

# KEBIASAAN MENGONSUMSI JAJAN TERHADAP STATUS GIZI PADA ANAK SEKOLAH PENGGUNA KATERING DAN NON-KATERING

## SNACKING HABIT ON NUTRITIONAL STATUS OF CATERING AND NON-CATERING STUDENTS FOOD CONSUMER

Iken Rahma Mahesty<sup>1</sup>, Indah Nuraeni<sup>2</sup>, Hidayah Dwiyantri<sup>3</sup>  
<sup>1,2</sup> Prodi Ilmu Gizi, FIKES Universitas Jenderal Soedirman  
<sup>2</sup> Jurusan Teknologi Pengolahan Pangan, Universitas Jenderal Soedirman

E-mail: [kenmahesty2gmail.com](mailto:kenmahesty2gmail.com)

### ABSTRACT

*This research aims to know the difference between snacking habit and nutritional status of catering and non-catering food consumer in SD-UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh as well as knowing the correlation between snacking habit and nutritional status in SD UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh. This research used cross sectional design with thirty eight respondents were collected by Simple Random Sampling method. Snacking habit was obtained by using FFQ. The data were analyzed by using Chi-Square and Mann Whitney analysis. Univariate analysis showed that the snacking habit on catering food consumers was 28.5%, whereas on non-catering food consumers was 76.5%. Bivariate analysis result showed the difference between snacking ( $p= 0.004$ ) and nutritional status ( $p= 0.044$ ) on catering and non-catering food consumers in SD UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh. There was no correlation between snacking habit and the nutritional status in SD UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh ( $p= 0,117$ ) and ( $p=0,142$ ). There was difference in snacking habit and nutritional status on students who were catering and non-catering consumers in SD UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh and there was no correlation between snacking habit and nutritional status in SD UMP Purwokerto and SDN 2 Dukuhwaluh.*

**Key words:** Snacking habit, Nutritional status, catering food, non-catering food.

### ABSTRAK

Kebiasaan mengonsumsi jajan dapat mempengaruhi status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kebiasaan jajan dan status gizi anak sekolah pengguna katering dan non-katering serta mengetahui hubungan kebiasaan jajan terhadap status gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan 38 responden dengan metode *Simple Random Sampling*. Kebiasaan konsumsi jajan diperoleh menggunakan *FFQ*. Data di analisis menggunakan uji *Chi-Square* dan uji *Mann Whitney*. Hasil uji univariat menunjukkan bahwa pada anak sekolah pengguna katering kebiasaan jajan yaitu sebesar 28,5% sedangkan anak sekolah yang non-katering sebesar 76,5%. Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat perbedaan kebiasaan jajan ( $p = 0,004$ ) dan status gizi ( $p= 0,044$ ) pada anak sekolah pengguna katering dan non-katering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh serta tidak terdapat hubungan antara kebiasaan jajan terhadap status gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh ( $p= 0,117$ ) dan ( $p= 0,142$ ). Terdapat perbedaan kebiasaan konsumsi jajan dan status gizi pada anak sekolah pengguna katering dan non-katering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh serta tidak terdapat hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi di SD UMP Purwokerto dan di SDN 2 Dukuhwaluh.

**Kata Kunci:** Kebiasaan jajan, Status Gizi, katering, non-katering.

## **PENDAHULUAN**

Usia sekolah merupakan periode yang sangat menentukan kualitas seorang manusia dewasa nantinya, kebutuhan gizi pada masa anak-anak harus dipenuhi agar proses pertumbuhan dan perkembangan fisik anak menuju kedewasaan tidak mengalami gangguan. Menurut Suharjo (2003), meskipun laju pertumbuhan anak usia sekolah mengalami penurunan dibandingkan periode sebelumnya, namun per satuan berat badan, anak-anak sekolah membutuhkan makanan yang lebih banyak daripada orang dewasa.

