

Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Energi dan Kebiasaan Mengonsumsi Jajanan dengan Status Gizi Pada Siswa di SDN Ciracas 15 Pagi

Reza Romadhika Alwi¹, Mohammad Furqan², Ahmad Faridi³

¹²³Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof Dr. Hamka Jakarta
email: mfurqan@uhamka.ac.id

Abstract

The school age period is a period of growth and development for children leading to adolescence, making them vulnerable to nutritional disorders. According to the World Health Organization (WHO), school age children are children aged 7-15 years. One of the characteristics of elementary school children is that they have a habit of choosing foods that contain high levels of fatty calories and high-calorie drinks. This can cause an increase in Body Mass Index (BMI), thereby affecting children's nutritional status. The aim of this research was to determine the relationship between nutritional knowledge, energy intake and the habit of consuming snacks at school with the nutritional status of children aged 10-12 years at SDN Ciracas 15 Pagi. This research method uses quantitative with a cross sectional study design, with independent and dependent variables. The independent variable consists of nutritional knowledge, energy intake and snack consumption habits and the dependent variable is nutritional status. The sampling technique used purposive sampling with a sample of 121 students aged 10-12 years who attended SDN Ciracas 15 Pagi who met the inclusion criteria. The statistical analysis used in this research was the Chi Square statistical test by distributing knowledge forms regarding nutritional knowledge and conducting 2 x 24 hour food recall interviews for energy intake, FFQ forms regarding snack habits. The research results showed that there was no relationship between nutritional knowledge and energy intake on nutritional status (p value = 0.746) and there was a relationship between the habit of consuming snacks and nutritional status (p value = 0.002).

Keywords: Energy Intake, Snack Consumption, Nutritional Knowledge, Nutritional Status

Abstrak

Masa usia sekolah adalah masa tumbuh kembang anak menuju masa remaja sehingga rentan terkena gangguan gizi. Menurut *World Health Organization* (WHO) anak usia sekolah adalah anak yang memasuki usia 7-15 tahun. Salah satu karakteristik anak sekolah dasar yaitu memiliki kebiasaan dalam memilih makanan yang mengandung tinggi kalori berlemak dan minuman berkalori. Hal tersebut dapat menyebabkan meningkatnya Indeks Massa Tubuh (IMT) sehingga mempengaruhi status gizi anak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajanan di sekolah dengan status gizi pada anak usia 10-12 tahun di SDN Ciracas 15 Pagi. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*, dengan variabel independen dan dependen. Variabel independen yaitu terdiri dari pengetahuan gizi, asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajanan dan variabel dependen adalah status gizi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan sampel sebanyak 121 siswa yang usia 10-12 tahun yang bersekolah di SDN Ciracas 15 Pagi yang memenuhi kriteria inklusi. Analisis statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Statistik *Chi Square* dengan membagikan *form* pengetahuan mengenai pengetahuan gizi dan melakukan wawancara *food recall* 2 x 24 jam untuk asupan energi, *form* FFQ terkait kebiasaan jajanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan asupan energi terhadap status gizi (p value = 0,746) dan terdapat hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajanan dengan status gizi (p value = 0,002)..

Kata Kunci : Asupan Energi, Konsumsi Jajanan, Pengetahuan Gizi, Status Gizi

© 2025 Jurnal Pustaka Padi

1. Pendahuluan

Masa usia sekolah adalah masa tumbuh kembang anak menuju masa remaja sehingga rentan terkena gangguan gizi. Menurut World Health Organization (WHO) anak usia sekolah adalah anak yang memasuki usia 7-15 tahun. Pada gizi anak usia sekolah, jika status gizi terjadi gangguan gizi kurang maupun gizi lebih maka pertumbuhan dan perkembangan tidak akan berlangsung secara optimal. Salah satu karakteristik anak sekolah dasar yaitu memiliki kebiasaan dalam memilih makanan yang mengandung tinggi kalori berlemak dan minuman berkalori. Hal tersebut dapat menyebabkan meningkatnya Indeks Massa Tubuh (IMT) sehingga mempengaruhi status gizi. Status gizi merupakan faktor penting untuk mencapai kesehatan optimal, dengan status gizi mencerminkan keseimbangan makanan dan zat gizi jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh [1].

