

**HUBUNGAN PEMILIHAN PANGAN JAJANAN ANAK SEKOLAH DENGAN STATUS GIZI  
PADA ANAK USIA SEKOLAH (6-12 TAHUN) DI SDN SOBONTORO II KECAMATAN BALEN  
KABUPATEN BOJONEGORO TAHUN 2022**

**THE RELATIONSHIP OF SCHOOL CHILDREN'S SNACK FOOD CHOICE WITH  
NUTRITIONAL STATUS IN SCHOOL AGE CHILDREN (6-12 YEARS) AT SDN SOBONTORO II,  
BALEN DISTRICT, BOJONEGORO REGENCY IN 2022**

Sri Mulyani<sup>1</sup>, Dwi Agung Susanti<sup>2</sup>, Nur Hidayah<sup>3</sup>  
[srimulyaniphd859@gamil.com](mailto:srimulyaniphd859@gamil.com)<sup>1</sup>, [dwiagungsusanti85@gmail.com](mailto:dwiagungsusanti85@gmail.com)<sup>2</sup>, [nurhidayah122000@gmail.com](mailto:nurhidayah122000@gmail.com)<sup>3</sup>  
Program Studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rajekwesi Bojonegoro

**ABSTRAK**

Pemenuhan gizi pada anak sekolah sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun kebiasaan jajan anak dapat memicu anak tidak suka makanan yang bergizi dan memilih makanan yang disukai. Kebiasaan jajan anak dapat mempengaruhi status gizi anak. Tujuan penelitian menganalisa hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun).

Desain penelitian analitik korelasional, pendekatan *cross sectional*. Populasinya seluruh siswa kelas 1-5 di SDN Sobontoro II tahun 2022 sebanyak 54 anak, sampel 54 responden dengan teknik *total sampling*. Variabel *independent* yaitu pemilihan pangan jajanan anak sekolah dan variabel *dependent* yaitu status gizi anak. Instrument menggunakan wawancara dan observasi. Pengolahan data dengan *editing*, *coding*, *scoring*, *tabulating* dan analisa data menggunakan tabulasi silang (*Crosstab*).

Hasil penelitian diperoleh mayoritas dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat yaitu sebanyak 51 responden (94,4%), lebih dari sebagian dengan status gizi normal yaitu sebanyak 28 responden (51,9%) dan Tidak ada hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II tahun 2022.

Pemilihan pangan jajanan anak sekolah baik sehat maupun tidak sehat tidak berdampak langsung pada status gizi anak. Namun demikian, upaya pemberian pendidikan kepada anak sekolah tentang pemilihan jajanan yang sehat perlu dilakukan dengan tujuan untuk mengontrol kebiasaan jajan pada anak di lingkungan sekolah agar tidak berlebihan.

**Kata kunci :** *Pangan Jajanan Anak Sekolah, Status Gizi, Anak Usia Sekolah*

**ABSTRACT**

*Fulfillment of nutrition in school children is very important in supporting the growth and development of children. However, children's snack habits can trigger children do not like nutritious food and children prefer to choose the food they like. Children's snack habits can affect the nutritional status of children. The purpose of the study was to analyze the relationship between school children's food choices and the nutritional status of school-age children (6-12 years).*

*Correlational analytic research design, cross sectional approach. The population is all students in grades 1-5 at SDN Sobontoro II in 2022 as many as 54 children, a sample of 54 respondents were obtained by total sampling technique. The independent variable is the selection of school children's snacks and the dependent variable is the nutritional status of children. The instrument uses interviews and observations. Data processing by editing, coding, scoring, tabulating and analyzing data using cross tabulation (Crosstab').*

*The results obtained that the majority of school children's snack food choices were in the unhealthy category, namely 51 respondents (94.4%), more than half with normal nutritional status, namely 28 respondents (51.9%) and there was no relationship between children's snack food choices. schools with nutritional status for school-age children (6-12 years) at SDN Sobontoro II in 2022.*

*The choice of healthy and unhealthy snacks for school children do not have an direct impact on the nutritional status of children. However, efforts to provide education to school children about choosing healthy snacks need to be carried out with the aim of controlling snacking habits in children in the school environment so that they are not excessive.*

