

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI DAN  
KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN TINGGI ENERGI  
DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH  
DASAR DI KECAMATAN KANOR KABUPATEN  
BOJONEGORO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Gizi (S.Gz)



Diajukan oleh:  
**LILIK RAHMAWATI**  
NIM. 1707026023

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG  
2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lilik Rahmawati

NIM : 1707026023

Judul : Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penulisan skripsi ini merupakan hasil dari pemaparan, pemikiran, dan penelitian asli saya sendiri. Jika terdapat hasil dari pemaparan orang lain, maka saya telah mencantumkan sumber dengan jelas pada karya tulis ini.

Semarang, 14 November 2022

Yang membuat pernyataan

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Lilik Rahmawati', enclosed within a hand-drawn circular border.

**Lilik Rahmawati**

NIM. 1707026023

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

**Hubungan antara Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan  
Tinggi Energi dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di  
Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro**

yang disusun oleh:  
Lilik Rahmawati  
1707026023

Telah diujikan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji pada Sidang  
Munaqosah  
tanggal : 09 November 2022

Semarang, 14 November 2022

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

  
**Angga Hardiansyah, S.Gz., M.Si**  
NIP. 198903232019031012

  
**Zana Fitriana Octavia, S.Gz., M. Gizi**  
NIP. 199210212019032015

Dosen Penguji I

Dosen Penguji II

  
**Dwi Hartanti, S.Gz., M.Gizi**  
NIP. 198610062016012901

  
**Dr. Widfastuti, M.Ag**  
NIP. 197503192009012003



## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya, keluarga, teman-teman yang senantiasa membantu dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini, serta untuk semua orang yang sering menanyakan perihal kelulusan.

## MOTTO

مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ صَلَّى وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ لِي وَلِنَجْرِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرُهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

“Apa yang ada di sisimu akan lenyap, dan apa yang ada di sisi Allah adalah kekal. Dan sesungguhnya Kami akan memberi balasan kepada orang-orang yang sabar dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan. (an-Nahl:96)”

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

*Alhamdulillah rabbil alamin*, segala puji penulis panjatkan kehadirat Allah SWT., yang telah memberikan rahmat dan hidayah, serta nikmat yang tiada tara sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir (skripsi) ini dengan segala kemurahan hati dan kemudahan yang telah diberikan oleh-Nya. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW., yang kami nantikan syafaatnya di *yaumul akhir* nanti.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir ini semata-mata bukan hanya dari kerja keras dan kesungguhan penulis saja, akan tetapi karena adanya dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT. yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis
2. Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq M. Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
3. Bapak Prof. Dr. H. Syamsul Ma'arif, M. Ag. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
4. Ibu Dr. Dina Sugiyanti, M. Si. selaku Ketua Program Studi Gizi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
5. Bapak Angga Hardiansyah, S. Gz., M. Si. selaku dosen pembimbing I yang telah mencurahkan waktu dan tenaga sehingga dapat memberikan arahan, bimbingan, dan saran kepada penulis sehingga skripsi ini menjadi layak dan baik kualitasnya
6. Ibu Zana Fitriana Octavia, S.Gz., M.Gizi. selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan banyak sekali masukan dan saran sehingga skripsi ini menjadi layak dan baik kualitasnya
7. Ibu Dwi Hartanti S.Gz., M.Gizi selaku dosen penguji I yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat membangun dan pentingnya metodologi penelitian serta instrumen penelitian sehingga peneliti menjadi paham terkait metodologi penelitian

8. Ibu Dr. Widiastuti, M.Ag. selaku dosen penguji II yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun terkait penulisan skripsi dan memberikan pandangan mengenai *Unity of Sciences*, yang selalu menjelaskan dengan jelas dan terperinci
9. Bapak Dr. KH. Ismail M. Ag. yang telah membantu perkuliahan peneliti mulai verifikasi mahasiswa baru hingga saat ini
10. Ibu Nyai Isnayati Kholis selaku pengasuh PPP Mbah Rumi yang telah membimbing peneliti selama berada di pondok
11. Seluruh Bapak dan Ibu dosen yang sudah bersedia menyalurkan ilmu pengetahuan dan pengalaman terkait Gizi kepada penulis
12. Kepada seluruh keluarga saya tercinta, terutama Bapak Mukiman, Ibu Umiyati, dan adek Rohmatul Fauzah yang telah memberikan segalanya untuk penulis dan telah mendukung serta memberikan doa terbaik kepada penulis
13. Kepada teman terbaik saya Nur Laily Maratum Mubarakah, yang telah mendukung dan menemani penulis selama penelitian ini berlangsung
14. Kepada seluruh guru-guru dan murid dari MI Islamiyah Nglarangan, SDN Nglarangan I, SDN Nglarangan II, MI Islamiyah Sroyo, SDN Sroyo, MI Darul Ulum Bakung, SDN Bakung yang telah memberikan izin penelitian dan membantu peneliti selama penelitian berlangsung
15. Kepada teman kelas terbaik saya Amrina Rosyada, Arini Noor Khasanah, Varadila Mustika, Risna Nida, Kurnia Ika, Fikri Azizah yang bersedia memberikan perhatian, waktu, pikiran dan semangatnya untuk penulis, sehingga penulis mempunyai *circle* perkuliahan yang amat sangat terkenang
16. Kepada teman-teman Gizi angkatan 2017, khususnya kelas Gizi A atas tiga tahun *offline* masa perkuliahan yang sangat menyenangkan
17. Seluruh pihak yang telah memberikan doa serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan yang disadari atau tidak dalam penulisan tugas akhir ini. Oleh karenanya penulis meminta maaf kepada semua pihak yang merasa kurang berkenan atas penulisan tugas akhir ini. Meskipun demikian, penulis selalu berusaha untuk memberikan yang terbaik

dan mengerjakan dengan kesungguhan hati. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang berkenan membacanya. Sekian penulis ucapkan terima kasih kepada pembaca sekalian.

*Wassalamu 'alaikum wr. wb.*

Semarang, 06 Oktober 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Lilik Rahmawati', enclosed within a hand-drawn circular border.

Lilik Rahmawati

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERSEMBAHAN .....	iv
MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xii
ABSTRAK .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Bagi Peneliti.....	5
2. Bagi Pihak Sekolah .....	5
3. Bagi Masyarakat.....	5
4. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan.....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Deskripsi Teori .....	9
1. Anak Usia Sekolah Dasar.....	9
2. Status Gizi .....	11
3. Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Anak Sekolah.....	17

4. Pengetahuan Gizi .....	28
5. <i>Unity of Sciences</i> .....	34
6. Hubungan antar Variabel Terikat dengan Variabel Bebas .....	39
B. Kerangka Teoritis .....	42
C. Kerangka Konsep .....	45
D. Hipotesis Penelitian .....	45
<b>BAB III    METODE PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
A. Desain Penelitian .....	47
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
C. Populasi dan Sampel .....	47
1. Populasi .....	47
2. Sampel .....	47
3. Variabel.....	49
D. Jenis dan Sumber Data.....	49
E. Definisi Operasional .....	50
F. Prosedur Penelitian .....	51
1. Tahap Persiapan Penelitian .....	51
2. Tahap Uji Coba .....	51
3. Tahap Pelaksanaan.....	52
G. Metode Analisis Data.....	55
1. Pengolahan Data .....	55
2. Analisis Data.....	56
<b>BAB IV    HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>59</b>
A. Hasil Penelitian.....	59
1. Deskripsi Partisipan.....	59
B. Hasil Analisis.....	60
1. Analisis Univariat.....	60

2. Uji Korelatif Bivariat .....	61
C. Pembahasan.....	63
1. Analisis Deskripsi .....	63
2. Analisis Bivariat.....	69
D. Keterbatasan Penelitian.....	75
<b>BAB V      PENUTUP .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	76
1. Bagi Siswa.....	76
2. Bagi Pihak Sekolah .....	77
3. Bagi Orang Tua .....	77
4. Bagi Peneliti Selanjutnya .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>86</b>
1. <i>Informed Consent</i> .....	86
2. Uji Coba Kuesioner Pengetahuan Gizi Siswa.....	87
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Uji Coba .....	92
4. Kuesioner Pengetahuan Gizi Siswa .....	93
5. Kuesioner Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Siswa....	97
6. Total Sampel Masing-masing Kelas .....	99
7. Uraian Kegiatan Penelitian .....	99
8. Data Hasil Survei Awal .....	100
9. Data Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
10. Hasil Uji statistik .....	107
11. Dokumentasi Kegiatan.....	111
12. Surat Ijin Penelitian .....	113
13. Daftar Riwayat Hidup.....	115

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2	Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2019 yang Dianjurkan untuk Anak Usia 10-12 tahun.....	11
Tabel 3	Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak .....	17
Tabel 4	Kategori Pengetahuan Gizi .....	34
Tabel 6	Definisi Operasional .....	50
Tabel 7	Faktor Aktivitas (FA) .....	54
Tabel 8	Interpretasi Hasil Uji Korelasi .....	58
Tabel 9	Jumlah Responden Berdasarkan Kelas .....	59
Tabel 10	Karakteristik Responden.....	61
Tabel 11	Uji Statistik Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi .....	62
Tabel 12	Uji Statistik Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi .....	63

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Kerangka Teori Penelitian Modifikasi Teori (Kemenkes, 2014), (Budiman & Riyanto, 2013), dan (Wowor, <i>et al.</i> , 2018) .....	42
Bagan 2	Kerangka Konsep .....	45

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rentan masalah gizi. Gizi lebih merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada anak usia sekolah 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.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pemilihan sampel dilakukan dengan metode *stratified random sampling* dengan sampel siswa kelas 4 s/d 6 yang bersekolah di Kecamatan Kanor sebanyak 85 responden. 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 ( $\alpha$ )=0,05.

**Hasil:** Mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang (43,5%), memiliki kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi sedang (52,9%), dan status gizi normal (56,5%). Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi. Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,005$ ) dan kekuatan hubungan yang sangat kuat dengan nilai koefisien korelasi ( $\gamma$ ) 1,000.

**Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, dan terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi.

**Kata kunci:** Pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, status gizi

## **ABSTRACT**

**Background:** School-age children are one of the vulnerable groups for nutritional problems. Overweight is one of the nutritional problems that often occurs in school-age children due to wrong eating patterns, namely children prefer to consume snacks that contain high energy. One of the factors that influence the habit of consuming snacks in children is nutritional knowledge, because nutritional knowledge is the basis in determining a person's food consumption.

**Objective:** To determine the relationship between nutritional knowledge and consumption habits of high-energy snacks with nutritional status in elementary school-aged children in Kanor sub-district, Bojonegoro district.

**Methods:** This research uses quantitative methods. This type of research is observational with a cross sectional approach. The sample selection was carried out using the stratified random sampling method with a sample of students in grades 4 to 6 who attended school in Kanor District as many as 85 respondents. 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. Data processing using Gamma correlation test with a significance level ( $\alpha$ ) = 0.05.

**Results:** The majority of respondents have knowledge of poor nutrition (43.5%), have a habit of consuming high-energy snacks (52.9%), and normal nutritional status (56.5%). There is no relationship between nutritional knowledge and the habit of consuming high-energy snacks. There is a significant relationship between the habit of consuming high-energy snacks with nutritional status with a value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.005$ ) and the strength of the relationship is very strong with a correlation coefficient value ( $\gamma$ ) of 1,000.

**Conclusion:** There is no relationship between nutritional knowledge and the habit of consuming high-energy snacks, and there is a significant relationship between the habits of consuming high-energy snacks and nutritional status.

**Keywords:** Nutritional knowledge, high energy snack consumption habits, nutritional status

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

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 & Supariasa, 2017). Anak usia sekolah dasar adalah anak dengan usia 6 hingga 12 tahun dan pada fase ini anak mulai mengenal lingkungan baru. Sebagian besar waktu anak banyak dihabiskan di luar rumah untuk sekolah dan juga bermain bersama teman-temannya. Kegiatan anak yang padat tersebut menjadikan aktivitas fisiknya meningkat sehingga kebutuhan gizinya juga meningkat (Fikawati, et al., 2017).

Salah satu kelompok rentan masalah gizi adalah anak usia sekolah. *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, 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). Jajanan merupakan makanan serta minuman yang disiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat umum lainnya yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Susilowati & Kuspriyanto, 2016). 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). Beberapa jenis jajanan memiliki kandungan energi yang tinggi yang sebaiknya dibatasi jumlah konsumsinya karena dapat menjadi pemicu timbulnya obesitas pada anak seperti kentang goreng, nugget ayam, olahan daging, donat dan lain sebagainya (Hardinsyah & Tambunan, 2018).

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., 2018). 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 (Tanzaha & 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.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, dan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor ?
2. Bagaimana hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor?
3. Bagaimana hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan diadakannya penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, dan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.
2. Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.
3. Menganalisis hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini merupakan pengalaman proses belajar yang sangat berharga bagi peneliti, khususnya dalam bidang metodologi penelitian.

### **2. Bagi Pihak Sekolah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah terkait pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dan kaitannya dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor sehingga pihak sekolah dapat memberikan dampak yang mendukung upaya peningkatan kesehatan siswa melalui pengetahuan gizi dan pemilihan jajanan yang sehat.

### **3. Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat, khususnya orang tua agar lebih memperhatikan jajanan yang dikonsumsi oleh anak.

### **4. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan dan pertimbangan dalam pengembangan penelitian ilmu yang sejenis.

## **E. Keaslian Penelitian**

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya terletak pada variabel yang diteliti. Penelitian ini meneliti variabel pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi kemudian dihubungkan dengan status gizi. Pada penelitian sebelumnya variabel kebiasaan konsumsi jajanan tidak dijelaskan secara spesifik terkait jenis jajanan yang dapat mempengaruhi status gizi anak sedangkan pada penelitian ini peneliti menjelaskan secara spesifik jenis jajanan yang akan mempengaruhi status gizi yaitu jajanan dengan kandungan energi yang tinggi, peneliti ingin mengetahui kesamaan dan perbedaan hasil penelitian jika dilakukan dengan kelompok sampel yang sama yaitu anak usia sekolah namun di lokasi, waktu, dan subjek yang berbeda. Berikut penulis sampaikan beberapa judul penelitian yang ada relevansinya dengan penelitian ini:

**Tabel 1 Keaslian Penelitian**

<b>Judul penelitian</b>	<b>Nama peneliti &amp; tahun</b>	<b>Rancangan penelitian</b>	<b>Variabel penelitian</b>	<b>Hasil penelitian</b>
Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong	Patricia Renata, Anna Maria Dewajanti. 2017	<i>Cross Sectional</i>	Variabel bebas: pengetahuan, sikap, perilaku tentang gizi seimbang Variabel terikat: status gizi	Terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap gizi seimbang dengan status gizi pada siswa Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong
Pola Konsumsi Jajanan di Sekolah dapat Meningkatkan Resiko <i>Overweight</i> /Obesitas pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017)	Aulia Jauharun Nisak; Trias Mahmudiono. 2017	<i>Case Control</i>	Variabel bebas: pola konsumsi jajanan Variabel terikat: <i>overweight</i> / obesitas	Terdapat hubungan antara pola konsumsi jajanan dengan kejadian <i>overweight</i> /obesitas pada anak sekolah
Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Siswa SD Kelas 4 dan 5 di SD Negeri Pasikaliki 3 Kota Cimahi	Syiva Nurul Faridah. 2017	<i>Cross Sectional</i>	Variabel bebas: kebiasaan sarapan, kebiasaan jajan Variabel terikat: status gizi	Terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi Terdapat hubungan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi
Kebiasaan Jajan Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Anak Sekolah di Kabupaten Gorontalo	Nuryani; Rahmawati. 2018	<i>Cross Sectional</i>	Variabel bebas: kebiasaan jajan Variabel	Perilaku jajan berhubungan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar

Judul penelitian	Nama peneliti & tahun	Rancangan penelitian	Variabel penelitian	Hasil penelitian
			terikat: status gizi	
Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar di Jakarta	Kevin Kristian; Fellicia Kurniawan; Angela Kurniadi; Vetinly. 2019	<i>Cross Sectional</i>	Variabel bebas: pengetahuan, sikap Variabel terikat: status gizi	Terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dan status gizi

Patricia Renata dan Anna Maria Dewajanti (2017) dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong” menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan subjek siswa kelas IV dan V di Sekolah Dasar Tarakanita Gading Serpong, perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek yang diteliti, yaitu terkait dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah di Kecamatan Kanor. Penelitian yang dilakukan oleh Aulia Jauharun Nisak dan Trias Mahmudiono (2017) dengan judul “Pola Konsumsi Jajanan di Sekolah dapat Meningkatkan Resiko *Overweight*/Obesitas pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017)” menggunakan desain penelitian *case control* dimana kelompok kasus adalah siswa kelas III, IV, dan V SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya dengan status gizi *overweight*/obesitas berdasarkan indeks IMT/U, dan kelompok kontrol adalah anak dengan status gizi normal, perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek yang diteliti, penelitian tersebut meneliti pola konsumsi jajanan dapat meningkatkan resiko *overweight*/obesitas, sedangkan penelitian yang akan dilakukan meneliti tentang pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada

anak usia sekolah kemudian dihubungkan dengan status gizi anak usia sekolah di Kecamatan Kanor;

Syifa Nurul Faridah (2017) dengan judul “Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Siswa SD Kelas 4 dan 5 di SD Negeri Pasikaliki 3 Kota Cimahi” menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan subjek siswa kelas 4 dan 5 di SD Negeri Pasikaliki 3 Kota Cimahi, perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek yang diteliti, penelitian tersebut meneliti terkait kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan kemudian dihubungkan dengan status gizi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan terkait pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi kemudian dihubungkan dengan status gizi anak usia sekolah di Kecamatan Kanor;

Nuryani dan Rahmawati (2018) dengan judul “Kebiasaan Jajan Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Anak Sekolah di Kabupaten Gorontalo” menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan subjek siswa kelas 5 dan 6 di SD Negeri 11 Limboto Kabupaten Gorontalo, perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek yang diteliti, penelitian tersebut hanya meneliti terkait kebiasaan jajan pada anak kemudian dihubungkan dengan status gizi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan meneliti terkait pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi kemudian dihubungkan dengan status gizi anak usia sekolah di Kecamatan Kanor;

Kevin Kristian, Fellicia Kurniawan, Angela Kurniadi, dan Vetinly (2019) dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Status Gizi pada Siswa Sekolah Dasar di Jakarta” menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan subjek semua siswa kelas 4 dan 5 di 2 SDN dan 2 SDS, perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel dan subjek yang diteliti, penelitian tersebut hanya meneliti terkait pengetahuan dan sikap kemudian dihubungkan dengan status gizi, sedangkan penelitian yang akan datang meneliti terkait pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi kemudian dihubungkan dengan status gizi anak usia sekolah di Kecamatan Kanor.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Anak Usia Sekolah Dasar**

###### **a. Pengertian Anak Usia Sekolah Dasar**

Anak usia sekolah dasar adalah anak dengan usia 6-12 tahun, pada fase ini anak mulai mengenal lingkungan baru dan seringkali sebagian besar waktunya dihabiskan di luar rumah untuk sekolah dan juga bermain bersama teman-temannya. Kegiatan yang padat pada anak menjadikan aktivitas fisik anak juga meningkat sehingga kebutuhan gizinya juga meningkat (Fikawati, et al., 2017). Usia anak sekolah merupakan periode dimana pada usia tersebut orang beranggapan bahwa anak mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam berhubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lainnya. Masa sekolah merupakan masa dimana anak mendapatkan pengetahuan dasar untuk keberhasilan mereka dalam menyesuaikan diri saat usia dewasa nanti serta memperoleh keterampilan tertentu untuk bekal di masa depan (Purnamasari, 2018).

###### **b. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar**

Karakteristik fisik anak sekolah meliputi: pertumbuhan yang lambat dibanding saat usia balita namun teratur, berat badan dan tinggi badan anak perempuan lebih besar dibandingkan anak laki-laki di usia yang sama, pertumbuhan gigi permanen, nafsu makan semakin besar dan mulai haid pada anak perempuan. Beberapa karakteristik emosi dan sosial anak sekolah antara lain anak suka berteman dan bermain serta rasa ingin tahu yang meningkat. Masa anak sekolah dasar disebut juga masa intelektual, karena anak menjadi pribadi yang terbuka serta terdapat keinginan untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman, sehingga pada masa tersebut anak memiliki karakteristik intelektual meliputi: suka

berbicara dan berpendapat, memiliki minat yang besar dalam belajar dan keterampilan, rasa ingin tahu yang tinggi dan selalu mencoba hal baru, serta perhatian terhadap sesuatu sangat singkat (Hardinsyah & Suparisa, 2017). Anak sekolah juga memiliki karakteristik mulai mencoba kemandirian dan menentukan batasan-batasan atau norma, sehingga pada fase inilah variasi individu mulai lebih mudah dikenali seperti pertumbuhan dan perkembangan, pola aktivitas, kebutuhan gizi, perkembangan kepribadian, serta asupan makanan (Utama & Demu, 2021). Meningkatnya konsumsi jajanan juga merupakan salah satu karakteristik lain dari anak sekolah karena anak diberikan uang saku oleh orang tua mereka sehingga mereka mampu membeli jajanan yang dijual di lingkungan sekolah maupun lingkungan bermain (Purnamasari, 2018).

### c. **Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah Dasar**

Kebutuhan gizi adalah jumlah energi dan zat gizi minimal yang diperlukan tubuh untuk mempertahankan kesehatan (Pritasari, et al., 2017). 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 & Suparisa, 2017). Pergaulan anak saat berada di sekolah, teman sebaya, atau orang dewasa yang menjadi panutan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pemilihan makanan pada anak usia sekolah. Anak-anak cenderung memilih jajanan sebagai asupan energi mereka, *fast food* yang kaya lemak, garam, dan gula serta kandungan serat, vitamin, dan mineral yang rendah menjadi pilihan anak (Ningtyias, et al., 2020).

Kebiasaan makan yang tidak baik pada anak seperti berlebihan dalam mengonsumsi jajanan yang memiliki kandungan lemak, karbohidrat dan kalori yang tinggi serta tidak diimbangi dengan aktivitas fisik akan mempengaruhi status gizi anak, sehingga hal

tersebut dapat menjadi penyebab *overweight* atau obesitas pada anak (Wansink, et al., 2013).