Masalah gizi pada anak usia sekolah di Indonesia tergolong dengan status gizi yaitu kurus, gizi lebih, dan obesitas. Berdasarkan data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa terdapat 6,8% anak usia sekolah 5-12 tahun di Indonesia mengalami gizi kurus dan 10,8% anak usia sekolah dasar mengalami gizi lebih. Selain itu, prevalensi status gizi anak usia sekolah 5-12 tahun di DKI Jakarta didapatkan 6% mengalami gizi kurus dan 15,2% mengalami gizi lebih. Prevalensi status gizi anak usia sekolah 5-12 tahun di Jakarta Timur 7% anak mengalami gizi kurus, dan 15,46% mengalami gizi lebih [2].

Salah satu faktor resiko status gizi yaitu pengetahuan gizi, pengetahuan gizi merupakan pengetahuan terkait makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang baik di konsumsi sehingga tidak menimbulkan masalah penyakit [3]. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas pemilihan makanan seseorang [4]. Menurut penelitian Namira Siti et al., (2023) pengetahuan gizi yang kurang berpengaruh terhadap asupan makan di rumah dan anak menjadi sering mengonsumsi jajan yang berasal dari jenis fast food dan soft drink [5]. Hal ini di dukung oleh pernyataan penelitian Amalia, et al., (2023) (menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa SDN Rawa Badak Utara 01 Jakarta Utara dengan nilai (p value = $0,000 < \alpha = 0,05$) dimana 50% siswi memiliki pengetahuan gizi kurang dengan status gizi lebih.

Faktor penyebab dari status gizi selanjutnya yaitu asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajan, energi yang tidak mencukupi mengganggu kemampuan fisik dan kognitif anak, serta berpotensi menimbulkan masalah gizi. Salah satu penyebab masalah status gizi yaitu jika

asupan energi kurang berdampak besar pada kesehatan anak akan menghambat pertumbuhan fisik yang berdampak pada produktivitas kerja menurun sehingga menyebabkan kurang gizi (Anuradha & Anand, 2020). Sebaliknya, dampak kelebihan gizi terutama asupan energi yang di konsumsi makanan dan minuman tinggi kalori akan menyebabkan obesitas [6]. Faktor lain penyebab status gizi yaitu pemilihan makanan anak akan mempengaruhi pada kebiasaan siswa terhadap mengonsumsi jajan [7]. Anak yang sering mengonsumsi makanan berlemak dan berenergi tinggi, seperti cepat saji atau *fast food*, memiliki kemungkinan lebih besar mengalami obesitas. Hal ini di dukung oleh pernyataan penelitian Nasriyah, et al., (2021), menunjukkan adanya pengaruh asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajan dengan status gizi pada siswa SDN 06 Pagi Jakarta Timur dengan nilai (p value = $0,000 < \alpha = 0,05$) dimana 70% siswa dengan status gizi obesitas di pengaruhi oleh asupan energi lebih seperti makanan cepat saji (*fast food*) yaitu hamburger, kebab, martabak, kentaki dan lumpia. Dan penelitian ini juga menemukan bahwa siswa yang memiliki status gizi obesitas pada mengonsumsi jajan dengan kategori sering sebesar (88,7%) [8]

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, didapatkan bahwa data status gizi siswa kelas VI di SDN Ciracas 15 Pagi yaitu dengan kategori gizi kurus sebanyak 6 anak (18,75%), normal sebanyak 10 anak (31,25%) dan gizi lebih sebanyak 16 (50%). Berdasarkan pengamatan peneliti disekitar SD Ciracas 15 Pagi di Jakarta Timur, di dalam sekolah terdapat kantin yang banyak aneka jajanan yaitu makanan seperti : kebab, cilor, siomay, papeda, nugget, sosis, telur gulung, sotong, tahu bulat, donat, piscok dan martabak untuk minuman seperti : tea jus, teh sisri, teh poci, es buah, es mambo, tea jus, teh sisri, teh poci dan es buah dengan harga yang terjangkau serta makanan dan minuman yang kekinian. Selain itu, belum ada penelitian tentang hubungan pengetahuan gizi, asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini berbeda dengan penelitian lainnya yaitu perbedaan variabel penelitian, lokasi dan waktu pengumpulan datanya.

