

## HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN POLA KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI SISWA DI SEKOLAH DASAR 03 NEGERI BATIN

**Jeni Tamara, Nathasa Khalida Dalimunthe, Dewi Woro Astuti**  
Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia  
Jl. ZA. Pagar Alam No.7, Gedong Meneng, Kec. Rajabasa,  
Kota Bandar Lampung, Lampung 40115  
E-mail: [jenitammara@gmail.com](mailto:jenitammara@gmail.com)

### ABSTRAK

Respon tubuh terhadap efek makanan dan penggunaan zat gizi disebut status gizi. Pengetahuan gizi mempunyai dampak tidak langsung bagi status gizi anak. Salah satu faktor yang memiliki hubungan dengan status gizi anak usia ini adalah kebiasaan jajannya. Perilaku anak dalam memilih makanan akan mempengaruhi risiko terjadinya kelebihan gizi. Kelebihan berat badan pada masa muda merupakan permasalahan yang sulit karena dapat meningkatkan risiko penyakit, khususnya penyakit degeneratif pada usia dewasa. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi siswa SD 03 Negeri Batin dengan pola konsumsi jajanan (frekuensi dan kontribusi energi jajanan). Sebanyak 55 siswa kelas 4 dan 5 SD 03 Negeri Batin yang mengikuti penelitian ini. Metode total sampling dan metode nonprobability sampling dipergunakan dalam sampel. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Microtoise dipergunakan untuk mengukur tinggi badan, timbangan injak dipergunakan untuk mengukur berat badan, dan formulir SQ-FFQ yang dimodifikasi digunakan untuk mengukur pola konsumsi jajanan dan pengetahuan gizi. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi  $p=0,000$  dan memiliki hubungan negatif yang kuat  $r=-0,618$ . Ada hubungan signifikan antara kontribusi energi jajanan dengan status gizi  $p=0,011$  dan hubungan positif yang cukup kuat  $r=0,341$ . Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status gizi  $p=0,045$  dengan hubungan positif yang lemah  $r=0,227$ . Pengetahuan gizi dan pola konsumsi jajanan memiliki hubungan dengan status gizi siswa SD 03 Negeri Batin. Saran perlu memperbanyak pengetahuan tentang gizi dan jajanan. Untuk menghindari jajan, biasakan membawa makanan dan minuman dari rumah.

***Kata kunci : Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi Jajanan, Status Gizi***

### **ABSTRACT**

*The body's response to the effects of food and nutrient utilization is called nutritional status. Nutritional knowledge has an indirect impact on children's nutritional status. One factor that has a relationship with the nutritional status of children of this age is their snacking habits. Children's behavior in choosing food will affect the risk of overnutrition. Being overweight in youth is a difficult problem because it increases the risk of disease, especially degenerative diseases in adulthood. The purpose of the study was to determine the relationship between the nutritional status of students of SD 03 Negeri Batin with snacks consumption patterns (frequency and energy contribution of snacks). A total of 55 4th and 5th grade students of SD 03 Negeri Batin participated in this study. Total sampling method and nonprobability sampling method were used in the sample. This study used a quantitative approach with a cross-sectional approach. Microtoise was used to measure height, stepping scales were used to measure weight, and a modified SQ-FFQ form was used to measure snack consumption patterns and nutritional knowledge. The results showed there was a significant relationship between nutritional knowledge and nutritional status  $p=0.000$  and had a strong negative relationship  $r= -0.618$ . There is a significant relationship between the energy contribution of snacks with nutritional status  $p=0.011$  and a moderately strong positive relationship  $r=0.341$ . There is a significant relationship between frequency of snack consumption and nutritional status  $p=0.045$  with a weak positive relationship  $r=0.227$ . Nutrition knowledge and snacks consumption patterns have a relationship with the nutritional status of SD 03 Negeri Batin students. Suggestions need to increase knowledge about nutrition and snacks. To avoid snacks, make it a habit to bring food and drinks from home.*

