

## HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH SE-KECAMATAN GRESIK

### *Correlation Between Snack Consumption Habits with Nutritional Status of Children at Muhammadiyah Elementary School in the Gresik District*

<sup>1\*</sup> Alfin Khoiriyah, <sup>1</sup>Desty Muzarofatus Sholikhah, <sup>1</sup>Dwi Novri Supriatiningrum  
<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

#### ABSTRACT

*The prevalence of obesity is currently proven to have increased very sharply throughout the world. The main factor causing obesity is the daily lifestyle habits such as the habit of consuming snacks. The purpose of this study was to analyze the correlation between snack consumption habits and the nutritional status of children at elementary school. This type of research used analytical observation with a total of 113 students of Muhammadiyah Elementary School in Gresik District as respondents who were determined using cluster random sampling technique. Data collection used 2x24-hour food recall questionnaire and anthropometric measurements. Data analysis used Kendall's tau-b correlation test. The results showed that there was a significant correlation between intake (energy = 0.000; protein = 0.000; fat = 0.000; carbohydrate = 0.000) with the nutritional status of children at Muhammadiyah Elementary School in the Gresik District. It can be concluded that there is a correlation between energy intake and macronutrients with nutritional status. Respondents are advised to pay more attention to the type and quantity of snacks that are appropriate according to the nutrition daily needs.*

**Keywords:** Obesity, Snack Habits, Nutritional Status

#### ABSTRAK

Prevalensi obesitas saat ini terbukti meningkat sangat tajam di seluruh dunia. Faktor utama penyebab obesitas yakni kebiasaan hidup sehari-hari, seperti kebiasaan konsumsi jajanan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar. Jenis penelitian menggunakan observasional analitik dengan jumlah 113 siswa SD Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik sebagai responden yang ditentukan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *food recall 2x24 jam* dan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji korelasi *kendall's tau-b*. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan (energi = 0,000; protein = 0,000; lemak = 0,000; karbohidrat = 0,000) dengan dengan status gizi anak Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi. Sebaiknya responden dapat lebih memperhatikan jenis dan jumlah jajanan yang baik sesuai dengan kebutuhan gizi setiap hari.

**Kata Kunci:** Obesitas, Kebiasaan Jajan, Status Gizi

## PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di Indonesia cukup beragam dan perlu penanganan yang serius (Solikhah, et al., 2023). Salah satu permasalahan gizi yang terjadi yakni obesitas. Obesitas pada usia sekolah (6 – 12 tahun) merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa yang dapat menjadi faktor risiko penyakit metabolik dan degeneratif seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, dan kanker. Perubahan fisik obesitas pada anak dapat menyebabkan kesakitan, kematian dan mengenai seluruh organ. Dampak psikososial anak menjadi minder, depresi karena bentuk tubuhnya, bau badan yang kurang sedap, kesulitan gerak dan berisiko tinggi mendapat perlakuan perundungan di sekolah (Dajafar, et al., 2019).

Faktor utama penyebab obesitas adalah kebiasaan hidup sehari-hari, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan pola tidur. Pola makan yang merupakan pencetus terjadinya berat badan berlebih adalah konsumsi makanan porsi besar (melebihi dari kebutuhan),

makanan tinggi energi, tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat. Sedangkan perilaku makan yang salah adalah tindakan memilih makanan berupa *junk food*, makanan dalam kemasan dan minuman ringan (Rachmawati & Istiqomah, 2018).

Jajanan merupakan makanan yang tidak asing bagi anak usia sekolah, karena saat ini jajanan sangat beraneka ragam sehingga menarik anak usia sekolah untuk mengonsumsinya. Berdasarkan data *Food and Agriculture Organisation*, anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) merupakan konsumen tersering dan terbesar dalam mengonsumsi makanan jajanan. Kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan mengalami peningkatan dari 74% di tahun 2012 menjadi 95% di tahun 2013 (Wiriastuti, 2019).

