

## HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI, KEBIASAAN JAJAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH DASAR

### *Relationship Between Nutrition Knowledge, Snacking Habits and Nutritional Status In Elementary School Children*

Lilik Rahmawati<sup>1</sup>, Angga Hardiansyah<sup>1\*</sup>, Zana Fitriana Octavia<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Universitas Islam Negeri Walisongo. Semarang

\*Email: anggahardiansyah@walisongo.ac.id

**ABSTRAK:** Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rentan masalah gizi yang diakibatkan pola konsumsi makan yang salah, yaitu anak lebih suka konsumsi jajanan yang mengandung energi tinggi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan konsumsi jajanan pada anak adalah pengetahuan gizi, karena pengetahuan gizi merupakan landasan dalam menentukan konsumsi makanan seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar. Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pemilihan sampel dilakukan dengan metode *stratified random sampling*. Data yang diukur adalah pengetahuan gizi menggunakan kuesioner pengetahuan, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi diukur menggunakan wawancara kuesioner semi kuantitatif FFQ, dan status gizi dari IMT/U. Pengolahan data menggunakan uji korelasi Gamma dengan taraf signifikansi  $=0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang (43,5%), memiliki kebiasaan konsumsi jajan sedang (52,9%), dan status gizi normal (56,5%). Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dan terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dan status gizi dengan kekuatan hubungan yang sangat kuat.

**Kata kunci:** Pengetahuan gizi, kebiasaan jajan, status gizi.

**ABSTRACT:** School-age children are one of the vulnerable groups for nutritional problems caused by wrong food consumption patterns, namely children prefer to consume snacks that contain high energy. One of the factors that influence snack consumption habits in children is nutritional knowledge, because nutritional knowledge is the basis for determining one's food consumption. This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge and consumption habits of high-energy snacks with the nutritional status of elementary school-age children. This type of research is observational with a cross sectional approach. The sample selection was carried out using stratified random sampling method. The data measured were nutritional knowledge using a knowledge questionnaire, consumption habits of high-energy snacks were measured using a semi-quantitative FFQ questionnaire interview, and nutritional status from BMI/U. Processing data using Gamma correlation test with a significance level  $= 0.05$ . The research results showed that the majority of respondents had poor nutritional knowledge (43.5%), had a habit of consuming moderate snacks (52.9%), and normal nutritional status (56.5%). There is no relationship between nutritional knowledge and the habit of consuming high-energy snacks and there is a significant relationship between the habit of consuming high-energy snacks and nutritional status with a very strong relationship.

**Keywords:** Knowledge of nutrition, snacking habits, nutritional status.

## PENDAHULUAN

Gizi yang baik pada anak sekolah merupakan aset masa depan bangsa karena anak usia sekolah adalah generasi penerus yang menjadi penentu kualitas bangsa di masa yang akan datang (Hardinsyah & Supriasa, 2017). Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rentan masalah gizi. *Overweight* merupakan salah satu masalah gizi yang sering dijumpai pada anak usia sekolah. Data hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi nasional anak usia 5-12 tahun dengan status gizi obesitas sebesar 8%, dan meningkat 1,2% pada tahun 2018 menjadi 9,2%. Jawa Timur merupakan salah satu dari 16 provinsi yang memiliki prevalensi anak dengan status gizi obesitas diatas nasional, yaitu sebesar 11,1%, sedangkan di Kabupaten Bojonegoro prevalensi anak dengan status gizi obesitas sebesar 12,95% (Kemenkes RI, 2018).

Pola konsumsi makan yang salah pada anak merupakan salah satu penyebab permasalahan gizi lebih pada anak, yaitu anak lebih suka konsumsi jajanan dengan kandungan energi dan lemak yang tinggi tetapi kandungan protein, serat, vitamin dan mineral sangat sedikit (Nisak & Mahmudiono, 2017). Kandungan zat gizi yang terdapat dalam jajanan bermacam-macam, tergantung jenis dari jajanannya, seperti makanan utama, *snack* (makanan ringan) maupun minuman, sehingga kandungan gizi tersebut akan memberikan kontribusi/sumbangan zat gizi yang berguna bagi tubuh (Sari & Rachmawati, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Aini, 2019) di SDN Pati Kidul Kabupaten Pati memperoleh hasil bahwa 58,8% anak sekolah memiliki kebiasaan membeli jajanan dengan frekuensi dua kali per hari (Aini, 2019). Konsumsi jajanan secara berlebihan akan mengakibatkan asupan energi berlebih pula dalam tubuh, asupan energi yang berlebih merupakan faktor utama terjadinya permasalahan gizi lebih (Rohmah et al., 2020). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nuryani & Rahmawati, 2018) di kabupaten Gorontalo memperoleh hasil bahwa kebiasaan jajan berpengaruh terhadap status gizi siswa sekolah dasar, begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wiriastuti, 2019) yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi.