**Keywords:** *School Children Snack Food, Nutritional Status, School Age Children*

## PENDAHULUAN

Pemenuhan gizi pada anak sekolah sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Kebutuhan gizi anak usia sekolah tentu berbeda dengan kelompok anak usia lain, termasuk di masa perkembangan anak usia sekolah (6-12 tahun). Pada anak usia sekolah, anak masih tumbuh sehingga kebutuhan zat gizi juga meningkat. Anak sekolah mempunyai aktifitas yang cukup tinggi, untuk itu perlu nutrisi dan energi yang semakin banyak. Namun kebiasaan jajan anak dapat memicu anak tidak suka makanan-makanan yang bergizi dan anak lebih senang memilih makanan yang disukai. Kebiasaan jajan anak dapat mempengaruhi status gizi anak yaitu kondisi yang menunjukkan apakah gizi anak tergolong buruk, kurang, baik, lebih, maupun obesitas. Biasanya kriteria makanan yang banyak disukai oleh anak usia ini adalah makanan yang banyak mengandung gula dan mempunyai warna yang cerah sehingga menarik anak untuk mengkonsumsinya. Kebiasaan jajan pada anak seringkali tidak memperhatikan mutu gizi, kebersihan, dan keamanan bahan pangan. Kebiasaan jajan anak terutama pada jajanan yang banyak mengandung gula dapat menyebabkan masalah obesitas. Sedangkan jajanan yang mempunyai warna yang cerah biasanya banyak mengandung pewarna makanan yang bisa berdampak buruk pada kesehatan. Kebiasaan jajan anak juga dapat menurunkan nafsu makan anak, sehingga kebutuhan gizi anak tidak dapat terpenuhi dengan baik (Damayanti dkk., 2018: 228). Berdasarkan fenomena yang ditemukan anak di SDN Balen mempunyai kebiasaan jajan, terutama pada jajanan yang mengandung banyak gula (manis) dan mengandung zat pewarna makanan. Kebiasaan jajan tersebut tentunya dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi pada anak seperti obesitas dan kurang gizi.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar didapatkan status gizi anak 5-12 tahun menurut indeks massa tubuh/umur di Indonesia tahun 2020, yaitu prevalensi kurus adalah 9,3, terdiri dari 2,5% sangat kurus dan 6,8% kurus. Masalah gemuk pada anak di Indonesia juga masih tinggi dengan prevalensi 20,6% terdiri dari gemuk 11,1% dan sangat gemuk (obesitas) 9,5% (Kemenkes RI, 2020). Sedangkan provinsi Jawa Timur menduduki posisi kedua diantara 15 provinsi lain dengan prevalensi sangat gemuk diatas prevalensi Indonesia (Dinkes Jatim, 2020). Kemudian untuk wilayah Kabupaten Bojonegoro tahun 2021, terdapat 42 anak (0,06%) dengan gizi buruk, sebanyak 3.792 anak (5,07%) dengan gizi kurang dan sebanyak 1.451 anak (1,94%) dengan gizi obesitas. Sedangkan untuk Kecamatan Balen, dari 4.108 penimbangan anak (usia 6-12 tahun) terdapat 1 anak dengan gizi buruk, sebanyak 266 anak (6,48%) dengan gizi kurang dan sebanyak 87 anak (2,12%) dengan gizi obesitas (Dinkes Bojonegoro, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Anugraheni (2019) menunjukkan prevalensi gizi lebih sebesar 30,3%, dimana apabila dibandingkan dengan prevalensi di Surabaya (3,58%) dapat dikatakan lebih tinggi (Anugraheni dkk., 2019). Dari survey awal tanggal 01 maret 2022 terhadap 10 anak sekolah dasar di SDN Balen diketahui bahwa keseluruhan anak tersebut mempunyai kebiasaan jajan pada penjual jajanan keliling seperti sosis, ciki-ciki, pentol, junk food dan softdrink yang dikonsumsi pada saat istirahat dan pulang sekolah.