Konsumsi makanan anak usia Sekolah Dasar (SD) diperoleh dari makanan yang dikonsumsi di rumah maupun di lingkungan sekolah, makanan yang berada di rumah dapat berupa makanan yang dimasak maupun makanan jajanan. Makanan yang dikonsumsi di lingkungan sekolah dapat berasal dari bekal sekolah, *catering* (*school feeding* / penyelenggaraan makan), maupun makanan jajanan yang dibeli di sekitar sekolah (Moehji, 2003).

Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan

mengancam kesehatan anak serta nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Susanto, 2003). Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui perbedaan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi anak sekolah pengguna katering dan non-katering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian ini adalah penelitian komparasi dan korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 38 orang dimana 21 orang dari SD UMP Purwokerto (katering) dan 17 orang dari SDN 2 Dukuhwaluh (non-katering). Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu siswa kelas 5 yang berusia diantara 10-12 tahun, bersedia mengisi kuesioner dan FFQ, dan siswa yang hadir pada saat penelitian. Teknik *sampling* pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Metode analisis menggunakan uji *Chi-square* dan uji *Mann Whitney*.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

No	Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	19	50
2.	Perempuan	19	50
Total		38	100

Distribusi jenis kelamin responden untuk laki-laki 50% dan perempuan 50%.

**Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Uang Saku**

No	Jumlah Uang Saku (Rp)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	1000-5000	29	76,3
2.	>5000	9	23,7
Total		38	100

Distribusi uang saku responden sebagian besar berjumlah 1000-5000 (76,3%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Jajan SD UMP Purwokerto (Pengguna Katering)**

No	Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Tidak Sering Jajan	15	71,5
2	Sering Jajan	6	28,5
Total		21	100

Distribusi frekuensi jajan pengguna katering sebagian besar tidak sering jajan (71,5%).

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Jajan SDN 2 Dukuhwaluh (Non-katering)**

No	Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
----	----------	----------------	----------------

1	Tidak Sering Jajan	4	23,5
2	Sering Jajan	13	76,5
Total		17	100

Distribusi Frekuensi jajan non-katering sebagian besar sering jajan (76,5%).

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Status Gizi di SD UMP Purwokerto (Pengguna Katering)**

No	Status Gizi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal	12	57,1
2	Gemuk	3	14,3
3	Obesitas	6	28,6
Total		21	100

Distribusi frekuensi status gizi pada pengguna katering sebagian besar normal 57,1%, gemuk 14,2% dan obesitas 28,4%.

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Status Gizi di SDN 2 Dukuhwaluh (Non-katering)**

No	Status Gizi	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1	Normal	14	82,4
2	Gemuk	2	11,8
3	Obesitas	1	5,8
Total		17	100

Distribusi frekuensi status gizi pada non-katering sebagian besar normal 82,3%, gemuk 11,7% dan obesitas 5,8%.

### 2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabulasi silang yang dimasukkan untuk mengamati dan mengetahui perbedaan konsumsi jajan dan status gizi anak sekolah pengguna katering di SD UMP Purwokerto dan non-katering di SDN 2 Dukuhwaluh serta mengetahui hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan terhadap status gizi.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* (Tabel 7), diketahui nilai *p* kebiasaan jajan yaitu sebesar 0,004 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan kebiasaan jajan antara SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh, sedangkan untuk nilai *p* status gizi yaitu sebesar 0,044 ( $p < 0,05$ ) yang juga menunjukkan ada perbedaan status gizi antara SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh.

**Tabel 7 Uji Perbedaan Kebiasaan Konsumsi Jajan dan Status Gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh**

No	Kategori	Kelompok	Mean Rank	Z	P
1	Kebiasaan Jajan	SD UMP	15,43	- 2,897	0,004
		SDN 2 Dukuhwaluh	24,53		
2	Status Gizi	SD UMP	22,24	- 2,010	0,044
		SDN 2 Dukuhwaluh	16,12		

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi-square* (Tabel 8), didapatkan nilai *p* yaitu sebesar 0,117 ( $p$

$> 0,05$ ) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi di SD UMP.

