. Alat untuk mengukur berat badan adalah timbangan digital dengan ketelitian 0,01 kg. Adapun alat untuk mengukur tinggi badan adalah *microtoise* dengan ketelitian 0,1 cm. Penentuan status gizi siswa berdasarkan Indeks Massa Tubuh terhadap umur (IMT/U). IMT dihitung berdasarkan berat badan dan tinggi badan anak. Adapun kategori status gizi berdasarkan IMT/U menurut PMK nomor 2 tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak menggunakan *z-score* dengan kategori gizi buruk (<-3 SD), gizi kurang (-3 SD sd <-2 SD), gizi baik (-2 SD sd +1 SD), gizi lebih (+1 SD sd +2 SD), dan obesitas (>+ 2 SD). Perhitungan *z-score* dilakukan menggunakan *software WHO AthroPlus*.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan *software* pengolah data IBM *Statistical Package for Social Science* (SPSS).

Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi pada setiap variabel yang diteliti terkait hubungan konsumsi jajanan dan status gizi anak. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan faktor-faktor yang diteliti dengan konsumsi jajanan dan status gizi anak. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-square* dengan tingkat kesalahan *alpha* 5%.

Penelitian ini telah melalui prosedur kaji etik di Politeknik Kesehatan Maluku dan dinyatakan layak untuk dilaksanakan dengan Surat Keterangan Layak Etik Nomor: LB.02.03/6.2/0299/2022.

HASIL

Distribusi berdasarkan karakteristik responden serta karakteristik responden ayah dan ibu tersaji pada tabel 1 dan 2.

Tabel 1.
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Uang Saku, Status Gizi, Jenis Jajanan, Konsumsi Jajanan, Dan Frekuensi Jajan

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	33	55,6
	Perempuan	24	44,4
	Total	54	100
Umur	7-9	16	29,6
	10-12	38	70,4
	Total	54	100
Uang Saku	<Rp 3.000	17	31,5
	Rp 3.000 - 5.000	35	64,8
	>Rp 5.000	2	3,7
	Total	54	100
Status Gizi (IMT/U)	Gizi Lebih	1	1,9
	Gizi Baik	37	68,5
	Gizi Kurang	16	29,6
	Total	54	100
Jenis Jajanan	Baik	52	96,3
	Kurang	2	3,7
	Total	54	100
Konsumsi Energi Jajanan	Baik	31	57,4
	Kurang	23	43,6
	Total	54	100
Konsumsi Protein Jajanan	Baik	21	38,9
	Kurang	33	61,1
	Total	54	100
Konsumsi Lemak Jajanan	Baik	37	68,5
	Kurang	17	31,5
	Total	54	100
Konsumsi Karbohidrat Jajanan	Baik	29	53,7
	Kurang	25	46,3
	Total	54	100
Frekuensi Jajan	Sering	35	64,8
	Jarang	19	35,2
	Total	54	100

Sumber : Data Primer Terolah Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa dari 54 responden yang diteliti, siswa berjenis kelamin laki-laki sebanyak 30 responden (55,6%) dan sisanya perempuan sebanyak 24 siswa (44,4%). Hal ini menunjukkan bahwa proporsi jumlah laki-laki lebih besar daripada proporsi jumlah perempuan. Kategori umur sebagian besar berada pada 10-12 tahun berjumlah 38 siswa (70,4%) dan sisanya berumur 7-9 tahun berjumlah 16 siswa (29,6%). Pemilihan responden berdasarkan usia berkisar 7-12 tahun dengan memperhatikan usia siswa kelas IV, V, dan VI Sekolah Dasar. Jumlah uang saku responden yang paling banyak adalah kategori Rp 3.000 – 5.000/hari yaitu sebanyak 35 siswa (64,8%), dan yang paling sedikit >Rp 5.000 yaitu 2 siswa (3,7%). Pengukuran status gizi (IMT/U) responden dikategorikan menjadi 3 kelompok dan sebagian besar (68,5%) mempunyai status gizi baik. Hampir seluruh responden memiliki jenis jajanan pada kategori baik yaitu 52 orang (96,3%). Konsumsi energi responden paling banyak kategori baik yaitu 31 orang (57,4%). Konsumsi lemak pada kategori baik 68,5%, konsumsi karbohidrat pada kategori baik yaitu 53,7% sedangkan konsumsi protein jajanan sebagian besar berada pada kategori kurang yaitu 61,1%. Frekuensi jajan lebih banyak kategori sering yaitu 35 siswa (64,8%).