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa kejadian *overweight* dan obesitas pada anak dan remaja adalah tingkat prevalensi tertinggi di Asia (Oktaria, 2020). Pada tahun 2018, prevalensi di dunia menunjukkan sebesar 124 juta anak dengan obesitas pada usia 5-19 tahun. Pada kawasan Asia, terdapat

anak obesitas sebanyak 12,4 juta jiwa (1,2 juta di Asia Tenggara).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional 2018 menurut Indeks Massa Tubuh/Usia (IMT/U), pada anak usia sekolah (6-12 tahun) menunjukkan prevalensi obesitas yakni 9,2%. Prevalensi tersebut dikatakan meningkat dari Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional (Riskesdas Nasional) 2013 pada anak usia sekolah (6-12 tahun) yakni prevalensi obesitas 8,8%. Sedangkan berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Provinsi Jawa Timur 2018 menurut Indeks Massa Tubuh / Usia (IMT/U), pada anak usia sekolah (6-12 tahun) menunjukkan prevalensi obesitas 11,08 %. Prevalensi kasus obesitas di Jawa Timur dikatakan berada diatas prevalensi nasional.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2022), yang meneliti hubungan kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah di Sekolah Dasar Negeri 17 Kesiman menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status gizi dengan

nilai  $p=0.000$ . Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Nisak & Mahmudiono (2017) di SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola konsumsi makanan jajanan frekuensi harian dengan kejadian *overweight*/obesitas.

Berdasarkan hasil pengukuran antropometri siswa kelas IV, V, dan VI yang diperoleh dari data Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik tahun 2022 yang dilakukan setiap 6 bulan sekali, diperoleh data prevalensi obesitas yakni 5,95% dan prevalensi *overweight* yakni 17,6%. Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik”.

## METODE

### Desain, Tempat, Dan Waktu

Penelitian ini menggunakan jenis observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2023 hingga 19

Juni 2023 di Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik.

### **Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek**

Jumlah subjek penelitian ini yaitu sebanyak 113 siswa dan ditentukan dengan menggunakan teknik *cluster random sampling* yang memenuhi kriteria inklusi serta eksklusif.

### **Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

Terdapat dua jenis variabel pada penelitian ini, yaitu variabel independen (kebiasaan konsumsi jajanan) dan variabel dependen (status gizi siswa). Adapun pengumpulan data dilakukan dengan kuisioner pola makan (kuisioner *food recall 2x24 jam*) dan status gizi (pengukuran antropometri).

### **Pengolahan dan Analisis Data**

Data yang telah diperoleh, diolah dan dianalisis menggunakan SPSS versi 16.0 *for windows*. Karakteristik responden seperti jenis kelamin, umur, kelas, uang saku, jumlah asupan dari jajanan, dan

status gizi dianalisis secara univariat dalam bentuk penyajian tabel distribusi frekuensi. Kemudian, dianalisis secara bivariat dengan menggunakan uji korelasi *Kendall's tau-b*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Karakteristik Responden**

Berdasarkan hasil penelitian pada 113 siswa, diperoleh data karakteristik responden pada tabel 1.