Maka peneliti memiliki ketertarikan melaksanakan riset lebih lanjut terkait Pengetahuan Gizi, Asupan Energi Dan Kebiasaan Mengonsumsi Jajan dengan status gizi siswa usia 10-12 tahun di SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta Timur.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif adalah

sebuah metode penelitian yang di dalamnya menggunakan banyak angka. Sedangkan jenis penelitian ini adalah *observasional study* dengan teknik *Purposive Sampling* dan desain *cross sectional* dengan variabel dependen dan independen. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah status gizi. Sedangkan variabel independen pada penelitian ini adalah pengetahuan gizi, asupan energi dan kebiasaan mengonsumsi jajan pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi.

Lokasi penelitian adalah tempat penulis melakukan penelitian. Adapun penelitian ini dilakukan di SDN Ciracas 15 Pagi Jl. Pengantin Ali Kel. Ciracas, Kec. Ciracas, Kota Jakarta Timur. Penelitian ini akan dilaksanakan pada Bulan Agustus 2024.

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2014). Untuk diteliti secara langsung, sampel harus memenuhi kriteria tertentu dan diambil dari populasi sasaran. Sampel penelitian yang digunakan adalah siswa kelas 5 dan 6 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sampel dalam penelitian ini adalah siswa SDN Ciracas 15 Pagi.

Kriteria inklusi dari subjek, yaitu :

- (1) Siswa/I SD Ciracas 15 Pagi dengan usia 10-12 tahun,
- (2) Siswa usia 10-12 tahun,
- (3) Bersedia menjadi responden dan
- (4) Siswa dapat berkomunikasi dengan baik.

Sementara kriteria eksklusinya, yaitu:

- (1) Siswa yang sedang sakit tidak hadir sekolah
- (2) Siswa yang mengundurkan diri pada saat melakukan penelitian atau pengambilan data.

Tabel 2.1 Besar Minimal Sampel Berdasarkan Penelitian Terdahulu

Variabel Dependen	Variabel Independen	P 1	P 2	N	Sumber
Status gizi	Pengetahuan gizi	0.59	0.32	55	Suaib (2023)
Status gizi	Asupan energi	0.53	0.15	53	Octaviani (2018)
Status gizi	Kebiasaan jajan	0.66	0.24	42	Julinar (2021)

Berdasarkan tabel 2.1, perhitungan besar sampel minimal diatas didapatkan hasil bahwa besar sampe minimal variabel kebiasaan jajan lebih besar dari variabel lain dan diperoleh sebanyak 55 sampel. Karena penelitian menggunakan uji dua proporsi maka hasil sampel perlu dikalikan 2 menjadi 110 sampel dan ditambahkan 10% untuk menghindari drop out menjadi 121 sampel/siswa.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Analisis Univariat

3.1.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini sebanyak 121 siswa/I dengan karakteristik yaitu jenis kelamin, usia dan kelas. Gambaran distribusi karakteristik pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta disajikan dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel Penelitian	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	60	49,6
Perempuan	61	50,4
Total	121	100
Usia		
10 tahun	7	5,8
11 tahun	86	71,1
12 tahun	28	23,1
Total	121	100

Berdasarkan tabel 3.1 diketahui bahwa responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 (50,4%). Dapat dilihat juga responden lebih banyak berada di usia 11 tahun sebanyak 86 (71,1%).

3.1.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi

Variabel Penelitian	n	%
Status Gizi		
Gizi Lebih (jika Z-Score > +1 SD)	54	44,6
Gizi Tidak Lebih (jika Z-Score -2 SD s/d 1 SD)	67	55,4
Total	121	100

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar dalam penelitian ini memiliki status gizi tidak lebih sebesar (55,4%) sementara yang memiliki status gizi dalam kategori gizi tidak lebih sebesar (44,6%). Indikator status gizi dalam penelitian ini adalah pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan yang di ukur secara langsung.

3.1.3 Distribusi Pengetahuan Gizi Siswa

Gambaran pengetahuan berdasarkan hasil pengisian kuesioner sebanyak 20 soal. Pengetahuan dikategorikan kurang apabila skor < 60%, dikategorikan cukup apabila skor ≥ 60%. Distribusi pengetahuan gizi pada siswa SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Variabel Penelitian	n	%
Pengetahuan Gizi		
Kurang (<60)	63	52,1
Cukup (≥60)	58	47,9
Total	121	100

Berdasarkan tabel 3.3 sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi kurang sebesar (52,1%) sementara pengetahuan gizi dalam kategori cukup sebesar (47,9%).