Pertumbuhan dan perkembangan anak salah satunya dipengaruhi oleh zat gizi yang dikonsumsi sehari-hari. Awal usia 7 tahun anak mulai masuk sekolah, mulai berkenalan dengan suasana, lingkungan dan kebiasaan baru dalam kehidupannya sehingga mempengaruhi kebiasaan makan anak (Badan POM RI, 2017: 5). Bagi anak sekolah, makanan jajanan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kegiatan sehari-hari mereka. Makanan jajanan digunakan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah karena keterbatasan waktu orang tua mengolah makanan di rumah. Selain murah makanan jajanan juga mudah didapat. Jajanan anak sekolah sedang mendapat sorotan khusus, karena selain banyak dikonsumsi anak sekolah banyak bahaya yang mengancam dari konsumsi makanan jajanan. Keamanan makanan jajanan sekolah perlu lebih diperhatikan karena berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah (Damayanti dkk., 2018: 228). Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis *fast food* dan *soft drink* sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas. Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (Anugraheni dkk., 2019). Dampak gizi kurang pada anak yaitu menyebabkan gangguan pada proses pertumbuhan, kekurangan energi untuk melakukan aktivitas, menurunnya daya tahan tubuh, mengganggu proses perkembangan otak sehingga dapat berakibat terganggunya fungsi otak secara permanen dan menimbulkan gangguan pada psikologis sehingga anak cenderung mudah tersinggung, cengeng, dan apatis. Sedangkan dampak gizi lebih yaitu dapat menyebabkan kegemukan atau obesitas. Kegemukan merupakan salah satu faktor risiko dalam terjadinya berbagai

penyakit degeneratif, seperti hipertensi atau tekanan darah tinggi, penyakit-penyakit diabetes, jantung koroner, hati, dan kantung empedu (Almatsier S, 2018: 11).

Upaya yang dapat dilakukan tenaga kesehatan untuk mengontrol kebiasaan jajan pada anak di lingkungan sekolah yaitu dengan memberikan pengarahan pada anak sekolah dasar tentang jenis-jenis jajanan sehat dan bergizi. Dalam upaya tersebut diperlukan peran aktif pihak sekolah terutama dalam penyediaan jajanan sehat pada kantin sekolah. Jajanan anak sekolah berupa makanan utama, camilan/snack, minuman dan jajanan buah yang sebaiknya dijual di kantin sekolah dasar (Wahyusa dkk., 2020). Sekolah untuk memastikan penyediaan jajanan anak sekolah yang sesuai. Melakukan pengawasan terhadap penyediaan PJAS (Pangan Jajan Anak Sekolah) di lingkungan sekolah baik di kantin sekolah maupun diluar sekolah dengan memperhatikan jenis pangan yang dijual serta kebersihan tempat penyedia PJAS dan penjajanya. Melakukan monitoring berat badan anak sekolah setiap 6 bulan sekali. Bila ditemukan status gizi lebih atau kurang maka sebaiknya dikomunikasikan dengan orang tua. Memotivasi anak sekolah seperti mengajak makan siang bersama, membawa bekal bersama, memberikan contoh anak sekolah untuk tidak jajan (Badan POM RI, 2017: 75).

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022”.

## TUJUAN PENELITIAN

### Tujuan Umum

Menganalisa hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022.

### Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022.
2. Mengidentifikasi status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022.
3. Menganalisis hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian analitik korelasional (hubungan), dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro pada tanggal 14 dan 16 April 2022.

Populasinya adalah seluruh siswa kelas 1-5 di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022 sebanyak 54 anak. Sampel sebanyak 54 responden, diambil dengan teknik *Total Sampling*.

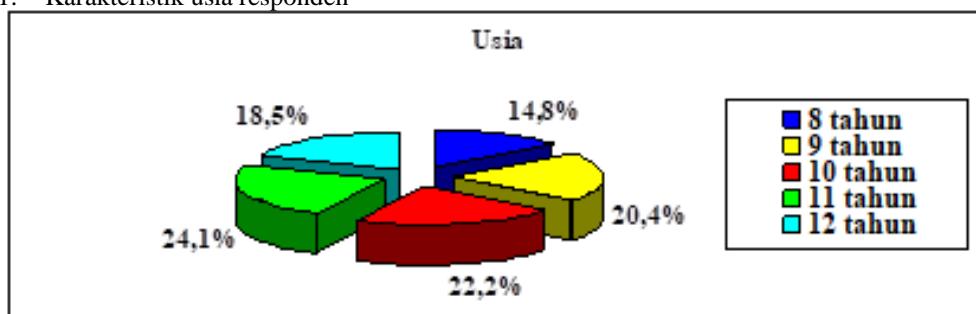
Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah pemilihan pangan jajanan anak sekolah dan Variabel *dependent* dalam penelitian ini adalah status gizi anak.

Instrumen pengumpulan data dengan menggunakan lembar wawancara dan observasi. Teknik pengolahan data : *editing, scoring, coding, dan tabulating*. Metode analisis data dalam penelitian menggunakan analisis tabulasi silang (*crosstab*).