Tabel 2.
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Pendidikan, Pekerjaan, Dan Penghasilan Orang Tua

Variabel	Kategori	n	%
Pendidikan Ayah	SMP ke bawah	11	20,4
	SMA	34	62,9
	Perguruan Tinggi	9	16,7
	Total	54	100
Pekerjaan Ayah	Tidak Bekerja	3	5,5
	Buruh	32	59,3
	Petani/Nelayan	8	14,8
	Wiraswasta	2	3,7
	PNS/Pegawai Swasta	9	16,7
	Total	54	100
Pendidikan Ibu	SMP ke bawah	6	11,1
	SMA	38	70,4
	Perguruan Tinggi	10	18,5
	Total	54	100
Pekerjaan Ibu	Ibu Rumah Tangga	45	83,3
	Buruh	1	1,9
	Petani/Nelayan	0	0
	Wiraswasta	3	5,5
	PNS/Pegawai Swasta	5	9,3
	Total	54	100
Pendapatan Orang Tua	<Rp 1 juta	1	1,9
	Rp 1 juta – 3 juta	52	96,2
	>Rp 3 juta	1	1,9
	Total	54	100

Sumber : Data Primer Terolah Tahun 2022

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan akhir ayah responden memiliki persentase tertinggi pada pendidikan tamat SMA/ sederajat yaitu 34 orang (62,9%). Begitu pula pendidikan terakhir ibu responden memiliki persentase tertinggi pada pendidikan tamat

SMA/ sederajat yaitu 38 orang (70,4%). Pendidikan terakhir ayah sebagian kecil berada pada kategori tamat Perguruan Tinggi yaitu 9 orang (16,7%) sedangkan pendidikan terakhir ibu adalah tamat SMP/ sederajat ke bawah sebanyak 6 orang (11,1%). Pekerjaan ayah sebagian besar adalah sebagai buruh yaitu 32 orang (59,3%) sedangkan pekerjaan ibu sebagian besar adalah ibu rumah tangga yaitu 45 orang (83,3%). Pendapatan orang tua pada penelitian ini yang paling banyak berada pada kategori Rp 1 juta – 3 juta (Tabel 2).

Tabel 3.
Hubungan Jenis Jajanan, Konsumsi Jajanan, Dan Frekuensi Jajan Dengan Status Gizi Anak

No	Jenis Variabel	Status Gizi (IMT/U)				Total		<i>p-value</i>
		Baik		Kurang		n	%	
		n	%	n	%			
Jenis Jajanan								
1	Baik	36	69,2	16	30,8	52	100	0,491
2	Kurang	2	100	0	0	2	100	
Konsumsi Energi Jajanan								
1	Baik	24	77,4	7	22,6	31	100	0,240
2	Kurang	14	60,9	9	39,1	23	100	
Konsumsi Protein Jajanan								
1	Baik	15	71,4	6	28,6	21	100	0,574
2	Kurang	23	69,7	10	30,3	33	100	
Konsumsi Lemak Jajanan								
1	Baik	26	70,3	11	29,7	37	100	0,802
2	Kurang	12	70,6	5	29,4	17	100	
Konsumsi Karbohidrat Jajanan								
1	Baik	21	72,4	8	27,6	29	100	0,174
2	Kurang	17	68	8	32	25	100	
Frekuensi Jajan								
1	Sangat Sering	15	71,4	6	28,6	21	100	0,571
2	Sering	23	69,7	10	30,3	33	100	

