

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Pembahasan Karakteristik Umum Responden

Dalam penelitian ini menggunakan responden anak usia sekolah 6-12 tahun yang berasal dari wilayah lima kecamatan Kabupaten Blitar yaitu Kecamatan Selopuro, Kecamatan Sutojayan, Kecamatan Wlingi, Kecamatan Kanigoro, dan Kecamatan Gandusari. Penelitian ini menggunakan responden anak usia sekolah 6-12 tahun karena pada usia tersebut rentan mengalami masalah gizi yang disebabkan oleh terjadinya pertumbuhan dan perkembangan tulang, otot, gigi, darah, sehingga asupan zat gizinya harus diperhatikan. Masalah gizi yang biasanya terjadi, pada anak usia sekolah yaitu kekurangan energi protein (Harikedua et al., 2010). Selain itu anak usia sekolah biasanya menghabiskan waktunya di luar rumah baik di tempat bermain maupun di sekolah. Hal tersebut dapat mempengaruhi kebiasaan waktu makan, sehingga ketika anak merasa lapar pada umumnya akan membeli jajanan (Sulistyanto & Sulchan, 2010).

Dalam penelitian ini rentang usia responden dibagi menjadi tiga kategori, yaitu usia 6 tahun, 7-9 tahun, dan 10-12 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, sebanyak 2 responden atau 6,5% termasuk dalam kategori usia 6 tahun, sebanyak 16 responden atau 51,6% termasuk dalam kategori usia 7-9 tahun, dan sebanyak 13 responden atau 41,9% responden termasuk dalam kategori usia 10-12 tahun. Sebanyak 17 responden atau 54,8% berjenis kelamin perempuan, sedangkan sebanyak 14 responden atau 45,2% berjenis kelamin laki-laki. Sebagian besar responden duduk di kelas 1 SD, yaitu sebanyak 10 responden atau 32,3%. Usia dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, semakin

dewasa usia maka tingkat kemampuan seseorang dalam berfikir dan menerima informasi lebih baik dibandingkan dengan umur yang masih muda (Hapsari, 2013). Status gizi seseorang dapat ditentukan berdasarkan usia responden, yaitu sesuai dengan aktivitas yang dilakukan dan kecepatan pertumbuhan (Sulistyanto & Sulchan, 2010). Untuk penentuan status gizi bagi anak usia 6-12 tahun menggunakan indikator IMT/U (Supriasa et al., 2016).

Sebagian besar tingkat pendidikan ibu responden adalah tamat SMA yaitu sebanyak 12 responden atau 42,9%. Salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi status gizi keluarga adalah tingkat pendidikan orangtua terutama ibu. Tingkat pendidikan ibu juga dapat mempengaruhi proses tumbuh kembang anak. Ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi akan lebih mudah dalam menyerap informasi dan dapat menerapkan dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, terutama dalam gizi dan kesehatan untuk anaknya (Gunawan, 2012).

Sebagian besar ibu responden bekerja sebagai ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 24 responden atau 85,7%, sedangkan sisanya ibu responden bekerja sebagai karyawan swasta dan wirausaha kecil. Ibu-ibu yang bekerja pada umumnya kurang memperhatikan asupan makanan untuk anaknya, sehingga akan berpengaruh terhadap status gizinya (Rozali, 2016). Sedangkan ibu yang tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga cenderung fokus memaksimalkan waktu untuk merawat anaknya, sehingga akan selalu mengetahui proses tumbuh kembang dan menjadi panutan untuk anaknya (Apsaryanthi & Lestari, 2017). Akan tetapi ibu-ibu yang bekerja akan berdampak pada kehidupan ekonomi keluarga, jika keluarga memiliki kehidupan ekonomi yang baik maka keluarga mampu memberikan asupan gizi yang baik bagi anaknya (Rozali, 2016).

6.2 Pembahasan Gambaran Pola Konsumsi Jajanan Anak Usia Sekolah

6.2.1 Jenis Makanan Jajanan yang Dikonsumsi

Jenis makanan jajanan yaitu macam-macam jenis makanan atau minuman yang biasa dijual di sekolah maupun di luar sekolah (Hapsari, 2013). Pada penelitian ini, jenis makanan jajanan yang sering dikonsumsi oleh anak sekolah adalah cilok, tempura, sosis, dan makanan ringan yaitu sebesar 22,6% (7 responden). Pada umumnya jenis makanan jajanan yang paling sering dikonsumsi anak usia sekolah adalah makanan yang rasanya enak, menarik, kaya akan gula dan lemak, tetapi tidak mepedulikan kandungan nilai gizinya (Fitri, 2012). Anak usia sekolah sudah mulai bisa memilih jajanan sesuai dengan yang diinginkan. Dalam pemilihan tersebut, anak usia sekolah dapat terpengaruh oleh teman bermain, teman dekat maupun lingkungan sekolah. Hal tersebut disebabkan karena salah satu karakteristik anak yaitu mudah menirukan lingkungan sekitarnya (Aprillia, 2011).