Karakteristik responden dalam penelitian ini, terdiri dari 54,9% berjenis kelamin perempuan berumur 10 tahun (34,5%) dan 11 tahun (34,5%). Responden merupakan siswa kelas IV (34,5%), kelas V (33,6%), dan kelas VI (31,9%) dengan jumlah uang saku terbanyak yakni >Rp10.000,00 (49,6%).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	51	45,1
Perempuan	62	54,9
<b>Umur</b>		
9 tahun	4	3,5
10 tahun	39	34,5
11 tahun	39	34,5
12 tahun	31	27,4
<b>Kelas</b>		
IV	39	34,5
V	38	33,6
VI	36	31,9
<b>Uang saku</b>		
< Rp10.000,00	17	15
Rp10.000,00	40	35,4
> Rp10.000,00	56	49,6
<b>Asupan energi</b>		
Defisit berat	29	25,7
Defisit sedang	11	9,7
Defisit ringan	18	15,9
Normal	49	43,4
Berlebih	6	5,3
<b>Asupan protein</b>		
Defisit berat	28	24,8
Defisit sedang	5	4,4
Defisit ringan	12	10,6
Normal	32	28,3
Berlebih	36	31,9
<b>Asupan lemak</b>		
Defisit berat	19	16,8
Defisit sedang	11	9,7
Defisit ringan	10	8,8
Normal	37	32,7
Berlebih	36	31,9
<b>Asupan karbohidrat</b>		
Defisit berat	44	38,9
Defisit sedang	20	17,7
Defisit ringan	13	11,5
Normal	31	27,4
Berlebih	5	4,4
<b>Status gizi</b>		
Gizi buruk	2	1,8
Gizi kurang	4	3,5
Gizi baik	82	72,6
Gizi lebih/ <i>overweight</i>	19	16,8
Obesitas	6	5,3

Dapat diketahui bahwa hampir setengah dari responden memiliki jumlah asupan energi normal (43,4%), asupan protein

berlebih (31,4%), asupan lemak normal (32,7%), dan asupan karbohidrat defisit berat (38,9%). Jumlah asupan energi dan zat gizi

makro merupakan banyaknya mengonsumsi jajanan dalam waktu selingan (20% dari kebutuhan harian).

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia dalam (Menteri Kesehatan RI, 2019), kebutuhan asupan energi harian dari konsumsi selingan untuk anak usia sekolah yakni 400 Kkal bagi laki-laki, dan 380 Kkal bagi perempuan. Energi diperoleh dari sumber karbohidrat, protein dan lemak.

Kekurangan energi pada anak sekolah dapat mengakibatkan menurunnya prestasi belajar, bahkan jika anak mengalami kekurangan energi yang berlangsung lama dapat

mengakibatkan keadaan gizi kurang yang nantinya akan mengakibatkan terhambatnya proses tumbuh kembang anak (Sari, et al., dalam Rahmawati 2021).

Sebagian responden tergolong kategori status gizi baik (72,6%). Gizi seimbang merupakan kunci untuk tumbuh kembang anak yang optimal, tetapi jika pola makan yang tidak teratur atau kebiasaan jajan disekolah kurang baik akan berisiko untuk mengalami obesitas maupun kekurangan gizi dengan demikian masih ditemukannya status gizi anak yang kurang baik (Andari, 2022).

### Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi

**Tabel 2. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi**

Variabel	Status Gizi										Sig	r
	Buruk		Kurang		Baik		Lebih		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%		
<b>Intake Energi</b>												
Defisit berat	2	1,8	1	0,9	24	21,2	2	1,8	0	0,0	0,000	0,397
Defisit sedang	0	0,0	2	1,8	7	6,2	1	0,9	1	0,9		
Defisit ringan	0	0,0	1	0,9	17	15,0	0	0,0	0	0,0		
Normal	0	0,0	0	0,0	34	30,1	12	10,6	3	2,7		
Berlebih	0	0,0	0	0,0	0	0,0	4	3,5	2	1,8		
<b>Intake Protein</b>												
Defisit berat	1	0,9	1	0,9	25	22,1	1	0,9	0	0,0	0,000	0,324
Defisit sedang	0	0,0	0	0,0	5	4,4	0	0,0	0	0,0		
Defisit ringan	0	0,0	0	0,0	9	8,0	3	2,7	0	0,0		
Normal	1	0,9	1	0,9	27	23,9	2	1,8	1	0,9		
Berlebih	0	0,0	2	1,8	16	14,2	13	11,5	5	4,4		
<b>Intake Lemak</b>												
Defisit berat	0	0,0	1	0,9	18	15,9	0	0,0	0	0,0	0,000	0,288