Sumber : Data Primer Terolah Tahun 2022

Berdasarkan hasil analisis statistik hubungan jenis jajanan, konsumsi jajanan, dan frekuensi jajan dengan status gizi anak menunjukkan $p\text{-value} > 0.05$ yaitu masing-masing diantaranya, jenis jajanan $p=0.491$, konsumsi energi jajanan $p=0.240$, konsumsi protein jajanan $p=0.574$, konsumsi lemak jajanan $p=0.802$, konsumsi karbohidrat jajanan $p=0.174$, dan frekuensi jajan $p=0.571$. Hal ini berarti hipotesis ditolak atau tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis jajanan, konsumsi jajanan, dan frekuensi jajan dengan status gizi anak pada siswa SD Negeri 156 Maluku Tengah (Tabel 3).

BAHASAN

Pada penelitian ini proporsi jumlah siswa laki-laki lebih besar daripada perempuan. Kategori umur sebagian besar berada pada 10-12 tahun berjumlah 38 siswa (70,4%) Kategori umur dalam penelitian ini yang merupakan anak Sekolah Dasar adalah kelompok usia yang rentan gizi. Pada umumnya, kelompok ini berkaitan dengan proses pertumbuhan yang cepat atau *growth spurt* sehingga memerlukan zat-zat gizi dalam jumlah relatif besar⁽⁸⁾.

Sebagian besar siswa pada penelitian ini (64,8%) mengalokasikan uang saku untuk membeli jajan dengan sebaran uang saku paling banyak adalah Rp 3.000,- s.d. Rp 5.000,-. Hal

ini sejalan dengan hasil penelitian ini sejalan penelitian Uki Lutfi tahun 2017 bahwa anak di SDN Bibis memiliki kebiasaan jajan 78,1% dengan mayoritas uang saku sekitar Rp 3.000,- s.d. Rp 5.000,- sebanyak 76,7%⁽⁹⁾. Penelitian yang dilakukan oleh Desi et al. tahun 2015 menyatakan bahwa ada hubungan antara uang saku dengan konsumsi jajanan di Sekolah Dasar Kristen Immanuel II Kubu Raya dengan $p=0,042$ ($p<0,05$). Besar uang saku yang dimiliki anak sekolah menentukan daya beli terhadap makanan selama anak berada di luar rumah. Semakin tinggi jumlah uang saku yang didapatkan, semakin tinggi daya beli dalam membeli makanan jajanan. Umumnya, semakin besar uang saku anak sekolah, maka semakin besar kemampuan membeli makanan. Jumlah uang saku yang lebih besar membuat anak sekolah sering mengonsumsi makanan jajanan yang mereka suka. Mereka memiliki kebebasan untuk memilih sendiri jenis jajanan dan cenderung membeli makanan yang menarik tanpa memperhatikan apakah makanan tersebut bergizi seimbang atau tidak^(10,11).

Salah satu unsur faktor yang dapat mempengaruhi keadaan gizi keluarga adalah pendidikan orang tua terutama ibu. Pendidikan ibu adalah faktor yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah dalam menerima pesan dan informasi gizi dan kesehatan anak⁽¹²⁾. Pendidikan juga diperlukan untuk meningkatkan kesejahteraan sosial seseorang dan keluarganya.

Status pekerjaan orang tua berkaitan dengan tingkat pendidikannya. Hasil temuan penelitian Putri et al. (2017) menyatakan bahwa sebagian besar orang tua responden berpendidikan tinggi, sehingga mempunyai status pekerjaan yang baik. Semakin tinggi pendidikan orang tua, maka semakin tinggi kesempatan yang didapatkan untuk mendapatkan pekerjaan yang baik⁽¹³⁾. Status pekerjaan juga menentukan jumlah penghasilan yang diterima orang tua. Dimungkinkan pengeluaran untuk belanja konsumsi jajanan juga akan tinggi. Menurut Sediaoetama (2008) bahwa kedudukan yang semakin meningkat berdampak pada penghasilan yang juga tinggi. Kebutuhan dan keinginan juga akan meningkat seiring tingginya penghasilan⁽⁸⁾.