Lingkungan sekitar merupakan salah satu faktor pendukung jenis makanan jajanan yang dikonsumsi anak. Hal tersebut berkaitan dengan mudahnya akses untuk mendapatkan makanan jajanan. Anak akan lebih cenderung membeli makanan jajanan di tempat yang lebih mudah untuk dijangkau, yaitu adanya penjual makanan jajanan di sekolah maupun di luar rumah (Aprillia, 2011). Selain itu orangtua juga berpengaruh terhadap kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan, yaitu kebiasaan untuk mengajak anaknya makan atau jajan di luar rumah. Kebiasaan orangtua untuk mengajak anaknya makan di luar akan menyebabkan anak menjadi suka mengonsumsi jajanan (Fitri, 2012).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi jenis makanan jajanan anak adalah rasa jajanan. Rasa jajanan merupakan salah satu faktor penting dalam pemilihan

jajanan. Pada umumnya jajanan yang disukai anak sekolah yaitu diolah dengan cara digoreng karena memiliki rasa yang gurih, sehingga dapat menyebabkan ketagihan dan meningkatkan nafsu makan (Wiraningrum et al., 2012). Menurut anak sekolah, dalam membeli makanan jajanan hanya mengutamakan rasa makanan jajanan daripada kandungan gizinya (Aprillia, 2011).

6.2.2 Frekuensi Makanan Jajanan yang Dikonsumsi

Pada penelitian ini, frekuensi anak usia sekolah dalam mengonsumsi makanan jajanan dalam seminggu paling banyak yaitu ≥ 7 kali yaitu sebanyak 25 responden atau 80,6%, dan sebanyak 6 responden atau 19,4% mengonsumsi makanan jajanan < 7 hari. Frekuensi konsumsi makanan jajanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu ketersediaan makanan jajanan, kemudahan akses, uang saku yang diberikan orangtua serta pengawasan orangtua. Ketersediaan dan kemudahan akses makanan jajanan akan memudahkan anak sekolah untuk sering mengonsumsi jajanan (Anugrah, 2012). Pengawasan orangtua akan menentukan frekuensi anak usia sekolah dalam mengonsumsi jajanan, serta uang saku yang diberikan kepada anak sekolah juga akan berpengaruh terhadap seberapa sering anak usia sekolah dalam membeli jajanan (Fitri, 2012).

Frekuensi makanan jajanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi tingkat kecukupan asupan zat gizi, artinya semakin tinggi frekuensi konsumsi makanan jajanan maka kemungkinan besar asupan zat gizi juga dapat terpenuhi (Wiraningrum et al., 2012). Untuk memenuhi asupan energi dan zat gizi, pada anak yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan membutuhkan 5 kali makan utama dalam sehari, yaitu makan pagi (sarapan), makan siang, makan

malam, dan 2 makan selingan (jajanan) (Anzarkusuma, Mulyani, Jus'at, & Angkasa, 2014).

6.2.3 Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Asupan Zat Gizi dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Berdasarkan AKG

Pada penelitian ini rata-rata kontribusi konsumsi energi dari makanan jajanan pada anak sekolah usia 6 tahun sebesar 460,5 kkal, anak sekolah dengan usia 7-9 tahun sebesar 328,48 kkal, dan anak sekolah dengan usia 10-12 tahun sebesar 332,11 kkal. Jika dibandingkan dengan kebutuhan anak berdasarkan AKG, maka energi dari makanan jajanan pada anak usia 6 tahun menyumbang 28,78%, anak sekolah dengan usia 7-9 tahun menyumbang sebesar 17,9%, anak usia sekolah dengan usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin laki-laki menyumbang sebesar 14,96%, serta anak sekolah dengan usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin perempuan menyumbang sebesar 17,37%. Sedangkan rata-rata kontribusi protein dari makanan jajanan pada anak sekolah usia 6 tahun sebesar 17 gram, anak sekolah dengan usia 7-9 tahun sebesar 10,67 gram, dan anak sekolah dengan usia 10-12 tahun sebesar 10,44 gram. Jika dibandingkan dengan kebutuhan anak berdasarkan AKG, maka protein dari makanan jajanan pada anak sekolah usia 48,71%, anak sekolah dengan usia 7-9 tahun sebesar 21,77%, anak sekolah dengan usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 17,11%, dan anak sekolah dengan usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin perempuan sebesar 18,64%.

