

**TUGAS AKHIR**

**GAMBARAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO  
MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK  
SDN 27 KAMPUNG JUA PADANG TAHUN 2025**



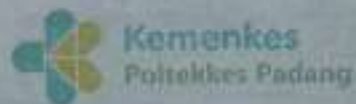
**YULIA UTARI  
222110239**

**PRODI DIPLOMA 3 GIZI  
JURUSAN GIZI  
KEMENKES POLTEKKES PADANG  
2025**

**TUGAS AKHIR**

**GAMBARAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO  
MAKANAN JAJANAN DAN STATUS GIZI PADA ANAK  
SDN 27 KAMPUNG JUA PADANG TAHUN 2025**

*Diajukan ke Program Studi Diploma 3 Gizi Kemenkes Poltekkes Padang sebagai  
salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Ahli Madya Gizi*



**YULIA UTARI**

**222110239**

**PRODI DIPLOMA 3 GIZI**

**JURUSAN GIZI**

**KEMENKES POLTEKKES PADANG**

**2025**

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir "Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi Pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025"

Diajukan oleh

NAMA : YULIA UTARI

NIM : 222110239

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

11 Juni 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Dr. Elsyie Yuniarti, SKM, MM  
NIP. 19810628 200604 2 001



Nur Ahmad Habibi, S.Gz, M.P  
NIP. 19940605 202203 1 001

Padang, 18 Juni 2025  
Ketua Prodi Diploma 3 Gizi



Dr. Hermita-Bus Umar, SKM, MKM  
NIP. 19690829 199203 2 002

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**"GAMBARAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO MAKANAN TAJANAN  
DAN STATUS GIZI PADA ANAK SDN 27 KAMPUNG JUA PADANG TAHUN  
2025"**

Dibuat oleh

**NAMA : YULIA UTARI**

**NIM : 222110239**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 12 Juni 2025

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,

Rima Hasriyati, SKM, M. Kes

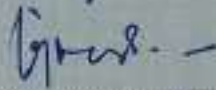
NIP. 19761211 200501 2 001

(.....)

Anggota,

Dr. Gusnodi, STP, MPH

NIP. 19710530 199403 1 001

(.....)

Anggota,

Dr. Elsyie Yuniarti, SKM, MM

NIP. 19810628 200604 2 001

(.....)

Anggota,

Nur Ahmad Habsibi, S.Gz, MP

NIP. 19940603 202203 1 001

(.....)

Padang, 18 Juni 2025

Ketua Prodi Diploma 3 Gizi

  
Dr. Hermita Rus Umar, SKM, M.KM

NIP. 19690529 199203 2 002

### PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama lengkap	: Yulia Utari
NIM	: 222110239
Tanggal lahir	: 08 Juli 2004
Tahun masuk	: 2022
Nama pembimbing akademik	: Renita Afriza, SKM, M.Kes
Nama pembimbing utama	: Dr. Elsyie Yuniarti, SKM, MM
Nama pembimbing pendamping	: Nur Ahmad Habibi, S.Gz, M.P

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan hasil tugas akhir saya yang berjudul :

**"Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi Pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025"**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan kegiatan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat sebenar-benarnya.

Padang, 18 Juni 2025

 Yulia Utari

## HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar

Nama Yulia Utari

NIM 222110239

Tanda Tangan



Tanggal 18 Juni 2025

**HALAMAN PENYERAHAN TUGAS AKHIR  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Kemenkes Poltekkes Padang, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yulia Utari  
Nim : 222110239  
Program Studi : Diploma Tiga  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Kemenkes Poltekkes Padang **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*)** atas Tugas Akhir saya yang berjudul:

Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025

Beserta petangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Kemenkes Poltekkes Padang berhak menyimpan, mengalihmedia/formalkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padang  
Pada tanggal : 18 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Yulia Utari)