## HASIL PENELITIAN

### DATA UMUM

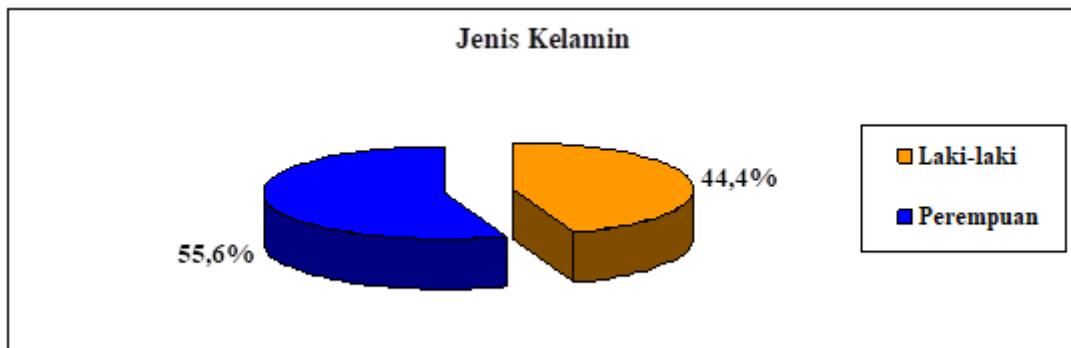
#### 1. Karakteristik usia responden



Gambar 1 Distribusi usia responden di SDN Sobontoro II tahun 2022

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa dari 54 responden terdapat kurang dari sebagian berusia 11 tahun yaitu 13 responden (24,1%), siswa berusia 10 tahun yaitu 12 responden (22,2%) dan siswa berusia 9 tahun yaitu 11 responden (20,4%).

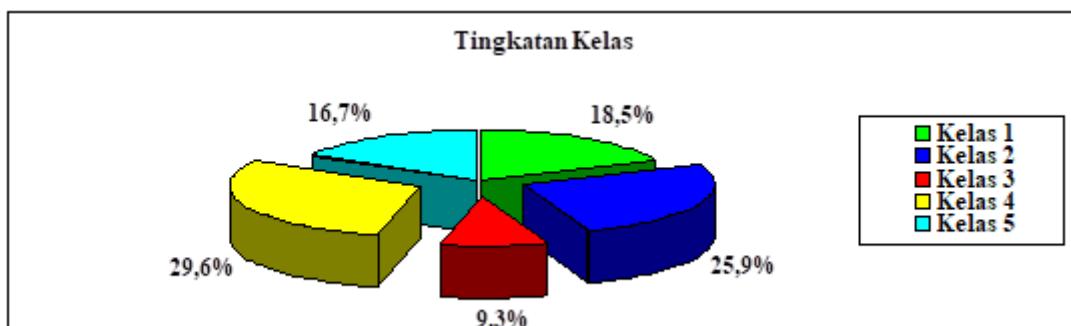
## 2. Karakteristik jenis kelamin responden



Gambar 2 Distribusi jenis kelamin pada responden di SDN Sobontoro II tahun 2022

Berdasarkan gambar 2 dapat diketahui bahwa dari 54 responden terdapat lebih dari sebagian adalah perempuan yaitu sebanyak 30 responden (55,6%).

## 3. Karakteristik tingkatan kelas responden



Gambar 3 Distribusi tingkatan kelas pada responden di SDN Sobontoro II tahun 2022

Berdasarkan gambar 3 dapat diketahui bahwa dari 54 responden terdapat kurang dari sebagian siswa adalah kelas 4 yaitu 16 responden (29,6%) dan kelas 2 yaitu 14 responden (25,9%).

## DATA KHUSUS

### 1. Pemilihan pangan jajanan anak sekolah

*Tabel 1 Distribusi pemilihan pangan jajanan anak sekolah di SDN Sobontoro II tahun 2022*

No.	Pemilihan PJAS	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Tidak sehat	51	94,4
2.	Sehat	3	5,6
	Jumlah	54	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 54 responden terdapat mayoritas dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat yaitu sebanyak 51 responden (94,4%) dan sebagian kecil dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori sehat yaitu sebanyak 3 responden (5,6%).

