

**KEBIASAAN JAJAN ANAK SEKOLAH DASAR DAN HUBUNGANNYA  
TERHADAP STATUS GIZI DI SEKOLAH DASAR  
SUNGAI RAMBUTAN KABUPATEN OGAN ILIR**

*ASSOCIATION BETWEEN SNACK HABIT AND NUTRITION STATUS  
IN ELEMENTARY SCHOOL IN SUNGAI RAMBUTAN, OGAN ILIR DISTRICT*

**Fatmalina Febry, Rini Mutahar**

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

E-mail : fatmalina\_FKMunsri@yahoo.com

**ABSTRACT**

**Backgrounds:** *One of the factors that influence the determinants of nutritional status of primary school's pupils is the habit of eating snacks besides the other factors that breakfast habits. One of the factors that associate with the consumption patterns of elementary school 's students-grade 4-6 is the habit of eating snacks.*

**Methods:** *This study is an observational cross-sectional approach. Aim of this research is to identify association between the snack habits and the nutritional status among children in primary school. The population of this study were elementary school's children with a sample of children Sungai Rambutan that had 5<sup>th</sup> and 6<sup>th</sup> grades. Data were obtained from direct interview and anthropometric data were performed to measure nutritional status. Chi Square were performed for the analysis.*

**The results:** *The results showed that there was no correlation of respondents' characteristic, the parents' characteristics and the habit of eating snacks towards children' nutritional status.*

**Conclusion:** *The roles of parents and teachers are necessary to change the habit of snacks' eating. Preparing breakfast for children should be familiarized with nutritious foods before going to school. Children who eat breakfast usually will be more able to avoid consumption of snack in their school.*

**Keywords :** *street food safety, schoolchild*

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Salah satu faktor determinan yang mempengaruhi status gizi murid sekolah dasar adalah kebiasaan jajan, sedangkan faktor lainnya yaitu kebiasaan sarapan pagi, Sedangkan salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi siswa sekolah dasar kelas 4-6 adalah kebiasaan jajan.

**Metode:** Penelitian ini merupakan observasional dengan pendekatan *cross sectional*, Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kebiasaan jajan dan hubungannya terhadap status gizi anak di Sekolah Dasar. Populasi dalam penelitian ini adalah anak SD Sungai Rambutan dengan sampel anak kelas 5 dan kelas 6. Data diperoleh dari wawancara langsung dan data status gizi diambil dengan cara pengukuran antropometri dan data dianalisis dengan uji chi-square.

**Hasil penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan karakteristik responden dan karakteristik orang tua dengan status gizi, serta tidak ada hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi.

**Kesimpulan :** Peran orang tua dan guru sangat diperlukan untuk mengubah kebiasaan jajan dan anak dibiasakan sarapan pagi dengan makanan yang bergizi sebelum ke sekolah. Anak yang sarapan biasanya akan lebih dapat menahan keinginannya untuk jajan.

**Kata kunci :** Kebiasaan jajan, anak sekolah, status gizi

**PENDAHULUAN**

Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan jajan. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak akan berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi. Kebiasaan jajan pada anak sudah

menjadi kebiasaan yang umum dan dapat ditemui di berbagai tingkat sosial ekonomi masyarakat. Bagi anak yang tidak terbiasa makan pagi, makanan jajanan berfungsi sebagai makanan yang pertama kali masuk pencernaan, sehingga bagi sebagian orang jajanan menjadi penting artinya.<sup>1</sup>

Salah satu faktor determinan yang mempengaruhi status gizi murid sekolah dasar adalah kebiasaan jajan, sedangkan faktor lainnya yaitu kebiasaan sarapan pagi, pekerjaan dan tingkat pendidikan ayah dan ibu, kebiasaan minum obat cacing dan status anemia. Sedangkan salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi siswa sekolah dasar kelas 4-6 adalah kebiasaan jajan.<sup>2</sup>