Kebiasaan konsumsi jajanan pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah sikap anak terhadap jajanan, pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, kebiasaan sarapan pagi, dan kebiasaan membawa bekal (Wowor et al., 2021). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah adalah pengetahuan gizi, karena pengetahuan gizi merupakan landasan dalam menentukan konsumsi makanan seseorang. Pengetahuan gizi anak yang didukung dengan pendidikan yang memadai akan menumbuhkan kebiasaan yang baik terhadap penggunaan bahan makanan sehingga pengetahuan gizi akan mempengaruhi perilaku seseorang dan jika perilaku yang baik tersebut dilakukan secara terus menerus akan menjadi kebiasaan yang baik pula (Azwar, 2015).

Pernyataan Azwar di atas berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Tanzihah & Prasajo, 2012) yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu menjamin penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pengetahuan gizi yang tinggi tidak mempengaruhi praktik pemilihan jajanan yang sesuai pada anak, anak lebih suka membeli makanan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan kandungan dan bahan makanan yang terdapat dalam makanan tersebut (Tanzihah & Prasajo, 2012). Anak sekolah lebih suka terhadap jajanan karena rasanya yang enak, bentuk dan kemasannya yang menarik serta bervariasi sehingga dapat membangkitkan selera makan anak (Anisah, 2019).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Nurdiyanti & Wahyuningtyas, 2019) memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dan kebiasaan jajan pada anak, sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Aisyah, 2015) di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta memperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi terhadap perilaku anak dalam memilih jajanan. Penyebab tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dan perilaku anak dalam memilih jajanan dapat terjadi karena pengetahuan yang baik belum menjamin

praktik kebiasaan yang baik dan bukan pengetahuan saja yang berpengaruh terhadap perilaku anak, terdapat banyak hal yang dapat mempengaruhi anak dalam berperilaku.

Survei awal yang telah dilakukan oleh peneliti di 7 sekolah dari 3 desa yang berada di Kecamatan Kanor diketahui banyak penjual jajanan di sekitar sekolah dan dari 83 siswa kelas IV, V dan VI yang diukur status gizinya diperoleh hasil bahwa 20,48% (17 siswa) memiliki status gizi gemuk, 21,69% (18 siswa) memiliki status gizi sangat gemuk, 13,25% (11 siswa) memiliki status gizi kurang, 1,2% (1 siswa) memiliki status gizi buruk, dan siswa yang memiliki status gizi normal hanya 43,37% (36 siswa). Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai “Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro”. Lokasi tersebut dipilih karena tersedianya para penjual makanan di luar sekolah yang menjual jajanan yang cukup bervariasi, selain itu juga belum pernah dilakukan penelitian yang serupa di lokasi tersebut sehingga belum terdapat data dan penelitian terkait pengetahuan gizi siswa dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.

## **METODE**

Penelitian ini dilakukan di 7 sekolah dasar baik negeri maupun swasta dari 3 desa yang berada di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro, yaitu SDN Nglarangan I, SDN Nglarangan II, MI Islamiyah Nglarangan, MI Islamiyah Sroyo, SDN Sroyo, MI Darul Ulum Bakung, SDN Bakung di semester Gasal tahun ajaran 2022/2023. Penelitian berlangsung pada tanggal 20 Agustus 2022 – 27 Agustus 2022 dengan pendekatan *cross sectional*. *Variabel* bebas dalam penelitian ini terdiri atas pengetahuan gizi, kebiasaan jajan sebagai variabel antara, sedangkan variabel terikatnya adalah status gizi. Perhitungan sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin, yaitu sebesar 85 siswa-siswi kelas 4, 5, dan 6 dengan rentang usia 10-12 tahun.

