

**HUBUNGAN MENGONSUMSI JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN 42 PEKANBARU**

**Rizka Angrainy<sup>(1)</sup>, Penti Dora Yanti<sup>(2)</sup>, Desti Yuhelmi<sup>(3)</sup>**

<sup>(1)</sup>Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru, Pekanbaru 28294, Indonesia  
email: rizkaangrainy@gmail.com

<sup>(2)</sup>Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru, Pekanbaru 28294, Indonesia  
email: pentidorayanti@gmail.com

<sup>(3)</sup>Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru, Pekanbaru 28294, Indonesia  
email: yuhelmid12@yahoo.com

**ABSTRAK**

*Mengonsumsi jajan merupakan salah satu hal yang berpotensi mempengaruhi status gizi pada anak sekolah. Status gizi yang lebih atau status gizi yang kurang akan mempengaruhi nilai atau proses belajar di sekolah. Makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9%, dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energy dan protein anak sekolah dasar. Survei awal menunjukkan dari 10 orang siswa, 8 diantaranya mengaku sering jajan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan mengonsumsi jajan dengan status gizi pada anak sekolah di SDN 42 Pekanbaru. Penelitian ini bersifat analitik kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian di lakukan pada bulan Juli di SDN 42 Pekanbaru. Populasi 463 orang dan sampel 82 orang dengan teknik stratified random sampling. Data diperoleh dari kuisioner, pengukuran tinggi badan dan berat badan langsung terhadap responden. Analisis statistik yang digunakan adalah chi-square. Hasil analisis univariat mayoritas responden menjawab sering jajan (63,4%) dan sebanyak 52 orang orang tersebut mengonsumsi jajanan yang tidak sehat. Hasil analisis chi-square didapatkan P value <  $\alpha$  ( 0,042 <0,05). yang berarti ada hubungan yang bermakna mengonsumsi jajan dengan status gizi. Orang tua dan pihak sekolah, diharapkan untuk lebih memerhatikan kebersihan dan kandungan gizi jajanan yang biasa dikonsumsi anak sekolah, karena apa yang biasa mereka makan, akan memengaruhi status gizi pada anak.*

**Kata kunci:** Mengonsumsi, Jajan, Status Gizi, Anak Sekolah Dasar

**ABSTRACT**

*Eating snacks is one thing that could potentially affect the nutritional status of school children. Nutritional status is more or less nutritional status will affect the value or the learning process at school. Snack foods contributed respectively reach to 22.9% and 15.9% of the total energy and protein intake of elementary school children. A preliminary survey conduct on 10 students, consisting 8 of them admitted that often the snack. This study aims to determine whether there is a relationship eating snacks and nutritional status of school children in SDN 42 Pekanbaru. This research is a quantitative analytic with cross sectional design. The experiment was conducted at SDN 42 Pekanbaru. The population sample of 463 people and 82 people with stratified random sampling technique. Data were obtained from questionnaires, measurement of height and weight directly to the respondent. Statistical analysis using chi-square. The results of the univariate analysis of the majority of respondents answered frequent snacks (63.4%) and*

*consisting of 52 people are consuming unhealthy snacks. The results of chi-square analysis obtained P value  $< \alpha$  ( $0.042 < 0.05$ ). which means there is any significant association eat snacks with nutritional status. Parents and the school, is expected to pay more attention to hygiene and nutritional snacks that regular consumption of school children, because what they were used to, will affect the nutritional status of children.*

**Keywords:** *Eating Snack, Nutritional Status, Primary School Children*

## **PENDAHULUAN**

Definisi jajanan adalah makanan atau minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lain, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau di masak di tempat produksi, dirumah, dan ditempat berjualan. Makanan tersebut langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Adriani, 2012).

Kualitas anak sekolah penting untuk diperhatikan Karen apada masa ini merupakan masa pertumbuhan anak, dan sangat penting peranan zat gizi serta makanan yang dikonsumsi dari sekolah. Menurut data dari BPS (Badan Pusat Statistik) jumlah siswa sekolah dasar di Indonesia pada tahun 2015-2016 yaitu sekitar 26.132.141siswa. Dan dengan jumlah sekolah sekolah dasar yaitu 147.513 (BPS, 2016).