Hasil pengukuran tinggi badan anak baru masuk sekolah dasar pada tahun 1998 di Indonesia menunjukkan terdapat 37,8% anak SD dan MI yang menderita Kurang Energi Protein (KEP). Sementara hasil penelitian Permaesih menemukan bahwa status gizi pada anak santri remaja ditemui 40% menderita kurang gizi dan 2,2% dengan status gizi lebih. Penyebab utama masalah gizi disebabkan oleh konsumsi dan penyakit infeksi. Dampak daripada Kurang Energi Protein berpengaruh terhadap konsentrasi dan prestasi belajar pada anak yang pada akhirnya akan menurunkan kualitas sumber daya manusia di masa depan.<sup>3</sup>

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kebiasaan jajan anak sekolah dasar dan hubungannya terhadap status gizi di Sekolah Dasar Sungai Rambutan Kecamatan Sungai Rambutan Kabupaten Ogan Ilir tahun 2011.

#### BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan observasional dengan pendekatan *cross sectional* dimana

dilakukan pengukuran variabel dependen dan variabel independen pada saat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah anak SD Sungai Rambutan. Sampel dalam penelitian ini adalah anak kelas 5 dan kelas 6 di SD Sungai Rambutan.

Data primer diambil dari wawancara langsung dengan anak sekolah dengan berpedoman pada kuesioner yang telah dipersiapkan. Data status gizi diambil dengan cara pengukuran antropometri dengan menggunakan alat (*microtoise* dan timbangan injak) pada anak sekolah. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel dependen dengan variabel independen, yang dilakukan secara statistic dengan uji chi-square pada tingkat kemaknaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ).

#### HASIL PENELITIAN

Distribusi frekuensi berbagai variabel yang diteliti dapat dilihat pada beberapa tabel di bawah ini.

##### Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 11-13 tahun dengan jenis kelamin perempuan, uang jajan responden sebagian besar diatas Rp 3000 sedangkan pengetahuan gizi responden sebagian besar kurang.

**Tabel 1.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Variabel	Kategori	n	%
Umur	9 – 10 Tahun	16	24.2
	11 – 13 Tahun	50	75.8
Jenis Kelamin	Laki - laki	28	42.4
	Perempuan	38	57.6
Uang Jajan	< Rp 3000	24	36.4
	≥ Rp 3000	42	63.6
Pengetahuan Gizi	Kurang	32	48.5
	Sedang	29	43.9
	Baik	5	7.6
Kelas	5 (Lima)	32	48.5
	6 (Enam)	34	51.5

**Karakteristik Orang Tua**

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik orang tua dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

**Tabel 2.**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Orang Tua Responden**

Variabel	Kategori	n	%
Pekerjaan Ayah	Tidak Bekerja	0	0
	Bekerja	66	100
Pendidikan Ayah	Rendah	21	31.8
	Sedang	24	36.4
	Tinggi	21	31.8
Pekerjaan Ibu	Tidak Bekerja	31	47.0
	Bekerja	35	53.0
Pendidikan Ibu	Rendah	1	1.5
	Sedang	21	31.8
	Tinggi	44	66.7

Sebagian besar orang tua responden bekerja, terutama ayah dari responden semua bekerja, sedangkan tingkat pendidikan ayah sebagian besar sedang dan pendidikan ibu sebagian besar termasuk dalam kategori tinggi.

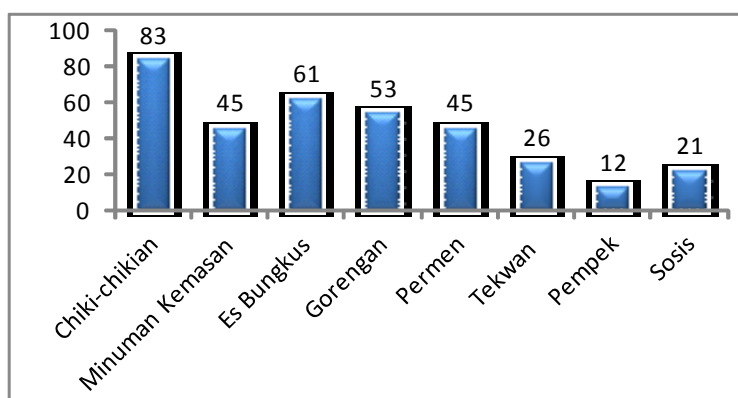
**Kebiasaan Jajan Responden**

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan jajan dapat dilihat pada tabel 3.