Data pengetahuan gizi merupakan pengetahuan anak mengenai gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, dan pemilihan jajanan yang aman dan sehat yang diukur dengan menggunakan kuesioner pengetahuan sebanyak 20 soal pilihan ganda yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas sebelumnya. Data kebiasaan jajan merupakan persentase total energi yang diasup anak dari jajanan jenis camilan/*snack* dengan kandungan energi yang tinggi, yaitu 200 kkal/lebih per 100 gr BDD (berat dapat dimakan) selama berada di sekolah dalam waktu 1 hari. Energi dari jajanan di ketahui dari informasi nilai gizi yang terdapat pada jajanan kemasan, sedangkan pada jajanan non kemasan seperti papeda, cilung, siomay dan lain sebagainya peneliti melihat pada aplikasi *fat secret*. Kebiasaan jajan pada anak diukur dengan menggunakan semi-kuantitatif FFQ (*Food Frequency Questionnaires*) melalui wawancara kepada siswa, kemudian hasil wawancara dimasukkan pada aplikasi *microsoft excel* untuk memperoleh data terkait asupan jajanan harian dan dihitung persentase rata-rata asupan energi yang diperoleh dari kebiasaan jajan anak. Data status gizi merupakan gambaran individu sebagai akibat dari asupan gizi sehari-hari. Pengukuran status gizi anak sekolah diukur dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U). Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel meliputi pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajan, dan status gizi. Data pengetahuan gizi, secara univariat dianalisis dengan membandingkan data terhadap skor kuesioner, dengan katagori baik (>80% jawaban benar), sedang (60-80% jawaban benar) dan kurang (<60% jawaban benar). Data kebiasaan jajan dianalisis dengan membandingkan total konsumsi jajanan dengan kebutuhan energi harian yang dihitung menggunakan rumus IOM, dengan kategori rendah (<15% dari total kebutuhan energi/hari), sedang (15-20% dari total kebutuhan energi/hari), dan tinggi (>20% dari total kebutuhan energi/hari). Data status gizi siswa dianalisis secara univariat dengan mengkatagorikan status gizi menjadi tiga katagori yaitu kurang ( $-3\text{ SD} \leq -2\text{ SD}$ ), normal ( $-2\text{ SD} \leq +1\text{ SD}$ ), dan lebih ( $\leq +1\text{ SD}$ ). Sementara itu, analisis bivariate untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan jajan, kebiasaan jajan dengan status gizi dilakukan menggunakan Uji Gamma.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang, yaitu sebanyak 37 responden (43,5%). Karakteristik berikutnya yaitu kebiasaan jajan, hasilnya yaitu mayoritas responden memiliki kebiasaan jajan dengan kategori sedang, yaitu sebanyak 45 responden (52,9%). Adapun pada karakteristik terakhir, yaitu status gizi memperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 48 responden (56,5%) dari total sampel (Tabel 1).

**Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian**

Karakteristik Responden		n (%)
Pengetahuan Gizi	Kurang	37 (43,5%)
	Sedang	34 (40%)
	Baik	14 (16,5%)
	Total	85 (100%)
Kebiasaan Jajan	Rendah	1 (1,2%)
	Sedang	45 (52,9%)
	Tinggi	39 (45,9%)
	Total	85 (100%)
Status Gizi	Kurang	2 (2,4%)
	Normal	48 (56,5%)
	Lebih	35 (41,2%)
	Total	85 (100%)

Sumber: Data Primer 2022

### 2. Analisis Bivariat

#### Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Jajan

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai  $p$  sebesar 0,691 ( $p > 0,05$ ) yang artinya tidak ada korelasi yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi (Tabel 2)

**Tabel 2. Uji Statistik Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Jajan**

Pengetahuan Gizi		n (%)	Kebiasaan Jajan		
			Tinggi	Sedang	Rendah
Pengetahuan Gizi	Kurang	n (%)	17 43,6%	20 44,44%	0 0%
	Sedang	n (%)	17 43,6%	16 35,55%	1 100%
	Baik	n (%)	5 12,8%	9 20%	0 0%
<b>Total</b>		n (%)	39 100%	45 100%	1 100%
<b>Koefisien korelasi (<math>\gamma</math>)</b>			<b>Nilai <math>p</math></b>		
-0,070			0,691		

#### Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi

Hasil dari uji statistik hubungan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi responden yang diuji menggunakan uji korelasi gamma ( $\gamma$ ) menunjukkan bahwa nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi. Adapun nilai koefisien korelasi Gamma ( $\gamma$ ) sebesar 1,000 yang berarti mempunyai kekuatan korelasi yang sangat kuat. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa anak dengan kebiasaan

konsumsi jajanan tinggi energi dengan kategori tinggi (>20%), lebih beresiko memiliki status gizi lebih dibandingkan dengan anak dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan kategori sedang maupun rendah (Tabel 3).