3.1.4 Distribusi Frekuensi Asupan Energi

Gambaran berdasarkan hasil wawancara. Didapatkan melalui makanan maupun minuman yang dikonsumsi siswa/i dengan hasil metode food recall 2x24 jam tidak berturut-turut. Distribusi asupan energi pada siswa SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan

Asupan Energi			
Variabel Penelitian		n	%
Asupan Energi			
Tidak sesuai ketentuan (jika asupan <100% dan > 130% AKE)		72	59,5
Sesuai ketentuan (jika asupan 100% - 130% AKE)		49	40,5
Total		121	100

Berdasarkan tabel 3.4, menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki asupan energi yang tidak sesuai ketentuan sebesar (59,5%). Sedangkan asupan energi dalam kategori sesuai ketentuan sebesar (40,5%).

3.1.4 Distrubusi Frekuensi Kebiasaan Jajan

Gambaran berdasarkan hasil wawancara. Didapatkan melalui makanan maupun minuman yang berasal dari pedagang di kantin sekolah yang dibeli oleh responden dan dikonsumsi pada siswa SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Jajan

Variabel Penelitian	N	%
Kebiasaan Jajan		
Sering (≥ 3 /minggu)	110	90,9
Jarang (< 3 /minggu)	11	9,1
Total	121	100

Berdasarkan tabel 3.5 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kebiasaan jajan sering sebanyak (90,9%) dan jajan yang sering dikonsumsi oleh siswa yaitu : martabak telur, kebab, batagor, piscok, cilung. Papada, cilor, tahu bulat, nugget, donat, sosis, donat lalu untuk minuman yaitu : tea jus dan teh srisi sementara yang memiliki kebiasaan jajan dalam kategori jarang sebanyak (9,1%).

3.2 Analisis Bivariat

3.2.1 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Pada Siswa Sekolah

Hasil analisis bivariat antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa sekolah dasar usia 10-12 tahun di SDN Ciracas 15 Pagi Jakarta Timur, dapat dilihat pada tabel 3.8 berikut ini:

Tabel 3.8 Distribusi Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi

Pengetahuan Gizi	Status gizi				Total	P value
	Gizi Lebih (jika Z-Score > +1 SD)		Gizi Tidak Lebih (jika Z-Score < -2 SD s/d 1 SD)			
	N	%	N	%		
Kurang	29	46,0	34	54,0	63	100
Cukup	25	43,1	33	56,9	58	100
Total	54	44,6 %	67	55,4 %	121	100 %

Hasil penelitian tabel 3.8 hasil penelitian dengan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi dengan P value = 0,746 (lebih besar dari $\alpha = 0,05$). Proporsi responden yang pengetahuan gizi cukup memiliki status gizi tidak lebih sebesar (56,9%) sedangkan pengetahuan gizi kurang memiliki status gizi lebih sebesar (46,2%).

3.2.2 Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar

Hasil analisis bivariat hubungan asupan energi dengan status gizi dapat dilihat pada tabel 3.9 berikut ini:

Tabel 3.9 Distribusi Asupan Energi Dengan Status Gizi

Status gizi						
Asupan Energi	Gizi Lebih (jika Z-Score > +1 SD)		Gizi Tidak Lebih (jika Z-Score -2 SD s/d 1 SD)		Total	P value
	N	%	N	%	N	
Tidak sesuai ketentuan (jika asupan 100% dan >130% AKE)	33	45,8%	39	54,2%	72	100%
Sesuai ketentuan (jika asupan 100% - 130% AKE)	21	42,9%	28	57,1%	49	100%
Total	54	44,6%	67	55,4%	121	100%

Hasil penelitian tabel 3.9 hasil penelitian dengan uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi yaitu P value = 0,746 (lebih besar dari $\alpha = 0,05$). Proporsi responden yang asupan energinya sesuai ketuntasan memiliki status gizi tidak lebih sebesar (57,1%) sedangkan asupan energinya tidak

sesuai ketentuan memiliki status gizi lebih sebesar (45,8%).

3.2.3 Hubungan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar

Hasil analisis bivariat hubungan konsumsi jajan terhadap status gizi dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.10 Distribusi Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi

Status gizi							
Kosumsi Jajan	Gizi Lebih (jika Z-Score > +1 SD)		Gizi Tidak Lebih (jika Z- Score -2 SD s/d 1 SD)		Total	PR	P Value
	N	%	N	%			
Sering	54	49,1	56	50,9	110	0,490	0,002
Jarang	0	0,0	11	100,0	11		
Total	54	53,7 %	67	46,3%	121	100 %	

Hasil penelitian tabel 5.13 hasil penelitian dengan uji *Fisher's Exact* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi jajan dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi yaitu *P value* = 0,002. Proporsi responden yang mengonsumsi jajan jarang memiliki status gizi tidak lebih sebesar (100%) sementara itu, mengonsumsi jajan sering memiliki status gizi lebih sebesar (49,1%). Analisis lebih lanjut diperoleh nilai PR didapatkan 0,490 sehingga dapat diartikan bahwa responden yang konsumsi jajan jarang mempunyai faktor protektif untuk memiliki status gizi tidak lebih.