Pada anak-anak usia sekolah (6-12 tahun) laju dan pertumbuhan anak relative tetap, akan tetapi mengalami perkembangan yang luar biasa secara kognitif, emosional dan sosial. Kehidupan anak pada periode ini merupakan persiapan bagi kebutuhan-kebutuhan fisik dan emosional yang timbul akibat dorongan pertumbuhan remaja. Anak-anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami gizi kurang diantara penyebabnya ialah tingkat ekonomi yang rendah dan asupan makanan yang kurang seimbang serta rendahnya pengetahuan orang tua. Anak sekolah dengan pola makan yang seimbang

cenderung memiliki status gizi yang baik (Mariza, 2012).

Pada umumnya mereka pernah bahkan sering membeli jajanan yang dijual di kantin maupun di sekitar sekolah tanpa menyadari bahwa sebagian pangan jajanan yang dikonsumsi itu kelak dapat membahayakan kesehatan tubuhnya dan kondisi tersebut diperparah dengan cara penjualan yang tidak semestinya yaitu di tepi jalan yang relative terbuka sehingga rawan tercemar oleh mikroorganisme yang berbahaya bagi kesehatan manusia (Bramanto, 2014).

Aspek negative makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis fast food dan soft drink sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas. Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (Aprillia, 2011).

Salah satu faktor yang memengaruhi gizi anak sekolah adalah kebiasaan jajan, terlalu lelah bermain disekolah, sosial ekonomi, pengetahuan, budaya, dan produksi pangan yang tidak mencukupi kebutuhan (Hasdianah, 2014).

Menurut WHO afrika adalah Negara yang mempunyai penyakit akibat makanan (*foodborne deases*) terbanyak, kemudian disusul oleh Asia Tenggara. Lebih dari 40% *foodborne disiasis* dialami oleh balita yang merupakan kelompok usia anak yang seharusnya mendapat pengawasan makanan dari orang tua. Peraturan pemerintah republik Indonesia no 28 tahun 2004 mengenai keamanan, mutu, dan gizi pangan memberikan wewenang pada badan POM RI adalah pangan jajanan anak sekolah(KEMENKES RI, 2015).

Menurut data RISKESDAS 2010 yang terdapat dalam jurnal Indonesian journal of human nutrition 2014, penduduk yang mengkonsumsi makanan di bawah 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan sebanyak 40,6%. Keadaan ini banyak di jumpai pada anak sekolah dasar sekitar (41,2%) remaja (54,5%) dan ibu hamil (44,2%).(Riskesdas, 2010)

Menurut data Badan Pengolah Obat dan Makanan (BPOM) yang terdapat dalam jurnal Kemenkes RI 2015 Hasil capaian implementasi aksinasional (PJAS) tahun 2014, Jajanan Anak Sekolah yang diambil dari seluruh Indonesia menunjukkan 76,18% sampel memenuhi syarat dan 23,82% tidak memenuhi syarat.(Infodatin RI, 2014)

Menurut data (BPOM, 2014 yang terdapat dalam jurnal Kemenkes RI 2015, penyebab pangan jajanan anak sekolah dari tahun 2009-2014 yang paling tinggi disebabkan oleh

pencemaran mikroba, Bahan Tambahan Pangan (BTP) berlebih, dan penggunaan bahan berbahaya.(Infodatin RI, 2015)

Menurut survey awal yang dilakukan oleh peneliti di SDN 42 Pekanbaru dari 10 orang responden, 10 orang mengatakan sering jajan, 8 orang mengatakan jajan disekolah, 8 orang responden mengatakan sarapan dirumah, dan 2 diantaranya mengatakan membawa bekal dari rumah.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik Kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross secsional* yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan suatu fenomena yang terjadi dalam masyarakat untuk mencari hubungan antar variabel.(Ariani, 2014).

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian di SDN 42 Pekanbaru maka didapatkan hasil yang dapat disajikan dalam bentuk tabel.

### Data Umum

No	karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	10 tahun	16	19,5
.	11 tahun	27	32,9
.	12 tahun	36	43,9
.	13 tahun	3	3,7
<b>Total</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>
<b>1</b>	<b>Frekuensi jajan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase %</b>
.	Jarang (<5x dalam seminggu)	30	36,6
.	Sering (>5x dalam seminggu)	52	63,4
<b>2 Total</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>
.	Jajanan sehat	30	36,6
.	Jajanan tidak sehat	52	63,4
<b>Total</b>		<b>82</b>	<b>100%</b>
<b>3</b>	<b>Membeli jajan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase se</b>
.			

Di kantin sekolah	75	91,5
Pinggir jalan	4	4,9
Lain-lain	3	3,6
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100%</b>

Data primer.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa mayoritas responden memiliki usia 12 tahun, yaitu sebanyak 36 orang (43,9%) Dan minoritas responden memiliki usia 13 tahun yaitu sebanyak 3 orang (3,7%).