**Tabel 3. Uji Statistik Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi**

			Status Gizi		
			Lebih	Normal	Kurang
<b>Kebiasaan Jajan</b>	Rendah	n (%)	0	0 0%	1 50%
	Sedang	n (%)	0	44 91,66%	1 50%
	Tinggi	n (%)	35 100%	4 8,33%	0
<b>Total</b>		n (%)	35 100%	48 100%	2 100%

  

Koefisien korelasi ( $r$ )	Nilai $p$
1,000	0,000

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

Hasil pengujian menggunakan program SPSS menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang, yaitu sebanyak 37 responden (43,5%). Adapun responden yang memiliki pengetahuan gizi sedang sebanyak 34 responden (40%), dan responden yang memiliki pengetahuan gizi baik sebanyak 14 responden (16,5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wihida, 2013), (Robert & Sudarti, 2014), (Fitriyah, 2019), (Asniarti & Suprianto, 2020) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas sampel penelitian memiliki pengetahuan gizi kurang, tetapi tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sitohang, 2017) dan (Wirastuti, 2019) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi baik. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah, kurangnya pengetahuan gizi responden disebabkan karena responden hanya mendapatkan pengetahuan gizi dari mata pelajaran tematik saja, dan responden kurang memperhatikan saat guru menjelaskan materi yang disampaikan, selain itu belum ada penyuluhan oleh petugas kesehatan terkait pengetahuan gizi dan pemilihan jajanan yang aman dan sehat, penyuluhan hanya dilakukan terkait perilaku hidup bersih dan sehat seperti kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan serta tata cara memelihara kebersihan diri dan lingkungan sekitar. Pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kebiasaan makan yang baik, serta pengertian yang kurang tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan membuat siswa tidak peduli pada apa yang mereka konsumsi selama berada di sekolah (Kigaru, *et al.*, 2015).

Pada variabel kebiasaan jajan diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 52,9% dari total sampel. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pamungkas, 2017), (Cahyani, 2020), dan (Yanti, 2022) yang menyatakan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan yang cukup/sedang. Persentase asupan harian responden terkait jajanan mayoritas dalam kategori sedang dapat terjadi karena berdasarkan hasil wawancara dengan responden, frekuensi rata-rata responden terkait jajanan tinggi energi sebanyak 6 kali dalam 1 minggu, artinya responden mengkonsumsi jajanan sebanyak 1 kali selama berada di sekolah. Adapun untuk uang saku responden juga terbatas, yaitu sebesar Rp. 2000,- s/d Rp. 7000,-/hari, dengan uang saku sejumlah tersebut, maka responden akan menyesuaikan pemilihan jajanan yang akan dikonsumsi. Tersedianya jajanan dan uang saku merupakan faktor

yang sangat berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan pada siswa. Besaran jumlah uang saku yang diberikan oleh orang tua kepada anak akan memberikan pengaruh terhadap daya beli jajanan anak (Rosyidah & Andrias, 2013).