Pada usia Sekolah Dasar (SD), yaitu 6-12 tahun, pertumbuhan fisik, intelektual, mental, dan sosial anak terjadi secara cepat, ditambah dengan adanya peningkatan aktivitas fisik sehingga menyebabkan golongan usia ini membutuhkan gizi yang memadai, agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal . (Brown, 2013). Anak sekolah membutuhkan 5 kelompok zat gizi, baik zat gizi makro (karbohidrat, protein lemak) maupun zat gizi mikro (vitamin dan mineral) dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan maupun kekurangan (BPOM, 2021). Berikut merupakan daftar angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan untuk anak menurut kelompok usia dan jenis kelamin (AKG, 2019):

**Tabel 2 Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2019 yang Dianjurkan untuk Anak Usia 10-12 tahun**

Jenis Zat Gizi	Lk-lk	Prp
Energi (kkal)	2000	1900
Protein (g)	50	55
Lemak (g)	65	65
KH (g)	300	280
Serat (g)	28	27
Air (ml)	1850	1850
Vit A (RE)	600	600
Vit D (mcg)	15	15
Vit E (mcg)	11	15
Vit K (mcg)	35	35
Vit B1 (mcg)	1,1	1
Vit B2 (mcg)	1,3	1
Vit B3 (mcg)	12	12
Vit B5 (mcg)	5	5
Vit B6 (mcg)	1,3	1,2
Folat (mcg)	400	400
Vit B12 (mcg)	3,5	3,5

Catatan :

Laki-laki : BB 36 kg, TB 145 cm

Sumber : AKG 2019

Jenis Zat Gizi	Lk-lk	Prp
Biotin (mcg)	20	20
Kolin (mg)	375	375
Vit C (mg)	50	50
Kalsium (mg)	1200	1200
Fosfor (mg)	1250	1250
Magnesium (mg)	160	170
Besi (mg)	8	8
Iodium (mcg)	120	120
Seng (mg)	8	8
Selenium (mcg)	22	19
Mangan (mg)	1,9	1,6
Fluor (mg)	1,8	1,9
Kromium (mcg)	28	26
Kalium (mg)	3900	4400
Natrium (mg)	1300	1400
Klor (mg)	1900	2100
Tembaga (mcg)	700	700

Perempuan : BB 38 kg, TB 147 cm

## 2. Status Gizi

### **a. Pengertian Status Gizi**

Status gizi merupakan suatu keadaan akibat keseimbangan antara kebutuhan zat gizi oleh tubuh dan asupan zat gizi dari makanan. Asupan gizi merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap status gizi (Pritasari, et al., 2017). Status gizi tergantung pada kualitas dan kuantitas makanan yang menunjukkan adanya semua zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Semua nutrisi tersebut diperoleh dari total makanan yang dikonsumsi makanan yang dikonsumsi seseorang di rumah maupun dari luar rumah (jajanan) (Kusmandayu & Muniroh, 2012). Individu akan memiliki status gizi yang optimal jika asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh, tidak kurang dan tidak lebih, karena asupan gizi yang kurang dari kebutuhan akan menimbulkan permasalahan gizi kurang, begitupun sebaliknya jika asupan gizi melebihi kebutuhan maka akan menyebabkan masalah gizi lebih (Harjatmo, et al., 2017).

Upaya perbaikan atau pemeliharaan terhadap status gizi anak dapat dilakukan dengan mengetahui dan memantau status gizi anak setiap bulan. Indikator status gizi yang digunakan untuk anak usia 5-18 tahun adalah Indeks Massa Tubuh menurut usia (IMT/U) karena IMT sudah memperhitungkan berat badan sekaligus tinggi badan dan selanjutnya IMT tersebut distandarisasi berdasarkan usia anak (Fikawati, et al., 2017).

### **b. Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak**

Terdapat 2 faktor yang dapat berpengaruh terhadap status gizi anak, 2 faktor tersebut terdiri dari faktor penyebab langsung dan tidak langsung.

- 1) Penyebab Langsung
  - a) Asupan Makanan

Makanan yang diasup sangat mempengaruhi status gizi seseorang (Pritasari, et al., 2017). Status gizi individu akan optimal ketika tubuh memperoleh kecukupan zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, serta derajat kesehatan yang optimal.

Konsumsi energi yang cukup akan menjadikan anak mampu menjalankan aktivitasnya dengan baik (Purnamasari, 2018).

Asupan makanan yang tidak seimbang dengan kebutuhan dapat mengakibatkan terjadinya masalah gizi salah (malnutrisi), malnutrisi disini mencakup gizi lebih dan gizi kurang (Susanti, 2018). Kekurangan atau kelebihan asupan nutrisi selama usia sekolah dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. Proporsi tubuh yang pendek (*stunting*) dikaitkan dengan konsekuensi jangka panjang, seperti penurunan kemampuan intelektual dan prestasi belajar di sekolah, juga menurunkan kapasitas kerja. Badan yang kurus dapat menyebabkan maturasi terhambat, defisiensi kekuatan muskulatur dan kapasitas kerja, serta penurunan kepadatan tulang pada usia selanjutnya. Kelebihan berat badan pada usia sekolah meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, hipertensi, sindrom metabolik, diabetes tipe-2 dan gangguan psikologis pada usia dewasa (Utama & Demu, 2021).

#### b) Penyakit Infeksi

Masalah kesehatan anak di Indonesia salah satunya adalah penyakit infeksi dilihat dari angka kesakitan dan angka kematian anak akibat penyakit infeksi yang masih cukup tinggi (Putri, et al., 2015). Penyakit infeksi memiliki hubungan timbal balik dengan konsumsi makanan dalam mempengaruhi status gizi anak. Konsumsi makanan dengan jumlah yang tidak adekuat dapat menyebabkan tubuh kekurangan berat badan, menurunnya imunitas dalam tubuh, kerusakan mukosa, dan gangguan pada status gizi (Purnamasari, 2018) sehingga pada kondisi tersebut tubuh akan mudah terserang penyakit infeksi dan akan menjadikan anak kehilangan zat gizi dalam tubuh yang ditandai dengan penurunan nafsu makan sehingga zat gizi dalam tubuh berkurang dan membuat status gizi anak menjadi kurang baik (Puspitasari, 2021).

### 2) Penyebab Tidak Langsung

a) Lingkungan

Faktor lingkungan disini mencakup kondisi sosial, budaya dan ekonomi keluarga. Sosial ekonomi dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan termasuk status gizi dan pemeliharaan kesehatan. Pilihan seseorang terhadap jenis dan kualitas makanan juga dipengaruhi oleh status sosial dan ekonomi (Adriyani & Wiratmadi, 2016). Keterbatasan sosial ekonomi memiliki pengaruh langsung terhadap pendapatan daya beli dan pemenuhan kebutuhan makanan, pola asuh orang tua memiliki pengaruh pula terhadap pola makan keluarga yang akhirnya akan mempengaruhi asupan zat gizi yang masuk kedalam tubuh (Susanti, 2018).

Kondisi budaya juga dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Unsur-unsur budaya mampu menciptakan suatu kebiasaan makan penduduk yang terkadang bertentangan dengan kaidah ilmu gizi. Berbagai budaya memberikan peranan dan nilai yang berbeda-beda terhadap makanan, semisal budaya tertentu beranggapan bahwa bahan makanan tertentu tabu untuk dikonsumsi karena alasan tertentu, sementara itu terdapat suatu makanan yang memiliki nilai yang sangat tinggi baik dari segi ekonomi maupun sosial karena memiliki peranan penting dalam hidangan makanan pada suatu perayaan yang berkaitan dengan agama atau kepercayaan (Suhardjo, 2013).

b) Pola Asuh

Pola asuh adalah kemampuan keluarga dan masyarakat untuk menyediakan waktu, perhatian, dan dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh kembang dengan optimal baik fisik, mental, dan sosial (Purnamasari, 2018). Keluarga, terutama orang tua memiliki pengaruh besar dalam membentuk pola makan pada anak usia sekolah, oleh sebab itu orang tua harus mengerti bagaimana memenuhi gizi anak mereka terutama saat menginjak usia sekolah (Fikawati, et al., 2017).

Asuhan dari orang tua secara tidak langsung dapat berpengaruh terhadap status gizi anak. Anak dengan asuhan yang baik akan memiliki status gizi yang optimal, begitupun sebaliknya asuhan yang kurang baik akan menjadikan status gizi anak kurang optimal (Susanti, 2018). Penelitian (Faught, et al., 2015) menunjukkan sebagian besar orang tua peduli terhadap asupan anak dan memberikan anjuran kepada anak untuk makan makanan yang sehat. Anak-anak dari orang tua yang peduli terhadap asupan anak memiliki kualitas asupan yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak dari orang tua kurang peduli terhadap asupan anak (Faught, et al., 2015).

c) Pengetahuan Gizi

Pengetahuan tentang gizi merupakan penguasaan seseorang dalam mengetahui tata cara pemilihan makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi serta mengolah bahan makanan yang akan dikonsumsi (Utama & Demu, 2021). Status gizi anak memiliki keterkaitan yang erat dengan pengetahuan gizi karena pengetahuan gizi merupakan landasan penting atas terjadinya perubahan sikap, pengetahuan gizi yang didukung dengan pendidikan yang memadai akan menumbuhkan kebiasaan yang baik terhadap penggunaan bahan makanan (Azwar, 2015). Penggunaan bahan makanan yang baik dan optimal akan menjadikan status gizi yang optimal pula (Suhardjo, 2013).

d) Pelayanan Kesehatan dan Sanitasi Lingkungan

Pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan meliputi akses dan keterjangkauan anak dan keluarga terhadap air bersih dan pelayanan kesehatan yang baik, seperti imunisasi, pemeriksaan kesehatan, penimbangan anak, pendidikan kesehatan dan gizi, serta sarana kesehatan yang baik (Purnamasari, 2018). Tingkat kesehatan manusia dipengaruhi oleh pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan, karena pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan yang baik akan lebih menjamin seseorang untuk hidup sehat dan terbebas dari

penyakit (Herniwanti, 2020). Sanitasi lingkungan yang kurang baik menjadi faktor penyebab timbulnya berbagai jenis penyakit seperti diare dan infeksi saluran pencernaan yang akan menghambat pertumbuhan anak (Khuzaimah, 2016).

### c. Metode Penilaian Status Gizi

Penilaian status gizi dapat diukur dengan berbagai macam metode, salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengukur status gizi anak adalah dengan menggunakan metode antropometri. Antropometri gizi berkaitan dengan bermacam-macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkatan umur dan tingkat gizi. Berbagai jenis pengukuran tersebut diantaranya adalah pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, dan tebal lemak bawah kulit (Supariasa, et al., 2017).

Sesuai dengan SK Menteri Kesehatan RI nomor 2 tahun 2020 tentang standar antropometri anak, indeks antropometri yang digunakan untuk anak sekolah (5-18 tahun) adalah IMT/U. Indikator IMT/U bermanfaat untuk penapisan status gizi gemuk dan sangat gemuk. Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat dihitung dengan cara membagi berat badan (dalam kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter) (Harjatmo, et al., 2017), setelah nilai IMT diketahui, kemudian menghitung nilai ambang batas (Z-Score) dengan rumus sebagai berikut:

$$ZScore = \frac{\text{Nilai Individu Subjek} - \text{Nilai median Baku Rujukan}}{\text{Nilai Simpang Baku Rujukan}}$$

Sumber: (Kemenkes, 2020)

Langkah selanjutnya setelah nilai ambang batas telah diketahui adalah mengelompokkan status gizi anak dalam kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan obesitas. Berikut adalah kategori dan ambang batas status gizi anak:

**Tabel 3 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak**

Indeks		Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U)	anak usia 5-18 tahun	Gizi buruk ( <i>severely thinness</i> )	<-3 SD
		Gizi kurang ( <i>thinnes</i> )	-3 SD sd <-2 SD
		Gizi baik ( <i>normal</i> )	-2 SD sd +1 SD
		Gizi lebih ( <i>overweight</i> )	+1 SD sd +2 SD
		Obesitas ( <i>obese</i> )	>+ 2 SD

Sumber: (Kemenkes, 2020)

### 3. Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Anak Sekolah

#### a. Definisi Jajanan

Jajanan merupakan makanan serta minuman yang disiapkan dan dijual oleh para penjual jajanan di jalanan dan di tempat-tempat umum lainnya yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Susilowati & Kuspriyanto, 2016). Sebagian besar jajanan yang dijual di sekitar sekolah merupakan makanan dan minuman siap saji yang dikonsumsi anak sekolah secara rutin. Adanya penjual jajanan di sekitar sekolah serta uang jajan yang diberikan oleh orang tua untuk anak saat berangkat ke sekolah turut mendukung anak dalam membeli jajanan di sekolah sesuai keinginan mereka (Fikawati, et al., 2017).

Dampak negatif dari jajanan adalah dapat menyebabkan kelebihan berat badan apabila dikonsumsi secara berlebihan (Sari & Rachmawati, 2020). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nisak & Mahmudiono, 2017) di SDN Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya menunjukkan bahwa pola konsumsi sirup buah, minuman berperisa, coklat, papeda, gorengan, otak-otak dan sosis, pentol dan pentol goreng dalam frekuensi mingguan dapat meningkatkan resiko *overweight*/obesitas pada anak sekolah. Frekuensi kebiasaan makan jajan dengan kandungan energi dan lemak dalam jumlah yang berlebih akan mengakibatkan terjadinya penumpukan lemak dalam tubuh dan

berisiko untuk menaikkan berat badan, yang nantinya akan berakibat pada kejadian *overweight*/obesitas (Nisak & Mahmudiono, 2017).

## **b. Jenis-jenis Jajanan**

Menurut (BPOM, 2021) jenis jajanan anak sekolah dibedakan menjadi 4 jenis, yaitu:

### 1) Makanan Utama/sepinggian

Jenis makanan yang termasuk dalam kelompok ini merupakan golongan dari makanan utama atau dikenal dengan istilah “jajanan berat” dan memiliki sifat yang mengenyangkan, seperti: bakso, mie ayam, gado-gado, nasi dengan soto ayam, bubur ayam, nasi goreng, lontong isi sayuran atau daging dan lain-lain.

### 2) Camilan/*snack*

Camilan adalah jenis makanan yang sering dikonsumsi anak diluar makanan utama dan dibedakan menjadi 2 jenis, yaitu *snack* basah dan *snack* kering. *Snack* basah contohnya: lemper, donat, risoles, gorengan, kue lapis dan jelly, sedangkan *snack* kering contohnya: brondong jagung, keripik, biskuit, kue kering dan permen.

### 3) Minuman

Terdapat 2 pembagian dalam penyajian minuman, yaitu minuman yang disajikan dalam kemasan dan minuman yang disajikan dalam gelas. Minuman yang penyajiannya dalam kemasan contohnya minuman ringan dalam kemasan (minuman soda, teh, sari buah, susu, dan yoghurt), sedangkan minuman yang disajikan dalam gelas contohnya: air putih, es teh manis, es jeruk, dan berbagai macam minuman campur (es doger, es cendol, es buah, jus buah, es krim, es campur).

### 4) Jajanan Buah

Penjual jajanan seringkali memanfaatkan buah potongan atau buah yang sudah dikupas dan siap untuk dikonsumsi sebagai jajanan bagi anak sekolah seperti nanas potong, melon, pepaya, semangka dan masih banyak lagi yang lainnya. Buah utuh juga

sering dijadikan sebagai jajanan, seperti buah jeruk, buah manggis, buah strawberry dan lain sebagainya.

Terdapat pula beberapa istilah selain 4 jenis jajanan tersebut, diantaranya adalah:

a) *Fast food*

*Fast food* atau makanan cepat saji adalah makanan yang dapat diolah dan dihidangkan atau disajikan dengan cepat oleh pengusaha jasa boga, rumah makan ataupun restoran (Rahman, 2018). Ciri-ciri dari makanan cepat saji yaitu kandungan gizi dalam makanan tidak seimbang, memiliki kandungan kalori, lemak (termasuk kolesterol), gula, dan garam yang tinggi tetapi sangat rendah serat (Yulianingsih, 2017). Produk *fast food* dibedakan menjadi 2 macam, yaitu *fast food* yang berasal dari luar negeri dan *fast food* lokal. Makanan yang disajikan pada *fast food* yang berasal dari luar negeri atau yang lebih dikenal dengan istilah *fast food* modern pada umumnya adalah *hamburger*, *kentucky*, *pizza* dan sebagainya. Restoran yang menyediakan *fast food* modern diantaranya adalah *McDonald's*, *Kentucky Fried Chicken*, *Texas Fried Chicken*, *Pizza Hut*, *A&W*, dan lain sebagainya. *Fast food* lokal atau yang lebih sering disebut dengan *fast food* tradisional contohnya warung tegal, rumah makan padang, restoran sunda, yang biasa menyajikan makanan seperti pecel lele, ayam bakar, bakso, dan lain sebagainya (Widyastuti, 2017).

b) *Junk Food*

Secara harfiah *junk* (=sampah, rongsok), *food* (=makanan), dapat diartikan sebagai 'makanan sampah', 'makanan rongsokan', atau makanan yang tidak memiliki kandungan gizi, dapat diartikan juga sebagai makanan yang tidak berguna. Istilah '*junk food*' ditujukan untuk mengemukakan atau menyebutkan makanan-makanan yang dianggap tidak memiliki nutrisi yang baik yang diperlukan oleh tubuh, seperti halnya sampah atau rongsokan yang tidak

berguna (Wulansari, 2013). Konsumsi *junk food* secara berlebihan dan dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan seperti obesitas (kegemukan), diabetes serta penyakit degeneratif lainnya karena *junk food* memiliki kandungan lemak yang cukup tinggi, rendah serat, banyak mengandung garam, gula, dan zat aditif dan kalori yang tinggi tetapi rendah nutrisi, rendah vitamin dan rendah mineral (Dewi, 2018).

c) *Instant Food*

*Instant food* atau makanan instan adalah semua makanan yang telah dimasak atau diawetkan, dibekukan, atau dikalengkan dan siap disajikan atau digunakan hanya dengan pemanasan singkat (Adawiyah, 2019). (Rahman, 2018) mendefinisikan *instan food* sebagai makanan yang mengalami pengolahan khusus yang siap disajikan dalam sekali makan terdispersi dalam cairan dengan waktu memasak yang singkat seperti mie instan, *corn flakes*, bubuk sup, bubur instan, spaghetti dan lain sebagainya (Rahman, 2018).

### c. Jajanan Tinggi Energi

Energi yang terkandung dalam jajanan sangat beragam, dimana kandungan energi tersebut diperlukan oleh tubuh untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang sebagian besar dibutuhkan dari bahan makanan sumber karbohidrat dan lemak (BPOM, 2021). Jajanan bagi anak sekolah bermanfaat terhadap penganekaragaman makanan sejak kecil dalam rangka peningkatan mutu gizi makanan yang dikonsumsi. Salah satu upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada kelompok anak sekolah adalah dengan menyediakan makanan jajanan yang bergizi guna memenuhi kebutuhan tubuh selama mengikuti pelajaran di sekolah sehingga makanan tersebut dapat berkontribusi terhadap pemenuhan gizi anak selama berada di sekolah (Sari & Rachmawati, 2020).

Menurut (Pramono & Sulchan, 2014) kontribusi jajanan dapat disetarakan dengan makanan selingan yang tidak melebihi 300 kkal/hari (Pramono & Sulchan, 2014). Kandungan energi dalam jajanan bervariasi, pada jajanan jenis camilan/*snack* tergolong tinggi yaitu 200 kkal atau lebih per 100 gram BDD (berat dapat dimakan) seperti: bakpau (239 kkal), permen (250 kkal), donat (357 kkal), biskuit (457 kkal), keripik singkong (478 kkal) dan lain sebagainya yang apabila dikonsumsi dalam jumlah berlebih akan mengakibatkan asupan energi total berlebih dalam tubuh sehingga akan mempengaruhi status gizi anak, anak akan menjadi kelebihan berat badan bahkan bisa mengakibatkan obesitas (BPOM, 2021). Obesitas pada usia dewasa dapat bermula sejak usia anak-anak, dan obesitas dapat menjadi faktor resiko dari berbagai penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung (Mariza & Kusumastuti, 2013).

#### **d. Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Anak Usia Sekolah**

Kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak adalah suatu istilah untuk menggambarkan perilaku dan kebiasaan yang berhubungan dengan konsumsi jajanan dengan kandungan energi yang tinggi pada anak seperti frekuensi konsumsi jajanan, jenis jajanan, kepercayaan terhadap jenis jajanan, preferensi terhadap jajanan, dan cara pemilihan jajanan (Sitohang, 2017). Konsumsi jajanan pada anak sekolah memiliki manfaat sebagai makanan selingan untuk memelihara ketahanan belajar selama anak berada di sekolah (Utama & Demu, 2021). Anak usia sekolah memiliki kebebasan dalam memilih makanan yang diinginkan karena pada usia sekolah anak sudah dapat menentukan makanan apa saja yang disukainya dan anak sudah mengenal lingkungan (Fikawati, et al., 2017). Perubahan sifat anak-anak terhadap makanan seringkali menjadikan anak memilih makanan yang salah, apalagi jika anak tidak mendapatkan bimbingan dari orang tua, selain itu seringkali anak menghabiskan waktunya di luar rumah sehingga anak lebih sering menemukan aneka jajanan baik yang dijual

di sekitar sekolah, lingkungan bermain, maupun pemberian teman (Dewi & Virianita, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh (Aini, 2019) memperoleh hasil bahwa 58,8% anak sekolah memiliki kebiasaan membeli jajanan setiap harinya dengan frekuensi dua kali dalam sehari. Menurut (Sari & Rachmawati, 2020) menunjukkan bahwa jajanan menyumbang total asupan energi sehari sebesar 34,4 persen (488,3-589,8 kkal) energi dan 4,1 persen (17,6-19,5 g) protein dari konsumsi pangan harian anak sekolah usia 6-12 tahun (Sari & Rachmawati, 2020). Jenis jajanan yang sering dan banyak dikonsumsi oleh anak sekolah diantaranya adalah siomay, batagor, berbagai jenis gorengan, otak-otak, sosis, coklat serta jajanan lainnya yang mudah didapatkan di sekitar sekolah (Nisak & Mahmudiono, 2017).

#### **e. Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Konsumsi Jajanan pada Anak Sekolah**

Kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor tersebut diantaranya adalah:

##### **1) Sikap terhadap Jajanan**

Sikap anak terhadap jajanan merupakan salah satu faktor penting yang mendasari kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak. Anak sekolah memiliki karakteristik suka meniru orang sekitar, termasuk orang tua, oleh sebab itu orang tua harus selektif dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi agar sikap tersebut ditiru oleh anak (Utama & Demu, 2021). Pemilihan jajan pada anak seringkali mengalami perubahan terus menerus menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan dan tingkat budaya daerah (Chaisyah, 2019). Anak yang memiliki sikap yang baik terhadap jajanan akan memilih jajanan yang sehat dan bergizi seimbang kemudian mereka akan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Sukma, 2014).

##### **2) Pengetahuan Gizi**

Faktor pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang dapat memberikan pengaruh bagi anak dalam berperilaku, pengetahuan gizi yang didukung dengan pendidikan yang memadai akan menumbuhkan kebiasaan yang baik dalam memilih makanan (Azwar, 2015). Pengetahuan gizi yaitu pengetahuan mengenai gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, makanan yang aman untuk dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit (Notoatmodjo, 2012). Tingkat pengetahuan gizi yang baik penting bagi siswa karena pengetahuan gizi yang baik akan memberikan pengaruh terhadap sikap dan perilaku siswa dalam memilih makanan yang akan dibeli, dengan pengetahuan gizi yang baik diharapkan siswa akan memilih makanan yang aman dan memiliki kandungan gizi yang diperlukan oleh tubuh (Amira & Setyaningtyas, 2021).

### 3) Media Massa

Media massa merupakan media komunikasi dan informasi yang melakukan penyebaran informasi secara massal dan dapat diakses oleh masyarakat secara massal pula dan dibagi menjadi dua macam, yaitu media cetak dan media elektronik. Bentuk dari media massa cetak diantaranya adalah surat kabar dan majalah, sedangkan bentuk dari media massa elektronik antara lain radio, televisi, internet (Wardani, 2013). Tayangan dan iklan pada media massa elektronik yang mudah diakses oleh anak secara tidak langsung dapat mempengaruhi perilaku konsumsi jajanan pada anak, jajanan yang sering ditayangkan di televisi, internet, maupun youtube menjadi populer di kalangan anak-anak dan membuat anak menjadi tertarik untuk konsumsi jajanan tersebut (Rivani, et al., 2015).