2. Status gizi anak

*Tabel 2 Distribusi status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II tahun 2022*

No.	Status gizi anak	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Gizi buruk	3	5,6
2.	Gizi obesitas	3	5,6
3.	Gizi kurang	10	18,5
4.	Gizi lebih	10	18,5
5.	Gizi normal	28	51,9
	Jumlah	54	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 54 responden terdapat lebih dari sebagian dengan status gizi normal yaitu sebanyak 28 responden (51,9%) dan sebagian kecil dengan status gizi buruk 3 responden (5,6%) serta status gizi obesitas 3 responden (5,6%).

3. Hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun)

*Tabel 3 Tabel silang hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II tahun 2022*

No.	Pemilihan PJAS	Status gizi anak										Total	
		Buruk		Obesitas		Kurang		Lebih		Normal			
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
1.	Tidak sehat	3	5,9	3	5,9	10	19,6	10	19,6	25	49	51 100	
2.	Sehat	0	0	0	0	0	0	0	0	3	100	3 100	
	Jumlah	3	5,6	3	5,6	10	18,5	10	18,5	28	51,9	54 100	

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 53 siswa yang memilih pangan jajanan anak sekolah tidak sehat terdapat kurang dari sebagian (49%) dengan status gizi normal, sebanyak 19,6% dengan status gizi lebih, sebanyak 19,6% dengan status gizi kurang, sebanyak 5,9% dengan status gizi obesitas, dan sebanyak 5,9% dengan status gizi buruk.

## PEMBAHASAN

### 1. Pemilihan pangan jajanan anak sekolah

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 54 responden terdapat mayoritas dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat yaitu sebanyak 51 responden (94,4%) dan sebagian kecil dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori sehat yaitu sebanyak 3 responden (5,6%).

Secara umum, makanan jajanan dikenal dengan istilah “street food” atau dalam bahasa Indonesia bermakna jenis makanan yang dijual di kaki lima, pinggiran jalan, di stasiun, dipasar, di sekolah, tempat pemukiman serta tempat yang sejenisnya (Rahmi, 2018: 261). Jenis pangan jajanan anak sekolah dibedakan menjadi 4 jenis, yang pertama yaitu makanan utama/sepinggan yaitu kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah “jajanan berat”. Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Kedua yaitu camilan/snack merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Ketiga yaitu minuman, dibedakan menjadi dua kelompok yaitu minuman yang disajikan dalam gelas dan minuman yang disajikan dalam kemasan. Sedangkan minuman yang disajikan dalam kemasan contohnya: minuman ringan dalam kemasan (minuman soda, teh, sari buah, susu, yoghurt). Keempat yaitu jajanan Buah. Buah yang biasa menjadi jajanan anak sekolah yaitu buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas dan dipotong (Wahyusa dkk., 2020). Faktor yang mempengaruhi kebiasaan jajan anak diantaranya adalah uang saku dan kebiasaan membawa bekal makanan. Anak usia sekolah memperoleh uang saku dari orang tuanya. Uang saku tersebut digunakan untuk memenuhi berbagai kebutuhan anak, salah satunya digunakan untuk membeli jajanan. Kebiasaan membawa bekal merupakan salah satu faktor yang membuat seorang anak memiliki kebiasaan jajan disekolah. Salah satu alasan anak

membeli makanan disekolah adalah karena mereka tidak membawa bekal dari rumah (Badan POM RI, 2017).

Sesuai hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas anak sekolah dasar dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat. Hal ini disebabkan oleh faktor pengetahuan anak. Pengetahuan gizi adalah kepandaian memilih jajanan yang merupakan sumber zat gizi dan kepandaian dalam memilih jajanan yang sehat. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Ketidaktahuan anak tentang jenis-jenis jajanan yang sehat dapat menjadi sebab mayoritas anak sekolah dasar dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat. Selain itu, faktor ketersediaan juga dapat menjadi penyebab mayoritas anak sekolah dasar dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat. Anak akan lebih cenderung untuk membeli makanan jajanan yang tersedia dekat dengan keberadaannya. Oleh sebab itu, jajanan yang sehat seharusnya tersedia baik di rumah, maupun di lingkungan sekolah agar akses anak terhadap jajanan sehat tetap terjamin. Selain murah makanan jajanan juga mudah didapat. Jajanan anak sekolah sedang mendapat sorotan khusus, karena selain banyak dikonsumsi anak sekolah banyak bahaya yang mengancam dari konsumsi makanan jajanan. Faktor kedua yang mempengaruhi kebiasaan jajan anak adalah uang saku. Dalam penelitian ini berdasarkan survey yang dilakukan peneliti terhadap anak sekolah di SDN Sobontoro II diketahui bahwa rata-rata anak dengan uang saku antara Rp. 3.000 sampai dengan Rp. 5.000 perhari. Dengan uang saku tersebut tentunya akan dipergunakan oleh anak untuk jajan. Pada anak sekolah di SDN Sobontoro II pada kebiasaan jajannya mayoritas senang jajan di luar sekolah karena jenis jajanan yang dijual lebih banyak dari jajanan yang dijual di kantin sekolah. Jenis jajanan yang tersedia di Kantin Sekolah diantaranya adalah jajanan chiki-chiki, wafer, roti, permen, gorengan, es lilin, es buah, es krim dan air mineral. Faktor ketiga yang menjadi sebab anak sekolah di SDN Sobontoro II dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah tidak sehat adalah faktor tidak membawa bekal. Pada keseluruhan anak sekolah di SDN Sobontoro II sudah terbiasa tidak membawa bekal makanan dan hanya sebagian kecil anak yang membawa minuman dari rumah. Keadaan inilah yang mendorong anak untuk membeli jajanan selama berada di sekolah.