4. Pembahasan

4.1 Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Siswa Di SDN Ciracas 15 Pagi

Pengambilan data diperoleh dari pengisian kuesioner pertanyaan pengetahuan gizi terkait : pengertian gizi seimbang, manfaat zat gizi, sumber zat gizi, kelompok makanan, kandungan vitamin, jumlah makanan, fungsi zat gizi dan dampak zat gizi berjumlah 20 butir pertanyaan. Hasil analisis responden yang pengetahuan gizi cukup memiliki status gizi tidak lebih sebesar (56,9%) sedangkan pengetahuan gizi kurang memiliki status gizi lebih sebesar (46,2%), dari 20 butir pertanyaan tersebut diketahui siswa paling banyak menjawab benar pada pertanyaan no. 7 yaitu "makanan yang mengandung sumber protein hewani adalah ayam, ikan dan udang" dengan (95,0%) dan paling banyak menjawab salah pada pertanyaan no.20 yaitu "kegemukkan merupakan salah satu faktor resiko terjadinya penyakit obesitas" dengan (90,9%) hal ini disebabkan karena siswa belum mengetahui dampak zat gizi terkait penyakit obesitas. Penelitian oleh Hartono et al., (2020) menemukan hasil serupa dengan nilai *p value* = 0,450, yang menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan gizi diperlukan, itu

tidak cukup untuk menjamin status gizi yang optimal. Hasil penelitian oleh Kurniawati dan Yulianto (2019) mendapati *p value* = 0,612, menegaskan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT/U).

Uji hubungan antara variabel pengetahuan gizi dengan status gizi menggunakan uji chi square. Berdasarkan Tabel 3.10 didapatkan nilai *p value* = 0,746 (lebih besar dari $\alpha = 0,05$) dan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi. Hal ini disebabkan karena kurangnya edukasi terkait pengetahuan gizi baik di sekolah dan di lingkungan rumah. Hal ini sejalan dengan penelitian Zuhriyah, (2021) dalam penelitian ini sebanyak 30 responden (54,5%) yang memiliki status gizi normal dan 12 responden (21,8%) yang memiliki status obesitas dengan pengetahuan gizi kurang. Dan sebanyak 16 responden (10,9%) memiliki status gizi normal dan sebanyak 5 responden (9,25%) memiliki status gizi obesitas dengan pengetahuan gizi cukup dan hanya 1 responden dengan pengetahuan baik dengan status gizi normal dengan nilai *P value* 0,368 dan nilai *r* = 0,124 yang dapat diartikan tidak dapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa di SDN Duku Sari [9]. Penelitian yang dilakukan oleh Selviokta, (2024) di SDN Gedangrowo diketahui bahwa 44 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 18 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (69,2%) dengan status gizi normal memiliki pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan gizi tidak selalu mempengaruhi status gizi. Berdasarkan hasil penelitian, nilai *p* pada tabel tabulasi silang antara pengetahuan gizi dengan status gizi yaitu 1,000 ($>0,05$) sehingga H_0 diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi. Ada kecenderungan pengetahuan yang baik memberikan dampak yang baik pula pada status gizi anak. Bila diketahui pengetahuan gizi anak tinggi, kemampuan dalam memilih dan membeli makanan akan cenderung baik.