**Program Studi Diploma III Jurusan Gizi, Tugas Akhir, Juni 2025**  
**Yulia Utari**

**Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025**

**ABSTRAK**

Masalah gizi tetap menjadi tantangan besar di Indonesia, khususnya pada anak-anak yang menghadapi masalah kekurangan atau kelebihan berat badan akibat pola makan yang tidak seimbang dan aktivitas fisik yang kurang memadai. Data status gizi Puskesmas Pagambiran Padang tahun 2023 diketahui bahwa kelurahan Kampung Jua menunjukkan tingkat permasalahan gizi lebih khususnya di SDN 27 Kampung Jua memiliki prevalensi status gizi lebih 10,28% dan obesitas sebesar 8,16%. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asupan energi dan zat gizi makro yang diperoleh dari makanan jajanan serta status gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua Padang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan cross-sectional yang dilaksanakan pada Januari hingga Mei 2025. Populasi penelitian terdiri dari 161 siswa kelas 3, 4, dan 5, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Data mengenai asupan energi dan zat gizi makro dikumpulkan melalui metode food recall selama 24 jam. Status gizi siswa diukur menggunakan antropometri.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa 11,6% siswa memiliki asupan energi dari jajanan yang kurang, 48,8% cukup, dan 39,5% mengalami kelebihan asupan energi. Untuk zat gizi makro, 32,6% siswa mengalami kekurangan karbohidrat, sementara 25,6% mengalami kelebihan; 18,6% kekurangan protein dan 53,5% kelebihan protein; serta 16,3% kekurangan lemak dan 65,1% kelebihan lemak.

Sebagian besar siswa mengonsumsi energi dan zat gizi makro dari jajanan secara tidak seimbang, dengan kecenderungan kelebihan protein dan lemak serta kekurangan karbohidrat. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memperhatikan kualitas konsumsi jajanan dengan menyesuaikan asupan energi dan zat gizi makro sesuai kebutuhan tubuh demi mendukung pertumbuhan dan kesehatan optimal.

**vi + 45 Halaman, 20 tabel, 2 gambar, 8 lampiran**

**Kata Kunci : Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, Status Gizi**  
**Daftar Pustaka : 33 (2010-2023)**



**Diploma III Study Program, Nutrition Department, Final Project, June 2025**  
**Yulia Utari**

**Description of Energy Intake, Macronutrient Content of Snack Foods, and Nutritional Status of Children at SDN 27 Kampung Jua Padang in 2025**

**ABSTRACT**

Nutritional problems remain a major challenge in Indonesia, especially among children who face issues of underweight or overweight due to unbalanced eating patterns and insufficient physical activity. Nutritional status data from the Pagambiran Health Center in Padang in 2023 showed that Kampung Jua sub-district has a high prevalence of overnutrition problems, particularly at SDN 27 Kampung Jua, where the prevalence of overnutrition status reached 10.28% and obesity was 8.16%. This study aims to describe the energy intake and macronutrients obtained from snack foods as well as the nutritional status of students at SDN 27 Kampung Jua Padang.

The method used in this study is qualitative with a cross-sectional approach conducted from January to May 2025. The study population consisted of 161 students from grades 3, 4, and 5, with samples taken using purposive sampling techniques. Data on energy and macronutrient intake were collected through a 24-hour food recall method. Nutritional status was measured using anthropometry.

The results revealed that 11.6% of students had insufficient energy intake from snacks, 48.8% had adequate intake, and 39.5% had excessive energy intake. Regarding macronutrients, 32.6% of students experienced carbohydrate deficiency, while 25.6% had excess; 18.6% had protein deficiency and 53.5% had excess protein; and 16.3% had fat deficiency and 65.1% had excess fat.

Most students consume energy and macronutrients from snacks in an unbalanced manner, with a tendency toward excess protein and fat and insufficient carbohydrate intake. Therefore, it is important for students to pay attention to the quality of their snack consumption by adjusting their energy and macronutrient intake according to their body's needs to support optimal growth and health.

**vi + 45 pages, 20 tables, 2 figures, 8 appendices**

**Keywords: Energy Intake, Macronutrients, Snack Foods, Nutritional Status**  
**References: 33 (2010–2023)**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat- Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat mata kuliah proposal tugas akhir pada Program Studi Jurusan Gizi Kemenkes Poltekkes Padang. Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Dr. Elsyie Yuniarti, SKM, MM selaku pembimbing utama dan Bapak Nur Ahmad Habibi, S.Gz, M.P selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa selaku Direktur Kemenkes Poltekkes Padang
2. Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Ibu Dr. Hermita Bus Umar, SKM, M.KM selaku Ketua Prodi D-III Gizi
4. Ibu Renita Afriza, SKM, M.Kes selaku Pembimbing Akademik
5. Bapak Dr. Gusnedi, STP. MPH dan Ibu Rina Hasniyati, SKM, M.Kes selaku penguji.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
7. Teman yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata, penulis berharap berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Padang, Juni 2025