## 2. Status gizi anak

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 54 responden terdapat lebih dari sebagian dengan status gizi normal yaitu sebanyak 28 responden (51,9%) dan kurang dari sebagian dengan status gizi kurang, gizi buruk dan gizi obesitas yaitu sebanyak 26 responden (48,1%).

Gizi (*nutrients*) adalah zat-zat gizi dan zat lain yang berhubungan dengan kesehatan dan penyakit, termasuk keseluruhan proses dalam tubuh manusia untuk menerima makanan atau bahan-bahan dari lingkungan hidupnya dan menggunakan bahan-bahan tersebut untuk aktivitas penting dalam tubuhnya serta mengeluarkan sisanya (Putri dkk., 2021: 65). Pemenuhan status gizi yang baik sangat dibutuhkan oleh anak usia sekolah. Pemenuhan gizi yang tepat sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dengan baik. Manfaat pemenuhan nutrisi pada anak sekolah antara lain pertumbuhan tulang, otot dan gigi, mengoptimalkan kognitif dan meningkatkan prestasi belajar, daya tahan tubuh, mengurangi resiko penyakit dimasa depan, meningkatkan produktivitas dimasa depan. Masalah gizi yang muncul pada anak sekolah adalah masalah ketidakseimbangan antara asupan dan keluaran zat gizi, yaitu asupan yang melebihi atau kurang dari kebutuhan tubuh, masalah tersebut diantaranya adalah masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Status gizi yang baik atau optimal akan tercapai apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, pertumbuhan otak, kemampuan kerja otak. Seorang anak yang sehat dan normal akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya, tetapi pertumbuhan ini juga akan dipengaruhi oleh asupan gizi yang dikonsumsi dalam bentuk makanan (Almatsier, 2018: 11). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah faktor pejamu, agen dan lingkungan. Agar seseorang dalam kondisi status gizi yang baik maka ketiga faktor ini harus seimbang, tidak boleh terjadi kesenjangan. Orang dengan status gizi baik adalah orang yang kondisi tubuhnya seimbang antara pejamu, agen, dan lingkungan. Ketidakseimbangan dari tiga faktor tersebut akan mengakibatkan timbulnya masalah gizi (Harjatmo dkk., 2017: 8).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari sebagian responden dengan status gizi normal. Keadaan ini dapat disebabkan oleh faktor lingkungan, dimana pada faktor lingkungan khususnya lingkungan fisik dan sosial ekonomi. Status gizi dipengaruhi oleh multifaktorial yaitu faktor pejamu, agen dan lingkungan. Jika dilihat dari lingkungan fisik desa Balen sangat mendukung karena daerah pedesaan yang memiliki tanah yang subur dan iklim yang cocok untuk bertani dan berkebun. Dengan lingkungan fisik yang mendukung, sosial ekonomi pada Desa Balen sangatlah tercukupi karena didukung dari hasil pertanian dan perkebunan penduduk sekitar. Selain itu, harga komoditas pangan juga terjangkau terutama pada makanan pokok dan sayur-sayuran. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin baik perkembangan ekonomi suatu wilayah akan mempengaruhi pada tingkat ketersediaan pangan

masyarakat, yang akan meningkatkan status gizi. Sebaliknya bencana alam akan mengakibatkan kekurangan persediaan pangan yang dapat menurunkan status gizi masyarakat.