Sebagian besar responden sering jajan dan membeli makanan jajanan di lingkungan sekolah pada saat jam sekolah. Berikut ini data responden berdasarkan jenis makanan jajanan yang dikonsumsi selama satu minggu terakhir dapat dilihat pada Gambar 1.

**Tabel 3.**  
**Distribusi Frekuensi Kebiasaan Jajan Responden**

Variabel	Kategori	n	%
Frekuensi Jajan	Jarang (<3x per minggu)	9	13.6
	Sering (≥3x per minggu)	57	86.4
Tempat Jajan	Luar Sekolah	15	22.7
	Lingkungan Sekolah	51	77.3
Waktu Jajan	Di Luar Jam Sekolah	22	33.3
	Jam sekolah	44	66.7



**Gambar 1.**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Makanan Jajanan yang Dikonsumsi**

**Status Gizi Responden**

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi status gizi responden dapat dilihat pada tabel 4. Dari Tabel 4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai status gizi yang baik yaitu 75.8%.

**Tabel 4.**

**Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status Gizi	n	%
Sangat Kurus	3	4.5
Kurus	10	15.2
Normal	50	75.8
Gemuk	1	1.5
Obesitas	2	3.0

**Tabel 5.**

**Distribusi Responden menurut Karakteristik dan Status Gizi**

Variabel	Status Gizi				P
	Tidak Baik		Baik		
	n	%	n	%	
Umur:					
9-10 tahun	5	31.2	11	68.8	0,330
11-13 tahun	11	22.0	39	78.0	
Jenis kelamin:					
Laki-laki	5	17.9	23	82.1	0,299
erempuan	11	28.9	27	71.1	
Kelas:					
5 (Lima)	11	34.4	21	65.6	0,06
6 (Enam)	5	14.7	29	83.3	
Uang Jajan:					
< Rp. 3000	7	29.2	17	70.8	0,480
≥ Rp. 3000	9	21.4	33	78.6	
Pengetahuan Gizi:					
Kurang					0.197
Baik	10	31.2	22	68.6	
	6	17.6	28	82.4	

**Tabel 6.**

**Distribusi Responden Menurut Karakteristik Orang Tua dan Status Gizi**

Variabel	Status Gizi				P
	Tidak Baik		Baik		
	n	%	n	%	
Pendidikan Ayah:					
Rendah	6	28.6	15	71.4	0.575
Tinggi	10	22.2	35	77.8	
Pekerjaan Ibu:					
Bekerja	7	20.0	28	80.0	0,393
Tidak bekerja	9	29.0	22	71.0	
Pendidikan Ibu:					
Rendah	4	18.2	18	81.8	0.417
Tinggi	12	27.3	32	72.7	

### Hubungan Karakteristik Responden dengan Status Gizi

Pada analisis bivariat ini, status gizi responden dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu status gizi tidak baik (gizi sangat kurus, kurus, obesitas dan gemuk) dan baik (status gizi normal) sebagaimana dapat dilihat pada tabel 5.

Hasil uji statistik maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan status gizi anak SD ( $p = 0,330$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan status gizi anak SD ( $p = 0,299$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara uang jajan dengan status gizi anak SD ( $p = 0,480$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi anak SD ( $p = 0,197$ ).

### Hubungan Karakteristik Orang Tua dengan Status Gizi Responden

Berikut ini hasil analisis bivariat hubungan karakteristik orang tua dengan status gizi responden (lihat Tabel 6.)

Hasil uji statistik dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan ayah dengan status gizi anak SD ( $p = 0,575$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara status pekerjaan ibu dengan status gizi anak SD ( $p = 0,285$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi anak SD ( $p = 0,417$ ).

### Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi

Berikut ini hasil analisis bivariat hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi responden (lihat Tabel 7).