**Tabel 8 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajan Terhadap Status Gizi di SD UMP Purwokerto**

No	Kategori	Status Gizi						Total	P	
		Normal		Gemuk		Obesitas				
		n	%	n	%	n	%			
1	Tidak Sering Jajan	10	66,7	2	13,3	3	20	15	100	0.117
2	Sering Jajan	1	16,7	2	33,3	3	50	6	100	

**Tabel 9 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajan Terhadap Status Gizi di SDN 2 Dukuhwaluh**

No	Kategori	Status Gizi						Total		P
		Normal		Gemuk		Obesitas		n	%	
		n	%	n	%	n	%			
1	Tidak Sering Jajan	3	75%	0	0	1	25	4	100	0,142
2	Sering Jajan	11	84,6	2	15,4	0	0	13	100	

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi-square* didapatkan nilai *p* yaitu sebesar 0,142 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi di SDN 2 Dukuhwaluh.

## PEMBAHASAN

### 1. Perbedaan Kebiasaan Konsumsi Jajan dan Status Gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Mann-Whitney* diketahui nilai *p* kebiasaan jajan yaitu sebesar 0,004 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan kebiasaan jajan antara SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *mann-whitney* diketahui nilai *p* status gizi yaitu sebesar 0,044 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan ada perbedaan status gizi antara SD UMP

Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh.

Adanya perbedaan kebiasaan konsumsi jajan dan status gizi pada anak sekolah pengguna katering dan non-katering bisa disebabkan karena anak sekolah non-katering merasa lapar pada saat siang hari dan tidak tersedianya makan siang dari sekolah sehingga lebih sering membeli jajanan di sekolah pada saat jam istirahat (Luthfi, 2009). Selain itu, tingginya rata-rata nilai status gizi pada anak sekolah pengguna katering dibandingkan dengan anak sekolah non-katering disebabkan karena asupan energi dan protein anak sekolah pengguna katering lebih tinggi yang didapatkan dari makan siang yang disediakan oleh sekolah. Asupan energi dan protein yang tinggi berhubungan dengan status gizi, energi yang cukup memungkinkan anak untuk bisa melaksanakan kegiatannya sehari-hari seperti bermain, belajar, berekreasi dan untuk tumbuh (Sunarti, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan

penelitian Luthfi (2009) bahwa anak yang bersekolah di SD negeri atau tanpa adanya penyelenggaraan makan (katering) lebih sering jajan di sekolah dibandingkan dengan anak yang bersekolah di SD dengan penyelenggaraan makan (katering). Penelitian Sunarti (2013) yang dilakukan di Yogyakarta terhadap 78 anak usia 6-9 tahun menunjukkan hasil terdapat perbedaan rata-rata nilai status gizi antara anak sekolah pengguna katering dan non-katering. Pada anak sekolah pengguna katering rata-rata nilai status gizinya lebih tinggi yaitu - 0,1397 dibandingkan dengan anak sekolah non-katering yaitu - 0,9749.

## **2. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajan terhadap Status Gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh**

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* didapatkan nilai  $p > 0,05$  yang menunjukkan tidak ada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh.

Tidak adanya hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan terhadap status gizi bisa disebabkan karena asupan makanan keseluruhan, baik makanan utama maupun makanan jajanan

bukanlah satu-satunya faktor yang membentuk status gizi seseorang. Faktor-faktor yang berperan terhadap status gizi tersebut pada dasarnya terdiri dari dua bagian, yaitu faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor internal yang sangat berpengaruh terhadap status gizi adalah potensi genetik (Almatsier, 2001). Selain itu, anak usia sekolah juga memiliki aktivitas bermain yang menguras banyak tenaga, dengan demikian terjadi ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Akibatnya tubuh anak menjadi kurus (Lisdiana, 2004).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Marhamah (2014) pada 100 anak sekolah dasar kelas 4,5, dan 6 di Kota Serang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan terhadap status gizi dengan nilai  $p$  sebesar 0,945 ( $p > 0,05$ ). Penelitian lain yang dilakukan oleh Sumiarsih (2010) pada anak sekolah dasar di Sleman, Yogyakarta menunjukkan juga tidak terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan terhadap status gizi dengan nilai  $p$  sebesar 0,653 ( $p > 0,05$ ).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuni (2012) pada 32 anak sekolah dasar di