**Keywords:** *Nutritional Knowledge, Nutritional Status , Snacks Consumption Patterns*

## PENDAHULUAN

Anak berusia antara enam dan dua belas tahun adalah siswa sekolah dasar. Sekolah dasar merupakan pesatnya masa pertumbuhan dan perkembangan anak. Di usia sekolah dasar, Peningkatan aktivitas anak-anak datang ke sekolah dan menemukan lingkungan baru yang luas. (Alfa Fauziah *et al.*, 2023). Kelompok yang “rentan secara gizi” ialah anak sekolah dasar. Anak di sekolah dasar menghadapi pesatnya masa pertumbuhan dan perkembangan dan kebutuhan gizi anak harus terpenuhi, hal ini disebut rentan gizi. Namun setiap saat, anak-anak sekolah rendah tidak yakin apa yang perlu dilakukan untuk memenuhi kewajibannya (Putri Milenia and Herdhianta, 2022).

Masalah gizi yang timbul pun lebih rentan terjadi. Ini adalah kebiasaan makan buruk yang menyebabkan masalah gizi. Diketahui bahwa siswa sekolah dasar banyak menghabiskan waktunya di kelas, sehingga sumber gizi utama mereka adalah konsumsi susu (Putri Milenia *et al.*, 2022).

Perilaku anak dalam memilih makanan akan mempengaruhi risiko terjadinya kelebihan gizi. Kelebihan berat badan pada masa muda merupakan permasalahan yang sulit karena dapat meningkatkan risiko penyakit, khususnya penyakit degeneratif pada usia dewasa (Yulistianingsih *et al.*, 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari 390 juta anak-anak dan remaja berusia 5 hingga 19 tahun mengalami kelebihan berat badan. Dari hanya 8% pada tahun 1990 hingga 20% pada tahun 2022, prevalensi kelebihan berat badan pada laki-laki dan perempuan meningkat secara signifikan, masing-masing 19% dan 21% (WHO, 2024).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) prevalensi status gizi IMT/U pada remaja umur 5-12 di Provinsi Lampung sangat kurus sebanyak 3,8%, kurus 6,8%, overweight 12,3% dan obesitas sebanyak 7,9% (Kemenkes, 2021). Di Indonesia, hasil Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi gizi sangat kurus di Kabupaten Way Kanan sebanyak 4,67%, kurus sebanyak 4,54%, gemuk sebanyak 7,6% dan untuk prevalensi obesitas sebanyak 3,3% (Riskesdas, 2018).

Jenis dan jumlah makanan yang biasanya dikonsumsi atau dimakan oleh orang dalam jangka waktu tertentu disebut konsumsi pangan, faktor yang mempengaruhi pola konsumsi adalah tingkat pengetahuan, ketersediaan pangan, sosial ekonomi dan budaya (Pratiwi *et al.*, 2023).

Anak-anak usia sekolah adalah salah satu kelompok usia yang paling lama mengikuti pendidikan di sekolah. Pada masa tersebut, penerimaan siswa terhadap

apa yang dilihat dan didengar akan lebih mudah diserap dan ditangkap, baik itu hal yang baik atau tidak baik. Oleh karena itu, anak sekolah menjadi kelompok yang perlu perhatiannya terhadap gizi agar dapat mencapai status gizi baik yang berdampak pada produktifitas yang baik di masa depan (Nurahmadi *et al.*, 2024).

Dampak besar terhadap pemenuhan kebutuhan anak adalah anak usia sekolah enam – dua belas tahun menghabiskan waktu siang hari di sekolah (Kalsum *et al.*, 2022). Pengetahuan mengenai pola makan secara implisit merupakan komponen yang berdampak pada status kesehatan remaja. Pengetahuan seseorang terhadap suatu benda merupakan hasil penggunaan panca inderanya (Zuhriyah, 2021). Hasil prasarvei juga menunjukkan dari 20 responden terdapat 40% responden dari kelas 4 dan kelas 5 mempunyai status gizi yang lebih. Sebagai hasil dari wawancara dengan kepala sekolah, diketahui bahwa siswa belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi terkait obesitas dan pangan jajanan anak sekolah. Oleh karena itu tujuan penelitian yaitu untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi jajanan dengan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin.