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	
<b>PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....</b>	
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS.....</b>	
<b>HALAMAN PENYERAHAN TUGAS AKHIR.....</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Ruang Lingkup .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Landasan Teori .....	6
B. Kerangka Teori.....	17
C. Kerangka Konsep .....	17
D. Definisi Operasional.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>20</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	20
B. Waktu dan Tempat .....	20
C. Populasi dan Sampel.....	20
D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	22
E. Pengolahan data .....	23
F. Analisis Data .....	24
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>25</b>
A. Hasil .....	25
B. Pembahasan .....	33
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>41</b>
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran .....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>46</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1    Angka Kecukupan Gizi Rata-Rata .....	7
Tabel 2.2    Kategori status gizi anak sekolah berdasarkan IMT/U .....	9
Tabel 2.3    Definisi Operasional .....	18
Tabel 4.1    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	25
Tabel 4.2    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Umur di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	26
Tabel 4.3    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Kelas di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	26
Tabel 4.4    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Status Gizi (IMT/U) di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025....	26
Tabel 4.5    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Energi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	27
Tabel 4.6    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Protein di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	27
Tabel 4.7    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Lemak di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	28
Tabel 4.8    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Karbhidrat di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025 .....	28
Tabel 4.9    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025.....	29
Tabel 4.10    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Berat .....	29
Tabel 4.11    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Camilan/Snack .....	29
Tabel 4.12    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Berat dan Minuman .....	30
Tabel 4.13    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Camilan/Snack dan Minuman .....	30
Tabel 4.14    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Energi dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025 .....	31
Tabel 4.15    Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025 .....	31

Tabel 4.16	Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Protein dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025 .....	32
Tabel 4.17	Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Lemak dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025 .....	32

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	17
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	17

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Lembar Kesediaan Menjadi Responden (Informed Consent) .....	46
Lampiran 2 : Form Identitas Responden.....	47
Lampiran 3 : Form Food Recall 1 x 24 jam.....	48
Lampiran 4 : Master Tabel.....	49
Lampiran 5 : Output Hasil Data Penelitian.....	50
Lampiran 6 : Surat Keterangan Penelitian .....	53
Lampiran 7 : Dokumentasi .....	57
Lampiran 8 : Lembar Konsultasi .....	58

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Secara global, masalah gizi anak masih sangat signifikan dan menjadi tantangan kesehatan, khususnya di negara-negara berkembang<sup>1</sup>. Di Indonesia, masalah gizi adalah masalah utama bagi anak-anak dengan masalah seperti kekurangan berat badan dan kelebihan berat badan, yang disebabkan oleh aktivitas fisik, serta status gizi. Masalah gizi seperti kekurangan atau kelebihan gizi masih sering terjadi, dan jika masalah gizi ini tidak ditangani segera, hal itu dapat berdampak negatif pada kesehatan anak dikemudian hari<sup>2</sup>.

Masa pertumbuhan anak usia 6 hingga 12 tahun terbagi menjadi dua fase penting yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun) dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun). Dalam fase ini, anak-anak biasanya mengalami peningkatan fisik dan sosial seperti bermain, berlari serta berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebaya. Untuk mendukung aktivitas tersebut, tubuh mereka memerlukan asupan gizi optimal guna menunjang pertumbuhan tinggi dan berat badan, serta perkembangan otak yang berkaitan dengan daya ingat dan kemampuan belajar. Gizi yang cukup juga penting untuk menjaga daya tahan tubuh serta kesehatan mental dan emosional anak. Jika kebutuhan gizi tidak terpenuhi, hal ini dapat berdampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, sehingga diperlukan konsumsi makanan dengan gizi seimbang<sup>3</sup>.

Data UNICEF tahun 2018, sekitar 3 dari 10 anak kurang dari 5 tahun mengalami stunting, 1 dari 10 mengalami kekurangan berat badan, dan seperlima diantaranya mengalami kelebihan berat badan<sup>4</sup>. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi status gizi anak IMT/U (5-12 tahun) di Indonesia gizi lebih 10,8% dan obesitas sebesar 9,2% sedangkan di Sumatera Barat terdapat status gizi lebih 7,8% dan obesitas 5,9%<sup>5</sup>.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi gizi lebih pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 11,9% dengan angka obesitas sebesar 7,8%. Sementara itu, di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi gizi lebih pada kelompok usia yang sama tercatat sebesar 10,9% dan obesitas mencapai 5,7%. Berdasarkan data Riskesdas dan SKI dapat dilihat perbandingan status gizi



lebih dan obesitas di Indonesia mengalami peningkatan dengan angka peningkatan gizi lebih sebesar 1,1%, dan obesitas sebesar 1,4% <sup>6</sup>.