### 4) Pengaruh Teman Sebaya

Kelompok sebaya pada umumnya terdiri dari anak-anak yang usianya sama atau hampir berdekatan, jenis kelamin, etnis, serta kondisi keuangan yang sama dan tinggal berdekatan satu sama lain sehingga anak berangkat ke sekolah bersama-sama dan teman sebaya menjadi salah satu pengaruh yang kuat bagi anak dalam

mengonsumsi jajanan (Papalia, 2014). Teman sebaya memiliki pengaruh yang lebih besar karena anak usia sekolah cenderung menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman sebayanya dibanding dengan keluarganya. Pengaruh teman sebaya juga dapat berdampak terhadap perilaku perihal pola dan jenis makanan pilihan anak, terkadang secara tiba-tiba anak meminta suatu jenis makanan baru atau menolak pilihan makanan terdahulu mereka akibat rekomendasi dari teman sebaya (Sulistyoningsih, 2012).

5) Uang Saku

Uang saku merupakan salah satu penentu perilaku konsumsi jajan pada anak karena semakin besar uang saku yang diterima anak maka semakin sering pula anak mengeluarkan uang untuk jajan dan semakin beragam pula jajanan yang dibeli oleh anak (Utama & Demu, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Rosyidah & Andrias, 2015) besaran uang saku yang dimiliki anak akan menentukan daya beli terhadap makanan selama anak berada diluar rumah. Besaran jumlah uang saku yang diberikan oleh orang tua kepada anak akan memberikan pengaruh terhadap daya beli jajanan anak. Jumlah uang saku yang lebih besar menjadikan anak lebih sering mengonsumsi jajanan yang disukai tanpa menghiraukan kandungan gizi yang terdapat dalam makanan tersebut (Rosyidah & Andrias, 2015).

6) Ketersediaan Jajanan

Jenis makanan yang beragam di sekolah baik di kantin maupun di luar pagar sekolah menjadi kesempatan bagi siswa dalam memilih jajanan yang mereka inginkan. Rata-rata pertimbangan anak sekolah dalam memilih jajanan adalah rasa, rasa yang enak menjadikan jajanan tersebut diminati oleh anak, selain rasa warna juga menjadi perhatian anak dalam memilih jajanan (Miranti, 2020). Tersedianya jajanan yang bersifat manis seperti gulali, minuman bersoda, snack yang padat energi, tinggi lemak akan berpengaruh terhadap asupan makan anak. Anak lebih sering

konsumsi makanan tersebut dibandingkan makanan yang bergizi termasuk sayur dan buah (Nisak & Mahmudiono, 2017).

7) Kebiasaan Membawa Bekal

Aktivitas yang dilakukan di sekolah terkadang menuntut seorang anak untuk berada di sekolah sampai melewati jam makan sehingga makan siang harus dilakukan di sekolah (Purnamasari, 2018). Bekal yang dibawa oleh anak tidak hanya penting untuk pemenuhan gizi, namun disisi lain juga dibutuhkan sebagai media/alat pendidikan gizi, baik bagi orang tua maupun guru. Pemberian bekal yang sehat dan bervariasi kepada anak dapat menjadikan anak lebih mengenal jenis sumber makanan sehat yang berkualitas (Wiradnyani, et al., 2019).

8) Kebiasaan Sarapan

Sarapan pagi sangat penting dan perlu dibiasakan pada anak karena sarapan pagi turut serta dalam menentukan kualitas prestasi anak. Mengabaikan sarapan pagi dapat menyebabkan anak-anak berperilaku jajan yang tak sehat, terutama rata-rata jajanan di sekolah kurang bergizi (BPOM, 2021). Anak yang jarang sarapan pagi akan mengurangi rasa laparnya dengan membeli jajan yang kandungan gizinya kurang seimbang dan anak juga cenderung kurang melakukan aktivitas fisik sehingga dapat berkontribusi terhadap peningkatan berat badan yang menyebabkan ketidakseimbangan antara energi yang masuk ke dalam tubuh dan energi yang dikeluarkan oleh tubuh (Rosyidah & Andrias, 2015). Kebiasaan sarapan pagi perlu diterapkan sejak usia dini karena dengan sarapan dapat melatih diri untuk disiplin bangun pagi dan beraktivitas pagi yang dapat mencegah dari makan berlebihan di saat makan kudapan atau makan siang (Purnamasari, 2018).

**f. Metode Pengukuran Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Anak**

Pengukuran kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak dapat dilakukan dengan menggunakan metode semi kuantitatif FFQ

(*Food Frequency Questionnaires*), metode ini dapat mengetahui gambaran kebiasaan asupan gizi individu pada kurun waktu tertentu. Tujuan dari metode ini adalah untuk mengetahui rata-rata asupan zat gizi individu dalam sehari (Par'i, 2016). Metode frekuensi semi kuantitatif ini tidak dapat digunakan sepenuhnya untuk mengetahui tingkat asupan nutrisi seseorang, data yang dikumpulkan meliputi makanan yang paling sering dikonsumsi sehingga memerlukan persiapan yang matang, seperti survei awal makanan dan minuman yang berada di lokasi akan diadakannya penelitian (Sirajuddin, et al., 2018).

Beberapa prinsip dan kegunaan dari metode semi kuantitatif FFQ adalah dapat digunakan untuk menilai asupan energi dan zat gizi yang kemudian dihubungkan dengan frekuensi konsumsi individu dengan jumlah bahan makanan serta makanan jadi yang dikonsumsi sebagai sumber utama zat gizi; menyediakan data kebiasaan makan dari makanan tertentu atau kelompok makanan tertentu terkait suatu zat gizi tertentu; dapat digunakan sebagai informasi awal tentang aspek spesifik diet, seperti konsumsi vitamin, mineral, lemak, atau zat gizi lainnya; kuesioner semi-kuantitatif FFQ memuat beberapa macam makanan individu atau kelompok yang memiliki pengaruh besar terhadap konsumsi zat gizi spesifik dari populasi tersebut; dilakukan sendiri oleh subjek penelitian atau diisi oleh pewawancara; harus sesuai dengan budaya makan subjek penelitian (Supariasa, et al., 2017).

Semi kuantitatif FFQ memuat tentang daftar makanan yang spesifik pada kelompok makanan tertentu atau makanan yang dikonsumsi secara periodik pada musim tertentu serta dikonsumsi dalam frekuensi yang cukup sering oleh responden; frekuensi makanan yang dinyatakan dalam harian, mingguan, bulanan atau tahunan dengan tambahan perkiraan ukuran porsi, seperti ukuran kecil, medium, besar dan sebagainya. Modifikasi tipe ini dapat dilakukan untuk mengetahui asupan energi dan zat gizi spesifik. Kuesioner semi-kuantitatif FFQ ini harus memuat bahan makanan sumber zat gizi yang lebih utama. Semi-kuantitatif FFQ memiliki beberapa prosedur sebagai berikut:

- 1) Langkah prosedur kualitatif FFQ telah lengkap.
- 2) Menggunakan 3 ukuran porsi, yaitu kecil, besar, dan sedang. Ukuran porsi yang dikonsumsi diisikan pada kotak yang tersedia.
- 3) Seluruh frekuensi bahan makanan yang digunakan dikonversikan ke dalam penggunaan setiap hari dengan cara sebagai berikut:
  - 1 kali/hari = 1
  - 3 kali/hari = 3
  - 4 kali/minggu =  $4/7$  hari = 0,57
  - 5 kali/bulan =  $5/30$  hari = 0,17
  - 10 kali/tahun =  $10/365$  hari = 0,03
- 4) Frekuensi yang berulang-ulang setiap hari, dijumlahkan menjadi konsumsi perhari.

Kelebihan dari metode semi-kuantitatif FFQ yaitu: data dapat dikumpulkan dengan mudah dengan biaya yang murah; tidak membutuhkan waktu yang lama; tidak memberatkan responden; dapat diisi sendiri oleh responden atau oleh pewawancara; pengolahan data mudah untuk dilakukan; dapat digunakan pada jumlah populasi yang besar; dapat menggambarkan kebiasaan makan untuk suatu makanan spesifik jika dilaksanakan pada periode yang lebih panjang; dapat membantu untuk menjelaskan hubungan antara penyakit dan kebiasaan makan. Metode ini selain memiliki kelebihan juga memiliki kekurangan, yaitu: hasil bergantung pada kelengkapan daftar bahan makanan yang ditulis pada kuesioner; makanan musiman sulit dihitung; bergantung pada daya ingat responden; ukuran porsi yang diberikan pada FFQ semi-kuantitatif kemungkinan tidak sesuai dengan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh responden; hanya dapat menilai zat gizi tertentu, tidak dapat digunakan untuk semua zat gizi; akurasi alat ukur untuk jumlah konsumsi tertentu rendah; sulit untuk menilai ketepatan frekuensi karena responden harus berpikir untuk mengingat frekuensi kebiasaan penggunaan bahan makanan; perlu membuat percobaan pendahuluan untuk menentukan jenis bahan makanan yang akan masuk dalam daftar kuesioner; responden harus jujur dan memiliki motivasi yang tinggi (Supariasa, et al., 2017).

## 4. Pengetahuan Gizi

### a. Pengertian Pengetahuan Gizi

Salah satu faktor yang dapat mengarahkan dan membimbing anak agar memilih jajanan yang sehat adalah pengetahuan gizi dan pengetahuan gizi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi dan jajanan. 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). Pengetahuan gizi merupakan landasan perilaku gizi seseorang, yang akan memberikan dampak terhadap asupan makanan dan status gizi (Lestari, 2020). 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).

Cara memilih jajanan yang sesuai adalah dengan mengenal dan memilih makanan yang aman, yang terbebas dari kontaminan fisik, biologis, kimia, maupun benda-benda lain; menjaga kebersihan dengan membiasakan untuk mencuci tangan sebelum makan; membaca label dengan seksama; membaca dengan teliti label informasi nilai gizi; mengkonsumsi air yang cukup; memperhatikan warna, rasa, dan aroma dari makanan yang akan dikonsumsi; membatasi konsumsi *fast food*; membatasi konsumsi *snack*; memperbanyak konsumsi serat; dan bagi anak yang *overweight*/obesitas hendaknya membatasi makanan dengan kandungan gula, garam, dan lemak (BPOM, 2021).

Sesuai dengan kurikulum tematik K13, pengetahuan gizi yang dipelajari oleh anak usia sekolah dasar yaitu: mengidentifikasi makanan yang baik untuk dikonsumsi, menuliskan syarat makanan yang baik untuk dikonsumsi, mengidentifikasi pengaruh makanan pada proses pertumbuhan dan perkembangan manusia, memberi saran mengenai

makanan sehat, memilih makanan sehat, mendiskusikan manfaat memilih makanan untuk kesehatan, menceritakan pengalaman memilih makanan sehat, melakukan wawancara tentang jajanan sehat dan menceritakan hasil wawancara, mengidentifikasi makanan sehat, serta menceritakan pengalaman tentang kemasan makanan (Kemendikbud, 2018).

## **b. Tingkat Pengetahuan**

Terdapat 6 tingkatan pengetahuan yang dicakup dalam kognitif (Notoatmodjo, 2012), yaitu :

### 1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah karena tingkatan ini hanya mengingat/mengulas kembali (*recall*) terhadap suatu materi yang dipelajari atau rangsangan yang telah didapat. Kata kerja untuk mengukur bahwa seseorang tahu mengenai apa yang dipelajari yaitu dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

### 2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar dan akurat mengenai objek yang telah diketahui sebelumnya dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Seseorang yang telah memahami objek dan materi harus bisa menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

### 3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menerapkan atau menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya.

### 4) Analisis (*Analysis*)

Analisis diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggambarkan/menjabarkan materi atau suatu objek kedalam

bagian-bagian, namun masih di dalam satu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, contohnya dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek atau materi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada.

Menurut (Pakpahan, et al., 2021) 6 tingkatan dari pengetahuan tersebut diantaranya adalah:

1) Menghafal (*Remember*)

Menghafal dapat didefinisikan sebagai mengingat kembali informasi yang tersimpan dalam memori jangka panjang. Terdapat dua proses kognitif saat menghafal, yaitu mengenali dan mengingat.

2) Memahami (*Understand*)

Memahami berarti mengkonstruksi makna atau pengertian berdasarkan pengetahuan awal yang dimiliki, mengaitkan informasi yang baru diketahui dengan pengetahuan yang telah dimiliki, atau mengintegrasikan pengetahuan yang baru kedalam skema yang telah ada dalam pemikiran siswa. Kategori memahami mencakup tujuh proses kognitif, yaitu menafsirkan, memberi contoh, mengklasifikasikan, meringkas, menarik kesimpulan, membandingkan, dan menjelaskan.

3) Mengaplikasikan (*Applying*)

Mengaplikasikan sama dengan menerapkan dan terdapat dua proses kognitif dalam mengaplikasikan, yaitu menjalankan dan mengimplementasikan.

4) Menganalisis (*Analyzing*)

Menganalisis dapat diartikan dengan menguraikan suatu permasalahan atau objek ke unsur unsurnya dan menentukan keterkaitan antar unsur satu dengan yang lain. Terdapat tiga macam proses kognitif saat menganalisis, yaitu membedakan, mengorganisir, dan menemukan pesan tersirat.

5) Mengevaluasi (*Evaluate*)

Mengevaluasi berarti membuat suatu pertimbangan berdasarkan kriteria dan standar yang ada. Proses kognitif yang tercakup saat mengevaluasi adalah memeriksa dan mengkritik.

6) Membuat (*Create*)

Membuat artinya menggabungkan beberapa unsur menjadi suatu bentuk kesatuan. Proses kognitif yang tergolong dalam kategori ini adalah membuat, merencanakan, dan memproduksi.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan mengenai isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden (Notoatmodjo, 2012).

### c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan anak antara lain:

1) Pendidikan Anak

Pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan yang mana orang yang memiliki pendidikan tinggi diharapkan memiliki pengetahuan yang lebih luas, namun perlu ditekankan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah bukan berarti memiliki pengetahuan yang rendah pula karena peningkatan pengetahuan

tidak hanya bisa diperoleh melalui pendidikan formal saja, namun juga bisa diperoleh melalui pendidikan nonformal (Notoatmodjo, 2012). Proses dalam mengubah sikap dan perilaku anak dapat diperoleh melalui pendidikan melalui sistem pengajaran dan pelatihan. Pendidikan anak akan berpengaruh terhadap proses belajarnya, anak yang memperoleh pendidikan yang memadai akan membuatnya mudah dalam menerima informasi (Budiman & Riyanto, 2013).

## 2) Informasi atau Media Massa

Media massa merupakan faktor yang mengubah perilaku khalayak melalui proses belajar sosial dengan memberikan efek komunikasi berupa penambahan pengetahuan, mengubah sikap atau menggerakkan perilaku (Lestari, 2013). Adanya media massa akan memberikan informasi baru mengenai suatu hal dan dapat memberikan pengetahuan yang baru (Yeni, 2015). Informasi yang didapatkan baik itu melalui pendidikan formal maupun nonformal akan memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan terhadap pengetahuan seseorang. Wawasan dan pengetahuan anak akan bertambah karena keseringan anak dalam menerima informasi, meskipun memiliki riwayat pendidikan yang rendah tetapi jika mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media, misal TV, radio, atau surat kabar maka hal tersebut akan meningkatkan pengetahuan seseorang (Budiman & Riyanto, 2013).

## 3) Sosial Budaya dan Ekonomi

Sistem sosial budaya dalam masyarakat dapat memberikan pengaruh dalam menerima informasi. Kebudayaan serta kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, persepsi, dan sikap seseorang terhadap sesuatu (Notoatmodjo, 2012). Seseorang memperoleh suatu kebudayaan dalam hubungannya dengan orang lain, karena hubungan ini seseorang mengalami suatu proses belajar dan memperoleh suatu pengetahuan. Kondisi ekonomi seseorang juga dapat menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan

untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang (Budiman & Riyanto, 2013).

4) Lingkungan

Pengalaman setiap individu akan diperoleh dari lingkungannya yang nantinya akan mempengaruhi pengetahuan yang didapatkan (Yeni, 2015). Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekeliling seseorang, baik itu lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Masuknya pengetahuan dalam diri seseorang dipengaruhi oleh lingkungannya karena terdapat interaksi timbal balik yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Budiman & Riyanto, 2013).

5) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya, pengalaman akan membentuk pengetahuan dan keterampilan serta sikap yang lebih menyatu pada diri seseorang (Yeni, 2015). Salah satu sumber dari pengetahuan adalah pengalaman, dari pengalaman yang telah dilakukan sebelumnya seseorang bisa tahu sehingga dapat belajar dari pengalaman sehingga memperoleh memperoleh kebenaran ilmu pengetahuan. (Budiman & Riyanto, 2013).

6) Usia

Usia dapat berpengaruh terhadap daya tangkap serta pola pikir individu. Seiring dengan bertambahnya usia maka semakin berkembang pula daya tangkap serta pola pikir seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan bertambah baik (Budiman & Riyanto, 2013). Bertambahnya usia juga akan menambah pengalaman seseorang yang nantinya akan berpengaruh terhadap pengetahuan yang diperoleh (Yeni, 2015).

#### **d. Pengukuran Tingkat Pengetahuan**

Pengukuran pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan menggunakan instrumen berbentuk pertanyaan pilihan dan berganda (*multiple choice test*), instrumen ini merupakan bentuk tes objektif yang paling sering digunakan. Diperlukan jawaban-jawaban yang sudah tertera saat menyusun instrumen ini, dan nantinya responden hanya memilih jawaban yang menurutnya benar (Khomsan, 2021).

Kategori pengetahuan gizi dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu: baik, sedang, dan kurang. Cara pengukuran dapat dilakukan dengan menetapkan *cut off point* dari skor yang telah dijadikan persen. Berikut merupakan tabel dari kategori pengetahuan gizi (Khomsan, 2021):

**Tabel 4 Kategori Pengetahuan Gizi**

<b>Kategori Pengetahuan Gizi</b>	<b>Skor</b>
Baik	>80%
Sedang	60-80%
Kurang	<60%

Sumber: Khomsan,2021

## 5. *Unity of Sciences*

*Unity of sciences* secara bahasa berasal dari kata *unity* yang artinya kesatuan dan *sciences* yang artinya beberapa ilmu pengetahuan. *Unity of sciences* adalah sebuah istilah yang merujuk pada ilmu pengetahuan yang ada di dunia ini merupakan satu kesatuan yang tidak dapat berdiri sendiri dan saling berkaitan yang bersumber dari Allah SWT (Khoir, 2017).

### a. *Unity of Sciences* tentang Status Gizi

Rasulullah SAW. telah mengajarkan kepada umatnya agar sederhana dalam hal makanan dan minuman, karena berlebihan dalam makan dan minum akan menyebabkan kegemukan dan menimbulkan berbagai penyakit, sebagaimana sabda Rasul SAW:

وَعَنْ الْمِقْدَامِ بْنِ مَعْدِي كَرِيبَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: مَا مَلَأَ ابْنُ آدَمَ وَعَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، يَحْسِبُ ابْنُ آدَمَ أَكْلاَتِ يَوْمِنَ صَلْبُهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ، فَتُلْتُ لِطَعَامِهِ، وَ تُلْتُ لِشَرَابِهِ، وَ تُلْتُ لِنَفْسِهِ (رواه الترمذي وابن ماجه وأحمد)

Artinya:

“Dari Al-Miqdam bin Ma’dikarib r.a berkata: Saya mendengar bahwasanya Rasulullah SAW. bersabda: Tidaklah manusia memenuhi rongga terburuk dari perutnya. Cukuplah bagi anak Adam itu beberapa suap yang dapat menegakkan punggungnya. Jika harus melebihi itu, maka hendaknya sepertiga perutnya (diisi) untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk bernapas”. (HR. Tirmidzi, Ibnu Majah dan Ahmad)

Hadits tersebut menjelaskan secara tersirat mengenai salah satu tindakan preventif untuk menjaga kesehatan tubuh terutama status gizi agar tetap optimal yaitu dengan cara mengkonsumsi beberapa suapan makanan saja sekedar untuk menjaga jiwa dan raga agar dapat beraktivitas setiap harinya, tetapi jika seseorang tidak cukup dengan beberapa suapan tersebut maka hendaknya makanan dan minuman yang dikonsumsi tidak melebihi dua per tiga perut, agar dapat menyisakan sepertiga perut untuk bernapas dengan mudah. Seseorang tidak dianjurkan untuk makan berlebihan melebihi kebutuhan tetapi secukupnya, karena berlebihan dalam mengkonsumsi makanan dapat menimbulkan perut terasa penuh dan tidak dapat menyisakan sepertiga perut untuk bernapas dengan mudah (al-Asqalani, 2010).

Konsumsi makanan secara berlebihan akan mengakibatkan asupan gizi berlebih pula dalam tubuh, yang nantinya akan disimpan sebagai cadangan energi bagi tubuh dalam bentuk glikogen maupun jaringan lemak di bawah kulit, jaringan lemak memiliki kapasitas simpanan yang tidak terbatas sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan berat badan dan berisiko mengalami obesitas/kegemukan (Par'i, 2016). Kelebihan berat badan pada usia sekolah dapat meningkatkan risiko timbulnya penyakit tidak menular pada usia

dewasa, seperti penyakit kardiovaskular, hipertensi, sindrom metabolik, diabetes tipe-2, dan lain sebagainya (Utama & Demu, 2021)

### b. *Unity of Sciences* tentang Jajanan yang Baik

Jajanan yang baik untuk dikonsumsi anak sekolah adalah jajanan yang aman, bermutu, dan memiliki kandungan gizi yang diperlukan oleh tubuh serta disukai oleh anak (BPOM, 2021). Sebagaimana Allah telah memerintahkan kepada manusia untuk mengkonsumsi makanan yang baik dan halal, dan manusia dilarang untuk mengikuti langkah setan untuk mengkonsumsi makanan yang diharamkan yang tertulis dalam surat al-Baqarah ayat 168 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ قَلِيلًا إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ [البقرة:168]

Artinya:

“Hai manusia, makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh setan itu musuh yang nyata bagimu.” (QS. al-Baqarah:168)

Ayat tersebut ditujukan kepada seluruh manusia, bukan untuk orang yang beriman saja. Hal ini menunjukkan bahwa bumi Allah diciptakan untuk seluruh umat manusia, tetapi tidak semua yang ada di bumi ini menjadi makanan yang halal karena bukan semua yang diciptakannya untuk dikonsumsi oleh manusia, meskipun semua yang diciptakan Allah untuk kepentingan manusia. Allah telah memerintahkan kepada manusia untuk mengkonsumsi makanan yang halal dan baik, karena tidak semua makanan yang halal secara otomatis baik untuk dikonsumsi, ada makanan yang halal tetapi tidak memiliki kandungan gizi yang diperlukan oleh tubuh, dan saat itu makanan tersebut menjadi makanan yang kurang baik, sehingga tidak sesuai dengan perintah Allah pada ayat di atas (Shihab, 2017).

Makanan bagi tubuh manusia sangat penting, sehingga dalam al-Qur'an tertulis beberapa ayat terkait makanan dan minuman, serta anjuran bagi seluruh umat manusia untuk mengkonsumsi makanan yang halal dan baik untuk dikonsumsi, yang berguna bagi tubuh dan tidak menimbulkan penyakit (Al-Qur'an, 2013). Jajanan bagi anak sekolah memberikan manfaat terhadap penganekaragaman makanan sejak kecil dalam rangka peningkatan mutu gizi makanan yang dikonsumsi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada kelompok anak sekolah adalah dengan menyediakan makanan jajanan yang bergizi guna memenuhi kebutuhan tubuh selama mengikuti pelajaran di sekolah sehingga makanan tersebut dapat berkontribusi terhadap pemenuhan gizi anak selama berada di sekolah, tetapi tidak semua jajanan yang terdapat di sekitar sekolah baik untuk dikonsumsi (Sari & Rachmawati, 2020).