Pada table frekuensi jajan, dapat dilihat bahwa dari 82 orang responden mayoritas sering jajan yaitu berjumlah 52 orang (63,4%) dan minoritas yang jarang jajan berjumlah 30 orang (36,6%). Kemudian, dari 82 orang responden mayoritas responden biasa mengonsumsi jajanan yang tidak sehat yaitu berjumlah 52 orang (63,4%) dan yang memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan sehat yaitu berjumlah 30 orang (36,6%). Dan, dari 82 orang responden mayoritas biasa membeli jajanan di kantin sekolah berjumlah 75 orang (91,5%), yang biasa membeli jajan di pinggir jalan yaitu berjumlah 4 orang (4,9%), dan menjawab lain-lain sebanyak 3 orang (3,6%).

### Data Univariat

Distribusi frekuensi responden berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh)

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1.	Kurus: < -3 SD sampai dengan < -2 SD	17	20,7
2.	Normal: -2 SD sampai dengan 1 SD	44	53,7
3.	Gemuk: > 1 SD sampai dengan 2 SD	15	18,3
4.	Obesitas: > 2 SD	6	7,3
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100%</b>

Data primer

Berdasarkan tabel dapat di lihat bahwa mayoritas respoden memiliki IMT

(Indeks masa tubuh) normal yaitu sebanyak 44 orang (53,7%), dan minoritas yang memiliki IMT obesitas yaitu sebanyak 6 orang (7,3%).

### Data Bivariat

Tabel Hubungan Mengonsumsi Jajan Dengan Status Gizi

Status gizi	Jajanan				Total	P Value
	Sehat		Tidak Sehat			
	N	%	N	%	N	%
Kurus	2	6,7	15	28,8	17	20,7
Normal	19	63,3	25	48,1	44	53,7
Gemuk	8	26,7	7	13,5	15	18,3
Obesitas	1	3,3	5	9,6	6	7,3
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	<b>82</b>	<b>100</b>

Data Primer

Berdasarkan Tabel dapat dilihat bahwa dari 82 orang responden, 52 responden memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat dan mayoritas responden yang memiliki kebiasaan tersebut mayoritas yang memiliki IMT (Indeks Masa Tubuh) normal yaitu sebanyak 25 orang (48,1%), dan minoritas responden yang mempunyai IMT (Indeks Masa Tubuh) obesitas yaitu berjumlah 6 orang responden 5 diantara mereka mempunyai kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat (9,6%).

## PEMBAHASAN

### a. Hubungan mengonsumsi jajan dengan IMT (Indeks Masa Tubuh)

Pada penelitian yang dilakukan di SDN 42 Pekanbaru mengonsumsi jajanan sehat dikategorikan menjadi 2 yaitu, mengonsumsi jajanan sehat dan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat. Berdasarkan hasil analisa univariat di dapatkan bahwa bahwa dari 82 orang responden, 52 responden memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat dan mayoritas responden yang memiliki kebiasaan tersebut mayoritas yang memiliki IMT (Indeks

Masa Tubuh) normal yaitu sebanyak 25 orang (48,1%), dan minoritas responden yang mempunyai IMT (Indeks Masa Tubuh) obesitas yaitu berjumlah 6 orang responden 5 diantara mereka mempunyai kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat (9,6%). Hasil uji statistic menunjukkan nilai P value = 0,042 jadi  $P \alpha < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan mengonsumsi jajan dengan status gizi pada anak sekolah dasar.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SDN 42 Pekanbaru 82 orang responden dan telah dilakukan uji statistik chi-square menunjukkan bahwa, dari 30 orang siswa (36,5%) biasa mengonsumsi jajanan yang sehat, dan 52 orang siswa (63,4%) mempunyai kebiasaan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat. Hasil uji statistic menunjukkan nilai P value = 0,042 jadi  $P \alpha < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan mengonsumsi jajanan dengan status gizi pada anak sekolah dasar di SDN 42 Pekanbaru.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wijadmadi, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kharisma Putra.
- Aprillia, B. A. (2011). *Faktor yang Berhubungan Dengan Pemilihan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar di SDN Pekunden Semarang*. Semarang: Naskah Publikasi.
- Badan Penelitian dan Pengembangan. (2010). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2010*.
- Hasdianah, D. (2014). *Gizi Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Infodatin RI. Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI 2015. *Situasi dan Analisis Gizi*. Retrived from: <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-gizi.pdf>