Variabel selanjutnya yaitu status gizi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 48 responden (56,5%), gizi lebih sebanyak 35 responden (41,2%), dan gizi kurang sebanyak 2 responden (2,4%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rosyidah, 2015), (Pamungkas, 2017), (Yanti, 2022) yang menyebutkan bahwa mayoritas sampel penelitiannya memiliki status gizi normal. Berdasarkan hasil wawancara semi kuantitatif FFQ terkait kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi anak, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan dalam kategori sedang, sehingga dari asupan tersebut akan memberikan sumbangan zat gizi bagi responden dan akan berpengaruh terhadap status gizi. Kondisi ekonomi keluarga juga merupakan faktor yang berpengaruh terhadap status gizi, kondisi ekonomi masyarakat di Kecamatan Kanor bisa dikatakan baik, dimana pekerjaan sebagian besar masyarakatnya adalah sebagai petani dan setiap tahunnya bisa tiga kali panen dengan kualitas yang cukup baik, sehingga produksi pangan dapat tercukupi. Fasilitas kesehatan di Kecamatan Kanor juga tercukupi, yaitu dengan adanya puskesmas pembantu pada masing-masing desa dan terdapat puskesmas di kecamatan, sehingga faktor-faktor di atas menjadi faktor pendukung normalnya status gizi mayoritas responden. Pelayanan kesehatan yang baik, seperti imunisasi, pemeriksaan kesehatan, penimbangan anak, pendidikan kesehatan dan gizi, serta sarana kesehatan yang baik secara tidak langsung akan memberikan pengaruh yang baik pula terhadap status gizi seseorang (Purnamasari, 2018).

## **2. Analisis Bivariat**

### **Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Jajan**

Pengetahuan gizi adalah pengetahuan mengenai gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, makanan yang aman untuk dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit, cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi yang terkandung dalam makanan tidak hilang serta tata cara hidup sehat (Notoatmodjo, 2012). Perilaku seseorang terkait gizi dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, yang akan memberikan dampak terhadap asupan makanan dan status gizi (Lestari & Octavia, 2021). Berbekal pengetahuan gizi yang baik diharapkan anak akan memahami jajanan yang sehat dan baik untuk dikonsumsi serta jajanan yang kurang baik untuk dikonsumsi (Afni, 2017).

Hasil uji statistik korelasi Gamma dengan taraf signifikansi ( $\alpha$ )=0,05 menunjukkan nilai  $p=0,691(p > \alpha)$  sehingga terima  $H_0$  yang berarti tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, artinya tinggi rendahnya tingkat pengetahuan gizi tidak berkaitan dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada siswa. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setiawan, 2013), (Aisyah, 2015), dan (Fauziyah et al., 2022) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan pada anak usia sekolah dasar, tetapi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Afni, 2017), (Nurdiyanti & Wahyuningtyas, 2019), (Asniarti & Suprianto, 2020) yang menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan. Tingkat pengetahuan gizi yang baik akan menjadikan anak memiliki kemampuan dalam memilih makanan yang menyehatkan dan memiliki kandungan gizi yang tinggi, sehingga siswa mampu berupaya mengatur kebiasaan konsumsi jajanan mereka (Asniarti & Suprianto, 2020).

Penyebab tidak terdapatnya hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dikarenakan terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi kebiasaan konsumsi jajanan pada anak, seperti sikap anak terhadap jajanan, ketersediaan jajanan, uang saku, pengaruh teman sebaya, kebiasaan sarapan dan juga kebiasaan membawa bekal (Wowor et al., 2021). Sikap anak terhadap jajanan

merupakan perwujudan dari pengetahuan gizi yang nantinya dapat berpengaruh terhadap perilaku seseorang, dan jika perilaku tersebut diterapkan dalam kehidupan sehari-hari akan menjadi kebiasaan. Seseorang dengan pengetahuan gizi yang baik akan mengembangkan sikap gizi yang baik, kemudian sikap akan mengarahkan perilaku secara langsung. Sikap positif terkait gizi akan menumbuhkan perilaku yang positif pula dan sebaliknya sikap negatif akan menumbuhkan perilaku yang negatif, dalam hal ini lebih mengarah pada perilaku konsumsi jajanan yang tercermin dari kebiasaan konsumsi jajanan (Khomsan, 2021).

### **Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi**

Jajanan bagi anak sekolah memiliki peranan yang cukup besar dalam menyumbang asupan makanan saat berada di sekolah karena tingginya aktivitas saat berada di sekolah, serta pengenalan berbagai jenis jajanan akan menumbuhkan penganekaragaman pangan sejak kecil (Wiriastuti, 2019). Keadaan gizi seseorang sangat dipengaruhi oleh konsumsi makannya sehari-hari yang terbentuk dari kebiasaan makan seseorang. Kontribusi jajanan cukup besar terhadap asupan zat gizi pada semua kelompok usia termasuk usia anak sekolah, dan apabila dikonsumsi secara berlebihan akan berpengaruh pada timbulnya masalah gizi. Di lain sisi, kebiasaan mengkonsumsi jajanan sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, baik yang tinggal di daerah perkotaan maupun perdesaan (Sari & Rachmawati, 2020). Kebiasaan makan yang tidak baik seperti berlebihan dalam mengkonsumsi jajanan dengan kandungan lemak dan kalori yang tinggi serta kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan overweight atau obesitas pada anak (Wansink, *et al.*, 2013).