## METODE PENELITIAN

Jenis dari penelitian ini ialah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar 03 Negeri Batin pada 29 Mei 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh anak kelas 4 dan 5 dengan jumlah total yaitu 55 orang di Sekolah Dasar 03 Negeri Batin. Semua anggota populasi diambil sebagai sampel dalam penelitian ini, yang berarti menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi dalam pemelihan sampel adalah sebagai berikut: Kemampuan berkomunikasi yang baik dan kooperatif, Ketersediaan menjadi objek atau sumber data dalam penelitian, Sehat secara jasmani dan rohani. Data primer dikumpulkan untuk memperoleh data mengenai informasi pengetahuan dari responden .

Pengumpulan data berupa lembar kuisisioner dalam penelitian yaitu data pengetahuan gizi. Variabel pengetahuan gizi yaitu pemahaman pembelajaran anak sekolah dasar dalam menjawab pertanyaan yang berjumlah 25 soal dan hasil ukur jika baik 100 – 81, 60 -80 cukup dan kurang <60. Pengumpulan data status gizi dengan Timbangan injak digital dengan kapasitas 80 kg alat yang digunakan untuk menimbang berat badan responden. Microtoise dengan panjang pengukuran hingga 200 cm alat yang digunakan untuk mengukur tinggi badan responden dengan

hasil ukur jika gizi baik ( -2 SD s.d +1 SD) dan Gizi lebih:  $\geq +1SD$ . Untuk mengetahui variabel pola konsumsi jajanan, meliputi jenis, jumlah frekuensi dan alasan membeli jajanan.

Peneliti menggunakan formulir SQ-FFQ modifikasi dengan hasil ukur Energi jajanan dikategorikan jika kurang < 10%, cukup: 10-20% dan lebih: >20%. Frekuensi konsumsi jajanan  $\leq 1$  kali / hari, > 1– 3 kali/hari dan > 3 kali /hari. Jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi dari makanan utama, camilan, minuman dan buah.

Alasan membeli jajanan dengan kategori pilihan rasa yang enak, harga yang murah, penampilan menarik, tidak membawa bekal, lapar, ditarik teman, diajak teman dan tidak sarapan. Analisis univariat meliputi karakteristik responden dan distribusi frekuensi pengetahuan gizi, pola konsumsi jajanan dan status gizi.

Analisis bivariate digunakan uji normalitas untuk menentukan data masuk dalam kategori normal atau tidak. Uji Spearman rho digunakan untuk melihat Hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu hubungan pola konsumsi jajanan (kontribusi energi jajanan dan frekuensi konsumsi jajanan) dengan status gizi anak sekolah dengan tingkat kepercayaan 95%.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia, Jenis Kelamin dan Alokasi Uang Saku.**

| Usia              |    |       |
|-------------------|----|-------|
| 9 Tahun           | 4  | 7,3   |
| 10 Tahun          | 32 | 58,2  |
| 11 Tahun          | 19 | 34,5  |
| Total             | 55 | 100,0 |
| Jenis Kelamin     |    |       |
| Laki-laki         | 30 | 54,5  |
| Perempuan         | 25 | 45,5  |
| Total             | 55 | 100,0 |
| Alokasi Uang Saku |    |       |
| 5000              | 16 | 29,1  |
| 6000              | 1  | 1,8   |
| 7000              | 25 | 45,5  |
| 10.000            | 13 | 23,6  |
| Total             | 55 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik responden usia diketahui dari 55 responden dimana usia 9 tahun sebanyak 4 (7,3%) responden, usia 10 tahun sebanyak 32 (58,2%) responden dan usia 11 tahun sebanyak 19 (34,5%) responden. karakteristik responden jenis kelamin diketahui dari 55 responden terdapat responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 30 (54,5%) responden dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 (45,5%) responden. karakteristik responden alokasi uang saku karakteristik responden jenis kelamin.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi Jajanan (kontribusi energy jajanan, frekuensi konsumsi jajanan, jenis jajanan dan alasan membeli jajanan) dan Status Gizi.**