Dalam memilih jajanan yang sesuai, sebaiknya memenuhi sepertiga kebutuhan gizi sehari terutama energi dan protein (Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2013). Pada anak usia 6 tahun, kecukupan energi sehari adalah 1600 kkal, sebaiknya energi yang diperoleh dari jajanan sebesar 533 kkal. Pada anak

usia 7-9 tahun kecukupan energi sehari adalah 1850 kkal, sebaiknya energi yang diperoleh dari jajanan sebesar 617 kkal. Pada anak laki-laki usia 10-12 tahun, kecukupan energi sehari adalah 2100 kkal, sebaiknya energi yang diperoleh dari jajanan sebesar 700 kkal, sedangkan pada anak perempuan usia 10-12 tahun kecukupan energi sehari adalah 2000 kkal, sebaiknya energi yang diperoleh dari jajanan sebesar 667 kkal. Sedangkan kecukupan protein sehari pada anak usia 6 tahun adalah 35 gram, sebaiknya protein yang diperoleh dari jajanan sebesar 12 gram. Pada anak usia 7-9 tahun kecukupan protein sehari adalah 49 gram, sebaiknya protein yang diperoleh dari jajanan sebesar 16 gram. Pada anak laki-laki usia 10-12 tahun, kecukupan protein sehari adalah 56 gram, sebaiknya protein yang diperoleh dari jajanan sebesar 19 gram, sedangkan pada anak perempuan usia 10-12 tahun kecukupan energi sehari adalah 60 gram, sebaiknya protein yang diperoleh dari jajanan sebesar 20 gram . Berdasarkan pedoman BPOM (2013) tersebut dapat disimpulkan bahwa asupan energi dari jajanan pada anak usia sekolah di wilayah Kabupaten Blitar tersebut kurang dari anjuran. Asupan protein dari jajanan anak sekolah di wilayah Kabupaten Blitar untuk usia 6 tahun lebih dari anjuran BPOM (2013), sedangkan anak sekolah usia 7-9 tahun dan 10-12 tahun asupan energi dari jajanan kurang dari anjuran BPOM (2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata konsumsi makanan jajanan siswa di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta, yaitu sebesar 233,11 kkal dan 6,21 gram protein (Hapsari, 2013). Makanan jajanan siswa memberikan kontribusi terhadap total konsumsi masing-masing sebesar 12,51% energi, dan 12,93% protein. Makanan jajanan siswa juga memberikan kontribusi terhadap kecukupan gizi sebesar 13,2% energi, dan 13,21% protein. Makanan jajanan memberikan kontribusi energi 15,7% ($\pm 7,36$) dan protein 11,11%

($\pm 8,18$) pada anak SDN Bendungan, sedang pada anak SD H. Isriati sebesar 10,81% ($\pm 5,25$) dan 12,82% ($\pm 6,72$) untuk protein (Sulistyanto & Sulchan, 2010).

Makanan jajanan memiliki peranan penting dalam memberikan kontribusi untuk memenuhi kecukupan zat gizi, terutama energi dan protein (Sulistyanto & Sulchan, 2010). Makanan jajanan bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan asupan zat gizi yang kurang dari AKG. Menyediakan makanan jajanan yang bergizi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada anak sekolah yang bermanfaat untuk memenuhi kebutuhan selama mengikuti pelajaran di sekolah (Hapsari, 2013). Tinggi rendahnya sumbangan energi dan protein dari makanan jajanan berhubungan dengan keanekaragaman dan jumlah makanan jajanan yang dikonsumsi. Semakin banyak jumlah dan keragaman makanan jajanan yang dikonsumsi maka akan semakin tinggi sumbangan energi terhadap kecukupan gizi anak berdasarkan AKG (Febry, 2006).