Kebiasaan jajan adalah suatu bentuk dari kebiasaan makan. Kebiasaan jajan adalah istilah untuk menggambarkan kebiasaan dan perilaku manusia yang berhubungan dengan makanan dan makan seperti tata krama makan, frekuensi makan, jenis makanan, jumlah makanan, kepercayaan terhadap makanan (misalnya pantangan), distribusi makanan antar anggota keluarga, penerimaan terhadap makanan (misalnya suka atau tidak suka), dan cara pemilihan makanan yang hendak dimakan⁽¹⁴⁾.

Pada penelitian ini frekuensi makanan jajanan lebih banyak termasuk dalam kategori sering yaitu 35 siswa (64,8%). Menurut Pristiyanti (2017) menunjukkan frekuensi jajan anak dengan indikator yang sering jajan 43,1%. Banyaknya pedagang yang berjualan di luar lingkungan sekolah salah satu pemicu anak tertarik dalam membeli jajan⁽¹⁵⁾. Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan konsumsi jajanan dan status gizi anak Sekolah Dasar di SD Negeri 156 Maluku Tengah dapat digambarkan bahwa tidak menunjukkan adanya hubungan terhadap status gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Noviani et al. (2016) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi siswa SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. Selain itu, menurut penelitian Wahyusa et al. (2020) bahwa ketersediaan jajanan di kantin SD juga dapat mempengaruhi konsumsi anak di sekolah. Tidak ada jenis makanan yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Untuk itu, anak sekolah perlu mengonsumsi makanan yang bervariasi termasuk pangan jajanan⁽¹⁶⁾.

Anak usia sekolah membutuhkan zat gizi lebih banyak untuk pertumbuhan dan aktivitasnya, pertumbuhan fisik, intelektual, mental, dan sosial terjadi secara cepat, sehingga golongan umur ini perlu mendapat perhatian khusus. Hal ini perlu diperhatikan, karena kebiasaan makanan yang dikonsumsi sejak masa anak-anak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya⁽¹⁷⁾. Status gizi (*nutritional status*) adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan terhadap kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar

individu, hal ini tergantung pada, jenis kelamin, aktivitas tubuh, berat badan, dan lainnya. Status gizi baik pada anak memiliki ciri-ciri berat badan normal, tidak gampang sakit, punya nafsu makan baik, anak aktif, dan lincah. Gizi seimbang merupakan kunci untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak, akan tetapi dengan pola makan yang tidak teratur atau kebiasaan jajan di sekolah kurang baik, berisiko untuk mengalami obesitas maupun kekurangan gizi dengan demikian masih ditemukannya status gizi anak yang kurang baik pada responden di SD Tumpangkrasak⁽¹⁸⁾.

Seorang anak yang sehat dan normal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya, tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan. Kekurangan atau kelebihan zat gizi akan mempengaruhi status gizi anak⁽¹⁷⁾. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviani et al. (2016) yang mendapatkan hasil tidak ada hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi dengan hasil penelitian $p=0,781$ ($p>0,005$). Penelitian yang sama yang dilakukan oleh Angky (2014) yang menggunakan uji *Chi Square* diperoleh $p\text{-value} = 0,828$ yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara pola konsumsi makanan jajanan dengan status gizi anak Sekolah Dasar Negeri IKIP I Makassar. Namun penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariza (2013) dengan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan jajan dengan status gizi lebih pada anak dengan hasil uji statistik menunjukkan hasil $p\text{-value} 0,001 < 0,05$ ⁽¹⁹⁾.