| Pengetahuan Gizi              | n            | %                                      |
|-------------------------------|--------------|--|
| Baik                          | 3            | 5,5                                    |
| Sedang                        | 25           | 45,5                                   |
| Kurang                        | 27           | 49,1                                   |
| Total                         | 55           | 100,0                                  |
| Energi Jajanan                | n            | %                                      |
| Kurang                        | 0            | 0                                      |
| Cukup                         | 38           | 69,1                                   |
| Lebih                         | 17           | 30,9                                   |
| Total                         | 55           | 100,0                                  |
| Frekuensi Konsumsi Jajanan    | n            | %                                      |
| ≤ 1 kali / hari               | 0            | 0                                      |
| > 1– 3 kali / hari            | 6            | 10,9                                   |
| > 3 kali / hari               | 49           | 89,1                                   |
| Total                         | 55           | 100,0                                  |
| Rata-rata ( kkal) kali / hari | 2,89         |  |
| Jenis Jajanan                 | Nama Jajanan | Rata-rata Asupan Energi Perhari (kkal) |
| Makanan Utama                 | Mie gelas    | 58,3                                   |
|                               | Nasi goreng  | 45,8                                   |
| Camilan                       | Basreng      | 17,8                                   |
|                               | Cireng       | 12,8                                   |
| Minuman                       | Marimas      | 9,1                                    |

| Alasan Membeli Jajanan                 | n    | %     |
|--|------|-------|
| Es tung-tung                           | 8,9  |       |
| Harga yang murah                       | 5    | 9,1   |
| Lapar                                  | 10   | 18,2  |
| Lapar + tidak sarapan                  | 1    | 1,8   |
| Rasa yang enak                         | 17   | 30,9  |
| Rasa yang enak + harga yang murah      | 6    | 10,9  |
| Rasa yang enak + lapar                 | 2    | 3,6   |
| Rasa yang enak + tidak sarapan         | 4    | 7,3   |
| Tidak sarapan                          | 8    | 14,5  |
| Tidak sarapan + harga yang murah       | 1    | 1,8   |
| Tidak sarapan + lapar                  | 1    | 1,8   |
| Total                                  | 55   | 100,0 |
| Status Gizi (IMT/U)                    | n    | %     |
| Kurang                                 | 0    | 0     |
| Baik                                   | 37   | 67,3  |
| Lebih                                  | 18   | 32,7  |
| Total                                  | 55   | 100,0 |
| Rata-rata (kg/m <sup>2</sup> ) z-score | 1,17 |       |

Berdasarkan Tabel 2 pada variabel pengetahuan gizi diketahui dari 55 responden dimana responden dengan

pengetahuan baik sebanyak 3 (5,5%), sedang 25 (45,5%) dan kurang sebanyak 27 (49,1%). Variabel Pola konsumsi jajanan pada indikator kontribusi energi jajanan diketahui dari 55 responden terdapat sebanyak 38 (69,1%) responden dengan kontribusi energi jajanan dengan kategori cukup dan sebanyak 17 (30,9%) responden dengan kontribusi energi jajanan dengan kategori lebih. Indikator frekuensi konsumsi jajanan diketahui dari 55 responden terdapat sebanyak 6 (10,9%) responden dengan frekuensi konsumsi jajanan lebih dari 1 – 3 kali perhari dan 49 (89,1%) responden dengan frekuensi konsumsi jajanan lebih dari 3 kali perhari.

Pada indikator jenis jajanan Diketahui dari 55 responden yang jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi responden yaitu pada kategori makanan utama jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi adalah mie goreng dengan rata-rata 58,3 kkal dan nasi goreng dengan rata-rata 45,8 kkal. Sedangkan pada kategori camilan, jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi adalah basreng dengan rata-rata 17,8 kkal dan cireng dengan rata-rata 12,8 kkal. Kategori minuman yang paling banyak dikonsumsi adalah marimas dengan rata-rata 9,1 kkal dan es tung-tung dengan rata-rata 8,9 kkal.