6.3 Pembahasan Gambaran Asupan Zat Gizi Responden

6.3.1 Gambaran Asupan Energi

Asupan energi berfungsi untuk mempertahankan hidup, digunakan untuk melakukan aktivitas fisik sehari-hari dan menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak (Hapsari, 2013). Energi didapatkan dari karbohidrat, protein, dan lemak yang terkandung di dalam bahan makanan. Kandungan karbohidrat, protein, dan lemak akan menentukan jumlah energinya, yaitu karbohidrat dan protein mengandung nilai energi sebesar 4 kkal/gr, sedangkan sumber lemak mengandung nilai energi sebesar 9 kkal/gr (Almatsier, 2009).

Rata-rata asupan energi pada penelitian ini diambil dengan menggunakan metode *recall* 24 jam. Kecukupan asupan energi untuk anak usia sekolah dapat

dikategorikan menjadi 4 berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2013 yaitu untuk anak usia 6 tahun sebesar 1600 kkal, anak usia 7-9 tahun sebesar 1850 kkal, anak usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 2100 kkal, dan anak usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin perempuan sebesar 2000 kkal (Depkes RI, 2013)

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, sebagian besar asupan energi responden kurang dari AKG yaitu sebesar 87,1% atau 27 responden, sedangkan asupan energi responden yang lebih dari AKG sebesar 9,7% atau 3 responden dan asupan responden yang sesuai dengan AKG hanya 3,2% atau 1 responden. Penelitian ini sejalan dengan suatu penelitian yang menyatakan bahwa asupan energi yang dikonsumsi pada anak usia sekolah kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) sebesar 80,3% (Anggraeni, 2014).

Jumlah asupan makanan yang kurang dan pola konsumsi makan yang salah akan berdampak terjadinya kekurangan energi pada anak (Hapsari, 2013). Dampak kekurangan energi akan mengalami terjadinya keseimbangan energi negatif. Keseimbangan energi negatif merupakan asupan energi yang masuk melalui makanan kurang dari energi yang dikeluarkan, sehingga dapat menyebabkan berat badan kurang dari berat badan ideal. Pada bayi dan anak, apabila energi di dalam tubuh tidak terpenuhi dalam jangka yang lama dapat menyebabkan cadangan zat gizi dalam tubuh lama kelamaan akan habis dan berdampak pada gangguan pertumbuhan (Almatsier, 2009). Energi di dalam tubuh dapat terjadi karena terdapat pembakaran karbohidrat, protein, dan lemak, sehingga asupan energi harus tercukupi sesuai kebutuhan dengan cara mengonsumsi makanan yang dapat memenuhi semua zat gizi (Harikedua et al., 2010).

6.3.2 Gambaran Asupan Protein

Asupan protein merupakan zat gizi yang bermanfaat untuk proses pertumbuhan, pemeliharaan tubuh, dan sebagai daya pertahanan tubuh. Selain itu sumber protein juga bermanfaat sebagai sumber energi (Almatsier, 2009). Asupan protein sebagai sumber energi tergantung pada jumlah dan macam protein yang terkandung dalam bahan makanan. Untuk menentukan nilai energi dari protein dapat melihat nilai kandungan protein per bahan makanan. Mengonsumsi protein dapat mencegah kehilangan protein di dalam tubuh, dan dapat memproduksi protein yang berguna untuk pertumbuhan anak (Hapsari, 2013)

Rata-rata asupan protein pada penelitian ini diambil dengan menggunakan metode *recall* 24 jam. Kecukupan asupan protein untuk anak usia sekolah dapat dikategorikan menjadi 4 berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2013 yaitu untuk anak usia 6 tahun sebesar 35 gram, anak usia 7-9 tahun sebesar 49 gram, anak usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 56 gram, dan anak usia 10-12 tahun yang berjenis kelamin perempuan sebesar 60 gram (Depkes RI, 2013). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, sebagian besar asupan protein responden kurang dari AKG yaitu sebesar 77,4% atau 24 responden, sedangkan asupan protein responden yang lebih dari AKG sebesar 12,9% atau 4 responden dan asupan responden yang sesuai dengan AKG hanya 9,7% atau 3 responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nagari dan Nindya (2017) bahwa asupan protein yang dikonsumsi pada anak usia sekolah kurang dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) sebesar 56,5%.