Pola konsumsi jajan anak merupakan suatu perilaku mengonsumsi aneka jajanan yang dilakukan anak pada usia sekolah. Pada penelitian ini menunjukkan hubungan yang tidak signifikan antara pola konsumsi jajan terhadap status gizi pada anak Sekolah Dasar di SD Negeri 156 Maluku Tengah. Hasil ini didukung oleh penelitian Lait (2021) yang menggunakan uji Kendall-Tau diperoleh hasil bahwa $p\text{-value} 0,274 > 0,05$, sehingga tidak ada hubungan antara variabel independen pola konsumsi jajan dengan variabel dependen status gizi. Hal ini terjadi karena pada penelitian ini tidak melihat kebiasaan sarapan juga dapat mempengaruhi status gizi anak di samping kebiasaan jajan⁽²⁰⁾.

Hasil penelitian ini mempunyai kesamaan hasil dengan penelitian yang dilakukan di Bogor yang menunjukkan bahwa 70% siswa SD 1 Kota Bogor mempunyai kebiasaan jajan⁽⁷⁾. Demikian pula penelitian di SDN Palasari 02 Bogor yang menyatakan bahwa makanan jajanan tidak berpengaruh terhadap status gizi, namun mampu meningkatkan nilai $z\text{-score}$ ⁽¹⁷⁾. Namun penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda yaitu sejumlah 63,7% siswa SD N Koroulon 1 Ngemplak Sleman tidak mempunyai kebiasaan jajan⁽¹⁸⁾. Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor di antaranya pengaruh dari orang tua, budaya/adat, pengaruh teman sebaya, harga, merek, pengetahuan, sikap. Pada penelitian ini subjek penelitiannya adalah anak SD Negeri Kledokan Depok Sleman Yogyakarta yang dapat dikatakan berada di wilayah perkotaan, sedangkan penelitian sebelumnya berada di wilayah desa. Hal ini menyebabkan adanya perbedaan perilaku jajan anak. Anak di wilayah kota lebih cenderung senang untuk jajan yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan serta sosial ekonomi orang tua.

Banyaknya jenis jajanan yang dijual mempengaruhi minat seorang anak dalam pemilihan jajanan. Kebanyakan anak lebih tertarik pada jajanan dalam bentuk kemasan dari jajanan lainnya. Kebiasaan jajan anak sekolah dapat berpengaruh pada asupan makanan atau minuman yang dikonsumsinya sehingga dapat berdampak pada status gizi. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan jenis jajan yang sering dikonsumsi oleh responden yaitu biskuit, roti, chiki dan minuman kemasan, jajan ini dikonsumsi lebih dari 2 kali dalam sehari⁽²¹⁾. Selain itu, faktor kualitas jajanan yang diperoleh anak pada anak Sekolah Dasar di SD Negeri 156 Maluku Tengah Desa Pelauw Kecamatan Pulau Haruku Kabupaten Maluku Tengah yang dilihat berdasarkan jumlah energi dan zat gizi dalam hal ini protein, lemak dan karbohidrat juga menunjukkan tidak berhubungan secara langsung dengan status gizi. Ketersediaan jajanan sehat dan tidak sehat berpengaruh terhadap pemilihan jajanan pada anak. Anak cenderung memilih makanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya. Kemungkinan ketersediaan jajanan

yang ada di lingkungan sekolah sudah menyediakan jajanan yang mengandung gizi dan tidak membahayakan siswa, meskipun demikian masih terdapat siswa yang memilih jajanan yang kurang sehat. Hal ini dimungkinkan karena di lingkungan sekolah masih ada penjual jajanan yang tidak dapat dikontrol oleh sekolah jenis makanan yang dijual ⁽²²⁾.

Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan status gizi diantaranya dukungan orang tua dan perilaku siswa sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Sembiring (2018) ⁽¹⁸⁾ yang menyebutkan bahwa orang tua harus mengedukasi anak agar selalu memilih jajanan yang aman, salah satunya adalah dengan membawakan bekal yang dipilih dan disiapkan sendiri oleh orang tua. Orang tua juga dapat menunjukkan kepada anak-anak tempat-tempat yang higienis dan sehat untuk membeli makanan, misalnya di kantin sekolah yang memenuhi syarat kebersihan. Biasanya di sekolah, anak-anak memilih jajanan yang dijajakan di pinggir jalan atau dekat sekolah. Ajari anak untuk memilih jajanan yang bersih, tidak dihinggap lalat, yang penjualnya menjaga kebersihan diri, dan kemasan makanannya aman. Kalau perlu, sesekali datang ke lingkungan sekolah untuk mengamati jajanan yang aman bagi anak sekolah. Jajanan harus memenuhi syarat keseimbangan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk dapat beraktivitas ⁽²³⁾.

SIMPULAN

Sebanyak 55,6% siswa SD Negeri 156 Maluku Tengah berjenis kelamin laki-laki, 70,4% berada pada 10-12 tahun, dan 64,8% memiliki uang jajan Rp 3.000 - 5.000 per hari. Hasil pengukuran status gizi (IMT/U) 68,5% berada pada kategori gizi baik, 96,3% jenis jajanan berada pada kategori baik, >50% siswa memiliki tingkat konsumsi energi, lemak, dan karbohidrat jajanan pada kategori baik sedangkan 61,1% konsumsi protein jajanan pada kategori kurang. Sebanyak 64,8% frekuensi jajan berada pada kategori sering.

Pendidikan terakhir orang tua >60% adalah tamat SMA/ sederajat. Sebanyak 59,3% pekerjaan ayah adalah sebagai buruh sedangkan 83,3% ibu sebagai ibu rumah tangga. 96,2% Pendapatan orang tua berada pada kategori Rp 1 juta – 3 juta. Diketahui tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis jajanan, konsumsi jajanan, dan frekuensi jajan dengan status gizi anak pada siswa SD Negeri 156 Maluku Tengah.

SARAN

Diharapkan orang tua siswa lebih meningkatkan perhatiannya lagi terhadap kebiasaan-kebiasaan jajan anaknya terutama selama di luar rumah. Seperti saat di sekolah dengan mengikuti berbagai perkembangan informasi tentang menyiapkan bekal yang sehat untuk anak-anaknya saat akan pergi ke sekolah sehingga dapat terwujudnya status gizi yang baik. Pentingnya dari pihak sekolah bekerjasama dengan pihak lain misalnya tenaga kesehatan dalam hal ini petugas gizi agar melakukan sosialisasi dan dukungan yang kuat untuk keluarga atau orang terdekat agar pemenuhan gizi seimbang pada anak Sekolah Dasar dapat tercapai maksimal. Diharapkan semua pihak dapat memberikan dukungan terhadap pemenuhan gizi seimbang guna mencegah terjadinya gizi kurang atau gizi lebih

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang diantaranya tingkat pengetahuan anak dalam pemilihan jajanan di sekolah, pengetahuan orang tua dalam menyiapkan sarapan bagi dan bekal yang sehat dan menarik.

RUJUKAN

1. Zogara AU. Kebiasaan Jajan dan Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar di Kota Kupang. Kupang Journal of Food and Nutrition Research. 2020;1(2).
2. Ekowati Januariana N, Zebua H. Pemilihan Jajanan Anak Sekolah Dasar Mardi Lestari Kecamatan Medan Petisah Kota Medan. Jurnal Kesehatan dan Masyarakat. 2022;2(1):1–6.