Semarang yang menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan konsumsi jajan terhadap status gizi dengan nilai  $p$  sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa seringkali anak sekolah mengonsumsi jajanan beresiko 7 kali terhadap terjadinya status gizi lebih.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan kebiasaan mengonsumsi jajan

dan status gizi pada anak sekolah pengguna katering dan nonkatering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh serta tidak ada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan terhadap status gizi pada anak sekolah pengguna katering dan nonkatering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh. Pihak sekolah sebaiknya hanya menyediakan jajanan sehat yang bebas pewarna, pengawet dan pemanis makanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier S. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman MB. 2010. *Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2005.
- Coitinho D. 2000. *Understanding Human Rights Approches to Food and Nutritional Security in Brazil*. SCN News: 18.
- Depkes RI. 2006. *Higiene dan Sanitasi Makanan*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Jeliffe, Jeliffe. 1996. *The Assessment of The Nutritional Status of The Community*. WHO.
- Lisdiana. 2004. *Waspada Terhadap Kelebihan dan Kekurangan Gizi*. Bandar Lampung.
- Luthfi R. *Kontribusi Makanan di Sekolah dengan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Bogor*, [http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/12270/109Ira\\_abstract](http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/12270/109Ira_abstract). diakses 10 Mei 2016.
- Marhamah. 2014. *Perilaku Konsumsi dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Serang*. <http://jurnal.ut.ac.id/JMST/article/view/16>, diakses 12 Mei 2016.
- Moehji S. 2003. *Ilmu Gizi 2*. Jakarta: Papar Sinar.
- Mukrie AN. 1990. *Manajemen Pelayanan Gizi dan status gizi pada anak sekolah pengguna katering dan nonkatering di SD UMP Purwokerto dan SDN 2 Dukuhwaluh*. Pihak sekolah sebaiknya hanya menyediakan jajanan sehat yang bebas pewarna, pengawet dan pemanis makanan.
- Institusi Dasar*. Jakarta: Depkes RI.
- Muliadi. 2007. *Peranan Gizi yang Berkualitas dalam Mencegah Malnutrisi pada Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Samudra Ilmu. 358.
- Murray RK dan Granner DK. 2003. *Illustrade Biochemistry, Lange Medical Books*. Newyork. 473.
- Riduwan dan Akdon. 2009. *Rumus dan Data dalam Aplikasi Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Sastroasmoro S dan Ismael S. 2008. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi ke-3*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suharjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sunarti. 2013. *Perbedaan Asupan Energi, Protein, dan Status Gizi Anak Usia Prasekolah di Sekolah dengan Model School Feeding dan Non School Feeding*, <http://www.e-jurnal.com/2015/05/perbedaan-asupan-energi-protein-dan.html>, diakses 12 Mei 2016.
- Supriasa. 2001. *Gizi dalam Masyarakat*. Jakarta: Elex Media.
- Suroso AY. 2009. *Manajemen Alam Sumber Pendidikan Nilai*. Bandung: Mughni Sejahtera.
- Susanto. 2006. *Gizi dan Kesehatan*. Malang: Bayu Media.

Widajanti L. *Survei Konsumsi Gizi*. Semarang: UNDIP Press. 58

World Health Organization (WHO). 2015. *Essential Safety Requirements for Street-Vended Foods* [serial online], <http://www.who.int>, diakses 11 Mei 2016.

Yuni YM. 2012. *Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang*, <http://www.ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/2108/2128>, diakses 12 Mei 2016.