Indikator alasan membeli jajanan diketahui dari 55 responden memilih

alasan membeli jajanan karena harga yang murah terdapat sebanyak 5 (9,1%), lapar 10 (18,2%), lapar dan tidak sarapan 1 (1,8%), rasa yang enak 17 (30,9%), rasa yang enak dan harga yang murah 6 (10,9%), rasa yang enak dan lapar 2 (3,6%), rasa yang enak dan tidak sarapan 4 (7,3%), tidak sarapan 8 (14,5%), tidak sarapan dan harga yang murah 1 (1,8%) dan tidak sarapan dan lapar 1 (1,8%) responden. Variabel status gizi diketahui dari 55 responden terdapat 37 ( 67,3%) responden memiliki status gizi baik dan 18 (32,7%) memiliki status gizi lebih.

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status gizi**

| Variabel         | Indikator        | Status Gizi |        |
|------------------|------------------|-------------|--------|
|                  |                  | p           | r      |
| Pengetahuan Gizi | Pengetahuan Gizi | 0,000       | -0,618 |

Berdasarkan uji normalitas data tidak berdistribusi normal sehingga pada variabel pengetahuan gizi digunakan uji statistic *spearman rho* didapatkan Hasil uji statistik *spearman rho* menunjukkan nilai  $p = 0,000$ , yang berarti  $p < 0,05$ . dapat disimpulkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin. Didapatkan nilai  $r$  (*correlation coefficient*) senilai  $-0,618$  yang menunjukkan bahwa

hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin memiliki hubungan yang kuat. nilai  $r$  (*correlation coefficient*) bertanda negatif (-,0618) yang artinya hubungannya tidak searah. Semakin meningkat pengetahuan gizi maka status gizi IMT/U (z-score) akan menurun. Salah satu bagian kebutuhan gizi tubuh responden adalah pengetahuan gizi. Karena responden masih sekolah dasar dan tinggal bersama orang tuanya, keadaan yang dialami ini mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan hasil yang mereka peroleh. Oleh karena itu, mereka makan apa yang disajikan di rumah, dan responden juga menyukai mie instan dan cireng yang merupakan jajanan berkalori tinggi.

Pengetahuan yang baik cenderung menyebabkan status gizi anak baik juga., bila diketahui pengetahuan gizi anak tinggi kemampuan dalam memilih dan membeli makanan akan cenderung baik. Namun, ada banyak kasus di mana hal ini berbanding terbalik: banyak anak yang sudah tahu tentang nutrisi tetapi gizi mereka tidak baik. Hal tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor (Patterns *et al.*, 2024). Faktor tidak langsung seperti pelayanan kesehatan, pola asuh orang tua, serta faktor mendasar seperti sosial ekonomi, sanitasi dan pendidikan orang tua.

Status gizi adalah proses tubuh memproses, melahap makanan, dan

mempertahankan suplemen. Gizi baik, gizi berlebihan, dan gizi kurang merupakan tiga jenis kondisi gizi. Pengaruh makanan yang kita makan setiap hari tercermin pada status gizi kita. Meskipun pengetahuan gizi adalah faktor tidak langsung, asupan makanan berdampak langsung pada status gizi (Wulandari *et al.*, 2021)

penelitian (Elyawati, *et al.*, 2023) bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi dan status gizi. Ini karena pengetahuan gizi sebagai faktor tidak langsung juga dapat mempengaruhi status gizi, seperti halnya pendapatan orang tua dan asupan makanan. Adanya hubungan  $p = 0,002$  antara status gizi dengan pendapatan orang tua Hal ini dibuktikan dengan pola konsumsi yang baik, mengingat rendahnya upah merupakan salah satu penghambat seseorang dalam membeli pangan yang dibutuhkannya. Oleh karena itu, Status gizi akan dipengaruhi oleh daya beli keluarga untuk membeli makanan sehari-hari, lebih kuat dipengaruhi oleh tingkat pendapatan. Status gizi dipengaruhi oleh tidak meratanya keseimbangan jenis makanan, zat gizi, jumlah makanan, dan frekuensi konsumsi, yang juga berdampak signifikan terhadap perilaku konsumsi jajanan. Ketidakpuasan dipengaruhi oleh kebutuhan gizi tubuh terhadap penyajian makanan, ketersediaan

makanan, jenis dan jenis bahan, dan jumlah makanan yang dikonsumsi.