**Tabel 7.**  
**Distribusi Responden Menurut Kebiasaan Jajan dan Status Gizi**

Variabel	Status Gizi				P
	Tidak Baik		Baik		
	n	%	n	%	
Frekuensi:					
Sering	15	26.3	42	73.7	0.323
Jarang	1	11.1	8	88.9	
Tempat Jajan:					
Lingkungan sekolah	10	19.6	41	80.4	0.167
Luar Sekolah	6	40.0	9	60.0	

Waktu Jajan:					
Jam Sekolah	11	25.0	33	75.0	0.839
Diluar Sekolah	5	22.7	17	77.3	

Hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi jajan dengan status gizi anak SD ( $p = 0,323$ ), ada hubungan yang bermakna antara tempat jajan dengan status gizi anak SD ( $p = 0,167$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara waktu jajan dengan status gizi anak SD ( $p = 0,839$ ).

## PEMBAHASAN

### Hubungan Karakteristik Responden dengan Status Gizi

Hasil penelitian didapat data bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan status gizi anak SD, jenis kelamin dengan status gizi anak SD, uang jajan dengan status gizi anak SD dan pengetahuan gizi dengan status gizi anak SD.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Tinneke (2008)<sup>4</sup> yaitu tidak ada hubungan yang bermakna antara umur dengan status gizi ( $p=0,435$ ) dan tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi ( $p>0,05$ ), tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi ( $p>0,05$ ). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rijanti (2002)<sup>5</sup> dan Ikhsanudin (2006)<sup>6</sup> yang tidak menemukan adanya hubungan bermakna antara jenis kelamin dan status gizi.

Status gizi kurang lebih banyak ditemukan pada responden yang berusia 11-13 tahun dibandingkan dengan responden yang berusia 9-10 tahun. Hal ini senada dengan hasil penelitian Marbun (2002)<sup>7</sup>, dimana anak yang berumur 10-12 tahun lebih banyak berstatus kurus daripada yang berumur 7-9 tahun. Setyawati (2007) dalam Lestari<sup>8</sup> berpendapat bahwa, salah satu faktor yang mempengaruhi pola konsumsi siswa sekolah dasar kelas 4-6 adalah kebiasaan jajan.

Status gizi kurang lebih banyak terdapat pada responden yang mempunyai pengetahuan kurang dibandingkan responden dengan pengetahuan gizi baik. Keadaan ini kemungkinan dapat terjadi karena ketidakmampuan anak menyerap materi gizi yang disampaikan di sekolah. Selain itu, peran orangtua dalam memberikan pengetahuan gizi kepada anak sangatlah penting.

### **Hubungan Karakteristik Orang Tua dengan Status Gizi Responden**

Hasil penelitian bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan ayah dengan status gizi anak, antara status pekerjaan ibu dengan status gizi anak SD dan antara tingkat pendidikan ibu dengan status gizi anak SD. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Tinneke (2008)<sup>4</sup> bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara pendidikan ayah dengan status gizi ( $p>0,05$ ), tidak terdapat hubungan bermakna antara pekerjaan ibu dengan status gizi ( $p>0,05$ ), tidak terdapat hubungan bermakna antara pendidikan ibu dengan status gizi ( $p>0,05$ ).

Namun hasil ini berbeda dengan penelitian Marbun<sup>7</sup> yang menemukan ada hubungan yang bermakna antara pendidikan ayah dengan status gizi dan ada hubungan status pekerjaan ibu dengan status gizi.

Tingkat pendidikan tidak selalu sejajar dengan pengetahuan gizi dan bukan merupakan faktor yang langsung mempengaruhi status gizi. Tinggi pendidikan berpengaruh pada pengetahuan, karena belum tentu pendidikan yang tinggi juga diikuti dengan pengetahuan gizi yang baik. Banyak faktor yang mempengaruhi keadaan ini, diantaranya adalah perilaku, kebiasaan dan budaya pemilihan makanan. Meskipun mempunyai pendidikan yang tinggi, tetapi jika perilaku makan tidak mendukung maka akan berdampak terhadap keadaan gizinya.<sup>4</sup>

Status gizi kurang lebih banyak ditemukan pada responden yang ibunya tidak bekerja dengan tingkat pendidikan yang tinggi. Status pekerjaan ibu dapat mempengaruhi perilaku dan kebiasaan makan anak. Seharusnya ibu yang tidak bekerja mempunyai banyak waktu untuk mempersiapkan dan menyediakan kebutuhan makan bagi keluarganya. Sedangkan tingkat pendidikan ibu yang tinggi tidak diimbangi dengan pengetahuan gizi yang baik. Keadaan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya perilaku makan, kebiasaan makan, waktu makan, budaya pemilihan makanan, lingkungan fisik/social dan status pekerjaan ibu.