Hasil uji statistik menggunakan korelasi Gamma dengan taraf signifikansi ( $\alpha$ )=0,05 menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,005$ ) sehingga tolak  $H_0$ , artinya terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi. Adapun tingkat korelasi sebesar 1,000, yang berarti mempunyai kekuatan korelasi yang sangat kuat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Pamungkas, 2017), (Nuryani & Rahmawati, 2018), (Wiriastuti, 2019), (Yanti, 2022) yang menyatakan adanya hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan dengan status gizi, tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rosyidah, 2015) dan (Nissa, *et al.*, 2022) yang memperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi.

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dipengaruhi oleh jumlah dan kualitas asupan gizi yang diberikan dalam makanannya. Gizi yang diperoleh anak melalui konsumsi makanan setiap harinya memiliki peran yang besar untuk kehidupan anak tersebut (Hardinsyah & Supariasa, 2017). Kontribusi energi yang terkandung pada jajanan terhadap pemenuhan kecukupan energi harian sebaiknya berkisar antara 15-20% (BPOM RI, 2013). Anak usia sekolah berisiko mengalami masalah gizi kaitannya dengan kebiasaan jajan pada anak, karena banyaknya jajanan yang dikonsumsi anak akan mengakibatkan peningkatan asupan energi total sehingga akan memberikan sumbangan zat gizi pada status gizi seseorang. Kecenderungan anak sekolah mengalami masalah gizi dapat disebabkan karena kebiasaan konsumsi jajanan yang tidak tepat, anak sering jajan sembarangan tanpa memikirkan kandungan gizi yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsinya (Sari & Rachmawati, 2020).

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang, yaitu sebanyak 43,5% dari total sampel, memiliki kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi sedang, yaitu sebanyak 52,9% dari total sampel, dan status gizi normal, yaitu sebanyak 56,5% dari total sampel. Selain itu, tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan

konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di kecamatan Kanor., dan Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di kecamatan Kanor dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,005$ ) dan kekuatan hubungan yang sangat kuat dengan nilai koefisien korelasi ( $\gamma$ ) 1,000.

Bagi pihak sekolah, sebaiknya memberikan pendidikan gizi untuk siswa melalui kegiatan rutin bulanan seperti penyuluhan gizi dengan berkoordinasi kepada pihak puskesmas. Selain itu membuat program-program kesehatan yang berhubungan dengan konsumsi jajanan untuk siswa dengan tujuan agar siswa memiliki pengetahuan yang baik dalam berperilaku konsumsi jajanan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti lebih lanjut dengan menambahkan faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan serta status gizi siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afni, N. (2017). Faktor-faktor yang Berpengaruh Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan di SDN Natam Kecamatan Badar Tahun 2017. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 3(2), 59-66.
- Aini, S. Q. (2019). Perilaku Jajan pada Anak Sekolah. *Jurnal Litbang*, 15(2), 133-146.
- Aisyah, U. N. (2015). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Anak Terhadap Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan yang Sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta
- Anisah, I. N. (2019). Hubungan Kebiasaan Anak Jajan Diluar dengan Kejadian Diare pada Siswa SD Negeri 3 Mudal Boyolali. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Asniarti, N., & Suprianto. (2020). Korelasi Faktor Pemicu Kebiasaan Jajan Anak SD Al Khairiyah di Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Indah Sains Dan Klinis*, 1(1), 6–11.
- Azwar, S. (2015). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- BPOM RI. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. Jakarta: Penerbar Swadaya.
- Cahyani, H. R. D. (2020). Hubungan Kebiasaan Jajan Terhadap Status Gizi Anak Kelas 5 di SD Kembang Sari 1 Piyungan. Skripsi: UNISA, Jogjakarta.
- Fauziah, A. N., Astuti, P., & Fathonah, S. (2022). Pengaruh antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Siswa dengan Pola Konsumsi Jajan Siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education Journal*, 11(1), 22–30.
- Fitriyah, S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di SD Negeri Margadadi III. *Seri Ilmu-Ilmu Alam Dan Kesehatan*, 3(1), 23–27.
- Hardinsyah & Supariasa, I, D, N. (2017). *Ilmu Gizi, Teori & Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Hardinsyah, & Tambunan, V. (2018). Angka Kecukupan Gizi dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI).
- Kemenkes RI. (2018). RISKESDAS 2018.pdf. In *Riset Kesehatan Dasar*.
- Kigaru, D. M., Loechl, C., Moleah, T., Macharia-Mutie, C., & Ndungu, Z. (2015). Nutrition Knowledge, Attitude And Practices Among Urban Primary School Children In Nairobi City, Kenya: A KAP Study. *BMC Public Health*, 1(44), 1-8.
- Lestari, P., & Octavia, Z. F. (2021). Knowledge and Attitudes about Nutrition related to Snacking Practices in Madrasah Tsanawiyah Students. *Journal of Health Education*, 6(2), 82–87.
- Nisak, A. J., & Mahmudiono, T. (2017). Pola Konsumsi Makanan Jajanan Di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko *Overweight*/Obesitas Pada Anak. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(3), 311–324.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurdiyanti, H., & Wahyuningtyas, W. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pekerjaan Orang Tua Dengan Perilaku Kebiasaan Jajan Siswa Mi Nurul Islamiyah Tahun 2017. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(4), 321-330.