Asupan protein yang dikonsumsi pada anak usia sekolah kurang dari AKG disebabkan karena kurangnya variasi makanan dalam pemberian makanan pada anak. Menu makanan yang dikonsumsi pada pagi hari, rata-rata akan dikonsumsi

lagi pada siang ataupun sorenya, sehingga anak menjadi bosan dengan makanan yang tersedia di rumah (Agustinus, 2016). Selain itu, anak memiliki kebiasaan sering mengonsumsi makanan jajanan yang kurang mengandung zat gizi dan nafsu makan anak yang kurang (Safriana, 2012). Kondisi ini jika terjadi secara terus menerus akan berdampak pada kondisi gizi dan kesehatan yang buruk yaitu menyebabkan terjadinya *kwasiorkor* (Almatsier, 2009).

6.4 Pembahasan Gambaran Status Gizi Responden

Status gizi merupakan keadaan dari keseimbangan antara konsumsi zat gizi, penyerapan zat gizi, dan pemanfaatan zat-zat gizi. Selain itu bisa juga dari keadaan fisiologis dampak dari tersedianya zat gizi dalam seluler tubuh (Supariasa et al., 2016). Status gizi dapat dikatakan optimal apabila tubuh mendapatkan zat-zat gizi yang cukup dan digunakan secara efisien, sehingga menyebabkan terjadinya pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan peningkatan kemampuan kerja (Pujiati, 2013).

Dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa anak usia sekolah yang memiliki status gizi normal sebanyak 23 responden atau 74,2%, sedangkan yang memiliki status gizi kurus sebanyak 4 responden atau 12,9% dan yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 4 responden atau 12,9%. Berdasarkan kriteria WHO, masalah prevalensi status gizi kurus sebanyak 12,9% tergolong dalam kategori medium (World Health Organization, 2010). Penelitian ini sejalan dengan Regar dan Sekartini (2013) bahwa status gizi menurut IMT/U normal pada anak usia sekolah sebesar 100%.

Status gizi normal atau baik dapat terjadi jika tubuh mendapatkan asupan zat gizi yang cukup, sehingga dapat digunakan untuk pertumbuhan fisik,

perkembangan otak, dan kemampuan kerja hingga mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Salah satu cara untuk menentukan baik atau tidaknya status gizi seseorang dengan cara melihat pola konsumsi makanannya sehari-hari (Semito, 2014). Status gizi kurang dapat terjadi karena kurangnya asupan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Asupan zat gizi yang kurang akan menyebabkan proses pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi terhambat. Asupan makanan sehari-hari anak akan berpengaruh pada status gizinya. Sedangkan status gizi yang berlebih akan berdampak pada terjadinya obesitas pada anak dan beresiko menderita penyakit degeneratif. Status gizi yang obesitas dapat disebabkan karena asupan makanan yang berlebih, tetapi aktivitas yang dilakukan hanya sedikit (Ningsih, Suyanto, & Restuastuti, 2016).

Selain disebabkan karena faktor asupan makanan, faktor yang tidak langsung juga dapat mempengaruhi status gizi anak, seperti kurangnya tingkat pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, penghasilan keluarga, jumlah anggota keluarga yang terlalu banyak dapat mengakibatkan kurangnya asupan makanan yang dikonsumsi masing-masing anggota keluarga, sehingga kecukupan zat gizi setiap masing-masing anggota keluarga tidak tercukupi, pola asuh anak yang salah serta kurangnya kesehatan di lingkungan sekitar (Desi, 2011; Ningsih et al., 2016).

6.5 Pembahasan Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Terhadap Asupan Zat Gizi (Energi, Protein)

Dengan menggunakan uji statistik korelasi *Spearman*, telah didapatkan hasil analisis yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan terhadap asupan zat gizi energi ($p=0,564$) dan

protein ($p=0,648$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanrizon (2016) bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi makanan jajanan dengan asupan zat gizi. Artinya anak usia sekolah yang frekuensi jajanannya sering tidak menjamin asupan zat gizinya dapat tercukupi. Hal tersebut dapat terjadi karena jajanan yang dibeli anak sekolah meskipun dalam frekuensi yang sering tetapi tidak terlalu berkontribusi banyak terhadap asupan zat gizinya (Hanrizon, 2016).