Pada penelitian ini juga diketahui bahwa kurang dari sebagian responden dengan status gizi kurang, gizi buruk dan gizi obesitas. Hal ini kemungkinan dikarenakan status ekonomi keluarga mereka dikarenakan kebanyakan dari siswa di SDN Sobontoro II berasal dari keluarga yang menengah kebawah, hal tersebut diperoleh dari data sekolah dimana sebagian besar anak-anak yang bersekolah disana menggunakan pembiayaan dari pemerintah dengan keterangan tidak mampu, hal ini lah yang mungkin menjadi salah satu sebab siswa dengan status gizi kurang dan gizi buruk. Sosial ekonomi dengan status gizi memang memiliki keterkaitan dimana biasanya keluarga yang status ekonominya baik akan cenderung akan dapat membeli makanan dengan kualitas yang baik ketimbang keluarga dengan status ekonomi kurang. Oleh sebab itulah biasanya anak yang berasal dari keluarga dengan status ekonomi baik memiliki status gizi yang baik juga hal ini karena status gizi baik atau optimal dapat terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum. Sedangkan pada siswa dengan status gizi obesitas dapat disebabkan oleh asupan makanan berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman soft drink, makanan manis, makanan jajanan seperti makanan cepat saji dan siap saji. Hal ini diperparah dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang kurang sehat dengan kandungan kalori tinggi tanpa disertai konsumsi sayur dan buah yang cukup sebagai sumber serat.

### **3. Hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun)**

*Hasil analisa data dengan tabulasi silang diperoleh hasil bahwa dari 53 siswa yang memilih pangan jajanan anak sekolah tidak sehat terdapat kurang dari sebagian (49%) dengan status gizi normal, sebanyak 19,6% dengan status gizi lebih, sebanyak 19,6% dengan status gizi kurang, sebanyak 5,9% dengan status gizi obesitas, dan sebanyak 5,9% dengan status gizi buruk.*

Status gizi (*nutritional status*) adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya (Harjatmo dkk., 2017: 4). Faktor yang mempengaruhi status gizi anak: Genetik (keturunan), Umur, Jenis kelamin, Kelompok etnis, Fisiologik, Imunologik (kekebalan tubuh), Pola makan, dan Lingkungan (lingkungan fisik, biologis dan sosial ekonomi). Ketidakseimbangan dari faktor-faktor tersebut akan mengakibatkan timbulnya masalah gizi (Harjatmo dkk., 2017: 8).

Sesuai dengan hasil tabulasi silang diketahui bahwa pada siswa yang memilih pangan jajanan anak sekolah tidak sehat terdapat kurang dari sebagian dengan status gizi normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemilihan pangan jajanan anak sekolah baik sehat maupun tidak sehat tidak berdampak secara langsung pada status gizi anak. Hal ini sesuai dengan teori diatas yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi status gizi anak: Genetik (keturunan), Umur, Jenis kelamin, Kelompok etnis, Fisiologik, Imunologik (kekebalan tubuh), Pola makan, dan Lingkungan (lingkungan fisik, biologis dan sosial ekonomi). Sedangkan untuk pemilihan pangan jajanan anak sekolah walaupun mayoritas tergolong pada kategori tidak sehat, namun hal tersebut akan sedikit banyak memberikan pengaruh bagi status gizi anak. Hal ini disebabkan jajan merupakan makanan selingan pada pola makan selain makanan utama yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan merupakan jenis dan jumlah makanan atau minuman yang dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Pemilihan jajan pada anak merupakan salah satu makanan atau minuman yang dikonsumsi diantara waktu makanan utama, hal tersebut termasuk dalam jenis komponen dalam pola makan. Meskipun, kebiasaan jajanan anak yang masih terbatas jumlahnya, anak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat namun kebiasaan mengkonsumsi jajanan tersebut masih tergolong wajar. Namun kebiasaan jajan yang tidak higenis memungkinkan jajanan terkontaminasi oleh mikroba maupun penggunaan bahan tambahan pangan yang tidak diizinkan. Makanan jajanan mengandung banyak resiko, debu, dan lalat yang hinggap pada makanan yang tidak ditutupi dapat menyebabkan penyakit pada sistem pencernaan. Dampak pada kebiasaan jajan anak menyebabkan gangguan gizi, anak bisa cacingan, anemia, obesitas.