Menurut (BPOM, 2021) terkait pedoman pangan jajanan anak sekolah, terdapat beberapa cara untuk memilih jajanan yang sesuai bagi anak sekolah, yaitu dengan mengenal dan memilih makanan yang aman, yang terbebas dari kontaminan fisik, biologis, kimia, maupun benda-benda lain; menjaga kebersihan dengan membiasakan untuk mencuci tangan sebelum makan; membaca label dengan seksama; membaca dengan teliti label informasi nilai gizi; mengkonsumsi air yang cukup; memperhatikan warna, rasa, dan aroma dari makanan yang akan dikonsumsi; membatasi konsumsi *fast food*; membatasi konsumsi *snack*; memperbanyak konsumsi serat; dan bagi anak yang *overweight*/obesitas hendaknya membatasi makanan dengan kandungan gula, garam, dan lemak (BPOM, 2021).

### c. *Unity of Sciences* tentang Pengetahuan

Pengetahuan sangatlah penting dalam hidup seseorang dan orang yang memiliki ilmu pengetahuan memiliki derajat yang lebih tinggi, sebagaimana firman Allah dalam surat al-Mujadalah ayat 11 yang berbunyi:

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

“Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat, dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (Q.S. al-Mujadalah:11)

Ayat di atas menunjukkan keutamaan orang yang berilmu dan menegaskan bahwa orang yang memiliki ilmu pengetahuan memiliki derajat yang lebih tinggi daripada orang yang sekedar beriman saja, sehingga manusia tidak boleh merasa puas dengan ilmu yang dimiliki dan senantiasa merasa haus akan ilmu sehingga memiliki keinginan yang kuat untuk memperluas pengetahuan yang dimiliki. Ilmu yang dimaksud dalam ayat tersebut tidak hanya ilmu agama saja, tetapi ilmu apapun yang bermanfaat karena ilmu akan membina jiwa menjadi pribadi yang lebih baik kemudian iman dan ilmu tersebut ketika dipadukan akan mengantarkan seseorang kepada derajat yang lebih tinggi di sisi Allah (Shihab, 2017).

Ilmu pengetahuan mengenai makanan dan kesehatan sangatlah penting untuk dipelajari sebab pengetahuan mengenai makanan dan kesehatan merupakan landasan dalam menentukan konsumsi makanan seseorang. Pengetahuan makanan dan kesehatan yaitu penguasaan anak mengenai makanan dengan kandungan gizi seimbang, kesehatan dan kebersihan makanan serta penggunaan bahan tambahan pangan dalam jajanan (Aisyah, 2015), sedangkan yang dimaksud dengan 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). 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). Tingkat pengetahuan gizi dan keamanan pangan siswa akan mempengaruhi sikap dan perilaku siswa dalam memilih makanan yang akan dibeli, dengan harapan berbekal pengetahuan gizi dan keamanan pangan yang baik, maka siswa menjadi lebih selektif untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi, yaitu memilih makanan yang aman dan bergizi (Amira & Setyaningtyas, 2021).

## **6. Hubungan antar Variabel Terikat dengan Variabel Bebas**

### **a. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi**

Kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor dan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan adalah pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi yaitu pengetahuan mengenai gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, makanan yang aman untuk dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit serta cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi yang terkandung dalam makanan tidak hilang serta tata cara hidup sehat (Notoatmodjo, 2012). Tingkat pengetahuan gizi dan keamanan pangan siswa dapat mempengaruhi sikap dan perilaku siswa dalam memilih makanan yang akan dibeli, dengan pengetahuan gizi yang baik, diharapkan siswa akan memilih makanan yang aman dan memiliki kandungan gizi yang diperlukan oleh tubuh (Amira & Setyaningtyas, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Setiawan, 2013) memperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan mengenai pengetahuan dan perilaku anak sekolah dalam memilih jajanan. Penelitian yang dilakukan oleh (Fitriani & Andriyani, 2015) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dan sikap anak usia sekolah akhir (10-12 tahun) tentang makanan jajan, begitu pula dengan hasil penelitian dari (Aisyah, 2015) di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta memperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku anak dalam memilih

jajanan, sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Febriyanto, 2016), (Afni, 2017), dan (Wowor, et al., 2018) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap responden dengan perilaku pemilihan jajanan, begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurdiyanti & Wahyuningtyas, 2019) memperoleh hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan kebiasaan jajan pada anak.

Menurut Notoatmodjo terdapat 6 tingkatan dalam pengetahuan, yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah sehingga pengetahuan yang baik belum tentu diwujudkan atau diaplikasikan dengan perilaku maupun praktik kehidupan sehari-hari dengan baik, karena terkadang seseorang hanya tahu saja tetapi bertindak tidak sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2012).

#### **b. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi**

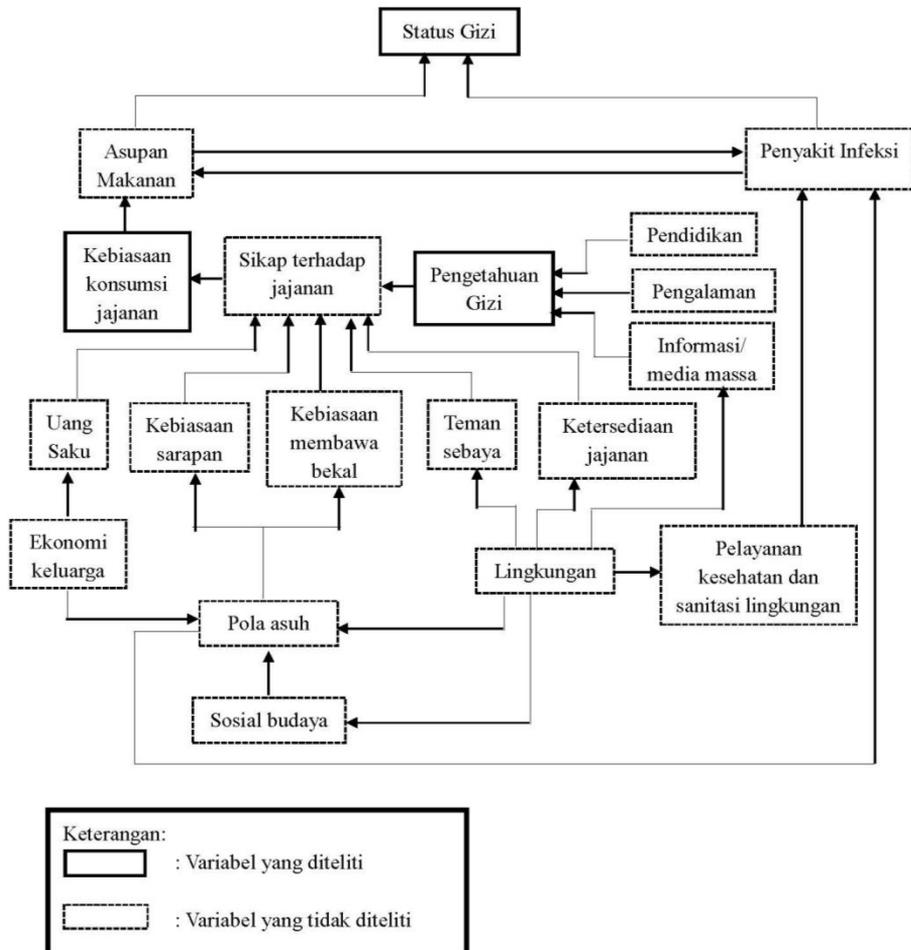
Keadaan gizi seseorang dipengaruhi oleh konsumsi makanan sehari-hari yang terbentuk dari kebiasaan makan seseorang. Kontribusi jajanan cukup besar terhadap asupan zat gizi dan apabila jajanan dikonsumsi secara berlebihan akan berpengaruh terhadap timbulnya permasalahan gizi (Sari & Rachmawati, 2020). Konsumsi jajanan secara berlebihan akan mengakibatkan asupan energi berlebih pula dalam tubuh. Gorengan merupakan salah satu jajanan yang menyumbang energi yang cukup besar apabila dikonsumsi secara berlebihan seperti bakwan, tempe goreng, pisang goreng dan jajanan lain dalam kemasan yang terlihat ringan namun memiliki kandungan energi yang tinggi seperti biskuit, sosis, dan makanan ringan. Asupan energi yang berlebih akan berpengaruh terhadap status gizi anak, anak akan menjadi kelebihan berat badan bahkan bisa mengakibatkan obesitas pada anak. Frekuensi anak dalam mengkonsumsi jajanan juga berpengaruh terhadap asupan energi anak. Anak yang mengkonsumsi

jajanan dengan frekuensi sering maka energi yang masuk kedalam tubuh juga banyak (Rohmah, et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wihida, 2013), (Anggraini, 2014), dan (Rosyidah, 2015) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi. Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Damayanti, et al., 2017), (Pamungkas, 2017), (Faridah, 2017), (Nuryani & Rachmawati, 2018) yang mendapat hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku jajan dengan status gizi anak. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ariska, 2019) di kota Padang juga memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi siswa MIN 1 kota Padang pada tahun 2019. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurriszka & Wicaksana, 2019) mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi siswa di SDN 02 Bedahan Cibinong Kabupaten Bogor juga mendapatkan hasil demikian, yakni terdapat hubungan antara kebiasaan jajan pada anak dengan status gizi. (Sari & Rachmawati, 2020) menyatakan bahwa 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 dikonsumsi (Sari & Rachmawati, 2020).

## B. Kerangka Teoritis

Bagan 1 Kerangka Teori Penelitian Modifikasi Teori (Kemenkes, 2014),  
(Budiman & Riyanto, 2013), dan (Wowor, et al., 2018)



Menurut (Kemenkes, 2014) status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung yang berpengaruh terhadap status gizi adalah kondisi sosial budaya dan ekonomi keluarga, pola asuh, pengetahuan gizi, pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan.

Asupan makanan dan penyakit infeksi memiliki hubungan timbal balik, karena asupan makanan yang tidak adekuat dapat menyebabkan tubuh kekurangan berat badan, menurunnya imunitas, kerusakan mukosa, dan gangguan pada status gizi. Kondisi ini, akan mengakibatkan tubuh mudah terserang penyakit infeksi sehingga menjadikan anak kehilangan zat gizi dalam tubuh yang ditandai dengan penurunan nafsu makan sehingga zat gizi dalam tubuh berkurang dan membuat status gizi anak menjadi kurang baik (Puspitasari, 2021). Anak dapat memperoleh asupan makanan dari rumah maupun dari luar rumah, asupan dari luar rumah dapat diperoleh dari konsumsi jajanan karena jajanan memiliki peran yang cukup besar dalam menyumbang asupan makanan pada anak sekolah (Adriyani & Wiratmadi, 2016). Kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: sikap anak terhadap jajanan, pengetahuan gizi, teman sebaya, kebiasaan sarapan serta kebiasaan membawa bekal (Wowor, et al., 2018). Uang saku dan ketersediaan jajanan juga turut memberikan pengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak selain dari 5 faktor tersebut (Utama & Demu, 2021).

Sikap pemilihan anak terhadap jajanan merupakan hasil perubahan pada anak mengenai pemilihan jajanan dan hal tersebut mengalami perubahan terus menerus menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan dan tingkat budaya daerah (Chaisyah, 2019). Pendidikan, pengetahuan gizi, serta sikap anak terhadap jajanan ini saling berkaitan dalam mempengaruhi status gizi, pengetahuan gizi yang didukung dengan pendidikan yang memadai akan menumbuhkan kebiasaan yang baik terhadap penggunaan bahan makanan, sehingga pengetahuan gizi dapat mempengaruhi sikap seorang anak dalam memilih makanan dan sikap tersebut akan berpengaruh terhadap asupan

makanan siswa yang kemudian akan mempengaruhi status gizi siswa (Azwar, 2015). Anak dapat memperoleh pengetahuan gizi dari pendidikan, informasi/media massa, kondisi lingkungan dan sosial budaya yang nantinya akan berpengaruh terhadap sikap anak dan akan mempengaruhi status gizi (Budiman & Riyanto, 2013).

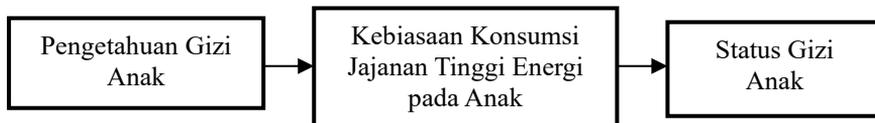
Teman sebaya juga turut memberikan pengaruh terhadap sikap anak mengenai jajanan karena anak sekolah memiliki karakteristik meniru orang yang ada di sekelilingnya seperti teman sebaya/teman bermain, anak cenderung mengikuti teman sebayanya dalam memilih makanan (Utama & Demu, 2021). Pola asuh secara tidak langsung juga dapat mempengaruhi penyakit infeksi pada anak, juga berpengaruh pada kebiasaan sarapan dan kebiasaan anak dalam membawa bekal yang nantinya akan berpengaruh terhadap sikap anak terhadap jajanan. Keseringan anak dalam melewatkan sarapan, akan membuat anak mengurangi rasa laparnya dengan membeli jajanan yang kurang seimbang kandungan gizinya (Rosyidah & Andrias, 2015) dan dengan membawa bekal dari rumah maka anak tidak perlu mengkonsumsi jajanan yang tidak terjamin kualitasnya. Pemberian bekal yang sehat dan bervariasi kepada anak dapat menjadikan anak lebih mengenal jenis sumber makanan sehat yang berkualitas (Wiradnyani, et al., 2019).

Uang saku dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluarga dimana kondisi ekonomi tersebut juga turut mempengaruhi pola asuh orang tua terhadap anak. Sosial budaya juga dapat berpengaruh terhadap pola asuh orang tua. Lingkungan dapat mempengaruhi berbagai aspek, seperti pola asuh, sosial budaya, ketersediaan jajanan dan pelayanan kesehatan serta sanitasi lingkungan.

### C. Kerangka Konsep

Berdasarkan teori yang ada, maka disusun kerangka konsep korelasi pengetahuan gizi sebagai variabel bebas, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak sebagai variabel moderator atau variabel antara dan status gizi sebagai variabel terikat, sebagai berikut:

Bagan 2 Kerangka Konsep



Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro. Pengetahuan gizi dimiliki anak akan berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak kemudian kebiasaan konsumsi tersebut akan berpengaruh terhadap status gizi anak.

### D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konsep diatas, maka pengujian hipotesis dapat dinyatakan sebagai berikut:

1.  $H_1$ : Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.  
 $H_0$ : Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.

2.  $H_1$ : Ada hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.  
 $H_0$ : Tidak ada hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *observasional* dengan metode pendekatan *cross sectional* dimana pengamatan terhadap variabel bebas dan terikat dilakukan secara bersamaan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi anak usia sekolah dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di 7 sekolah dasar baik negeri maupun swasta dari 3 desa yang berada di Kecamatan Kanor, 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. *Timeline* pelaksanaan penelitian skripsi dilakukan pada bulan Juli 2021-November 2022, penjelasan waktu penelitian terlampir pada lampiran.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas IV sampai kelas VI yang bersekolah di salah satu dari 7 sekolah yang terletak di Kecamatan Kanor, yaitu: SDN Nglarangan I, SDN Nglarangan II, MI Islamiyah Nglarangan, MI Islamiyah Sroyo, SDN Sroyo, MI Darul Ulum Bakung, SDN Bakung, dengan jumlah populasi 337 siswa-siswi.

##### **2. Sampel**

Populasi pada penelitian ini yaitu 337 siswa-siswi, kemudian besar sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2} = \frac{337}{1 + (337 \times 0,1^2)} = \frac{337}{4,37} = 77,11 + 10\% = 84,82$$

n = 85 anak

Keterangan:

- n : Besar sampel  
 N : Jumlah populasi  
 e : Nilai *margin of error* (besar kesalahan=10%)

Berdasarkan hasil perhitungan dari rumus tersebut, maka total sampel pada penelitian ini adalah 85 siswa-siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*, karena banyaknya subjek yang terdapat pada setiap kelas berbeda, maka pengambilan subjek dari setiap kelas ditentukan seimbang atau sebanding dengan banyaknya subjek dalam masing-masing kelas. Pengambilan jumlah sampel pada masing-masing kelas menggunakan rumus sebagai berikut:

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan:

- ni : Jumlah sampel tiap sub populasi  
 Ni : Total sub populasi  
 N : Total populasi  
 n : Jumlah sampel yang diambil

Kriteria inklusi dan eksklusi sampel pada penelitian ini yaitu:

- a. Kriteria inklusi sampel
  - 1) Anak yang bersedia menjadi responden
  - 2) Anak usia 10-12 tahun yang bersekolah di Kecamatan Kanor
  - 3) Anak dapat berkomunikasi dengan baik
  - 4) Anak dapat membaca dan menulis dengan lancar
- b. Kriteria eksklusi sampel
  - 1) Anak yang sakit saat penelitian
  - 2) Anak yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap
  - 3) Anak yang mempunyai kelainan atau cacat bawaan

### 3. Variabel

a. Variabel bebas

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah pengetahuan gizi anak.

b. Variabel antara

Variabel antara (Y) dalam penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak.

c. Variabel terikat

Variabel terikat (Z) dalam penelitian ini adalah status gizi anak.

### D. Jenis dan Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder, yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

- a. Data primer meliputi karakteristik responden (nama, jenis kelamin, tempat dan tanggal lahir, usia, berat badan, tinggi badan, dan indeks masa tubuh), tingkat pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi responden. Data primer didapat dari kuesioner semi-kuantitatif *FFQ*, kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi anak, dan pengukuran antropometri terhadap anak usia sekolah di Kecamatan Kanor pada waktu penelitian.
- b. Data sekunder merupakan data yang didapatkan melalui dokumentasi terkait dengan objek penelitian, seperti foto kegiatan saat melakukan pengukuran antropometri, pengukuran tingkat pengetahuan gizi siswa, serta pengukuran kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak; dan data anak yang tercatat sebagai siswa dan siswi yang bersekolah di SDN Nglarangan I, SDN Nglarangan II, MI Islamiyah Nglarangan, MI Islamiyah Sroyo, SDN Sroyo, MI Darul Ulum Bakung, SDN Bakung.

## E. Definisi Operasional

**Tabel 5 Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Objektif	Skala Ukur	Alat Ukur
1.	Pengetahuan gizi	Pengetahuan anak mengenai gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, dan pemilihan jajanan yang aman dan sehat.	Baik: jika jawaban yang benar >80% Sedang: jika jawaban yang benar 60%– 80% Kurang: jika jawaban yang benar <60% (Khomsan, 2021).	Skala Ordinal	Kuesioner
2.	Kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi	Persentase total energi yang diasup anak dari jajanan jenis camilan/ <i>snack</i> dengan kandungan energi yang tinggi, yaitu 200 kkal/lebih per 100 gr BDD (berat dapat dimakan) selama berada di sekolah dalam waktu 1 hari.	Rendah: <15% dari total kebutuhan energi/hari Sedang: 15-20% dari total kebutuhan energi/hari Tinggi: >20% dari total kebutuhan energi/hari (BPOM, 2021)	Skala Ordinal	Wawancara kuesioner form semi-kuantitatif FFQ
3.	Status gizi	Gambaran individu sebagai akibat dari asupan gizi sehari-hari. Pengukuran status gizi anak sekolah diukur dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U)	Kurang: -3 SD sd <-2 SD Normal: -2 SD sd +1 SD Lebih: +1 SD sd +2 SD (Kemenkes, 2020)	Skala Ordinal	Pengukuran antropometri

## **F. Prosedur Penelitian**

### **1. Tahap Persiapan Penelitian**

Pada tahap ini, peneliti mempersiapkan perizinan penelitian terlebih dahulu kepada pihak sekolah, mengumpulkan data sekunder berupa data anak yang tercatat sebagai siswa-siswi di 7 sekolah yang menjadi lokasi penelitian, melakukan survei awal di sekolah untuk mengetahui aneka jajanan yang tersedia di sekitar sekolah serta menyiapkan beberapa data berupa form kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi siswa, form semi-kuantitatif FFQ untuk mengetahui kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak siswa, serta formulir perhitungan z-score status gizi. Peneliti juga mempersiapkan alat antropometri seperti timbangan digital dan mikrotoa untuk pengukuran status gizi siswa.

### **2. Tahap Uji Coba**

Uji coba instrumen dilakukan untuk mengetahui ketepatan atau kecermatan suatu instrumen dalam pengukuran. Peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen berupa kuesioner pengetahuan gizi yang telah dibagikan kepada 30 siswa-siswi yang sesuai dengan karakteristik objek penelitian dengan menggunakan *software* SPSS 24. Uji coba kuesioner dilaksanakan dengan beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

#### **a. Uji Validitas Instrumen**

Tujuan dari uji validitas adalah untuk mengukur seberapa cermat suatu uji melakukan fungsinya, apakah alat ukur yang telah disusun benar-benar dapat mengukur apa yang perlu diukur. Uji validitas dilakukan dengan cara menghubungkan setiap pertanyaan dengan jumlah keseluruhan tanggapan pertanyaan yang digunakan dalam setiap variabel. Kriteria uji validitas adalah dengan membandingkan nilai r hitung (*Pearson Correlation*) dengan nilai r tabel. Nilai r hitung nantinya akan digunakan sebagai tolak ukur

yang menyatakan valid tidaknya item pertanyaan yang digunakan untuk mendukung penelitian, maka akan dicari dengan membandingkan  $r$  hitung terhadap nilai  $r$  tabelnya (Darma, 2022).