4.2 Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Siswa Di SDN Ciracas 15 Pagi

Pengambilan data asupan energi menggunakan metode wawancara dengan form recall 24 jam sebanyak dua kali tidak berturut-turut yang dilakukan pada weekday dan weekend. Hasil penelitian yang didapatkan ialah siswa sekolah dasar yang asupan energinya sesuai ketentuan memiliki status gizi tidak lebih sebesar (57,1%) sedangkan asupan energinya tidak sesuai ketentuan memiliki status gizi lebih sebesar (45,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Mulyani et al., (2019) sebagian

besar responden yang memiliki responden dan asupan energi kurang dengan status gizi baik sebanyak 24 responden (52,2,5%) sedangkan asupan energi baik dengan status gizi lebih yaitu sebanyak 3 responden (6,5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Frisca (2019) hasil menunjukkan, didominasi oleh responden yang memiliki status gizi kurus tetapi asupan energi nya sedang sebanyak 8 orang (34,8%), diikuti dengan responden yang memiliki status gizi kurang tetapi dengan asupan energi yang baik, sebanyak 5 responden (21,7%). pada penelitian ini ditemukan responden dengan status gizi kurus dengan asupan energi defisit sebanyak 2 responden (15,4%), dan responden yang status gizi kurang dengan asupan energi kurang sebanyak 1 orang (9,1%) [10].

Uji hubungan antara variabel asupan energi dan status gizi menggunakan uji chi-square. Berdasarkan tabel 5.11 hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi yaitu $P \text{ value} = 0,746$ (lebih besar dari $\alpha = 0,05$). Berdasarkan hasil recall 2x24 jam yang dilakukan peneliti responden lebih banyak mengkonsumsi makanan cepat saji yang memiliki kandungan tinggi sehingga asupan energinya tidak sesuai ketentuan. Penelitian ini sejalan dengan (Mulyati, 2021) Berdasarkan analisis statistik Chi Square, antara asupan energi dengan status gizi dengan $\alpha = 0,05$, diperoleh nilai $p \text{ value} = 0,520$ yang artinya tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan status gizi berdasarkan IMT/U pada siswa SDN Dinamika. Tidak terdapatnya hubungan antara asupan energi terhadap status gizi disebabkan karena pada saat pengisian data food recall responden kurang ingat mengenai apa saja yang dimakan selama 24 jam terakhir disertai dengan porsi maupun ukuran rumah tangga yang kurang tepat. Kurangnya data langsung dari wawancara langsung kepada orang tua responden untuk mengkonfirmasi makanan dan berapa banyak porsi makanan yang dimakan oleh responden. Hal ini dikarenakan faktor-faktor yang memengaruhi status gizi sangat kompleks dan multifaktorial. Selain asupan energi, terdapat banyak faktor lain yang dapat memengaruhi status gizi, seperti faktor genetik, tingkat aktivitas fisik, usia, kondisi kesehatan secara keseluruhan serta asupan mikronutrien seperti kalsium, kalium, natrium, klorida, dan zat besi [11].

4.3 Hubungan Asupan Energi Dengan Staatus Gizi Pada Siswa Di SDN Ciracas 15 Pagi

Pengambilan data kebiasaan jajan diperoleh dengan menggunakan metode wawancara yaitu metode kuesioner FFQ (food frequency questionnaire). Hasil penelitian yang didapatkan ialah siswa sekolah dasar yang memiliki kebiasaan jajan sering sebanyak (90,9%) sementara yang memiliki kebiasaan jajan dalam kategori jarang sebanyak (9,1%). Hasil

penelitian ini sejalan dengan penelitian (Lait, 2019) yang menunjukkan bahwa terdapat (68.8%) siswa-siswi yang memiliki konsumsi jajan tidak baik atau jarang memiliki 55 status gizi yang normal sebanyak 11 orang dan terdapat (14.3%) siswa-siswi yang memiliki pola konsumsi yang sering tetapi memiliki status gizi lebih, sebanyak 2 orang.

Uji hubungan antara variabel kebiasaan jajan menggunakan uji fisher's exact yang merupakan alternative dari uji chi-square. Berdasarkan Tabel 5.12 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi jajan dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi yaitu $P \text{ value} = 0,002$. Proporsi responden yang mengonsumsi jajan jarang memiliki status gizi tidak lebih sebesar (100%). Analisis lebih lanjut di peroleh nilai PR didapatkan 0,490 sehingga dapat diartikan bahwa responden yang konsumsi jajan jarang mempunyai faktor protektif untuk memiliki status gizi tidak lebih. Hal ini sejalan pada penelitian Nasruddin et al., (2019) terdapat hubungan antara konsumsi jajan dengan status gizi dikarenakan bahwa responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang jumlahnya cenderung tidak berlebihan sehingga status gizi responden masih tetap normal selain itu diimbangi dengan aktivitas fisik [12]. Penelitian ini didukung oleh Nasruddin et al., (2019) yang disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi makanan jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Malalayang. Hal ini berarti makanan jajanan dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Walaupun demikian makanan jajanan yang tidak sehat bukanlah makanan yang disarankan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak, karena makanan jajanan yang tidak sehat memiliki dampak negatif bagi kesehatan anak diantaranya, hygiene makanan yang kandungan bakterinya bisa menyebabkan penyakit infeksi. Kemudian, kegemukan dan obesitas terjadi karena anak terus mengkonsumsi makanan dan minuman jajanan berdasarkan keinginan bukan berdasarkan kebutuhan, yang mengakibatkan anak telah memasok kebutuhan energi melebihi kebutuhan yang seharusnya.