## **KESIMPULAN**

1. Anak sekolah di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022 mayoritas dengan pemilihan pangan jajanan anak sekolah pada kategori tidak sehat.
2. Anak sekolah di SDN Sobontoro II Kecamatan Balen Kabupaten Bojonegoro tahun 2022 lebih dari sebagian dengan status gizi normal.

3. Tidak ada hubungan pemilihan pangan jajanan anak sekolah dengan status gizi pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SDN Sobontoro II tahun 2022.

## SARAN

1. Bagi Anak Sekolah

Pada anak sekolah diharapkan dapat membawa bekal dari rumah untuk menghindari dari kebiasaan jajan makanan yang tidak sehat. Anak juga perlu meningkatkan pengetahuannya tentang pemilihan jajanan yang sehat sehingga nantinya dapat terhindar dari bahaya jajanan yang tidak sehat yang mudah didapat dilingkungan sekitar dan tetap menetapkan pola makan yang sehat dan bernutrisi.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat melakukan pengawasan terhadap penyediaan PJAS (Pangan Jajan Anak Sekolah) di lingkungan sekolah baik di kantin sekolah maupun diluar sekolah dengan memperhatikan jenis pangan yang dijual serta kebersihan tempat penyedia PJAS dan penjajanya. Diwajibkan untuk menyediakan kantin sekolah yang sesuai dengan standart kebersihan dan mengedukasi siswa untuk membeli jajanan sehat yang ada di kantin sekolah. Sekolah sebaiknya membuat aturan bagi siswa untuk tidak jajan di luar sekolah agar terhindar dari bahaya jajanan yang tidak sehat. Bagi pengurus kantin sekolah sebaiknya menambah jenis jajanan yang dijual sehingga anak-anak tidak memilih membeli jajanan di luar sekolah.

3. Bagi Orang Tua

Sebaiknya orangtua lebih memperhatikan makanan jajanan yang dikonsumsi anak-anaknya dengan mengajarkan anak untuk memilih dan mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang serta mempertahankan pola makan yang sehat agar tercapai asupan gizi yang optimal dan memenuhi kriteria kesehatan.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan promosi kesehatan tentang pemilihan jajanan sehat kepada anak sekolah terutama pada tingkat Sekolah Dasar. Hal ini dimaksudkan untuk mengontrol kebiasaan jajan pada anak di lingkungan sekolah yaitu dengan memberikan pengarahan pada anak sekolah dasar tentang jenis-jenis jajanan sehat dan bergizi.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memilih dampak lain yang diakibatkan dari pemilihan pangan jajanan anak sekolah atau memilih faktor-faktor lain yang mempengaruhi status gizi anak, dengan memilih lokasi penelitian di wilayah perkotaan dan dengan jumlah sampel yang lebih besar serta dengan metode penelitian yang berbeda.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Almatsier, S. (2018). *Penuntun Diet*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anugraheni, D. D., Mulyana, B., & Farapti, F. (2019). Kontribusi Bekal Makanan dan Total Energi terhadap Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. *Amerta Nutrition*, 3(1), 52–57. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i1.2019.52-57>
- Badan POM RI. (2017). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang (Orang Tua, Guru dan Pengelola Kantin)*. Jakarta: Direktorat Standardisasi Produk Pangan, Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan Berbahaya, Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.
- Damayanti, D., Pritisari, & Lestari, N. T. (2018). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinkes Bojonegoro. (2021). *Laporan Hasil Kegiatan Penimbangan Anak di Kabupaten Bojonegoro tahun 2021*. Bojonegoro: Dinas Kesehatan.
- Dinkes Jatim. (2020). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Harjatmo, T. P., Par'i, H. M., & Wiyono, S. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2020). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Putri, E. M. I., Susanti, D. A., Utami, W., & Nuryanti, T. (2021). *Buku Keperawatan Dasar I (Kebutuhan Dasar Manusia)*. Banyumas: CV. Pena Persada.
- Rahmi, S. (2018). Cara Memilih Makanan Jajanan Sehat Dan Efek Negatif Yang Ditimbulkan Apabila Mengkonsumsi Makanan Jajanan Yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Sekolah Dasar. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL HASIL PENGABDIAN*, 1(1), 260–265.
- Wahyusa, A. F., Suranadi, L., Irianto, I., & Chandradewi, A. (2020). Jenis Dan Zat Gizi Pangan Jajanan Anak Sekolah Di Kantin Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5(2), 103–111. <https://doi.org/10.32807/jgp.v5i2.201>