Rumus *Pearson Product Moment*:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : koefisien korelasi antara skor butir soal (X) dan total skor (Y)

$n$  : jumlah responden

$\sum X$  : jumlah skor item

$\sum Y$  : jumlah skor total

#### b. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dilakukan untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan dapat diandalkan atau bersifat tangguh, yaitu dengan cara membandingkan nilai *cronbach's alpha* dengan tingkat/ taraf signifikansi yang digunakan. Analisa uji reliabilitas dinyatakan reliabel dan dapat diterima apabila nilai *cronbach's alpha* > tingkat signifikansi (0,5) (Darma, 2022). Adapun rumus yang digunakan yaitu:

$$r = \left(\frac{n}{n-1}\right) \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2}\right)$$

Keterangan:

$r$  : koefisien reliabilitas

$n$  : jumlah butir soal

$\sum s_i^2$  : variasi butir skor soal

$\sum s_t^2$  : variasi skor total

### 3. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan penelitian, peneliti menjelaskan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan kepada responden. Peneliti membagikan form *informed consent* sebelum melaksanakan penelitian, sebagai bentuk persetujuan menjadi responden, kemudian peneliti mulai melakukan pengambilan data yaitu dengan membagikan kuesioner pengetahuan gizi siswa dan melakukan wawancara form

semi-kuantitatif FFQ untuk menilai kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada siswa, serta dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizi siswa. Rincian pelaksanaan penelitian dijelaskan pada uraian sebagai berikut:

a. Perhitungan tingkat pengetahuan gizi siswa

Tingkat pengetahuan gizi siswa diukur dengan menggunakan kuesioner penelitian, peneliti membagikan kuesioner berupa pertanyaan sebanyak 20 soal pilihan ganda yang berisi tentang pengetahuan anak terkait gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, dan pemilihan jajanan yang aman dan sehat.

b. Pengukuran kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada siswa

Jenis jajanan yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu camilan/*snack* dengan kandungan energi yang tinggi sehingga sumbangan energi dari jajanan tersebut dapat berpengaruh terhadap status gizi anak. Kandungan energi camilan pada pangan jajanan anak sekolah bervariasi, ada yang rendah dan ada yang tinggi. Camilan tinggi energi adalah camilan dengan kandungan energi 200 kkal atau lebih per 100 gr BDD (berat dapat dimakan), seperti: bakpau (239 kkal), permen (250 kkal), donat (357 kkal), biskuit (457 kkal), keripik singkong (478 kkal) dan lain sebagainya (BPOM, 2021). Energi dari jajanan diketahui dari informasi nilai gizi yang terdapat pada jajanan kemasan, sedangkan pada jajanan non kemasan seperti papada, cilung, siomay dan lain sebagainya peneliti melihat pada aplikasi *fat secret*. Kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi 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 konsumsi jajanan tinggi energi. Kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak dikategorikan rendah apabila dalam 1 hari anak mengkonsumsi jajanan tinggi energi <15% dari total kebutuhan

energi harian, sedang apabila dalam 1 hari anak mengkonsumsi jajanan tinggi energi 15-20% dari total kebutuhan energi harian, tinggi apabila dalam 1 hari anak mengkonsumsi jajanan tinggi energi >20% dari total kebutuhan energi harian (BPOM, 2021). Perhitungan kebutuhan energi anak menggunakan rumus *Estimated Energy Requirement (EER) (new DRI/IOM) 2005*, yaitu:

1) Status Gizi Normal

Laki-laki :  $88.5 - (61.9 \times \text{usia}) + \text{FA} \times (26.7 \times \text{BB} + 903 \times \text{Tinggi(m)}) + 25 \text{ kkal}$

Wanita :  $135.3 - (30.8 \times \text{usia}) + \text{FA} \times (10 \times \text{BB} + 934 \times \text{Tinggi(m)}) + 25 \text{ kkal}$

2) Status Gizi lebih/obesitas

Laki-Laki:  $114 - (50.9 \times \text{usia}) + \text{FA} \times (19.5 \times \text{BB} + 1161.4 \times \text{Tinggi(m)})$

Wanita :  $389 - (41.2 \times \text{usia}) + \text{FA} \times (15 \times \text{BB} + 701.6 \times \text{Tinggi(m)})$

**Tabel 6 Faktor Aktivitas (FA)**

	Laki-laki	Wanita
Ringan	1	1
Sedang	1.12	1.18
Aktif	1.24	1.35
Sangat Aktif	1.45	1.6

Sumber: (Fajar, 2019)

c. Perhitungan status gizi (perhitungan z-score=IMT/U untuk anak)

- 1) Pengukuran berat badan pada penelitian ini menggunakan timbangan digital dengan cara petugas menyiapkan terlebih dahulu timbangan badan dan melakukan kalibrasi alat sebelum digunakan, kemudian responden berdiri tegak diatas timbangan dan pandangan lurus ke depan dan saat penimbangan hendaknya menggunakan pakaian seminim mungkin, alas kaki dilepas, kantong kosong, dan tidak memakai perhiasan atau benda lain yang dapat menambah angka pada timbangan, kemudian petugas mencatat angka berat badan responden yang tertera pada timbangan.

- 2) Pengukuran tinggi badan dilakukan dengan menggunakan mikrotoa dengan cara petugas menyiapkan mikrotoa dan menarik pita sampai jendela baca menunjukkan angka nol dan memastikannya agar posisi alat tidak bergeser, responden sebaiknya tidak memakai alas kaki, penutup kepala, serta melonggarkan ikatan rambut (bila ada), kemudian responden berdiri tegak tepat di bawah mikrotoa, pandangan lurus ke depan, kedua tangan berada di samping, posisi lutut tegak, posisi kepala, punggung, betis, dan tumit menempel pada bidang vertikal dan subjek dalam keadaan rileks; petugas menurunkan mikrotoa hingga mengenai/menyentuh rambut responden namun tidak terlalu menekan dan posisi mikrotoa tegak lurus; petugas mencatat hasil pengukuran.
- 3) Setelah nilai berat badan dan tinggi badan didapatkan, kemudian menghitung status gizi dengan cara: petugas menghitung z-score status gizi setelah mendapat nilai berat badan dan tinggi badan responden; petugas menghitung sesuai dengan tabel IMT/U, yaitu nilai IMT responden dikurang nilai median dibagi nilai simpang baku rujukan; melihat hasil perhitungan IMT/U.

## **G. Metode Analisis Data**

### **1. Pengolahan Data**

Proses pengolahan data dilakukan dengan berbagai tahapan, diantaranya adalah:

#### **a. Pengeditan (*editing*)**

*Editing* merupakan kegiatan pemeriksaan ulang (pengecekan) dan perbaikan isian formulir atau kuesioner yang digunakan, apakah jawaban yang tertera dalam kuesioner sudah lengkap, jelas, relevan, dan konsisten guna menghindari kesalahan pada saat analisis data. Jika masih ada data yang kurang jelas atau kurang lengkap, maka peneliti melakukan konfirmasi ulang kepada responden yang bersangkutan.

b. Pengkodean (*coding*)

Pengkodean (*coding*) merupakan proses mengubah data *berbentuk* kalimat atau huruf menjadi data berbentuk angka/ bilangan (*numeric*). Kegiatan pengodean ini sangatlah penting dilakukan agar memudahkan saat pemasukan data (*data entry*) dan analisis data dengan menggunakan perangkat lunak tertentu.

c. Pemasukan data (*data entry*)

Pada tahap ini, jawaban dari masing-masing responden dalam bentang “kode” (angka atau huruf) kemudian dimasukkan ke dalam program atau “*software*” komputer.

d. Pembersihan data (*cleaning*)

*Cleaning* merupakan proses pemeriksaan kembali data yang telah dimasukkan. Data yang telah dimasukkan perlu di cek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi seperti kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

## 2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Tujuan dari analisis univariat yaitu untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini, analisis univariat bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi, kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak serta status gizi anak secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dari masing-masing variabel.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan setelah diketahui hasil karakteristik atau distribusi setiap variabel dari analisis univariat. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga memiliki korelasi atau hubungan (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini analisis bivariat dilakukan terhadap variabel pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak dan

kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak dengan status gizi. Analisis data yang digunakan yaitu menggunakan Uji Gamma, karena uji ini merupakan analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan skala ordinal pada tabel kontingensi dan bersifat simetris, artinya antara variabel X dan variabel Y dapat saling mempengaruhi. Rumus Uji Gamma (Rahman, 2015):

$$\gamma = \frac{P - Q}{P + Q}$$

Ket:

$P$  = Concordant

$Q$  = Discordant

Dasar perhitungan statistik gamma didasarkan pada banyaknya pasangan searah (*concordant*) dan tidak searah (*disconcordant*). Mencari nilai P dan Q yaitu dengan memasukkan nilai dari tabel variabel bebas ( $X_1, X_2, X_3$ ) dan variabel terikat (Y). Penyusunan tabel yaitu dengan mengisi variabel bebas (X) secara vertikal dengan arah tingkatan dari bawah (rendah) ke atas (tinggi), kemudian variabel terikat (Y) disusun secara horizontal dengan arah tingkatan dari kanan (rendah) ke kiri (tinggi). Setelah terbentuk tabel, selanjutnya adalah mencari  $P_1, P_2, P_3 \dots P_n$  dan  $Q_1, Q_2, Q_3 \dots Q_n$  kemudian dijumlahkan. Setelah mendapat nilai P yaitu jumlah  $P_1, P_2, P_3, P_4$  dan Q yaitu jumlah  $Q_1, Q_2, Q_3, Q_4$ , kemudian dimasukkan ke dalam rumus korelasi Gamma. Hasil nilai Gamma disebut sebagai korelasi Gamma, dimana batas penentuan korelasi Gamma yaitu antara -1 (hubungan tidak searah sempurna) dan +1 (hubungan searah sempurna). Secara statistik, nilai koefisien yang didapat dari perhitungan korelasi Gamma tersebut bermakna atau tidak, maka perlu dilakukan uji berikutnya yaitu uji signifikansi. Uji signifikansi diperoleh dengan menghitung nilai z skor kemudian membandingkan dengan nilai z skor tabel. Berikut adalah rumus z skor uji Gamma:

$$z \text{ skor} = \gamma \cdot \sqrt{\frac{P+Q}{N \cdot (1-y^2)}}$$

Keterangan:

$\gamma$  = nilai koefisien korelasi Gamma

$P$  = concordant

$Q$  = disconcordant

Penelitian ini menggunakan derajat kepercayaan 95% atau dengan batas kritis ( $\alpha$ ) 0,05. Nilai  $z$  tabel  $\alpha=0,05$  adalah -1,96 pada batas kiri dan +1,96 pada batas kanan. Kemudian nilai  $z$  skor uji Gamma tersebut dibandingkan dengan nilai  $z$  tabel. Pengambilan keputusan adalah jika nilai  $z$  skor Gamma  $< -1,96$  atau nilai  $z$  skor Gamma  $> +1,96$  maka terdapat hubungan yang bermakna antar variabel yang diuji (Hidayat, 2012).

**Tabel 7 Interpretasi Hasil Uji Korelasi**

No	Parameter	Nilai	Interpretasi
1	Kekuatan korelasi (r)	0,0 s.d <0,2	Sangat lemah
		0,2 s.d <0,4	Lemah
		0,4 s.d <0,6	Sedang
		0,6 s.d <0,8	Kuat
		0,8 s.d <1	Sangat kuat
2	Nilai p	$p < 0,05$	Terdapat hubungan
		$p > 0,05$	Tidak terdapat hubungan bermakna
3	Arah korelasi	+ (positif)	Searah, semakin besar nilai satu variabel maka semakin besar nilai variabel lainnya
		- (negatif)	Berlawanan arah, semakin besar nilai satu variabel maka semakin kecil nilai variabel lainnya.

Selain menggunakan perhitungan manual, peneliti menggunakan SPSS 24 untuk menentukan nilai p dan nilai kekuatan korelasi. Interpretasi hasil uji korelasi Gamma didasarkan pada arah korelasi, nilai p dan kekuatan korelasinya. Tabel 8 adalah konsep interpretasi hasil uji hipotesis berdasarkan arah korelasi, nilai p dan kekuatan korelasinya (Dahlan, 2014).

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Partisipan

Penelitian mengenai hubungan antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi pada anak usia sekolah dasar ini dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2022 – 27 Agustus 2022 di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro, Provinsi Jawa Timur. Kecamatan Kanor terdiri dari 25 desa dan terdapat 50 sekolah dasar di kecamatan tersebut yang terdiri dari 32 sekolah dasar dan 18 madrasah. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan responden, membagikan kuesioner pengetahuan gizi, kemudian wawancara form semi kuantitatif FFQ kepada responden untuk mengetahui kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi responden. Sampel penelitian berjumlah 85 siswa-siswi kelas 4, 5, dan 6 dengan rentang usia 10-12 tahun dari 7 sekolah dasar negeri maupun swasta di 3 desa yang terletak di Kecamatan Kanor, yaitu 4 siswa dari SDN Nglarangan I, 13 siswa dari SDN Nglarangan II, 14 siswa dari MI Islamiyah Nglarangan, 21 siswa dari SDN Sroyo, 8 siswa dari MI Islamiyah Sroyo, 11 siswa dari SDN Bakung, dan 14 siswa dari MI Darul Ulum Bakung.

**Tabel 8 Jumlah Responden Berdasarkan Kelas**

<b>Kls</b>	<b>L</b>	<b>P</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
4	9	17	26	30,5
5	18	16	34	40
6	9	16	25	29,4
Total	36	49	85	100

Terdapat 6 hari aktif di sekolah-sekolah tersebut yaitu hari Senin s/d Sabtu dan tidak terdapat kantin di dalamnya, tetapi banyak penjual jajanan maupun warung kelontong di luar sekolah yang menjual jajanan yang cukup bervariasi, sehingga seringkali siswa-siswi jajan di luar sekolah pada pagi hari saat baru sampai di sekolah maupun pada saat jam istirahat. Jajanan bagi anak sekolah memberikan manfaat terhadap penganekaragaman makanan sejak kecil dalam rangka peningkatan mutu gizi makanan yang dikonsumsi. Menyediakan jajanan yang sehat dan bergizi di lingkungan sekolah merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh pihak sekolah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada kelompok anak sekolah, agar kebutuhan tubuh anak selama mengikuti pelajaran di sekolah dapat terpenuhi, sehingga jajanan tersebut dapat berkontribusi terhadap pemenuhan gizi anak selama berada di sekolah (Sari & Rachmawati, 2020).

## **B. Hasil Analisis**

### **1. Analisis Univariat**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi kurang, yaitu sebanyak 37 responden (43,5%). Karakteristik berikutnya yaitu kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi, hasilnya yaitu mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi 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. Karakteristik responden disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 9 Karakteristik Responden**

<b>Karakteristik Responden</b>		<b>n (%)</b>
Pengetahuan Gizi	Kurang	37 (43,5%)
	Sedang	34 (40%)
	Baik	14 (16,5%)
	Total	85 (100%)
Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi	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%)

## 2. Uji Korelatif Bivariat

### a. Uji Statistik Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi

Tabel 11 di bawah menyajikan data statistik koefisien korelasi ( $\gamma$ ) antara variabel pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi responden, yang diuji menggunakan uji korelasi Gamma ( $\gamma$ ). 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. Berikut merupakan hasil uji korelasi pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi menggunakan SPSS:

**Tabel 10 Uji Statistik Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi**

		<b>Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi</b>			
		Tinggi	Sedang	Rendah	
<b>Pengetahuan Gizi</b>	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			

**b. Uji Statistik Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi 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. Uji statistik hubungan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi menggunakan SPSS disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 11 Uji Statistik Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi**

		Status Gizi			
		Lebih	Normal	Kurang	
<b>Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi</b>	Rendah	n (%)	0 0	0 0%	1 50%
	Sedang	n (%)	0 0	44 91,66%	1 50%
	Tinggi	n (%)	35 100%	4 8,33%	0
<b>Total</b>		n (%)	35 100%	48 100%	2 100%
<b>Koefisien korelasi (<math>\gamma</math>)</b>		<b>Nilai <math>p</math></b>			
1,000		0,000			

Berasarkan tabel di atas, 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.

## C. Pembahasan

### 1. Analisis Deskripsi

#### a. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan responden terkait gizi dan makanan, sumber-sumber zat gizi yang terkandung pada makanan, serta cara pemilihan jajanan yang aman dan sehat (Notoatmodjo, 2012). Siswa kelas 3 s/d kelas 6 telah mendapatkan materi terkait pengetahuan gizi dan jajanan pada mata pelajaran tematik saat pembelajaran di kelas. Materi yang dipelajari oleh siswa kelas 3 terkait pengetahuan gizi dan jajanan diantaranya adalah: mengidentifikasi makanan yang baik untuk dikonsumsi, menuliskan

syarat makanan yang baik untuk dikonsumsi, mengidentifikasi pengaruh makanan pada proses pertumbuhan dan perkembangan manusia, memberi saran mengenai makanan sehat, memilih makanan sehat, mendiskusikan manfaat memilih makanan untuk kesehatan, menceritakan pengalaman memilih makanan sehat, melakukan wawancara tentang jajanan sehat dan menceritakan hasil wawancara, mengidentifikasi makanan sehat, serta menceritakan pengalaman tentang kemasan makanan (Kemendikbud, 2018).

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), (Arti & 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 (Wiriasuti, 2019) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan gizi baik.

Responden pada penelitian ini terdapat 85, terdiri dari 39 siswa dan 46 siswi. Mayoritas siswa memiliki pengetahuan gizi kurang (51%) dari total siswa, sedangkan pada siswi mayoritas siswi memiliki pengetahuan gizi sedang (50%). 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).

Menurut (Fauziyah, et al., 2022) peningkatan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah, dengan harapan program pendidikan gizi tersebut dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku anak terhadap pola konsumsinya (Fauziyah, et al., 2022). Penyediaan informasi yang memadai akan berguna dalam meningkatkan kesadaran, mengubah sikap dan pola konsumsi (Pacific & Hoefkins, 2014). Pengetahuan gizi perlu diberikan sejak usia dini, dengan tujuan agar siswa memiliki kemampuan dalam melakukan pemilihan makanan yang sehat serta memiliki nilai gizi yang tinggi, karena rendahnya pengetahuan gizi anak akan memberikan pengaruh terhadap kebiasaan konsumsi makanan anak, termasuk kebiasaan konsumsi jajanan pada anak (Arti & Suprianto, 2020).

## **b. Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi**

Jajanan merupakan makanan serta minuman yang disiapkan dan dijual oleh para penjual jajanan di jalanan dan di tempat-tempat umum lainnya yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Susilowati & Kuspriyanto, 2016). Sebagian besar jajanan yang dijual di sekitar sekolah merupakan makanan dan minuman siap saji yang dikonsumsi anak sekolah secara rutin. Adanya penjual jajanan di sekitar sekolah serta uang jajan yang diberikan oleh orang tua untuk anak saat berangkat ke sekolah turut mendukung anak dalam membeli jajanan di sekolah sesuai keinginan mereka (Fikawati, et al., 2017).

Hasil pengujian menggunakan program SPSS menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan

tinggi energi sedang, yaitu sebanyak 52,9% dari total sampel. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pamungkas, 2017), (Cahyani, 2021), dan (Yanti, 2022) yang menyatakan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan yang cukup/sedang, tetapi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Harahap, et al., 2020) dan (Harikedua, et al., 2015) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan konsumsi jajanan dalam kategori lebih.

Persentase asupan harian responden terkait jajanan tinggi energi 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, 2015).

Jajanan yang paling sering dikonsumsi oleh responden pada penelitian ini yaitu tempura, papeda, pentol kuah, dan sosis. Anak-anak jarang mengkonsumsi jajanan kemasan seperti chiki, taro, cheetos dan lain sebagainya. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nisak & Mahmudiono, 2017) yang menyatakan bahwa jajanan yang paling sering dikonsumsi anak-anak adalah siomay, batagor, berbagai jenis gorengan, otak-otak, sosis, dan anak-anak jarang mengkonsumsi makanan ringan (Nisak & Mahmudiono, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh (Losasso, et al., 2015) di Itali memperoleh hasil bahwa siswa cenderung lebih menyukai jajanan

camilan dengan rasa asin (Losasso, et al., 2015). Faktor karakteristik jajanan yang menjadi faktor determinan pemilihan jajan anak didukung dengan teori Contento mengenai *determinan food choice* menyatakan bahwa sebagian orang akan memilih makanan berdasarkan tekstur dan rasa makanan. Respons sensoris-afektif terhadap penglihatan, pengecapan dan tekstur makanan merupakan pengaruh utama pada preferensi makanan dan pilihan makanan (Contento, 2011).

Karakteristik jajanan yang memiliki porsi makan yang lebih besar dan mengenyangkan seperti pentol kuah, papeda dan lain sebagainya akan menjadi pertimbangan bagi anak-anak dalam memilih makanan untuk dikonsumsi, dibanding makanan ringan yang tidak mengenyangkan. Menurut (Febriyanto, 2016) anak sekolah cenderung memilih makanan dengan harga yang murah walaupun mutu dan kualitasnya rendah (Febriyanto, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh (Pratap & Boocluck, 2005) di Mauritius menjelaskan bahwa makanan jajanan yang dibeli anak umumnya mengenyangkan, kaya energi dan lemak tetapi sangat kurang akan zat gizi mikro. Penelitian serupa yang dilakukan oleh (Anggiruling, et al., 2019) menunjukkan hasil yang sama. Porsi yang besar serta mengenyangkan dengan harga yang murah serta rasa yang lebih enak menjadi penentu pemilihan jajanan pada anak, karena semakin murah harga jajanan anak-anak dapat membeli jajanan yang lebih banyak jenisnya dan lebih mengenyangkan (Anggiruling, et al., 2019).

### c. Status Gizi

Status gizi merupakan suatu keadaan akibat keseimbangan antara kebutuhan zat gizi oleh tubuh dan asupan zat gizi dari makanan. Individu akan memiliki status gizi yang optimal jika asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh, tidak kurang dan tidak lebih, karena asupan gizi yang kurang dari kebutuhan akan menimbulkan permasalahan gizi kurang, begitupun sebaliknya jika

asupan gizi melebihi kebutuhan maka akan menyebabkan masalah gizi lebih (Harjatmo, et al., 2017).

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, tetapi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Cahyani, 2021) yang memperoleh hasil bahwa mayoritas respondennya memiliki status gizi kurang. Hal tersebut terjadi karena sebagian besar responden tidak suka jajan maupun membawa bekal dari rumah karena alasan tidak tertarik menu sarapan yang dihidangkan oleh orang tuanya dan enggan membeli jajan yang dijual di sekolah (Cahyani, 2021).

Menurut (Kemenkes, 2014) status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung yang berpengaruh terhadap status gizi adalah kondisi sosial budaya dan ekonomi keluarga, pola asuh, pengetahuan gizi, pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan. Faktor penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi anak salah satunya adalah asupan makanan. Anak dapat memperoleh asupan makanan dari rumah maupun dari luar rumah, asupan dari luar rumah dapat diperoleh dari konsumsi jajanan karena jajanan memiliki peran yang cukup besar dalam menyumbang asupan makanan pada anak sekolah (Adriyani & Wiratmadi, 2016).

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**

### **a. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi**

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, 2020). 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), (Arti & 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 (Arti & 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., 2018). 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).

Teman sebaya merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh yang sangat besar kepada sikap anak terhadap jajanan, karena anak sekolah memiliki karakteristik suka meniru orang yang

ada di sekelilingnya termasuk teman sebaya, dan anak cenderung mengikuti teman sebayanya dalam memilih makanan yang nantinya akan memberikan dampak terhadap kebiasaan konsumsi jajanan anak (Wowor, et al., 2018). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Afni, 2017) memperoleh hasil bahwa teman sebaya memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap kebiasaan konsumsi jajanan pada anak. Anak-anak dalam pergaulannya memiliki ikatan yang sangat erat dengan kelompok teman sebayanya, sehingga sebagian dari mereka beralasan bahwa mereka mengkonsumsi jajanan karena melihat teman sebayanya yang jajan di sekolah, ada juga yang merasa tidak bisa menolak ajakan temannya, selain itu ketika tidak memiliki uang, temannya selalu membelikan jajanan. Hal tersebut membuat anak menjadi terbiasa untuk jajan dan merasa malu apabila tidak bisa ikut jajan dengan temannya walaupun sebenarnya tidak ada teman-temannya yang mengejek apabila tidak jajan (Afni, 2017).

Faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak yaitu uang saku dan ketersediaan jajanan, karena kedua faktor tersebut juga memberikan pengaruh yang cukup besar dan keduanya memiliki hubungan timbal balik. Tersedianya jajanan tetapi anak tidak diberi uang saku oleh orang tuanya mengakibatkan anak tidak bisa mengkonsumsi jajanan saat berada di sekolah. Hal ini terjadi karena dalam membeli dan mengkonsumsi jajanan harus didukung juga oleh ketersediaan uang jajan yang dimiliki anak (Afni, 2017). Besaran jumlah uang saku yang diberikan oleh orang tua kepada anak akan memberikan pengaruh terhadap daya beli jajanan anak. Jumlah uang saku yang lebih besar menjadikan anak lebih sering mengkonsumsi jajanan yang disukai tanpa menghiraukan kandungan gizi yang terdapat dalam makanan tersebut (Rosyidah & Andrias, 2015). Begitupun sebaliknya, meskipun anak memiliki uang saku yang besar tetapi tidak terdapat penjual jajanan akan mengakibatkan anak tidak bisa mengkonsumsi jajanan (Wowor, et al., 2018).