- Nuryani, & Rahmawati. (2018). Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 114–122.
- Pamungkas, U, L. (2017). Hubungan Kebiasaan Jajan Anak dengan Status Gizi Anak pada Usia Sekolah di SDN Bibis Kasihan Bantul. Skripsi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani, Yogyakarta.
- Purnamasari, D. U. (2018). Gizi & Kesehatan Anak Sekolah. Yogyakarta: Andi Offset.
- Riskesdas Jatim. (2018). Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018. In Kementerian Kesehatan RI.
- Robert, D., & Sudarti, N. W. (2014). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Kebiasaan Jajan Anak Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Wonosari Kabupaten Boalemo. *Jurnal GIZIDO*, 6(1).
- Rohmah, M. H., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, 04(01), 39–50.
- Rosyidah, Z., & Andrias, D, R. (2013). Jumlah Uang Saku Dan Kebiasaan Melewatkan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 1–6.
- Sari, Y. D., & Rachmawati, R. (2020). Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan Terhadap Asupan Energi Sehari Di Indonesia (Analisis Data Survey Konsumsi Makanan Individu 2014). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 43(1), 29–40.
- Setiawan, R. (2013). Hubungan Pengetahuan tentang Pemilihan Makanan Jajanan dengan Perilaku Anak Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan di SDN Karangasem III Surakarta. Karya Ilmiah: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Sitohang, D, N. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Jajan dan Asupan Zat gizi Makro (E,P,L Dan KH) dengan Status Gizi Siswa Sekolah dasar Negeri 24 Talang Kelapa Palembang Tahun 2017. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG JURUSAN GIZI.
- Tanziha, I., & Prasajo. (2012). Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah dalam Upaya Perbaikan Gizi dan Kesehatan. Kerjasama Nurani Dunia dan Departemen Gizi Masyarakat. Skripsi: IPB. Bogor.
- Wansink, B., Shimizu, M., & Brumberg, A. (2013). Association of Nutrient-dense Snack Combinations with Calories and Vegetable Intake. *Pediatrics*, 131(1), 22-29.
- Wihida, C, H. (2013). Hubungan Pengetahuan Memilih Makanan Jajanan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta. PROGRAM STUDI DIII GIZI FAKULTAS ILMU KESEHATAN. Karya Ilmiah: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Wiriastuti, M. A. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kebiasaan Jajan dan Tingkat Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 29 Dangin Puri Denpasar. Skripsi: Poltekkes Denpasar. Denpasar.
- Wowor, P., Engkeng, S., & Kalesaran, A. F. . (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Pada Pelajar Di Sekolah Dasar Negeri 16 Dan Sekolah Dasar Negeri 120 Kota Manado. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 6(2), 91–98.
- Yanti, N. K. (2022). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 17 Kesiman. *Skripsi: Poltekkes Denpasar, Denpasar*.