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

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi jajan dengan status gizi anak SD, ada hubungan tempat jajan dengan status gizi anak SD, serta tidak ada hubungan waktu jajan dengan status gizi anak SD. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Suwaiba<sup>8</sup> tidak ada hubungan antara frekuensi jajan disekolah dengan status gizi baik dengan indeks BB/U maupun BB/TB serta penelitian Nuryati (2005)<sup>9</sup> bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi jajan di sekolah dengan status gizi dengan indeks BB/TB.

Moehji (2003) berpendapat bahwa, terlalu sering mengkonsumsi makanan jajanan akan mempengaruhi status gizi karena makanan jajanan tersebut kebanyakan mengandung tinggi karbohidrat, sehingga membuat cepat kenyang, selain itu kebersihan dari jajanan itu sangat diragukan.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak ada hubungan karakteristik responden dan karakteristik orang tua dengan status gizi.
2. Tidak ada hubungan kebiasaan jajan dengan status gizi.

Disarankan agar peran orang tua dan guru sangat diperlukan untuk mengubah kebiasaan jajan. Orang tua perlu membiasakan anaknya untuk sarapan pagi dengan makanan yang bergizi sebelum ke sekolah karena hal ini penting untuk persiapan anak melakukan aktivitas di sekolah. Anak yang sarapan biasanya akan lebih dapat menahan keinginannya untuk jajan. Anak perlu diberikan bekal makanan dari rumah karena lebih terjamin kebersihan dan keamanannya. Bekal juga dapat berupa jajanan.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Yulianingsih,P. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan di Madrasah Ibtidaiyah Tanjunganom Kec. Baturetno, Kab Wonogiri*. [online], dari : <http://www.docstoc.com> [23 Mei 2011]. 2009.
2. Lestari, TP, *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Jajanan dengan Morbiditas dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Wilayah Kartasura*. 2008. [online], dari: <http://etd.eprints.ums.ac.id> [tanggal akses 23 Mei 2011].
3. Nuryanto. *Studi Prevalensi Masalah Gizi Ganda Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah di Kota Lubuklinggau*. Jurusan Gizi Poltekkes Depkes Palembang [online], dari : <http://www.wnpg.org>. Palembang.
4. Tinneke P. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi Kurang Pada Siswa Sekolah Dasar di 3 Kecamatan Kabupaten Kampar Tahun 2007*. [Skripsi]. FKM UI. 2008.
5. Rijanti. *Hubungan Konsumsi Makanan Dan Factor-Faktor Lain Dengan Status Gizi Anak SD PSKD Kwitang VIII Depok, Tahun 2001* [Tesis]. FKM UI Rineka Cipta. Jakarta. 2002.
6. Ikhsanudin. *Hubungan Anatar Pengetahuna Ibu Tentang Gizi Dan Kesehatan Serta Faktor-Faktor Lain dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Kelas 1-3 SD Pada 6 SD Terpilih Di Kopta Cirebon Tahun 2006*. [Tesis]. FKM UI Depok. 2006.
7. Marbun, Rosmida M. *Hubungan Konsumsi Makanan, Kebiasaan Jajan dan Pola Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Siswa Tahun 2002*. [Tesis]. FKM UI. Depok. 2002.
8. Suwaiba, Erna. *Hubungan Kebiasaan Jajan Di Sekoalh Dengan Status Gizi Pada Anak Sdn Ngesrep I Kecamatan Semarang Selatan Kodia Semarang*. <Http://Eprints.Undip.Ac.Id/15405/> 1997.
9. Nuryati, Wahyu. *Hubungan Antara Frekuensi Jajan Di Sekolah dan Status Gizi Siswa Kelas IV nan V SD Negeri Wonotingal 01-02 Candisari Semarang Tahun Ajaran 2004/2005*. 2005.
10. RSCM, Persagi. *Penuntun Diit Anak*. Jakarta: Gramedia. 2003.
11. Sediaoetama. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jilid 1. Jakarta: Dian Rakyat. 2004.