## **b. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi 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). Beragam jajanan yang ditawarkan di sekolah-sekolah dari tahun ke tahun mengalami perkembangan, baik dari segi bentuk, rasa, maupun tampilan yang dapat menarik perhatian anak sehingga dapat memberikan pengaruh terhadap kebiasaan mengkonsumsi jajanan pada anak sekolah, terutama pada jeda jam istirahat (Aini, 2019). Lingkungan sekolah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi asupan makan anak yang diperoleh dari konsumsi jajanan saat berada di sekolah. Tersedianya jajanan yang cukup beragam di lingkungan sekolah memberikan peran penting dalam mempengaruhi asupan makan anak saat berada di sekolah sehingga dari asupan tersebut akan memberikan pengaruh terhadap status gizi anak (Nisak & Mahmudiono, 2017).

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 jajanan 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 jajanan pada anak dengan status gizi. Menurut (Nissa, et al., 2022) hal tersebut terjadi karena peneliti hanya melakukan penelitian kebiasaan konsumsi jajanan saat berada di sekolah, sedangkan status gizi yang diperoleh tidak sepenuhnya karena kebiasaan jajanan di sekolah dan terdapat banyak faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap status gizi.

Menurut (Kemenkes, 2014) status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung yang dapat mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung yang berpengaruh terhadap status gizi adalah kondisi sosial budaya dan ekonomi keluarga, pola asuh, pengetahuan gizi, pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan (Kemenkes, 2014). Anak dapat memperoleh asupan makanan dari rumah maupun dari luar rumah, asupan dari luar rumah dapat diperoleh dari konsumsi jajanan karena jajanan memiliki peran yang cukup besar dalam menyumbang asupan makanan pada anak sekolah (Adriyani & Wiratmadi, 2016).

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, 2021). 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 dikonsumsi (Sari & Rachmawati, 2020).

Sebagian besar jajanan yang ada di sekolah diolah dengan cara digoreng, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan tingginya kontribusi energi dan lemak terhadap asupan energi harian anak (Anggiruling, et al., 2019). Proses penggorengan pada jajanan menggunakan minyak yang digunakan secara berulang dapat meningkatkan kandungan lemak jenuh dan kalori, asupan asam lemak trans yang tinggi dan berlebihan dapat menyebabkan terjadinya penambahan berat badan sehingga menjadi faktor resiko terjadinya gizi lebih/obesitas pada anak (Wismoyo & Putra, 2018). Frekuensi kebiasaan konsumsi jajanan harian yang berlemak akan berakibat pada terjadinya penumpukan lemak dalam tubuh dan berisiko untuk menaikkan berat badan, yang nantinya akan berakibat pada kejadian *overweight*/obesitas (Nisak & Mahmudiono, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh (Yanti, 2022) memperoleh hasil bahwa tingginya tingkat kecukupan energi yang berasal dari jajanan akan mengakibatkan asupan energi anak berlebih dan menjadi pemicu kejadian gizi lebih pada anak. Konsumsi jajanan dengan kandungan energi yang tinggi (seperti coklat, donat, terang bulan mini, martabak, telur gulung, otak-otak, cireng dan lain sebagainya) mengakibatkan anak tidak merasa kenyang dengan cepat sehingga cenderung meningkatkan jumlah konsumsi yang

akhirnya berdampak pada status gizi (Yanti, 2022). Terjadinya overweight/obesitas pada anak dapat disebabkan karena ukuran dan jumlah porsi jajanan yang dikonsumsi berlebihan. Ukuran porsi yang besar dengan jumlah yang berlebih melebihi kebutuhan harian akan menyebabkan terjadinya peningkatan berat badan sehingga menjadi penyebab terjadinya gizi lebih pada anak (Bhat, 2016).

Kebiasaan konsumsi jajanan yang tinggi melebihi anjuran kontribusi zat gizi jajanan (>20%) terhadap asupan zat gizi harian memberikan risiko sebesar tujuh kali lipat lebih berisiko mengalami peningkatan status gizi yang berujung pada gizi lebih dan obesitas. Obesitas pada usia dewasa dapat bermula sejak usia anak-anak, dan obesitas dapat menjadi faktor risiko dari berbagai penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung (Mariza & Kusumastuti, 2013).

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Pada penelitian ini terdapat keterbatasan-keterbatasan yang belum dapat teratasi selama penelitian sehingga dapat menjadi kekurangan dalam penelitian ini, yaitu desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dimana desain tersebut memiliki kelemahan yaitu tidak dapat memantau perubahan yang terjadi dengan berjalannya waktu, karena pengamatan pada subjek studi hanya dilakukan satu kali selama penelitian, dan metode yang digunakan untuk menilai kebiasaan konsumsi responden adalah semi kuantitatif FFQ yang memiliki kekurangan bahwasanya metode ini sulit untuk menilai ketepatan frekuensi, karena responden harus berpikir untuk mengingat kembali terkait frekuensi kebiasaan konsumsi makanan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di 7 sekolah yang berada di Kecamatan Kanor, yaitu SDN Nglarangan 01, SDN Nglarangan 02, MI Islamiyah Nglarangan, SDN Sroyo, MI Sroyo, SDN Bakung, dan MI Darul Ulum Bakung dengan 85 responden tentang hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi dengan status gizi dapat disimpulkan bahwa:

1. 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.
2. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan kebiasaan konsumsi jajanan tinggi energi pada anak usia sekolah dasar di kecamatan Kanor.
3. 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.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Siswa**

Bagi siswa, sebaiknya lebih menambah pengetahuan terkait gizi maupun jajanan dan lebih memperhatikan lagi ketika guru menjelaskan materi terkait pengetahuan gizi dan jajanan, sehingga pengetahuan gizi anak menjadi lebih baik dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga anak lebih selektif untuk memilih jajanan yang akan dikonsumsi.

## **2. Bagi Pihak Sekolah**

Bagi pihak sekolah, sebaiknya memberikan pendidikan gizi untuk siswa melalui kegiatan rutin bulanan seperti penyuluhan gizi (terutama zat-zat gizi yang diperlukan tubuh, manfaat membawa bekal, manfaat sarapan pagi, dan cara pemilihan jajanan yang baik, serta bahaya jajanan) 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.

## **3. Bagi Orang Tua**

Bagi orang tua, hendaknya memperluas pengetahuan terkait makanan yang sehat dan bergizi, serta lebih memperhatikan jajanan yang dikonsumsi oleh anak.

## **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat membuat kuesioner pengetahuan gizi dengan nilai validitas yang kuat dan dapat meneliti lebih lanjut dengan menambahkan faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap kebiasaan konsumsi jajanan serta status gizi siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. A., 2019. Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan, Minuman Instan dan Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Siswa/I di SMP Dharma Pancasila Medan Tahun 2018. *Skripsi*.
- Adriyani, M. & Wiratmadi, B., 2016. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: PT Fajar Indrapratama Mandiri.
- Afni, N., 2017. Faktor-faktor yang Berpengaruh Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan di SDN Natam Kecamatan Badar Tahun 2017. *Jurnal Berkala Kesehatan*.
- Aini, S. Q., 2019. Perilaku Jajan pada Anak Sekolah. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian*, Volume XV, pp. 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*.
- AKG, 2019. PMK RI Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia.
- al-Asqalani, a.-H. I. H., 2010. *Bulughul Maram*. Semarang: Pustaka Alawiyah.
- Al-Qur'an, L. P. M., 2013. *Makanan dan Minuman Dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Amira, K. A. & Setyaningtyas, S. W., 2021. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. *National Nutrition Journal*.
- Anggiruling, D. O., Ekayanti, I. & Khomsan, A., 2019. Analisis Faktor Pemilihan Jajanan, Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa. *Jurnal MKMI*.
- Anggraini, A., 2014. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi dan Kadar Kolesterol Pada Anak SD Negeri Ikip I Makassar Tahun 2014. *Skripsi*.
- Anisah, I. N., 2019. Hubungan Kebiasaan Anak Jajan Diluar dengan Kejadian Diare pada Siswa SD Negeri 3 Mudal Boyolali. *Skripsi*.
- Ariska, D. P., 2019. Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan dan Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok dengan Status Gizi pada Siswa di MIN 1 Kota Padang Tahun 2019. *Skripsi*.
- Arti, N. A. & Suprianto, 2020. Korelasi Faktor Pemicu Kebiasaan Jajan Anak SD Al-Khairiyah di Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Indah Sains dan Klinis*.

- Azwar, S., 2015. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bhat, V. N., 2016. Fast Food Consumption and Body Mass Index. *Journal of Social Sceinces*.
- BPOM, 2021. *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.
- Brown, J., 2013. *Nutrition through the Life Cycle*. Boston: Cengage Learning.
- Budiman & Riyanto, 2013. *Kapita Selektu Kuisisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Cahyani, H. R. D., 2021. Hubungan Kebiasaan Jajan Terhadap Status Gizi Anak Kelas 5 di SD Kembang Sari I Piyungan. *Skripsi*.
- Chaisyah, R., 2019. Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Kelas V di MIS Al Hidayah Desa Mulioarjo Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *Skripsi*.
- Cotento, I., 2011. *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice, Second Edition*. Sudbury: Jones and Bartlett Publishers.
- Dahlan, S., 2014. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS Edisi 6*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Damayanti, S., Yudiernawati, A. & Maemunah, N., 2017. Hubungan Perilaku Jajan dengan Status Gizi pada Anak SDN Tunggulwulung 3 Kota Malang. *Nursing News*.
- Darma, B., 2022. *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS*. Bogor: Guepedia.
- Dewi, L., 2018. Hubungan Konsumsi Junk Food dengan Terjadinya Obesitas pada Siswa SMA Swasta Sultan Agung Pematang Siantar. *Skripsi*.
- Dewi, T. L. & Virianita, R., 2017. Hubungan antara Keterdedahan Tayangan Iklan Komersial Makanan Ringan dan Dukungan Sosial dengan Perilaku Jajan Anak (Studi Kasus: Desa Tanjungsari, Kecamatan Cijeruk, Kabupaten Bogor). *Scieincetific Repository*.
- Fajar, S. A., 2019. *Handbook Azura Buku Saku Gizi. Edisi 3*. s.l.:s.n.
- Faridah, S. N., 2017. Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi pada Siswa SD Kelas 4 dan 5 di SD Negeri Pasikaliki 3 Kota Cimahi. *Repository Riset Kesehatan Nasional*.
- Faught, E. et al., 2015. The Influence of Parental Encouragement and Caring about Healthy Eating on Children's Diet Quality and Body Weights. *Public Health Nutrition*.
- Fauziyah, 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*.
- Febriyanto, M. A. B., 2016. Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di MI Sulaimaniyah Mojoagung Jombang. *Skripsi*.
- Fikawati, S., Syafiq, A. & Veratamala, A., 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. 1 penyunt. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Fitriani, N. L. & Andriyani, S., 2015. Hubungan antara Pengetahuan dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) tentang Makanan Jajanan di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015. *Jurnal Pendidikan Keperawatan*.
- Fitriyah, S., 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di SD Negeri Margadadi III. *Seri Ilmu-ilmu Alam dan Kesehatan*.
- Harahap, M. C., Widarti, I. G. A. & Mataram, I. K. A., 2020. Gambaran Kebiasaan Jajan dan Status Gizi Anak Sekolah. *Jurnal Ilmu Gizi*.
- Hardinsyah & Supariasa, I. D. N., 2017. *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hardinsyah & Tambunan, V., 2018. *Angka Kecukupan Gizi dalam Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI).
- Harikedua, V. T., Legi, N. N. & Sarullah, M. R., 2015. Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Total Energi dan Status Gizi pada Anak Sekola di SD Inpres Buku Kecamatan Belang. *Journal Polttekkes Manado*.
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M. & Wiyono, S., 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Herniwanti, 2020. *Kesehatan Lingkungan (Ide Riset dan Evaluasi Kesling Sederhana)*. Lombok NTB: Forum Pemuda Aswaja.
- Kemendikbud, 2018. *Rangkuman Materi: Kelas 4 SD Tematik Kurikulum 2013 Revisi*. Jakarta: Kemendikbud RI.
- Kemenkes, 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes, 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Kemenkes, 2020. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020: Standar Antropometri Anak*. Jakarta: s.n.
- Khoir, T., 2017. *Unity Of Science*. Jakarta: PT Lontar Digital Asia.
- Khomsan, A., 2021. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Bogor: PT Penerbit IPB Press.

- Khuzaimah, 2016. Hubungan Sanitasi Lingkungan dengan Status Kesehatan dan Status Gizi Balita di Gampong Jawa Kecamatan Kuta Raja Banda Aceh. *Skripsi*.
- Kigaru, D. M. D. et al., 2015. Nutrition Knowledge, Attitude And Practices Among Urban Primary School Children In Nairobi City, Kenya: A KAP Study. *BMC Public Health* 2015.
- Kusmandayu, T. & Muniroh, L., 2012. Relationship Between the Level of Knowledge and Street Food. *International Conference on Nutrition and Food Sciences* .
- Lestari, 2013. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Jajanan dengan Morbiditas dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Wilayah Surakarta. *Skripsi*.
- Lestari, P., 2020. Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*.
- Losasso, C. V. C. et al., 2015. Students Consumption of Beverages and Snacks at School and Away From School: A Case Study in The North East of Italy. *Frontiers in Nutrition*.
- Mariza, Y. Y. & Kusumastuti, A. C., 2013. Hubungan antara Kebiasaan sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, Volume II, pp. 207-213.
- Miranti, A. M., 2020. Pengetahuan, Uang Saku, dan Ketersediaan Makanan Jajanan Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar (Studi Literature) Tahun 2020. *Skripsi*.
- Ningtyias, F. W., Sulistiyani, R, L. Y. & Rohmawati, N., 2020. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jember: UPT Percetakan & Penerbitan Universitas Jember.
- Nisak, A. J. & Mahmudiono, T., 2017. Pola Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah dapat Meningkatkan Resiko Overweight/Obesitas pada Anak. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, p. 311.
- Nissa, N. A., Yusran, S. & Lisnawaty, 2022. Hubungan Pola Makan dan Kebiasaan Mengonsumsi Jajanan Terhadap Status Gizi Anak di SDN 4 Barangka Kabupaten Muna Barat 2021. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*.
- Notoatmodjo, S., 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- 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. *Jurnal Medika Respasi*, Volume 14.
- Nurritzka, R. H. & Wicaksana, D. A., 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*.
- Nuryani & Rahmawati, 2018. Kebiasaan Jajan Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Anak Sekolah di SDN 11 Limboto Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Pacific, R. & Hoefkins, C., 2014. Consumption pattern, Attitudes and Nutrition Knowledge on Soft Drinks Among Belgian Adults. *Tanzania Journal of Agricultural Science*.
- Pakpahan, M. et al., 2021. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Makassar: Yayasan Kita Menulis.
- Pamungkas, U. L., 2017. Hubungan Kebiasaan Jajan Anak dengan Status Gizi Anak pada Usia Sekolah Di SDN Bibis Kasihan Bantul. *Skripsi*.
- Papalia, E. D., 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Par'i, H. M., 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Pramono, A. & Sulchan, M., 2014. Kontribusi Makanan Jajan dan Aktivitas fisik Terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja di Kota Semarang. *Gizi Indonesia*.
- Pratap, B. O. & Boocluck, B. J. H., 2005. Children's Consumption of Snack at School in Mau-ritus. *Nutrition and Food Science*.
- Pritasari, Damayanti, D. & Lestari, N. T., 2017. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Purnamasari, D. U., 2018. *Gizi & Kesehatan Anak Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Puspitasari, M., 2021. Literature Review: Penyakit Infeksi terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan*.
- Putri, M. S., Kapantow, N. & Kawengian, S., 2015. Hubungan antara Riwayat Penyakit Infeksi dengan Status Gizi pada Anak Batita di Desa Mopusi Kecamatan Lolayan Kabupaten Bolaang Mongondow. *Jurnal e-Biomedik*, Volume 3, p. 577.
- Rahman, R. T. A., 2015. *Analisis Statistik Penelitian Kesehatan*. Bogor: IN Media.
- Rahman, R. Y., 2018. Hubungan Makanan Cepat Saji Terhadap Timbulnya Acne Vulgaris di SMAN 6 Makassar. *Skripsi*.

- Rivani, A. A., Zain, H. & Indah, M. F., 2015. Hubungan Pengetahuan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Murid di SDN-SN Pemurus Baru 2 Banjarmasin.
- Robert, D. & Sudarti, N. W., 2014. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kebiasaan Jajan Anak Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Wonosari Kabupaten Boalemo. *Gizido*.
- Rohmah, M. H., Rohmawati, N. & Sulistyani, S., 2020. Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Jajan dengan Status Gizi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember. *Ilmu Gizi Indonesia*, Volume 04, pp. 39-50.
- Rosyidah, C., 2015. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Anak Sekolah Dasar Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Status Gizi di SD Negeri Kudu 02 Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo.
- Rosyidah, Z. & Andrias, D. R., 2015. Hubungan Uang Saku dan Kebiasaan Melewatkan Sarapan Berhubungan dengan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, Volume 10.
- 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*, pp. 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. *Artikel Publikasi Ilmiah*.
- Shihab, M. Q., 2017. *Tafsir Al-Misbah*. 2017 penyunt. Tangerang: PT. Lentera Hati.
- Sirajuddin, Surmita & Astuti, T., 2018. *Survey Konsumsi Pangan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- 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. *Skripsi*.
- Suhardjo, 2013. *Perencanaan Pangan dan Gizi*. 1 penyunt. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sukma, D. C., 2014. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dalam Memilih Makanan Jajanan dengan Obesitas pada Remaja di SMP Negeri 2 Brebes. *Artikel Publikasi Ilmiah*.
- Sulistyoningsih, H., 2012. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. 1 penyunt. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Supariasa, I. D. N., Bakri, B. & Fajar, I., 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susanti, M., 2018. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Bumijo Kecamatan Jetis Kota Yogyakarta. *Skripsi*.
- Susilowati & Kuspriyanto, 2016. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. 1 penyunt. Bandung: PT Refika Aditama.
- Tanziha, I. & Prasojo, 2012. Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah dalam Upaya Perbaikan Gizi dan Kesehatan. Kerjasama Nurani Dunia dan Departemen Gizi Masyarakat. *Fakultas Ekologi Manusia, IPB. Bogor*.
- Utama, L. J. & Demu, Y. D. B., 2021. *Dasar-dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Wansink, B., Shimizu, M. & Brumberg, A., 2013. Association of Nutrient-dense Snack Combinations with Calories and Vegetable Intake. *Pediatrics*.
- Wardani, A. D. K., 2013. Kontribusi Media Massa dalam Perubahan Perubahan Perilaku Remaja Di Dusun Bawang, Kaloran, Temanggung. *Skripsi*.
- Widyastuti, A., 2017. Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Mahasiswa Boga Universitas Negeri Yogyakarta Tentang Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food). *Skripsi*.
- Wihida, C. H., 2013. Hubungan Pengetahuan Memilih Makanan Jajanan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta. *Skripsi*.
- Wiradnyani, L. A. et al., 2019. *Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta: SEAMEO RECFON, Kemendikbud RI.
- Wiriastuti, M. A. W., 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan Kebiasaan Jajan dan Tingkat Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 29 Daging Puri Denpasar. *Skripsi*.
- Wismoyo & Putra, 2018. Meta Analysis of Malnourished Children in Indonesia View project My Students Research View project. *Jurnal Berkala Epidemiologi*.
- Wowor, P., Engkeng, S. & Kalesaran, A. F. C., 2018. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Jajanan pada Pelajar di Sekolah Dasar Negeri 120 Kota Manado. *Jurnal Kesmas*.
- Wulansari, R., 2013. *Dangerous Junk Food*. Yogyakarta: O2.
- Yanti, N. K. W. F., 2022. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 17 Kesiman. *Skripsi*.

- Yeni, P. S. I., 2015. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Penggunaan Obat Generik pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Panyang Kabupaten Nangan Raya Tahun 2015. *Skripsi*.
- Yulianingsih, R., 2017. Hubungan Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja SMAN 1 Baturetno Wonogiri. *Skripsi*.

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### 1. *Informed Consent*

**PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN  
HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI DAN  
KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN TINGGI ENERGI DENGAN  
STATUS GIZI  
PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN KANOR  
KABUPATEN BOJONEGORO**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :.....

Umur :.....

Sekolah :.....

Alamat :.....

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia untuk dijadikan subjek penelitian oleh mahasiswi S1 Gizi UIN Walisongo Semarang yang bernama “Lilik Rahmawati (1707026023)” dengan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan dengan sebaik-baiknya.

Atas ketersediaan dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Peneliti

Bojonegoro, Agustus 2022  
Responden

(Lilik Rahmawati)

( )

## 2. Uji Coba Kuesioner Pengetahuan Gizi Siswa

### KUESIONER PENGETAHUAN GIZI SEBELUM UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

#### **Petunjuk pengisian kuesioner:**

1. Isilah data identitas Anda
2. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberikan tanda (X) pada jawaban yang kamu anggap benar.
3. Jawablah sesuai dengan apa yang kamu ketahui.

#### **A. Identitas Responden**

Nama:

Umur:

Kelas :

Sekolah :

#### **B. Kuesioner Pengetahuan**

1. Gizi seimbang adalah makanan beraneka ragam yang diperlukan oleh tubuh yang terdiri dari.....
  - a. Makanan pokok, sayuran, buah-buahan, susu
  - b. Makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, susu
  - c. Makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah-buahan**
  - d. Makanan pokok, lauk hewani, sayuran dan buah-buahan, susu
2. Makanan yang sudah berbau tengik sebaiknya tidak dikonsumsi, karena...
  - a. Mengandung pengawet
  - b. Dapat menimbulkan penyakit**
  - c. Mengandung penyedap rasa yang berlebihan
  - d. Mengandung pemanis buatan yang tidak baik bagi tubuh
3. Makanan yang mengandung karbohidrat berfungsi sebagai.....
  - a. Zat tenaga**
  - b. Zat pembangun
  - c. Zat pengatur
  - d. Zat pemulih

4. Salah satu upaya untuk mempertahankan kesehatan yang optimal yaitu dengan berolahraga minimal....
  - a. 1 minggu sekali
  - b. 1 bulan sekali
  - c. **1 minggu 3 kali**
  - d. 1 bulan 3 kali
5. Contoh makanan yang merupakan sumber karbohidrat adalah....
  - a. Kentang, daging sapi, tempe
  - b. Mie, jagung, kedelai
  - c. Udang, ubi, roti
  - d. **Roti, ubi, jagung**
6. Agar mendapatkan tinggi badan yang optimal kita perlu mengkonsumsi...
  - a. Zat besi
  - b. Vitamin A
  - c. **Kalsium**
  - d. Vitamin E
7. Fungsi dari protein adalah....
  - a. Zat tenaga
  - b. **Zat pembangun**
  - c. Zat pengatur
  - d. Zat gizi mikro
8. Ani selalu menimbang berat badan secara rutin agar ia dapat mengontrol berat badan idealnya. Tindakan Ani tersebut merupakan salah satu dari empat pilar gizi seimbang, yaitu....
  - a. Konsumsi aneka ragam pangan
  - b. Perilaku hidup bersih dan sehat
  - c. Aktifitas fisik
  - d. **Memantau berat badan secara teratur**
9. Makanan yang merupakan sumber protein nabati adalah....
  - a. **Tempe**
  - b. Telur
  - c. Keju
  - d. Alpukat
10. Dalam 1 hari dianjurkan minum air sebanyak....
  - a. 1-2 gelas dalam 1 hari
  - b. 3-4 gelas dalam 1 hari
  - c. **7-8 gelas dalam 1 hari**
  - d. 10-12 gelas dalam 1 hari
11. Fungsi utama dari bungkus/kemasan jajanan adalah....
  - a. Agar jajanan terlihat mahal
  - b. **Agar tidak terkontaminasi bakteri**
  - c. Untuk di daur ulang
  - d. Menambah citarasa
12. Sayuran berwarna hijau biasanya banyak mengandung....