Berdasarkan hasil uji analisis menggunakan korelasi *Spearman* didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah asupan energi ($p=0,968$) dan protein ($p=0,927$) dari jajanan terhadap asupan zat gizi energi dan protein anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistyanto dan Sulchan (2010) bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi protein dari makanan jajanan dengan tingkat kecukupan protein anak SDN Bendungan dan sejalan dengan penelitian Harikedua *et al* (2015) bahwa tidak terdapat hubungan antara konsumsi energi dari makanan jajanan dengan asupan energi siswa SD Inpres Buku Kecamatan Belang. Artinya bahwa jumlah asupan energi dan protein dari jajanan yang besar tidak menjamin asupan zat gizi anak usia sekolah dapat terpenuhi. Hal ini bisa terjadi karena keterbatasan daya ingat responden dalam melaporkan makanan apa saja yang sudah dikonsumsi. Selain itu juga sering terjadi kesalahan dalam memperkirakan ukuran porsi yang dikonsumsi responden, sehingga dapat berpengaruh terhadap hasil jumlah asupan energi dan protein dari makanan jajanan yang akan dianalisa.

6.6 Pembahasan Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Terhadap Status Gizi

Hasil uji analisis menggunakan korelasi *Spearman* didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi jajanan terhadap status gizi anak dengan nilai signifikansi yaitu $p = 0,851$ ($p > 0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggareni (2014) bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi makanan jajanan dengan status gizi anak SD Negeri Ikip I Makassar. Artinya bahwa frekuensi konsumsi jajanan yang sering tidak menjamin anak usia sekolah memiliki status gizi lebih atau gemuk (Anggraeni, 2014). Hal tersebut dapat terjadi karena pada penelitian ini hanya melihat frekuensi jajanan yang dikonsumsi selama seminggu saja tanpa memperhatikan kualitas dan kuantitas dari makanan jajanan tersebut.

Berdasarkan hasil uji analisis menggunakan korelasi *Spearman* didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah asupan energi ($p = 0,871$) dan protein ($p = 0,834$) dari jajanan terhadap status gizi anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistyanto dan Sulchan (2010) bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara total konsumsi energi dan protein dari makanan jajanan dengan status gizi anak SDN Bendungan. Artinya bahwa jumlah asupan energi dan protein dari jajanan yang besar tidak menjamin anak usia sekolah memiliki status gizi lebih atau gemuk. Hal ini bisa terjadi karena keterbatasan daya ingat responden dalam melaporkan makanan apa saja yang sudah dikonsumsi. Selain itu juga sering terjadi kesalahan dalam memperkirakan ukuran porsi yang dikonsumsi responden, sehingga dapat berpengaruh terhadap hasil jumlah asupan energi dan protein dari makanan jajanan yang akan dianalisa.

Hasil penelitian dapat berbeda dengan teori karena terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya. Faktor yang dapat mempengaruhi pola

konsumsi jajanan yaitu tingkat pengetahuan anak sekolah mengenai pemilihan jajanan yang baik. Anak yang memiliki pengetahuan pemilihan jajanan yang sehat akan cenderung memiliki status gizi yang baik, karena dengan pengetahuan yang baik anak sekolah dapat memilih makanan jajanan yang baik untuk dikonsumsi. Selain itu anak sekolah juga akan mengetahui dampak yang terjadi jika mengkonsumsi makanan yang tidak sehat. Pola konsumsi jajanan berdasarkan jenis makanan jajanan yang paling sering dikonsumsi anak sekolah pada penelitian ini adalah mengkonsumsi cilok, tempura, sosis, dan makanan ringan. Konsumsi jajanan tersebut jika dikonsumsi secara terus menerus akan menghambat proses tumbuh kembang anak. Akan tetapi dengan pengetahuan mengenai pemilihan jajanan yang baik tersebut jika diimbangi dengan mengkonsumsi sayuran dan buah, sehingga status gizi anak sekolah tersebut tetap baik (Semito, 2014).

Selain itu besarnya uang jajan juga dapat mempengaruhi kebiasaan konsumsi makanan jajanan. Anak yang memiliki uang jajan besar cenderung lebih sering suka jajan dibandingkan dengan anak yang memiliki uang jajan yang kecil. Karena anak yang memiliki uang lebih besar cenderung memiliki daya beli yang cukup besar, sehingga akan lebih mudah menghabiskan uangnya tanpa banyak perhitungan. Anak yang memiliki uang jajan besar mempunyai peluang 3,573 kali untuk memiliki pengetahuan gizi dan makanan jajanan yang kurang baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki uang jajan yang kecil. Uang jajan yang besar dan tidak didukung dengan pengetahuan gizi dan makanan jajanan yang baik, dapat menyebabkan kebiasaan konsumsi makanan jajannya lebih sering. Hal ini karena pada siswa yang tidak memiliki pengetahuan gizi dan makanan yang baik akan menyebabkan anak-anak sulit menerapkan informasi terkait gizi dan

makanan jajanan, sehingga mereka cenderung memilih makanan jajanan yang murah dan enak tanpa memperhatikan nilai-nilai gizinya serta akan berdampak pada status gizinya (Fitri, 2012).