Data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023, wilayah puskesmas pagambiran termasuk prevalensi status gizi lebih tertinggi di Kota Padang. Dimana wilayah pagambiran terdapat 19 sekolah dasar dengan prevalensi status gizi lebih 8,2%, obesitas 6,07%. Data status gizi Puskesmas Pagambiran Padang tahun 2023 diketahui bahwa kelurahan Kampung Jua mempunyai tingkat permasalahan gizi lebih tertinggi khususnya di SDN 27 Kampung Jua dengan angka status gizi lebih 10,28% dan obesitas sebesar 8,16% dibandingkan SDN 11 Kampung Jua dengan status gizi lebih 8,58% dan obesitas sebesar 7,24% <sup>7</sup>.

Status gizi dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor penyebab langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung terletak pada konsumsi makanan, jika konsumsi makanan dirumah baik dan terjamin oleh orang tua, maka kesehatan anak akan tetap terjaga dan status gizinya stabil, begitu pula sebaliknya jika konsumsi makanan dirumah tidak baik dan tidak terjamin oleh orang tua maka kesehatan anak belum tentu terjaga dan status gizi tidak stabil. Selanjutnya, faktor penyebab tidak langsung terdiri dari persediaan makanan dirumah, pengasuhan orang tua, pelayanan medis serta sanitasi lingkungan<sup>8</sup>.

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi yang disebabkan oleh tingkat ekonomi yang rendah dan terbatasnya pemahaman orang tua tentang gizi, sehingga menyebabkan gizi pada anak usia sekolah tidak seimbang. Asupan zat gizi makanan jajanan pada anak menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak. Hal ini dikarenakan anak-anak mengkonsumsi makanan jajanan yang tinggi energi yang mengakibatkan anak mengalami kegemukan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Melda menyatakan bahwa adanya hubungan antara kontribusi makanan cenderung lebih besar (51,01%) pada anak dengan status gizi gemuk<sup>9</sup>.

Anak-anak merupakan pelanggan utama jajanan sekolah. Mereka cenderung membeli apa yang mereka suka daripada memperhatikan keamanan dan kesehatannya saat membeli makanan jajanan. Oleh sebab itu, anak sekolah harus mengkonsumsi makanan dengan hati-hati agar kandungan gizinya

memenuhi kebutuhan tubuh dan tidak menyebabkan kekurangan zat gizi esensial<sup>10</sup>.

Energi diperoleh dari makanan yang dikonsumsi, di mana makanan tersebut mengandung zat gizi makro seperti protein, lemak, dan karbohidrat yang berfungsi sebagai sumber energi bagi tubuh. Jika makanan dikonsumsi secara berlebihan, kelebihan energi tersebut akan disimpan dalam tubuh dan menyebabkan peningkatan cadangan energi, yang pada akhirnya dapat memicu kenaikan berat badan dan terjadinya obesitas. Sebaliknya, apabila asupan energi tidak mencukupi kebutuhan tubuh, dapat terjadi kekurangan energi kronis, penurunan berat badan, serta masalah gizi lainnya. Anak-anak yang mengalami obesitas kemungkinan besar untuk tetap mengalami obesitas ketika sudah dewasa. Kondisi obesitas dapat meningkatkan risiko terkena penyakit tidak menular seperti penyakit jantung dan pembuluh darah, diabetes, hipertensi, serta kanker<sup>10</sup>.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfin, dkk tahun 2023 menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar Muhammadiyah di Gresik. Dengan metode observasional analitik pada 113 siswa, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat dari makanan jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar (nilai signifikansi semua  $< 0,05$ ). Peneliti menyarankan agar anak memperhatikan jenis dan jumlah jajanan yang dikonsumsi sesuai kebutuhan gizi harian<sup>11</sup>.