- a. Protein                      b. Karbohidrat                      c. **Zat besi**  
d. Lemak
13. Makanan yang merupakan sumber protein hewani adalah....  
a. Tempe                      **b. Telur**                      c. Kedelai                      d. Alpukat
14. Hal-hal apa saja yang perlu diperhatikan sebelum membeli jajanan?  
a. Membaca label informasi nilai gizi untuk mengetahui kandungan jajanan  
b. Memilih jajanan di tempat yang bersih dan baik  
c. Memilih jajanan dengan kemasan yang memiliki nilai gizi  
**d. Semua jawaban benar**
15. Wortel merupakan sayuran sumber vitamin....  
**a. A**                      b. B                      c. C                      d. D
16. Lemak bisa didapatkan dari tumbuhan, contoh lemak yang berasal dari tumbuhan yaitu....  
**a. Minyak kelapa**                      b. Telur                      c. Susu                      d. Daging
17. Jajanan yang sehat adalah....  
**a. Jajanan yang bersih, tertutup, dan tidak berbau tengik**  
b. Jajanan yang digoreng dengan minyak yang banyak  
c. Jajanan yang berwarna mencolok  
d. Jajanan yang sudah dihinggapi lalat
18. Contoh lemak yang berasal dari hewan adalah....  
**a. Telur**                      b. Margarin                      c. Santan  
d. Minyak kelapa
19. Jajanan dengan warna yang mencolok sebaiknya dihindari, karena....  
**a. Mengandung pewarna sintesis yang tidak baik bagi tubuh**  
b. Kurang bersih  
c. Mengandung vitamin yang berlebihan  
d. Mengandung bakteri
20. Fungsi dari vitamin dan mineral adalah....  
a. Zat tenaga                      **c. Zat pengatur**  
b. Zat pembangun                      d. Zat gizi makro

21. Sariawan dapat disebabkan karena kurang konsumsi vitamin....  
a. A                                  b. B                                  c. C                                  d. D
22. Salah satu manfaat sarapan di pagi hari yaitu....  
a. Menyebabkan tubuh menjadi gemuk  
b. Membuat tubuh mengantuk saat di kelas  
c. **Membuat tubuh menjadi semangat dan konsentrasi saat belajar di kelas**  
d. Menyebabkan tubuh cepat lapar sehingga sering jajan di sekolah
23. Menjaga kesehatan mata merupakan salah satu fungsi dari vitamin ....  
a. **A**                                  b. B                                  c. C                                  d. D
24. Jajanan yang digoreng dengan minyak yang berwarna hitam sebaiknya dihindari, karena....  
a. Menyebabkan diare  
b. Mengandung protein yang berlebihan  
c. Tidak baik untuk pencernaan  
d. **Mengandung lemak jenuh yang berlebihan**
25. Kandungan gizi yang terdapat pada garam dapur yaitu.....  
a. **Iodium**                  b. Fosfor                  c. Zinc                  d. Tembaga
26. Konsumsi jajanan yang tidak ditutup dan dihindari lalat dapat menimbulkan penyakit...  
a. **Diare**                          b. Sakit gigi                          c. Sakit mata  
d. Pilek
27. Agar konsentrasi saat proses belajar di kelas, sebelum berangkat ke sekolah hendaknya....  
a. Membawa bekal ke sekolah                                  c. Makan sereal  
d. Membeli jajanan  
b. **Sarapan pagi di rumah**
28. Bahan makanan sumber vitamin dan mineral adalah.....  
a. Ayam dan ikan                                  b. Tahu dan tempe

- c. Nasi dan jagung
- d. Sayur dan buah**
29. Yang dimaksud dengan jajanan adalah....
- Makanan dan minuman yang disiapkan dan dijual oleh penjual jajanan di jalanan atau ditempat umum dan bisa langsung dimakan**
  - Makanan dan minuman dengan rasa manis dan warna yang mencolok
  - Makanan instan
  - Makanan yang tidak memiliki kandungan gizi
30. Cara memilih jajanan yang aman dan sehat adalah...
- Membaca label sebelum membeli jajanan
  - Memilih makanan yang bersih dan tertutup
  - Memilih makanan yang warnanya tidak terlalu mencolok
  - Semua jawaban benar**
31. Saat membeli jajanan kemasan, kita harus memilih jajanan dengan kemasan ...
- Baik dan masih tersegel**
  - Plastik
  - Kertas
  - Menarik
32. Diantara makanan di bawah ini, makanan yang paling baik dan aman bagi kesehatan yaitu....
- Mie lidi
  - Pentol bakar
  - Bubur kacang hijau**
  - Cilok

### 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Uji Coba

Item Penge tahuan	R hitung (nilai pearson)	R tabel	Keterangan	Cronbach's alpha (nilai reliabel)	Jumlah
<b>1</b>	<b>0,455</b>	0,361	Valid	0,889	valid=22 tidak valid=10
<b>2</b>	<b>0,408</b>	0,361	Valid		
<b>3</b>	<b>0,549</b>	0,361	Valid		
4	0,35	0,361	tidak valid		
5	0,069	0,361	tidak valid		
<b>6</b>	<b>0,607</b>	0,361	Valid		
7	0,191	0,361	tidak valid		
<b>8</b>	<b>0,641</b>	0,361	Valid		
9	0,27	0,361	tidak valid		
<b>10</b>	<b>0,372</b>	0,361	Valid		
<b>11</b>	<b>0,619</b>	0,361	Valid		
12	0,25	0,361	tidak valid		
<b>13</b>	<b>0,61</b>	0,361	Valid		
<b>14</b>	<b>0,42</b>	0,361	Valid		
<b>15</b>	<b>0,642</b>	0,361	Valid		
<b>16</b>	<b>0,47</b>	0,361	Valid		
17	0,35	0,361	tidak valid		
<b>18</b>	<b>0,422</b>	0,361	Valid		
<b>19</b>	<b>0,772</b>	0,361	Valid		
<b>20</b>	<b>0,407</b>	0,361	Valid		
21	0,188	0,361	tidak valid		
<b>22</b>	<b>0,505</b>	0,361	Valid		
23	0,35	0,361	tidak valid		
<b>24</b>	<b>0,494</b>	0,361	Valid		
<b>25</b>	<b>0,572</b>	0,361	Valid		
<b>26</b>	<b>0,641</b>	0,361	Valid		
<b>27</b>	<b>0,539</b>	0,361	Valid		
<b>28</b>	<b>0,375</b>	0,361	Valid		
29	0,012	0,361	tidak valid		
<b>30</b>	<b>0,527</b>	0,361	Valid		
<b>31</b>	<b>0,583</b>	0,361	Valid		
32	0,35	0,361	tidak valid		

#### 4. Kuesioner Pengetahuan Gizi Siswa

### KUESIONER PENGETAHUAN GIZI

#### Petunjuk pengisian kuesioner:

1. Isilah data identitas Anda
2. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberikan tanda (X) pada jawaban yang kamu anggap benar.
3. Jawablah sesuai dengan apa yang kamu ketahui.

#### A. Identitas Responden

Nama :  
 Umur :  
 Kelas :  
 Sekolah :

#### B. Kuesioner Pengetahuan

1. Gizi seimbang adalah makanan beraneka ragam yang diperlukan oleh tubuh yang terdiri dari.....
  - a. Makanan pokok, sayuran, buah-buahan, susu
  - b. Makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, susu
  - c. Makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayuran dan buah-buahan**
  - d. Makanan pokok, lauk hewani, sayuran dan buah-buahan, susu
2. Makanan yang sudah berbau tengik sebaiknya tidak dikonsumsi, karena...
  - a. Mengandung pengawet
  - b. Dapat menimbulkan penyakit**
  - c. Mengandung penyedap rasa yang berlebihan
  - d. Mengandung pemanis buatan yang tidak baik bagi tubuh
3. Agar mendapatkan tinggi badan yang optimal kita perlu mengkonsumsi...
  - a. Zat besi
  - b. Vitamin A
  - c. Kalsium**
  - d. Vitamin E

4. Contoh makanan yang merupakan sumber karbohidrat adalah...
  - a. Kentang, daging sapi, tempe
  - b. Mie, jagung, kedelai
  - c. Udang, ubi, roti
  - d. Roti, ubi, jagung**
5. Ani selalu menimbang berat badan secara rutin agar ia dapat mengontrol berat badan idealnya. Tindakan Ani tersebut merupakan salah satu dari empat pilar gizi seimbang, yaitu....
  - a. Konsumsi aneka ragam pangan
  - b. Perilaku hidup bersih dan sehat
  - c. Aktifitas fisik
  - d. Memantau berat badan secara teratur**
6. Fungsi utama dari bungkus/kemasan jajanan adalah....
  - a. Agar jajanan terlihat mahal
  - b. Agar tidak terkontaminasi bakteri**
  - c. Untuk di daur ulang
  - d. Menambah citarasa
7. Makanan yang merupakan sumber protein hewani adalah....
  - a. Tempe
  - b. Telur**
  - c. Kedelai
  - d. Alpukat
8. Hal-hal apa saja yang perlu diperhatikan sebelum membeli jajanan?
  - a. Membaca label informasi nilai gizi untuk mengetahui kandungan jajanan
  - b. Memilih jajanan di tempat yang bersih dan baik
  - c. Memilih jajanan dengan kemasan yang memiliki nilai gizi
  - d. Semua jawaban benar**
9. Wortel merupakan sayuran sumber vitamin....
  - a. A**
  - b. B
  - c. C
  - d. D
10. Sariawan dapat disebabkan karena kurang konsumsi vitamin....
  - a. A
  - b. B
  - c. C**
  - d. D
11. Lemak bisa didapatkan dari tumbuhan, contoh lemak yang berasal dari tumbuhan yaitu....
  - a. Minyak kelapa**
  - b. Telur
  - c. Susu
  - d. Daging
12. Jajanan dengan warna yang mencolok sebaiknya dihindari, karena....
  - a. Mengandung pewarna sintesis yang tidak baik bagi tubuh**

- b. Kurang bersih
  - c. Mengandung vitamin yang berlebihan
  - d. Mengandung bakteri
13. Salah satu manfaat sarapan di pagi hari yaitu....
- a. Menyebabkan tubuh menjadi gemuk
  - b. Membuat tubuh mengantuk saat di kelas
  - c. Membuat tubuh menjadi semangat dan konsentrasi saat belajar di kelas**
  - d. Menyebabkan tubuh cepat lapar sehingga sering jajan di sekolah
14. Contoh lemak yang berasal dari hewan adalah....
- a. Telur**
  - b. Margarin
  - c. Santan
  - d. Minyak kelapa
15. Kandungan gizi yang terdapat pada garam dapur yaitu.....
- a. Iodium**
  - b. Fosfor
  - c. Zinc
  - d. Tembaga
16. Jajanan yang digoreng dengan minyak yang berwarna hitam sebaiknya dihindari, karena...
- a. Menyebabkan diare
  - b. Mengandung protein yang berlebihan
  - c. Tidak baik untuk pencernaan
  - d. Mengandung lemak jenuh yang berlebihan**
17. Konsumsi jajanan yang tidak ditutup dan dihindangi lalat dapat menimbulkan penyakit...
- a. Diare**
  - b. Sakit gigi
  - c. Sakit mata
  - d. Pilek
18. Agar konsentrasi saat proses belajar di kelas, sebelum berangkat ke sekolah hendaknya....
- a. Membawa bekal ke sekolah
  - c. Makan sereal
  - b. Sarapan pagi di rumah**
  - d. Membeli jajanan
19. Cara memilih jajanan yang aman dan sehat adalah...
- a. Membaca label sebelum membeli jajanan
  - b. Memilih makanan yang bersih dan tertutup
  - c. Memilih makanan yang warnanya tidak terlalu mencolok
  - d. Semua jawaban benar**

20. Diantara makanan di bawah ini, makanan yang paling baik dan aman bagi kesehatan yaitu...
- a. Mie lidi
  - b. Pentol bakar
  - c. Bubur kacang hijau**
  - d. Cilok

## 5. Kuesioner Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi pada Siswa FORM FFQ

Nama Siswa :

Kelas :

Sekolah :

Berat Badan :

Tinggi Badan :

Enumerator :

Berapa kali adik-adik mengkonsumsi jajanan dalam 1 minggu?

Jawab:

No	Nama Jajanan	Frekuensi					Porsi	Rata-rata frekuensi/hr	Rata-rata gram/hr
		Hr	mgg	bln	thn	Tdk Pernah			
1	Kripik singkong								
2	Batagor								
3	Siomay								
4	Cilor								
5	Telur gulung								
6	Cilung								
7	Papeda								
8	Basreng								
9	Sosis								
10	Tempura								
11	Nugget								
12	Minipao								
13	Pentol kuah								
14	Pentol goreng								
15	Pentol bakar								
16	Martabak								
17	Maklor								
18	Ohayo								
19	Gopek								
20	Chocolatos								
21	Nabati wafer								
22	Tango								
23	Beng-beng								
24	Tim-tam								
25	Siip								
26	Taro								
27	Tiara								
28	Tic-tac								
29	Piatos								
30	Kachi-kachi								
31	Sempol								

No	Nama Jajanan	Frekuensi					Porsi	Rata-rata frekuensi/hr	Rata-rata gram/hr
		Hr	mgg	bln	thn	Tdk Pernah			
32	Mie gulung								
33	Garuda rosta								
34	Chitato								
35	Tic-tic								
36	Onde-onde								
37	Kelepon								
38	Lemper								
39	Tempe goreng								
40	Donat								
41	Makaroni								
42	Mie lidi								
43	Mie Kremez								
44	Malkist ori								
45	Malkist abon								
46	Malkist coklat								
47	Malkist kelapa								
48	Sari gandum								
49	Choki-choki								
50	Better								
51	Koroku								
52	Permen Yuppi								
53	Permen kiss								
54	Permen milkita								
55	Permen apenlibe								
56	Permen kopiko								
57	Terang bulan								
58	Leker								
59	Cheetos								
60	Bisvit selimut								
61	Tahu bulat								
62	Sotong								
63	Tahu pong								
64	Scallop								
65	Sukoy								



## 8. Data Hasil Survei Awal

No	Tanggal Lahir	Usia	JK	Kelas	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket
1	19/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	4	43,8	1,45	20,83	2,02	Obese
2	16/10/2011	10 tahun 1 bulan	P	4	43,5	1,48	19,86	1,32	Gizi Lebih
3	14/06/2010	11 tahun 5 bulan	L	5	51,3	1,42	25,44	3,58	Obese
4	15/05/2010	11 tahun 6 bulan	L	5	20	1,24	13,01	-2,47	Gizi Kurang
5	02/04/2010	11 tahun 7 bulan	P	5	23,2	1,43	11,35	-3,18	Gizi Buruk
6	15/05/2010	11 tahun 6 bulan	L	6	42	1,39	21,74	1,97	Gizi Lebih
7	30/11/2009	12 tahun	L	6	79,95	1,6	31,23	5,72	Obese
8	11/07/2009	12 tahun 4 bulan	P	6	49	1,5	21,78	1,24	Gizi Lebih
9	15/02/2011	10 tahun 9 bulan	L	4	21,5	1,26	13,54	-2,04	Gizi Kurang
10	25/09/2011	10 tahun 2 bulan	P	4	29,85	1,365	16,02	-0,06	Normal
11	28/04/2012	9 tahun 7 bulan	P	4	24,25	1,38	12,73	-2,16	Gizi Kurang
12	03/11/2011	10 tahun	P	4	26,55	1,24	17,27	0,28	Normal
13	20/09/2010	11 tahun 2 bulan	P	5	24,75	1,38	13,00	-2,20	Gizi Kurang
14	12/11/2011	10 tahun	P	5	26,85	1,275	16,52	-0,05	Normal
15	19/08/2011	10 tahun 3 bulan	P	5	41,85	1,39	21,66	2,03	Obese
16	18/11/2011	10 tahun	P	5	35,85	1,31	20,89	1,79	Gizi Lebih
17	06/03/2010	11 tahun 8 bulan	P	6	25,5	1,39	13,20	-2,25	Gizi Kurang
18	17/03/2010	11 tahun 8 bulan	P	6	27,95	1,4	14,26	-1,72	Normal
19	16/02/2010	11 tahun 9 bulan	L	6	40,1	1,46	18,81	0,61	Normal
20	10/12/2010	10 tahun 11 bulan	P	4	32,7	1,39	16,92	-0,14	Normal
21	15/01/2011	10 tahun 10 bulan	L	4	22,5	1,295	13,42	-2,05	Gizi Kurang
22	02/12/2011	10 tahun	L	4	39	1,3	23,08	3,18	Obese
23	07/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	4	43,8	1,4	22,35	2,74	Obese
24	28/04/2011	10 tahun 7 bulan	P	4	49,9	1,43	24,40	2,96	Obese
25	18/05/2011	10 tahun 6 bulan	L	5	38,2	1,33	21,60	2,33	Obese
26	03/05/2011	10 tahun 6 bulan	L	5	38,75	1,36	20,95	2,02	Obese
27	09/08/2011	10 tahun 3 bulan	L	5	35,75	1,37	19,05	1,11	Gizi Lebih
28	27/06/2011	10 tahun 5 bulan	P	5	40	1,41	20,12	1,29	Gizi Lebih
29	12/07/2009	12 tahun 5 bulan	L	6	50,45	1,5	22,42	1,85	Gizi Lebih
30	08/02/2010	11 tahun 9 bulan	L	6	25,3	1,35	13,88	-2,07	Gizi Kurang
31	28/04/2010	11 tahun 7 bulan	L	6	51,05	1,425	25,14	3,27	Obese
32	31/07/2010	11 tahun 4 bulan	P	6	47	1,5	20,89	1,26	Gizi Lebih
33	05/11/2011	10 tahun	P	4	47,9	1,53	20,46	1,85	Gizi Lebih
34	07/09/2011	10 tahun 2 bulan	L	4	40,4	1,4	20,61	1,96	Gizi Lebih
35	07/08/2011	10 tahun 3 bulan	L	4	37,6	1,39	19,46	1,66	Gizi Lebih
36	08/12/2011	10 tahun	L	4	42,35	1,4	21,61	2,60	Obese
37	07/05/2011	10 tahun 6 bulan	L	5	35,65	1,41	17,93	0,59	Normal
38	07/07/2011	10 tahun 4 bulan	P	5	38,55	1,45	18,34	0,61	Normal
39	18/09/2011	10 tahun 2 bulan	L	5	28,15	1,33	15,91	-0,39	Normal
40	18/10/2010	11 tahun 1 bulan	P	5	49,1	1,5	21,82	1,74	Gizi Lebih
41	08/11/2009	12 tahun	P	6	71,5	1,59	28,28	3,67	Obese
42	22/01/2010	11 tahun 10 bulan	P	6	42,5	1,43	20,78	1,07	Gizi Lebih
43	28/11/2009	12 tahun	L	6	72	1,6	28,13	4,43	Obese
44	04/10/2011	10 tahun 1 bulan	P	4	53	1,475	24,36	3,19	Obese

No	Tanggal Lahir	Usia	JK	Kelas	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket
45	20/09/2011	10 tahun 2 bulan	P	4	20	1,325	11,39	-2,95	Gizi Kurang
46	14/08/2011	10 tahun 3 bulan	P	4	60	1,45	28,54	4,89	Obese
47	30/10/2011	10 tahun 1 bulan	L	4	24	1,27	14,88	-1,08	Normal
48	17/04/2011	10 tahun 7 bulan	P	5	23	1,365	12,34	-2,45	Gizi Kurang
49	08/09/2010	11 tahun 2 bulan	L	5	23	1,31	13,40	-2,25	Gizi Kurang
50	07/11/2010	11 tahun	P	5	50	1,51	21,93	1,75	Gizi Lebih
51	09/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	5	26	1,4	13,27	-2,08	Gizi Kurang
52	14/09/2010	11 tahun 2 bulan	L	5	41	1,42	20,33	1,45	Gizi Lebih
53	19/07/2009	12 tahun 5 bulan	L	6	50	1,625	18,93	0,45	Normal
54	26/04/2009	12 tahun 7 bulan	P	6	36	1,47	16,66	-0,84	Normal
55	09/01/2010	11 tahun 10 bulan	P	6	52	1,5	23,11	1,93	Gizi Lebih
56	14/07/2009	12 tahun 5 bulan	L	6	61	1,565	24,91	2,84	Obese
57	28/07/2009	12 tahun 4 bulan	L	6	58	1,49	26,12	3,47	Obese
58	25/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	4	24,6	1,27	15,25	-0,84	Normal
59	26/10/2011	10 tahun 1 bulan	L	4	57,2	1,39	29,61	6,55	Obese
60	10/10/2011	10 tahun 1 bulan	P	4	40	1,36	21,63	2,05	Obese
61	09/11/2011	10 tahun	P	4	20,5	1,22	13,77	-1,57	Normal
62	27/01/2011	10 tahun 10 bulan	L	4	29,3	1,31	17,07	0,08	Normal
63	01/11/2010	11 tahun 1 bulan	L	5	31,8	1,36	17,19	0,09	Normal
64	16/06/2011	10 tahun 5 bulan	P	5	27,8	1,41	13,98	-1,54	Normal
65	18/09/2010	11 tahun 2 bulan	P	5	29,45	1,35	16,16	-0,62	Normal
66	08/06/2011	10 tahun 5 bulan	P	5	46,56	1,46	21,84	1,98	Gizi Lebih
67	12/01/2010	11 tahun 10 bulan	L	6	48,2	1,45	22,93	2,30	Obese
68	05/03/2009	12 tahun 8 bulan	L	6	36	1,45	17,12	-0,49	Normal
69	12/10/2009	12 tahun 1 bulan	P	6	46,75	1,48	21,34	1,16	Gizi Lebih
70	03/09/2009	12 tahun 2 bulan	P	6	61,9	1,53	26,44	2,88	Obese
71	08/08/2011	10 tahun 3 bulan	L	4	37,25	1,37	19,85	1,62	Gizi Lebih
72	08/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	4	42,6	1,4	21,73	2,45	Obese
73	10/11/2011	10 tahun	L	4	22,6	1,245	14,58	-1,21	Normal
74	27/12/2012	9 tahun 11 bulan	P	4	35,7	1,34	19,88	1,37	Gizi Lebih
75	03/09/2011	10 tahun 2 bulan	P	5	29,85	1,33	16,87	0,07	Normal
76	03/04/2011	10 tahun 7 bulan	L	5	37,9	1,435	18,40	0,77	Normal
77	03/07/2011	10 tahun 4 bulan	L	5	37,9	1,385	19,76	1,50	Gizi Lebih
78	27/05/2011	10 tahun 6 bulan	L	5	36,1	1,33	20,41	1,77	Gizi Lebih
79	15/10/2011	10 tahun 2 bulan	L	5	24,9	1,28	15,20	-0,87	Normal
80	05/06/2010	11 tahun 5 bulan	P	6	31,25	1,435	15,18	-1,22	Normal
81	11/06/2010	11 tahun 5 bulan	P	6	30,05	1,35	16,49	-0,53	Normal
82	05/07/2010	11 tahun 4 bulan	P	6	24,6	1,375	13,01	-2,24	Gizi Kurang
83	08/07/2010	11 tahun 4 bulan	P	6	43,1	1,55	17,94	0,17	Normal