Media massa juga dapat mempengaruhi pola konsumsi jajanan pada anak. Saat ini iklan makanan telah dikemas dengan menarik agar dapat menarik peminat konsumen terutama pada anak-anak. Sebagian besar anak menyukai produk yang diiklankan karena iklannya menarik. Hal ini menimbulkan sikap konsumtif pada anak sehingga anak akan berusaha mewujudkan keinginannya dengan cara meminta pada orangtuanya atau membeli dengan uang sakunya. Pada umumnya makanan yang diiklankan adalah makanan yang padat energi seperti fried chicken, es krim, donat, mie instan serta berbagai macam permen dan coklat, sehingga sangat jarang produk yang diiklankan memiliki nilai gizi yang cukup (Safriana, 2012).

6.7 Pembahasan Hubungan Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi

Hasil uji analisis menggunakan korelasi *Spearman* didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara jumlah asupan energi sehari terhadap status gizi anak dengan nilai signifikansi yaitu $p = 0,799$ ($p > 0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maradesa *et al* (2014) bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi IMT/U. Artinya bahwa jumlah asupan energi yang kurang dari 77% AKG tidak menjamin anak usia sekolah memiliki status gizi yang kurus (Maradesa, Kapantow, & Punuh, 2014). Namun penelitian ini tidak sejalan dengan Yulni *et al* (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi berdasarkan IMT/U. Situasi ini mungkin dapat dijelaskan bahwa kemampuan daya

beli siswa di wilayah pesisir Kota Makassar berbeda dengan siswa di wilayah Kabupaten Blitar dimana rata-rata pekerjaan ayah responden pada penelitian ini adalah sebagai tenaga kasar, sehingga dapat mempengaruhi penghasilan dari orang tua masing-masing siswa yang secara langsung memberikan kontribusi terhadap daya beli dari siswa tersebut. Selain itu, hal ini bisa terjadi karena metode yang digunakan adalah *recall* 24 jam, dimana wawancara hanya dilakukan dalam satu hari sehingga tidak dapat menggambarkan asupan makanan responden secara aktual.

Hasil uji analisis menggunakan korelasi *Spearman* didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara jumlah asupan protein sehari terhadap status gizi anak dengan nilai signifikansi yaitu $p = 0,849$ ($p > 0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulni *et al* (2013) bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi berdasarkan IMT/U. Artinya jumlah asupan protein yang kurang dari 77% AKG tidak menjamin anak usia sekolah memiliki status gizi yang kurus (Yulni, Hadju, & Virani, 2013). Namun penelitian ini tidak sejalan dengan suatu penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi (Rokhmah, Muniroh, & Nindya, 2016). Situasi ini mungkin dapat dijelaskan bahwa kemampuan daya beli siswa di wilayah pondok pesantren Al-Izzah Kota Batu berbeda dengan siswa di wilayah Kabupaten Blitar dimana rata-rata pekerjaan ayah responden pada penelitian ini adalah sebagai tenaga kasar, sehingga dapat mempengaruhi penghasilan dari orang tua masing-masing siswa yang secara langsung memberikan kontribusi terhadap daya beli dari siswa tersebut. Selain itu, hal ini bisa terjadi karena metode yang digunakan adalah *recall* 24 jam, dimana wawancara hanya dilakukan dalam satu hari sehingga tidak dapat

menggambarkan asupan makanan responden secara aktual.

Hasil penelitian akan berbeda dengan teori dikarenakan terdapat faktor yang mempengaruhi status gizi. Asupan makanan secara keseluruhan, baik dari makanan utama maupun makanan jajanan merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap asupan zat gizi anak, akan tetapi makanan bukan merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi pada dasarnya terdiri dari 2 bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Salah satu faktor internal yang berpengaruh terhadap status gizi adalah genetik (Supriasa et al., 2016). Berdasarkan suatu penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa status gizi anak dipengaruhi oleh pendidikan ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, dan jumlah anak (R. F. Putri, Sulastri, & Lestari, 2015).