Variabel	Status Gizi										Sig	r
	Buruk		Kurang		Baik		Lebih		Obesitas			
	n	%	n	%	n	%	N	%	n	%		
Defisit sedang	1	0,9	0	0,0	8	7,1	2	1,8	0	0,0		
Defisit ringan	1	0,9	0	0,0	6	5,3	3	2,7	0	0,0		
Normal	0	0,0	3	2,7	29	25,7	4	3,5	1	0,9		
Berlebih	0	0,0	0	0,0	21	18,6	10	8,8	5	4,4		
<b>Intake Karbohidrat</b>												
Defisit berat	2	1,8	2	1,8	36	31,9	3	2,7	1	0,9		
Defisit sedang	0	0,0	1	0,9	16	14,2	3	2,7	0	0,0	0,000	0,320
Defisit ringan	0	0,0	0	0,0	11	9,7	2	1,8	0	0,0		
Normal	0	0,0	1	0,9	16	14,2	11	9,7	3	2,7		
Berlebih	0	0,0	0	0,0	3	2,7	0	0,0	2	1,8		

### Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Berdasarkan Aspek Asupan Energi

Berdasarkan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa bahwa hampir setengah dari responden tergolong asupan energi kategori normal, yakni 34 orang (30,1%) dengan status gizi baik, dan sebagian kecil dari responden tergolong asupan defisit berat, yakni 24 orang (21,2%) dengan status gizi baik. Hasil uji korelasi *Kendall's tau-b* menunjukkan adanya hubungan dengan tingkatan kekuatan cukup ( $r = 0,397$ ) antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi berdasarkan aspek jumlah asupan energi (nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ ).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggiruling, et al. (2019) di Sekolah

Dasar Negeri Kedokan, Sekolah Dasar Negeri Pajajaran, dan Sekolah Dasar Negeri Cibogo Kecamatan Cisauk, Kabupaten Tangerang diperoleh hasil bahwa Status gizi berhubungan positif dengan kontribusi jajan energi ( $p=0.006$ ;  $r=0.259$ ).

Jajanan sumber energi diperoleh dari sumber karbohidrat dan lemak. Berikut contoh jenis Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) sumber energi yaitu: nasi goreng, lontong sayur lodeh, bihun goreng, singkong kukus, ubi jalar kuning kukus, dan lain-lain. Kelebihan mengonsumsi energi akan disimpan dalam bentuk lemak didalam tubuh (BPOM RI, 2013).

Terlalu banyak mengonsumsi jajanan sumber energi, akan disimpan dalam tubuh menjadi lemak. Lemak yang berlebihan dalam tubuh dapat

menyebabkan berat badan berlebih bahkan obesitas serta menyebabkan munculnya penyakit degeneratif. Oleh karena itu, perlu untuk memperhatikan konsumsi jajanan sumber energi sesuai dengan kebutuhan energi harian.

### **Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Berdasarkan Aspek Asupan Protein**

Berdasarkan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian kecil dari responden tergolong asupan protein kategori normal (23,9%) dengan status gizi baik. Hasil uji korelasi *Kendall's tau-b* menunjukkan adanya hubungan dengan tingkatan kekuatan cukup ( $r = 0,324$ ) antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi berdasarkan aspek jumlah asupan protein (nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ ).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggiruling, et al. (2019) di Sekolah Dasar Negeri Kedokan, Sekolah Dasar Negeri Pajajaran, dan Sekolah Dasar Negeri Cibogo Kecamatan Cisauk, Kabupaten Tangerang diperoleh hasil bahwa Status gizi

berhubungan positif dengan kontribusi jajan zat gizi protein ( $p=0.010$ ;  $r=0.247$ ).

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia dalam (Menteri Kesehatan RI, 2019), kebutuhan asupan protein harian dari konsumsi selingan untuk anak usia sekolah yakni 10 gram bagi laki-laki, dan 11 gram bagi perempuan.

Protein merupakan zat gizi yang penting untuk pertumbuhan fisik, perkembangan kecerdasan, serta mengganti sel-sel yang rusak dalam tubuh. Protein didapatkan dari bahan makanan hewani dan tumbuh-tumbuhan (nabati). Kekurangan protein dapat menyebabkan penurunan kesehatan/imunitas, kecerdasan dan kebugaran, serta terhambatnya pertumbuhan anak (BPOM RI, 2013).