3. Lestari A. Hubungan Perilaku Mengkonsumsi Makanan Jajanan Kantin Sekolah dengan Status Gizi Siswa SD Inpres Moutong Tengah. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2021;11(1):87–94.
4. Purnawijaya MPD, Suiroaka IP, Nursanyoto H. Pola Konsumsi Makanan Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD N 17 Daging Puri dan SD N 3 Penatih Kota Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi*. 2018;7(3):49–56.
5. Riskesdas 2018 TP. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta; 2019.
6. Watson F, Minarto, Sukotjo S, Hyun Rah J, Maruti AK. *Pembangunan Gizi di Indonesia*. 1st ed. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas; 2019.
7. Febry F. Kebiasaan Jajan pada Anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2010;1(2):81–4.
8. Sediaoetama AD. *Ilmu Gizi jilid II : Untuk mahasiswa dan profesi*. 6th ed. Vol. 2. Jakarta: Dian Rakyat; 2008.
9. Lutfi U. Hubungan kebiasaan jajan anak dengan status gizi anak pada usia sekolah di SDN Bibis Kasihan Bantul. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 2017;
10. Desi, Suaebah, Astuti WD. Hubungan Sarapan, Uang Saku dengan Jajanan di SD Kristen Immanuel II Kubu Raya. *Jurnal Vokasi Kesehatan [Internet]*. 2018;4(2):113–8. Available from: <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK>
11. Rosyidah Z. Hubungan antara jumlah uang saku, kebiasaan sarapan, dan pola konsumsi makanan jajanan dengan status gizi lebih anak Sekolah Dasar (Studi di SDN Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya) [Skripsi]. [Surabaya]: Universitas Airlangga; 2015.
12. Nasriyah, Kulsum U, Trisanti I. Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Desa Tumpangkrasak Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2021;12(1):123–9.
13. Putri RM, Rahayu W, Maemunah N. Kaitan pendidikan, pekerjaan orang tua dengan status gizi anak pra sekolah. *Jurnal Care*. 2017;5(2):231–45.
14. Bella P, Ponimin V, Engkeng S, Asrifuddin A. Faktor-faktor yang berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Jajanan pada Anak di SD Negeri Winangun Kota Manado. *Jurnal KESMAS*. 2019;8(6):117–23.
15. Pristiyanti A. Kebiasaan jajan anak di sekolah dengan kejadian demam thypoid pada anak usia sekolah. [STIKES Insan Cendekia]: Jombang; 2017.
16. Noviani K, Afifah E, Astiti D. Kebiasaan jajan dan pola makan serta hubungannya dengan status gizi anak usia sekolah di SD Sonosewu Bantul Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*. 2016 Aug 30;4(2):97.
17. Nissa NA, Yusran S, Lisnawaty. Hubungan Pola Makan dan Kebiasaan Mengkonsumsi Jajanan terhadap Status Gizi Anak di SDN 4 Barangka Kabupaten Muna Barat 2021. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*. 2022;2(4):129–33.
18. Sembiring N. Hubungan Dukungan Orang Tua dan Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan Jajan di Sekolah Dasar di SD Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*. 2018;16(1):51–9.
19. Wijirahayu A, Novianty, Andini DT. Tingkat Kecukupan Energi dan Pengetahuan Pemilihan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. In: *Proceedings The 1st UMY Grace 2020*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2020. p. 401–4.
20. Lait DM, Nong Baba W. Hubungan Pola Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Siswa-Siswi Kelas V SDK Napungliti Desa Hepang Kecamatan Lela Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*. 2020;VII(1):69–75.
21. Puspasari D, Farapti. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Mahasiswa. *Media Gizi Indonesia*. 2020;15(1):45–51.
22. Yazdi-Feyzabadi V, Omidvar N, Mohammadi NK, Nedjat S, Karimi-Shahanjarini A, Rashidian A. Is an Iranian health promoting school status associated with improving school food environment and snacking behaviors in adolescents? *Health Promot Int*. 2018 Dec 1;33(6):1010–21.
23. Mariza YY, Kusumastuti AC. Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *The Journal of Nutrition College*. 2013;2(1):207–17.