Sesuai dengan penelitian (Charina *et al.*, 2022) nilai  $p = 0,595$  atau  $p$  valuasi lebih dari  $0,05$  diperoleh dari hasil uji chi square, artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan pola makan dengan status gizi pada siswa. di Tenaga Kedokteran, Perguruan Tinggi Nusa Cendana. Hasil uji oleh (Wulandari *et al.*, 2021) Dengan nilai  $r$  sebesar  $0,124$  dan nilai  $p$  sebesar  $0,319$ , hasilnya adalah bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi mahasiswa dengan status gizinya. Sebab siswa banyak mengetahui terkait gizi tidak selalu mengikuti pola makan yang sehat, bervariasi, dan bergizi sehingga dapat menyebabkan status gizinya menjadi buruk.

**Tabel 4. Hubungan Kontribusi Energi Jajanan dengan Status Gizi**

| Variabel              | Indikator                 | Status Gizi |       |
|-----------------------|---------------------------|-------------|-------|
|                       |                           | p           | r     |
| Pola Konsumsi Jajanan | Kontribusi Energi Jajanan | 0,011       | 0,341 |

Uji statistik Spearman rho digunakan untuk indikator kontribusi energi jajanan karena data ditemukan tidak berdistribusi normal pada uji normalitas data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistik Spearman-Rho

mempunyai nilai  $p$  value sebesar  $0,011$ . Hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara kontribusi energi jajanan dengan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin dengan  $p < 0,05$ . Didapatkan  $r$  (koefisien koneksi) sebesar  $0,341$  yang menunjukkan bahwa hubungan antara kontribusi energi jajanan dengan status gizi siswa sekolah dasar 03 Negeri Batin mempunyai hubungan yang cukup. Apabila nilai  $r$  (koefisien korelasi) bernilai positif, artinya hubungan tersebut searah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin meningkat kontribusi energi jajanan maka status gizi IMT/U (z-score) akan semakin meningkat.

Makanan jajanan memainkan peran penting dalam memenuhi kecukupan gizi, dan seharusnya menyumbangkan 10-20% dari kebutuhan energi (Yanti, 2023). Sejalan dengan penelitian (Putu *et al.*, 2020) terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi energi jajanan dengan status gizi ditunjukkan dengan nilai  $p = 0,006$ . Hal ini dapat terjadi karena ketersediaan jajanan yang tinggi energi dan lemak. Penelitian oleh (Anggiruling *et al.*, 2019) terdapat hubungan antara asupan karohidrat dan lemak dari konsumsi jajanan dengan status gizi pada remaja dengan  $p = 0,000$  dengan kekuatan hubungan kuat  $r = 0,735$  dan sedang  $0,495$ . Remaja dalam mengonsumsi jajanan untuk mengatasi masalah makan berlebih, maka lebih

selektif dalam memilih jajanan yang sesuai, yaitu dengan memperbanyak makan buah dan sayur sebagai camilan.

Status gizi seseorang didasarkan oleh asupan makanan dan kemampuan mencerna zat-zat gizi tersebut. Kebiasaan makan anak dipengaruhi oleh lingkungannya. Anak-anak usia sekolah lebih suka makanan yang berlemak dan tinggi natrium, tetapi kurang vitamin dan mineral. Konsumsi makanan yang seimbang merupakan faktor utama yang mempengaruhi status gizi seseorang.