Berdasarkan analisis dalam penelitian ini, dapat diketahui bahwa rata-rata pemenuhan asupan protein harian responden tergolong kategori normal. Sumber protein yang sangat sering dikonsumsi responden yakni telur goreng, ayam goreng, dan telur

gulung yang mana termasuk sumber protein hewani. Meskipun protein bermutu tinggi terdapat pada sumber makanan hewani daripada sumber makanan nabati bukan berarti sumber protein nabati tidak baik dikonsumsi tubuh. Untuk itu dalam rangka memenuhi kebutuhan asam amino esensial, diperlukan adanya kombinasi antara sumber protein hewani dan nabati.

### **Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Berdasarkan Aspek Asupan Lemak**

Berdasarkan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian kecil dari responden tergolong asupan lemak kategori normal sebanyak (25,7%) dengan status gizi baik. Hasil uji korelasi *Kendall's tau-b* menunjukkan adanya hubungan dengan tingkatan kekuatan cukup ( $r = 0,288$ ) antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi berdasarkan aspek jumlah asupan lemak (nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ ).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggiruling, et al. (2019) di Sekolah Dasar Negeri Kedokan, Sekolah

Dasar Negeri Pajajaran, dan Sekolah Dasar Negeri Cibogo Kecamatan Cisauk, Kabupaten Tangerang diperoleh hasil bahwa Status gizi berhubungan positif dengan kontribusi jajanan zat gizi lemak ( $p=0.007$ ;  $r=0.257$ ).

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia dalam (Menteri Kesehatan RI, 2019), kebutuhan asupan lemak harian dari konsumsi selingan untuk anak usia sekolah yakni masing-masing 13 gram bagi laki-laki dan perempuan.

Konsumsi lemak berlebih berakibat pada peningkatan berat badan dan berlanjut menjadi kegemukan/obesitas yang meningkatkan risiko terkena penyakit seperti jantung koroner, diabetes mellitus, hipertensi dan lain sebagainya yang dapat menyebabkan kematian (BPOM RI, 2013).

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, diketahui bahwa hampir setengah dari responden dengan asupan lemak kategori normal dan berlebih. Adapun jenis jajanan tinggi lemak

yang sangat sering dikonsumsi yakni aneka macam gorengan. Berdasarkan ikatan kimianya, lemak dibedakan menjadi 2, yakni lemak jenuh dan lemak tidak jenuh. Gorengan merupakan jajanan dengan lemak jenuh, maka perlu untuk memperhatikan asupan lemak esensial (lemak tidak jenuh) untuk menjaga metabolisme tubuh.

### **Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Berdasarkan Aspek Asupan Karbohidrat**

Berdasarkan pada Tabel 2. menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden tergolong asupan karbohidrat kategori defisit berat (31,9%) dengan status gizi baik. Hasil uji korelasi *Kendall's tau-b* menunjukkan adanya hubungan dengan tingkatan kekuatan cukup ( $r = 0,320$ ) antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi berdasarkan aspek jumlah asupan karbohidrat (nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ ).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggiruling, et al. (2019) di Sekolah Dasar Negeri Kedokan, Sekolah Dasar Negeri Pajajaran, dan Sekolah

Dasar Negeri Cibogo Kecamatan Cisauk, Kabupaten Tangerang diperoleh hasil bahwa Status gizi berhubungan positif dengan kontribusi jajan zat gizi karbohidrat ( $p=0.042$ ;  $r=0.195$ ).

Karbohidrat merupakan sumber energi bagi tubuh dan juga sebagai sumber energi bagi otak agar dapat bekerja secara optimal. Kurangnya asupan karbohidrat akan menyebabkan hipoglikemia. Jika tidak ada suplai energi dari asupan karbohidrat maka tubuh akan menjadi lemah dan kurang konsentrasi dalam belajar, sehingga akan berdampak pada penurunan prestasi belajar pada siswa (Tomasoa & Dese, 2021 dalam Abresa, 2022).

Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia dalam (Menteri Kesehatan RI, 2019), kebutuhan asupan karbohidrat harian dari konsumsi selingan untuk anak usia sekolah yakni 60 gram bagi laki-laki, dan 56 gram bagi perempuan.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, diketahui bahwa hampir setengah dari

responden tergolong kategori defisit berat. Hal ini disebabkan responden cenderung mengonsumsi asupan sumber karbohidrat pada jam makan utama, tidak saat selingan. Penyebab lain dari defisit karbohidrat yakni sistem metabolisme tubuh, karena tidak semua tubuh memiliki daya serap yang sama sehingga menyebabkan defisiensi zat gizi tertentu, maka perlu untuk memperhatikan jenis asupan karbohidrat baik dalam jam makan utama maupun jam makanan selingan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa hampir setengah dari responden memiliki asupan energi normal, asupan protein berlebih, asupan lemak normal, dan asupan karbohidrat defisit berat. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi berdasarkan aspek jumlah asupan energi dan zat gizi makro. Untuk itu, responden harus lebih memperhatikan jajanan yang dikonsumsi seperti membatasi

konsumsi makanan jajanan yang dapat menyebabkan kondisi gizi berlebih bahkan obesitas dan mengonsumsi makanan jajanan sesuai dengan kebutuhan gizi harian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abresa, P., 2022. Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Makanan Jajanan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 126 Palembang. *Laporan Tugas Akhir, Poltekkes Kemenkes Palembang*.
- Andari, T., 2022. Gambaran Pola Konsumsi Makanan Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Pasca Pandemi Covid-19 di SDN 16 Kota Bengkulu Tahun 2022. *Karya Tulis Ilmiah, Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Anggiruling, D. O., Ekayanti, I. & Khomsan, A., 2019. Analisis Faktor Pemilihan Jajanan, Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal MKMI*, 15(1), pp. 81-90.
- BPOM RI, 2013. *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Standardisasi Produk Pangan, Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan

- Berbahaya, Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.
- Dajafar, L., M. & Adam, D., 2019. Pola Makan dan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Gorontalo. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 3(2), pp. 55-58.
- Menteri Kesehatan RI, 2019. Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019*.
- Nisak, A. J. & Mahmudiono, T., 2017. Pola Konsumsi Makanan Jajanan di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko Overweight/Obesitas pada Anak (Studi di SD Negeri Ploso I-172 Kecamatan Tambaksari Surabaya). *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(3), pp. 311-324.
- Oktaria, R., 2020. Systematic Reveiw : Intervensi Pendidikan Gizi terhadap Body Mass Index (BMI) pada Anak Usia Sekolah dengan Obesitas. *Masters thesis, Universitas Andalas*.
- Rachmawati, I. & I., 2018. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Berat Badan Berlebih Pada Anak Usia Sekolah di MI Al-Hidayah Bekasi. *uia.e-journal.id*.
- Rahmawati, S., 2021. Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Kebiasaan Jajan Anak Sekolah di SDN 8 Kusambi Kecamatan Kusambi Kabupaten Muna Barat. *Tugas Akhir, Poltekkes Kemenkes Kendari*.
- Solikhah, D. M. et al., 2023. Edukasi dan Pendampingan Gizi pada Ibu Anak Usia Sekolah di Desa indrodelik Kecamatan Bungah. *Ghidza Media Journal*, 4(2), pp. 248-262.
- Tim RISKESDAS, 2019. *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Wiriastuti, 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan, Kebiasaan Jajan, dan Tingkat Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 29 Dangin Puri Denpasar. *Skripsi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar*.
- Yanti, N. K. W. F., 2022. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah di SD Negeri 17 Kesiman. *Diploma thesis, Issue Poltekkes Kemenkes Denpasar*.