Pada penelitian ini, sebagian besar tingkat pendidikan ibu responden adalah SMA. Tingkat pendidikan ibu dapat mempengaruhi status gizi anak sekolah. Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu, maka semakin mudah dalam menyerap informasi dan semakin mudah untuk mengimplementasikan pengetahuannya dalam perilaku khususnya dalam hal kesehatan dan gizi. Dengan demikian, tingkat pendidikan ibu yang relatif rendah juga akan berkaitan dengan sikap dan tindakan ibu dalam menangani masalah kurang gizi pada anak (R. F. Putri et al., 2015). Bila tingkat pengetahuan tentang bahan makanan yang bergizi masih rendah maka untuk pemberian makanan keluarga biasanya dipilih bahan-bahan makanan yang hanya dapat mengenyangkan perut saja tanpa memikirkan makanan tersebut bergizi atau tidak, sehingga kebutuhan zat gizi anak tidak tercukupi. Hal ini dapat diasumsikan bahwa tingkat pendidikan ibu yang tinggi lebih cenderung memiliki pengetahuan gizi, kesehatan, dan pengasuhan anak yang baik

(Desi, 2011)

Pada penelitian ini, sebagian besar pekerjaan ibu responden adalah sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan ibu juga dapat mempengaruhi status gizi pada anak sekolah. Ibu yang tidak bekerja tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengasuh dan merawat anaknya, sehingga dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi kurang. Akan tetapi, kehidupan keluarga akan lebih baik pada keluarga dengan ibu yang bekerja dengan keluarga yang hanya menggantungkan ekonomi pada kepala keluarga atau ayah. Kehidupan ekonomi keluarga yang lebih baik akan memungkinkan keluarga mampu memberikan perhatian yang layak bagi asupan gizi anak usia sekolah (Rozali, 2016).

Pendapatan keluarga juga dapat berpengaruh terhadap status gizi anak. Jika suatu keluarga memiliki pendapatan yang besar serta cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anggota keluarga maka pemenuhan kebutuhan gizi pada anak sekolah dapat terpenuhi. Sementara pendapatan yang rendah menyebabkan daya beli rendah sehingga tidak mampu membeli pangan dalam jumlah yang dibutuhkan, sehingga berdampak pada status gizi anak sekolah (R. F. Putri et al., 2015)

Selain itu, jumlah anak juga dapat mempengaruhi status gizi pada anak sekolah. Dengan jumlah anak yang banyak diikuti dengan distribusi makanan yang tidak merata akan menyebabkan anak sekolah dalam keluarga tersebut mengalami kekurangan gizi. Jumlah anak yang banyak pada keluarga meskipun keadaan ekonominya cukup akan mengakibatkan berkurangnya perhatian dan kasih sayang orang tua pada anaknya, terutama jika jarak anak yang terlalu dekat. Hal ini dapat berakibat turunnya nafsu makan anak sehingga pemenuhan kebutuhan primer anak seperti konsumsi makanannya akan terganggu, sehingga

akan berdampak terhadap status gizinya (R. F. Putri et al., 2015)

6.8 Implikasi Hasil Penelitian Terhadap Bidang Gizi

Pola konsumsi jajanan dan asupan zat gizi terutama energi protein merupakan faktor yang penting untuk pertumbuhan dan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi anak, sehingga dibutuhkan makanan utama maupun jajanan yang berkualitas untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah. Selain itu, perlu memperhatikan kandungan zat gizi mikro dan makro dalam memilih makanan jajanan yang bermanfaat untuk menunjang kebutuhan dan pertumbuhan anak serta dapat mencegah timbulnya penyakit degeneratif di masa mendatang. Tetapi, keanekaragaman juga penting agar anak terbiasa dengan konsumsi aneka ragam makanan, sehingga kebutuhan zat gizinya akan terpenuhi dengan baik.

6.9 Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan pada penelitian ini adalah pada saat pelaksanaannya menggunakan metode *recall* 24 jam yang dilakukan hanya satu hari saja, sehingga tidak dapat menggambarkan rata-rata asupan energi dan protein dari makanan utama maupun makanan jajanan responden. *Recall* selama 7 hari sangat ideal untuk menggambarkan asupan makan individu. *Recall* 24 jam hanya dapat dilakukan untuk menilai tingkat rata-rata makanan dan asupan zat gizi suatu kelompok. *Recall* lebih dari 1 hari meningkatkan hasil nilai korelasi antara asupan zat gizi dengan status gizi dibandingkan dengan *recall* selama 1 hari (Silvia, Marudut, & Jus'at, 2011).