Penelitian Nuryani et al., (2019) menemukan bahwa adanya hubungan antara kebiasaan jajan terhadap status gizi dengan nilai ($p = 0,030$) [13]. Namun, penelitian ini tidak didukung oleh penelitian Dominikus et al., (2021) dimana didapatkan hasil nilai sig $0,274 > 0,05$ sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga tidak ada hubungan antara variabel independen pola konsumsi jajan dengan variabel dependen status gizi. Karena peneliti hanya meneliti tentang pola konsumsi jajan anak saja, karena ada banyak faktor yang 56 dapat mendukung atau yang dapat mempengaruhi status gizi anak seperti salah satu faktor penyebab langsung yaitu dilihat dari asupan makan termasuk ketika di rumah, apabila konsumsi makan di rumah

baik dan dijamin oleh orang tuanya, maka anak akan terjaga kesehatannya sehingga status gizi anak akan tetap stabil. Faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak, yaitu persediaan makan di rumah atau perawatan anak oleh orang tua dan pelayanan kesehatan dan sanitasi lingkungan. Hermina (2022) juga menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara kebiasaan jajan dengan status gizi dikarenakan peneliti hanya melihat frekuensi jajan saja tanpa memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan jajanan tersebut [14].

5. Kesimpulan

1. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi dengan nilai p value = 0,746 (lebih besar dari $\alpha = 0,05$).
2. Tidak terdapat hubungan antara asupan energi dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi dengan nilai p value = 0,746 (lebih besar dari $\alpha = 0,05$).
3. Terdapat hubungan antara kebiasaan mengonsumsi jajan dengan status gizi pada siswa di SDN Ciracas 15 Pagi dengan nilai p value = 0,002.

Daftar Rujukan

- [1] Trinursari Sindi, et al (2022). Konsumsi, Aktivitas Fisik, Status Gizi Anak Sekolah Dasar pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Vol.18 No.4, hlm. 234-243.
- [2] Riskesdas (2018). Laporan Riset Dasar. ISBN :978-602-373-118-3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan
- [3] Anuradha, R. K., & Anand, D. (2020). *Impact of Health and Nutrition Education Programmes on Nutritional Status and Dietary Pattern of Adolescent Girls*. Sri Venkateswara University.
- [4] Tyas Fabiandini Rohimah (2019). *Pengetahuan Gizi, Tingkat Konsumsi, Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Santriwati Pondok Pesantren Mahasiswa Syafi'urrohmah Jember*. Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember
- [5] Namira Siti, et al (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Siswa SDN Putat Jaya II Surabaya. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*. Vol. 3 No. 1, hlm. 215–222
- [6] Kuniyati, et al (2021). Hubungan Asupan Energi dan Serat dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa PSKPS FK ULM. *Jurnal Kesehatan*, Volume 6, Nomor 1, 2021.
- [7] Anugraheni, M. D. (2019). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia (6-60) Bulan Di Kelurahan Summersari.
- [8] Nasriyah, Kulsum, U., & Trisanti, I. (2021). Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Desa Tumpangkrasak Kecamatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 123–129
- [9] Zuhriyah, A., Indrawati, V., & Indrawati, V. (2021). Konsumsi Energi, Protein, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 45–52.
- [10] Frisca Amelia (2019). Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Palembang. <https://repository.unsri.ac.id/12345/>
- [11] Naila Fitrah, et al (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Remaja. *Amerta Nutrition*.
- [12] Nasrudin, et al (2019). Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Negeri Malalayang Kota Manado. *Jurnal GIZIDO*
- [13] Nuryani, et al (2019). Kebiasaan Jajan Berhubungan dengan Status Gizi Siswa Anak Sekolah di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.114-122>
- [14] Hermina (2022). Pola Asuh Ibu Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita di Kampung Tarung Kota Waikabubak Kabupaten Sumba Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Alam*.