**Tabel 5. Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi**

| Variabel              | Indikator                  | Status Gizi |       |
|-----------------------|----------------------------|-------------|-------|
|                       |                            | P           | r     |
| Pola Konsumsi Jajanan | Frekuensi Konsumsi Jajanan | 0,045       | 0,227 |

Berdasarkan uji normalitas data tidak berdistribusi normal sehingga pada indikator frekuensi konsumsi jajanan digunakan uji statistic *spearman rho*. Berdasarkan hasil uji statistic *spearman rho* menunjukkan nilai  $p = 0,045$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin. Selain itu didapatkan nilai  $r$  (*correlation coefficient*) senilai 0,227 yang ditunjukkan

adanya hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dan status gizi siswa di sekolah dasar 03 Negeri Batin memiliki hubungan yang lemah. Nilai  $r$  (*correlation coefficient*) tersebut bertanda positif yang berarti hubungannya searah yang berarti semakin meningkat frekuensi konsumsi jajanan maka status gizi IMT/U (z-score) akan semakin meningkat.

Makanan dan minuman jajanan cenderung dijual dengan murah hal ini disebabkan karena menyesuaikan uang saku anak yang diberikan orang tua. Sehingga membuat mereka sering membeli makanan jajanan seperti mie instan, cireng, basreng dan minuman serbuk rasa buah. Makanan jajanan yang tidak baik tentunya bukan makanan yang direkomendasikan untuk anak, karena hal tersebut akan memberi pengaruh negative terhadap kesehatan yang akan mengakibatkan status gizi lebih. Sebab mereka belum bisa mengatur keinginan mengkonsumsi makanan dan minuman jajanan tersebut.

Sejalan dengan penelitian (Rohmatin, 2023) terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status gizi pada siswa kelas X SMA 2 Bojonegoro dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,597 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Mempengaruhi status gizinya dimana Siswa cenderung ngemil. Hal ini

menunjukkan bahwa jajanan dikenal sebagai makanan dengan sedikit nilai gizi, sehingga bila dikonsumsi dalam jumlah banyak dapat mempengaruhi kebutuhan gizi seseorang.

Sejalan dengan penelitian (Elisa *et al.*, 2023) didapatkan nilai  $p = 0,000$  nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar. Responden pada penelitian ini cenderung memiliki frekuensi jajanan tergolong sering meskipun disekolah mereka mewajibkan membawa bekal namun anak-anak sekolah tersebut masih tetap membeli jajanan dipinggir sekolah. Dengan demikian, gizi lebih terjadi karena anak mempunyai kebutuhan energi yang melebihi kebutuhan normalnya. Anak tetap mengonsumsi makanan ringan dan minuman sesuai keinginannya.

## KESIMPULAN

Ada hubungan antara pengetahuan gizi dan status gizi siswa dengan  $p = 0,000$  dan nilai  $r = 0,618$  memiliki hubungan yang kuat. Adanya hubungan antara kontribusi energi jajanan dan status gizi siswa dengan  $p = 0,011$  dan nilai  $r = 0,341$  memiliki hubungan yang cukup. Adanya hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan dan status gizi siswa dengan  $p = 0,045$  nilai  $r = 0,227$  memiliki hubungan yang lemah.

## SARAN

Diharapkan bagi sekolah untuk membekali siswa dengan pengetahuan gizi tentang jajanan. Berikan informasi melalui poster dan brosur agar lebih mudah dan menarik dipahami oleh siswa dan untuk siswa perlu memperbanyak pengetahuan tentang gizi dan jajanan. Untuk menghindari jajan, biasakan membawa makanan dan minuman dari rumah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfa Fauziah, N. *et al.* (2023) ‘Terapi Mewarnai Dalam Mengurangi Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia 6-12 Tahun di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang’, *dkk.) Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4), pp. 172–175. Available at: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8165237>.
- Anggiruling, D.O., Ekayanti, I. and Khomsan, A. (2019) ‘Factors Analysis of Snack Choice, Nutrition Contribution and Nutritional Status of Primary School Children’, *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(1), pp. 81–90. Available at: <https://doi.org/10.30597/mkmi.v15i1.5914>.
- Charina, M.S. *et al.* (2022) ‘Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola

- Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana’, *Cendana Medical Journal*, 10(1), pp. 197–204. Available at: <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>.
- Djamaluddin, I., Andiani, A. and Surasno, D.M. (2022) ‘Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 48 Kota Ternate Tahun 2019’, *Jurnal Biosainstek*, 4(1), pp. 22–31. Available at: <https://doi.org/10.52046/biosainstek.v4i1.953>.
- Elisa *et al.* (2023) ‘Asupan Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, Dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak SD’, *Jurnal Pustaka Padi*, 2(1), pp. 1–7.
- Elyawati, Abdurrachim, R. and Anwar, R. (2023) ‘Hubungan Pengetahuan Gizi, Pendapatan Keluarga dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi Remaja’, *Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-Panzi)*, 5(2), pp. 1–9.
- Kalsum, U., Kalsum, U. and Sitanggang, H.D. (2022) ‘Studi kualitatif pola konsumsi jajanan anak usia sekolah pada suku anak dalam (SAD) di daerah trans sosial Desa Nyogan, Kabupaten Muaro Jambi’, *Riset Informasi Kesehatan*, 11(1), p. 36.
- Available at: <https://doi.org/10.30644/rik.v11i1.636>.
- Kemenkes (2021) *Survei kesehatan indonesia*.
- Nurahmadi, R. *et al.* (2024) ‘PENGARUH EDUKASI GIZI MELALUI MEDIA POP-UP BOOK TERHADAP PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN PAGI SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 3’, 13(April), pp. 210–219.
- Patterns, E., Nutritional, W. and Of, S. (2024) ‘Relationship between Nutrition Knowledge And Eating Patterns With Nutritional Status Of’, 04, pp. 103–111.
- Pratiwi, T.A. *et al.* (2023) ‘PENGARUH EDUKASI “ ISI BEKALKU ” DENGAN MEDIA ANIMASI TERHADAP PENGETAHUAN , SIKAP , DAN PRAKTIK GIZI PADA’, 4.
- Putri Milenia, E. and Herdhianta, D. (2022) ‘Pengaruh Pemberian Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar’, *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), pp. 19–26. Available at:

- <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1039>.
- Putu, N., Sulistyadewi, E. and Masitah, R. (2020) ‘Asupan Karbohidrat Dan Lemak Dari Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Pada Remaja’, *Jurnal Kesehatan terpadu*, 4(2), pp. 52–56.
- Riskesdas (2019) ‘Riskesdas 2018 Provinsi Lampung’, *Laporan Provinsi Lampung Riskesdas 2018*, (Riset Kesehatan Dasar Lampung 2018), p. 598. Available at: [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3875/1/LAPORAN\\_RISKESDAS\\_LAMPUNG\\_2018.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3875/1/LAPORAN_RISKESDAS_LAMPUNG_2018.pdf).
- Rohmatin, N.I. (2023) ‘Hubungan Frekuensi Konsumsi Jajanan dan Aktivitas fisik dengan Status Gizi pada Siswa’, *h* [Preprint].
- WHO (2024) *No Title*, 1 Maret. Available at: <https://www-who-int.translate.google/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>.
- Wulandari, A. *et al.* (2021) ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Universitas Ibn Khaldun Bogor’, *Tropical Public Health Journal*, 1(2), pp. 72–75. Available at: <https://doi.org/10.32734/trophico.v1i2.7266>.
- Yanti, N.K.D.W. (2023) ‘Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Remaja Di Smpn 1 Kuta’, 13(2), pp. 94–100.
- Yulistianingsih, A. and Firdaus, A.N.T. (2023) ‘Pendampingan Pemilihan Jajanan Sehat sebagai Upaya Pencegahan Obesitas pada Anak Usia Sekolah’, *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), pp. 803–810. Available at: <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i3.1865>.
- Zuhriyah, A. (2021) ‘Konsumsi Energi, Protein, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo’, *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 01(01), pp. 45–52.