## Keterangan:

Obese	22	26,51	%
Gizi Lebih	22	26,51	%
Normal	26	31,33	%
Gizi Kurang	12	14,46	%
Gizi Buruk	1	1,20	%
TOTAL	83	100,00	%

## 9. Data Hasil Penelitian

No	Nama Sekolah	Tgl Lahir	Usia	JK	Kls	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket	Kebutuhan Energi	Total Asupan Jajan/hr	(%)	Ket	Skor Penget	Ket
1	SDN NGLARANGAN I	05/08/2012	10 tahun 1 bulan	L	4	24,08	1,27	14,9	-1,0	Normal	1.499	267,28	17,83	Sedang	40	Kurang
2		14/09/2012	10 tahun	P	4	30,65	1,4	15,6	-0,53	Normal	1.757	328,19	18,68	Sedang	60	Sedang
3		13/04/2012	10 tahun 4 bulan	L	5	40,35	1,37 5	21,3	2,67	Lebih	2.258	774,14	34,28	Tinggi	60	Sedang
4		10/02/2011	11 tahun 6 bulan	P	6	35,85	1,38	18,8	0,61	Normal	1.750	347,29	19,84	Sedang	60	Sedang
5	SDN NGLARANGAN II	11/09/2012	10 tahun	P	4	25,75	1,36	13,9	-1,34	Normal	1.655	329,43	19,90	Sedang	35	Kurang
6		12/05/2012	10 tahun 3 bulan	P	4	23,03	1,3	13,6	-1,51	Normal	1.549	280,94	18,14	Sedang	40	Kurang
7		22/07/2012	10 tahun 1 bulan	L	4	28	1,35	15,4	-0,76	Normal	1.697	388,74	22,91	Tinggi	30	Kurang
8		17/08/2012	10 tahun	P	4	33	1,36	17,8	0,52	Normal	1.741	330,92	19,01	Sedang	50	Kurang
9		28/04/2011	11 tahun 4 bulan	P	5	28,1	1,44	13,6	-1,97	Normal	1.730	339,87	19,65	Sedang	60	Sedang
10		03/07/2011	11 tahun 1 bulan	L	5	47,45	1,42 5	23,4	3,19	Lebih	2.444	871,75	35,67	Tinggi	50	Kurang
11		07/07/2011	11 tahun 1 bulan	P	5	30,15	1,27 5	18,5	0,48	Normal	1.582	261,53	16,53	Sedang	85	Baik
12		10/08/2011	11 tahun	L	5	26,15	1,28 5	15,8	-0,66	Normal	1.514	289,28	19,10	Sedang	50	Kurang
13		27/02/2012	10 tahun 6 bulan	P	5	38,02	1,39 5	19,5	1,05	Lebih	1.784	491,11	27,52	Tinggi	50	Kurang
14		28/09/2011	11 tahun	P	5	32,3	1,36	17,4 6	0,10	Normal	1.702	316,39	18,59	Sedang	60	Sedang
15		11/05/2010	12 tahun 3 bulan	P	6	53,8	1,51	23,6	1,86	Lebih	2.087	549,55	26,34	Tinggi	40	Kurang
16		03/09/2010	11 tahun 11 bulan	P	6	32,6	1,4	16,6	-0,63	Normal	1.718	323,53	18,83	Sedang	50	Kurang
17		11/05/2010	12 tahun 3 bulan	P	6	51,04	1,47 5	23,5	1,81	Lebih	2.009	533,96	26,58	Tinggi	25	Kurang

No	Nama Sekolah	Tanggal Lahir	Usia	JK	Kls	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket	Kebutuhan Energi	Total Asupan Jajan/hr	Persentase (%)	Ket	Skor Penget	Ket
18	MI ISLAMIYAH NGLARANGAN	02/09/2012	10 tahun	L	4	52,45	1,4	26,8	4,93	Lebih	2.572	935,05	36,36	Tinggi	65	Sedang
19		26/06/2012	10 tahun 2 bulan	L	4	28,05	1,35	15,4	-0,74	Normal	1.689	337,27	19,97	Sedang	30	Kurang
20		25/07/2012	10 tahun 1 bulan	P	4	23,6	1,26	14,9	-1,02	Normal	1.519	264,08	17,38	Sedang	65	Sedang
21		09/09/2011	11 tahun	L	5	27,55	1,31 5	15,9	-0,61	Normal	1.586	316,48	19,95	Sedang	50	Kurang
22		19/12/2011	10 tahun 8 bulan	L	5	25,1	1,3	14,9	-1,22	Normal	1.519	289,89	19,08	Sedang	50	Kurang
23		04/02/2012	10 tahun 7 bulan	L	5	30,6	1,33	17,3	0,27	Normal	1.719	339,86	19,77	Sedang	85	Baik
24		10/10/2011	10 tahun 10 bulan	P	5	43,75	1,40 5	22,1 6	2,53	Lebih	1.880	556,19	29,58	Tinggi	95	Baik
25		03/05/2011	11 tahun 3 bulan	P	5	44,3	1,38	23,2 6	2,37	Lebih	1.852	568,99	30,72	Tinggi	40	Kurang
26		07/05/2011	11 tahun 3 bulan	P	5	42,05	1,38	22,0 8	-1,73	Normal	1.831	330,46	18,05	Sedang	30	Kurang
27		02/12/2010	11 tahun 8 bulan	L	6	42,6	1,37	22,7	2,25	Lebih	2.233	870,39	38,98	Tinggi	65	Sedang
28		07/07/2010	12 tahun 2 bulan	L	6	50,1	1,42	24,8	2,90	Lebih	2.436	768,45	31,54	Tinggi	85	Baik
29		25/07/2010	12 tahun 1 bulan	L	6	28,85	1,31	16,8 1	-0,44	Normal	1.558	303,02	19,45	Sedang	45	Kurang
30		05/09/2010	12 tahun	P	6	44,3	1,38	23,2 6	1,88	Lebih	1.821	626,67	34,41	Tinggi	50	Kurang
31		16/06/2010	12 tahun 2 bulan	P	6	33,35	1,48	15,2 3	-1,09	Normal	1.810	436,61	24,12	Tinggi	60	Sedang
32		MI ISLAMIYAH SROYO	09/04/2012	10 tahun 4 bulan	P	4	24,75	1,31	14,4	-1,32	Normal	1.578	274,65	17,41	Sedang	85
33	15/05/2012		10 tahun 3 bulan	P	4	46,55	1,38	24,4	3,06	Lebih	1.933	778,97	40,30	Tinggi	45	Kurang
34	18/03/2012		10 tahun 5 bulan	P	4	33	1,28	20,1	1,67	Lebih	1.603	501,95	31,30	Tinggi	60	Sedang
35	12/05/2011		11 tahun 3 bulan	P	5	21,8	1,24	14,2	-1,70	Normal	1.438	315,14	21,92	Tinggi	65	Sedang
36	03/01/2012		10 tahun 7 bulan	P	5	32,7	1,45 5	15,4	-0,82	Normal	1.824	352,11	19,31	Sedang	65	Sedang

No		Tanggal Lahir	Usia	JK	Kls	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket	Kebutuhan Energi	Total Asupan Jajan/hr	Persentase (%)	Ket	Skor Penget	Ket
37	MI ISLAMİYAH SROYO	27/02/2012	10 tahun 6 bulan	L	5	37,45	1,41 <sub>5</sub>	18,7	0,95	Normal	2.015	391,03	19,41	Sedang	50	Kurang
38		11/04/2011	11 tahun 5 bulan	P	6	27,9	1,39 <sub>5</sub>	14,3	-1,66	Normal	1.675	299,69	17,89	Sedang	45	Kurang
39		23/12/2010	11 tahun 9 bulan	L	6	40,95	1,41	20,6	1,39	Lebih	2.244	757,78	33,76	Tinggi	90	Baik
40	SDN SROYO	02/09/2012	10 tahun	L	4	24,75	1,29 <sub>5</sub>	14,8	-1,03	Normal	1.544	279,50	18,10	Sedang	40	Kurang
41		19/05/2012	10 tahun 3 bulan	L	4	40,5	1,38	21,3	2,72	Lebih	2.272	899,52	39,59	Tinggi	50	Kurang
42		23/06/2012	10 tahun 2 bulan	L	4	30,1	1,34	16,8	0,18	Normal	1.740	344,92	19,82	Sedang	40	Kurang
43		18/06/2012	10 tahun 2 bulan	L	4	23,15	1,30 <sub>5</sub>	13,6	-1,94	Normal	1.497	363,99	24,32	Tinggi	60	Sedang
44		04/06/2012	10 tahun 3 bulan	P	4	24,75	1,39	12,8	-2,11	Gizi Kurang	1.669	220,20	13,20	Rendah	60	Sedang
45		28/05/2012	10 tahun 3 bulan	P	4	36	1,37	19,2	1,30	Lebih	1.738	605,33	34,83	Tinggi	45	Kurang
46		26/08/2011	11 tahun	L	5	30,7	1,43	15,0	-1,10	Normal	1.797	337,27	18,77	Sedang	65	Sedang
47		18/03/2012	10 tahun 5 bulan	L	5	29,3	1,34	16,3	-0,19	Normal	1.700	335,24	19,72	Sedang	85	Baik
48		09/11/2011	10 tahun 9 bulan	L	5	29,9	1,4	15,3	-0,97	Normal	1.758	313,29	17,82	Sedang	50	Kurang
49		30/04/2012	10 tahun 4 bulan	L	5	34,25	1,34 <sub>5</sub>	18,9	1,11	Lebih	2.086	532,87	25,55	Tinggi	50	Kurang
50		16/04/2012	10 tahun 4 bulan	L	5	37,08	1,35	20,3	1,78	Lebih	2.154	730,98	33,94	Tinggi	60	Sedang
51		01/09/2011	11 tahun	P	5	31,25	1,41	15,7	-0,78	Normal	1.744	314,74	18,04	Sedang	85	Baik
52		19/11/2011	10 tahun 9 bulan	P	5	43,85	1,45	20,9	1,50	Lebih	1.923	630,46	32,79	Tinggi	60	Sedang
53		09/12/2011	10 tahun 8 bulan	P	5	33,1	1,29 <sub>5</sub>	19,7	1,05	Lebih	1.608	371,75	23,12	Tinggi	60	Sedang
54		04/09/2010	12 tahun	L	6	42,15	1,56	17,3	-0,11	Normal	2.209	413,49	18,72	Sedang	20	Kurang
55		21/05/2010	12 tahun 4 bulan	L	6	27,8	1,36	15,0	-1,54	Normal	1.557	302,20	19,41	Sedang	65	Sedang

No		Tanggal Lahir	Usia	JK	Kls	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket	Kebutuhan Energi	Total Asupan Jajan/hr	Persentase (%)	Ket	Skor Penget	Ket
56	SDN SROYO	24/04/2010	12 tahun 5 bulan	L	6	44,95	1,52	19,5	0,66	Normal	2.226	418,44	18,80	Sedang	65	Sedang
57		15/05/2010	12 tahun 4 bulan	P	6	98,25	1,57	39,9	7,70	Lebih	2.920	1097,55	37,59	Tinggi	35	Kurang
58		28/02/2011	11 tahun 7 bulan	L	6	24,2	1,33	13,7	-2,13	Gizi Kurang	1.555	275,63	17,73	Sedang	65	Sedang
59		08/06/2010	12 tahun 2 bulan	P	6	49,85	1,52	21,58	1,61	Lebih	2.029	932,02	45,94	Tinggi	60	Sedang
60		29/11/2010	11 tahun 10 bulan	P	6	40,6	1,46	19,0	0,42	Normal	1.884	337,91	17,93	Sedang	65	Sedang
61		MI DARUL ULUM BAKUNG	25/06/2012	10 tahun 2 bulan	P	4	24,55	1,31	14,3	-1,33	Normal	1.581	302,19	19,12	Sedang	50
62	03/03/2012		10 tahun 5 bulan	L	4	35,5	1,245	22,9	2,86	Lebih	1.978	626,74	31,68	Tinggi	45	Kurang
63	19/02/2012		10 tahun 6 bulan	P	4	26,35	1,31	15,4	-0,86	Normal	1.592	299,51	18,82	Sedang	85	Baik
64	30/11/2011		10 tahun 10 bulan	P	4	38,45	1,465	17,9	0,31	Normal	1.895	355,63	18,77	Sedang	85	Baik
65	17/04/2011		11 tahun 4 bulan	P	5	40,45	1,39	20,9	1,27	Lebih	1.789	551,57	30,83	Tinggi	70	Sedang
66	28/08/2011		11 tahun	P	5	25,8	1,28	15,7	-0,76	Normal	1.537	265,74	17,29	Sedang	60	Sedang
67	18/07/2011		11 tahun 1 bulan	P	5	51,95	1,42	25,8	3,26	Lebih	2.031	682,38	33,60	Tinggi	85	Baik
68	14/09/2011		11 tahun	L	5	27,6	1,37	14,7	-1,37	Normal	1.644	327,11	19,90	Sedang	65	Sedang
69	20/09/2011		11 tahun	L	5	60,1	1,42	29,8	5,61	Lebih	2.714	962,34	35,46	Tinggi	85	Baik
70	15/06/2012		10 tahun 2 bulan	P	5	33,3	1,235	21,8	2,05	Lebih	1.582	643,49	40,67	Tinggi	65	Sedang
71	30/10/2010		11 tahun 11 bulan	L	6	33	1,42	16,4	-0,63	Normal	1.794	327,17	18,24	Sedang	20	Kurang
72	24/09/2010		12 tahun	P	6	52,1	1,52	22,6	1,63	Lebih	2.075	530,84	25,58	Tinggi	65	Sedang
73	29.05/2011		11 tahun 3 bulan	P	6	26,35	1,33	14,9	-1,32	Normal	1.591	312,71	19,66	Sedang	60	Sedang
74	16/06/2010		12 tahun 2 bulan	P	6	38,95	1,515	17,0	-0,56	Normal	1.915	342,36	17,88	Sedang	60	Sedang

No	Nama Sekolah	Tanggal Lahir	Usia	JK	Kls	BB (Kg)	TB (m)	IMT	IMT/U	Ket	Kebutuhan Energi	Total Asupan Jajan/hr	Persentase (%)	Ket	Skor Penget	Ket
75	SDN BAKUNG	22/03/2012	10 tahun 5 bulan	P	4	24,55	1,31	14,3	-1,37	Normal	1.573	302,88	19,26	Sedang	85	Baik
76		18/05/2012	10 tahun 3 bulan	P	4	36	1,37	19,2	1,30	Lebih	1.738	605,33	34,83	Tinggi	45	Kurang
77		13/04/2012	10 tahun 4 bulan	P	4	24,75	1,31	14,4	-1,32	Normal	1.578	274,65	17,41	Sedang	85	Baik
78		10/03/2012	10 tahun 5 bulan	P	4	33	1,28	20,1	1,67	Lebih	1.603	501,95	31,30	Tinggi	60	Sedang
79		03/12/2011	10 tahun 8 bulan	L	5	63,65	1,54	26,8	4,78	Lebih	2.965	1155,24	38,97	Tinggi	40	Kurang
80		01/07/2011	11 tahun 1 bulan	L	5	33,8	1,36	18,3	0,75	Normal	1.819	427,63	23,51	Sedang	45	Kurang
81		25/09/2011	10 tahun 11 bulan	L	5	53,15	1,49	23,9	3,20	Lebih	2.653	887,21	33,44	Tinggi	40	Kurang
82		20/06/2011	11 tahun 2 bulan	L	5	41,3	1,50 5	18,2	0,54	Normal	2.180	685,71	31,46	Tinggi	60	Sedang
83		09/12/2010	11 tahun 9 bulan	P	6	60	1,47	27,8	3,56	Lebih	2.184	796,74	36,48	Tinggi	65	Sedang
84		29/01/2011	11 tahun 7 bulan	P	6	68	1,53	29,0	4,20	Lebih	2.385	835,48	35,02	Tinggi	50	Kurang
85		02/04/2011	11 tahun 4 bulan	P	6	62,15	1,54	26,2	3,22	Lebih	2.297	786,27	34,23	Tinggi	60	Sedang

## 10. Hasil Uji statistik

### a. Tabel Frekuensi

		Jenis Kelamin		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	laki-laki	36	42,4	42,4	42,4
	Perempuan	49	57,6	57,6	100,0
	Total	85	100,0	100,0	

		Kelas		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	4	25	29,4	29,4	29,4
	5	36	42,4	42,4	71,8
	6	24	28,2	28,2	100,0
	Total	85	100,0	100,0	

		Skor Pengetahuan		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	Kurang	37	43,5	43,5	43,5
	Sedang	34	40,0	40,0	83,5
	Baik	14	16,5	16,5	100,0
	Total	85	100,0	100,0	

		Persentase Asupan Jajan		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	Rendah	1	1,2	1,2	1,2
	Sedang	45	52,9	52,9	54,1
	Tinggi	39	45,9	45,9	100,0
	Total	85	100,0	100,0	

		Status Gizi		Valid Percent	Cumulative Percent
		Frequency	Percent		
Valid	Kurang	2	2,4	2,4	2,4
	Normal	48	56,5	56,5	58,8
	Lebih	35	41,2	41,2	100,0
	Total	85	100,0	100,0	

## b. Analisis Bivariat

### Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi

#### Skor Pengetahuan Gizi \* Persentase Asupan Jajan Crosstabulation

Count

		Presentase Asupan Jajan			Total
		rendah	sedang	tinggi	
Skor Pengetahuan Gizi	kurang	0	20	17	37
	sedang	1	16	17	34
	baik	0	9	5	14
Total		1	45	39	85

#### Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standard Error <sup>a</sup>	Approximate T <sup>b</sup>	Approximate Significance
Ordinal by Ordinal	Gamma	-,070	,177	-,397	,691
N of Valid Cases		85			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

### Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi

#### Persentase Asupan Jajan \* Status Gizi Crosstabulation

Count

		Status Gizi			Total
		kurang	normal	lebih	
Presentase Asupan Jajan	rendah	1	0	0	1
	sedang	1	44	0	45
	tinggi	0	4	35	39
Total		2	48	35	85

#### Symmetric Measures

		Value	Asymptotic Standard Error <sup>a</sup>	Approximate T <sup>b</sup>	Approximate Significance
Ordinal by Ordinal	Gamma	1,000	,000	17,032	,000
N of Valid Cases		85			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

**c. Perhitungan Manual**

**Uji Korelasi Pengetahuan Gizi dengan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi**

$$\begin{aligned} P &= P_1+P_2+P_3+P_4 & Q &= Q_1+Q_2+Q_3+Q_4 \\ &= 0+440+14+80 & &= 442+20+153+0 \\ &= 534 & &= 615 \end{aligned}$$

1. Nilai koefisien korelasi Gamma ( $\gamma$ ):

$$\begin{aligned} \gamma &= \frac{P - Q}{P + Q} \\ \gamma &= \frac{534 - 615}{534 + 615} = \frac{-81}{1149} = -0,070 \end{aligned}$$

2. Nilai z skor Gamma ( $\gamma$ ):

$$\begin{aligned} z \text{ skor} &= \gamma \cdot \sqrt{\frac{P+Q}{n \cdot (1-\gamma^2)}} \\ z \text{ skor} &= -0,070 \cdot \sqrt{\frac{534+615}{85 \cdot (1-(-0,070)^2)}} \\ z \text{ skor} &= -0,2576 \end{aligned}$$

**Uji Korelasi Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi dengan Status Gizi**

$$\begin{aligned} P &= P_1+P_2+P_3+P_4 & Q &= Q_1+Q_2+Q_3+Q_4 \\ &= 83+0+39+1540 & &= 0+0+0+0 \\ &= 1662 & &= 0 \end{aligned}$$

1. Nilai koefisien korelasi Gamma ( $\gamma$ ):

$$\begin{aligned} \gamma &= \frac{P - Q}{P + Q} \\ \gamma &= \frac{1662 - 0}{1662 + 0} = \frac{1662}{1662} = 1 \end{aligned}$$

2. Nilai z skor Gamma ( $\gamma$ ):

$$z \text{ skor} = \gamma \cdot \sqrt{\frac{P+Q}{n \cdot (1-\gamma^2)}}$$

$$\begin{aligned}z \text{ skor} &= 1 \cdot \sqrt{\frac{1662+0}{85 \cdot (1-(1)^2)}} \\z \text{ skor} &= \sim\end{aligned}$$

## 11. Dokumentasi Kegiatan



Pembukaan dan penjelasan pengisian *informed consent* dan kuesioner



Siswa mengerjakan kuesioner



Pengukuran berat badan dan tinggi badan



Wawancara Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi



Warung Kelontong dan Penjual Jajanan di Luar Sekolah

## **12. Surat Ijin Penelitian**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO FAKULTAS**  
**PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

Jalan Prof. Dr. Hamka Km.01, Kampus III, Ngaliyan, Semarang 50185

Telepon (024) 76433370, Website: fpk.walisongo.ac.id, Email: fpk@walisongo.ac.id;

Nomor. : 1596/Un.10.7/D1/KM.00.01/8/2022

19 Agustus 2022

Lamp : Proposal

Hal : Permohonan Lokasi Penelitian

Kepada Yth.  
 Kepala Sekolah  
 di Kecamatan Kanor

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka untuk memenuhi tugas penulisan skripsi bagi mahasiswa Program S1 pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, maka kami mohon perkenan untuk memberikan ijin penelitian kepada:

1. Nama : Lilik Rahmawati
2. NIM : 1707026023
3. Jurusan : Gizi
4. Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
5. Lokasi Penelitian : Sekolah Dasar di Kecamatan Kanor
6. Judul Skripsi : Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro

Demikian surat permohonan penelitian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.



Tembusan Yth:  
 Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo (sebagai laporan)

### 13. Daftar Riwayat Hidup

#### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

##### A. Identitas Diri

Nama : Lilik Rahmawati  
Tempat dan Tgl Lahir : Bojonegoro, 19 Juli 1999  
Alamat : Ds. Nglarangan RT.06/RW.03 Kanor, Bojonegoro  
Email : [lilikr007@gmail.com](mailto:lilikr007@gmail.com)  
Akun Media Sosial : Lilik Rahmawati (Facebook), @emma.rhm\_ (Instagram)

##### B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
  - a. MI Islamiyah Nglarangan (2005-2011)
  - b. MTs Islamiyah Attanwir (2011-2014)
  - c. MA Islamiyah Attanwir (2014-2017)
  - d. UIN Walisongo Semarang (2017-2022)
2. Pendidikan Non Formal
  - a. Pondok Pesantren Putri Mbah Rumi, Ngaliyan, Kota Semarang (2017-2021)
  - b. Praktik Kerja Gizi Klinik dan Institusi (*online*) di RS Mitra Keluarga Tegal (2020)
  - c. Praktik Kerja Gizi Masyarakat (*online*) di Puskesmas Manyaran (2020)

##### C. Riwayat Organisasi

1. Pengurus Sie. Pendidikan Pondok Pesantren Putri Mbah Rumi (2018-2020)
2. Pengurus Divisi Bahasa UKM MASA (2019-2020)