Penelitian lainnya terkait asupan zat gizi makro yang dilakukan oleh Dwikani, dkk tahun 2019 menganalisis faktor pemilihan jajanan, kontribusi gizi dan status gizi siswa sekolah dasar ditemukan bahwa terdapat asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat makanan jajanan berkorelasi positif dengan status gizi anak ( $p < 0,05$ ) dimana semakin tinggi kontribusi jajan anak maka status gizi anak akan semakin meningkat<sup>3</sup>.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, mengonsumsi jajanan yang tidak sehat dapat mengakibatkan menurunnya status gizi. Kebiasaan jajanan atau ngemil yang buruk pada masa anak-anak dapat menyebabkan berbagai penyakit dan jika anak tidak hati-hati dalam pemilihan jajanan bisa menyebabkan mereka

terserang berbagai penyakit dan timbulnya masalah kegemukan atau obesitas<sup>8</sup>. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi pada anak SDN 27 Kampung Jua Padang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka penelitian merumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi pada anak SDN 27 Kampung Jua Padang.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi pada anak SDN 27 Kampung Jua Padang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya distribusi frekuensi siswa berdasarkan status gizi di Sekolah Dasar Negeri 27 Kampung Jua Padang.
- b. Diketuinya distribusi frekuensi siswa berdasarkan asupan energi makanan jajanan di Sekolah Dasar Negeri 27 Kampung Jua Padang tahun 2025.
- c. Diketuinya distribusi frekuensi siswa berdasarkan asupan zat gizi makro makanan jajanan di Sekolah Dasar Negeri 27 Kampung Jua Padang tahun 2025
- d. Diketuinya distribusi frekuensi siswa berdasarkan jenis jajanan di Sekolah Dasar Negeri 27 Kampung Jua Padang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Penulis**

Menambah wawasan dan pengetahuan serta pengalaman kepada penulis tentang gambaran asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi anak sekolah.

## **2. Bagi Sekolah**

Sebagai bahan masukan bagi sekolah agar penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, panduan dan referensi.

### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian dilakukan kepada anak usia sekolah di SD Negeri 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaran asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi siswa di SD Negeri 27 Kampung Jua Padang tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini yaitu asupan energi, asupan zat gizi makro yang didapatkan dari pengolahan hasil food recall dan status gizi yang didapat melalui pengukuran antropometri.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Landasan Teori**

##### **1. Anak Sekolah**

Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anak usia sekolah adalah anak yang berusia antara 7 hingga 15 tahun. Di Indonesia, pelajar biasanya berusia antara 6 hingga 12 tahun. Anak usia sekolah mengacu pada tahap awal masa remaja, dimana mereka mulai melewati masa pubertas. Secara umum, anak usia sekolah mempunyai status gizi yang lebih baik dibandingkan balita. Namun permasalahan gizi pada anak usia sekolah masih banyak<sup>12</sup>.

Apabila siswa tidak mendapatkan asupan makanan yang cukup maka dapat menghambat pertumbuhan dan menimbulkan masalah gizi. Salah satu penyebab utama terjadinya gizi buruk adalah anak tidak terbiasa sarapan pagi, padahal sarapan menyumbang sekitar seperempat dari total makanan sehari-hari dan berdampak pada penyediaan energi bagi tubuh untuk beraktivitas sehari-hari, terutama disekolah. Anak yang terbiasa melewatkan sarapan dan merasa lapar setelahnya cenderung memilih jajan untuk memenuhi kebutuhannya<sup>13</sup>.

Untuk menunjang tumbuh kembang yang optimal, anak memerlukan gizi yang disesuaikan dengan kebutuhannya. Kecukupan gizi anak dipengaruhi oleh usia, kelompok usia 10-12 tahun memiliki tingkat kecukupan gizi yang relatif lebih tinggi daripada kelompok usia 7-9 tahun karena laju pertumbuhannya relatif cepat, terutama pada berat badan dan tinggi badan. Selain usia, jenis kelamin juga mempengaruhi kecukupan gizi<sup>14</sup>. Pada usia ini, anak-anak sudah mulai memutuskan apa yang ingin mereka makan disekolah. Anak-anak lebih menyukai jajan dan makan diluar dibandingkan dirumah, Dimana hal ini dilihat kontribusi konsumsi jajanan pada anak meningkat<sup>3</sup>.

**Tabel 2. 1 Angka Kecukupan Gizi Rata-Rata yang Dianjurkan**

<b>Golongan Umur</b>	<b>Berat (kg)</b>	<b>Tinggi (cm)</b>	<b>Energi (kkal)</b>	<b>Protein (gr)</b>	<b>Lemak (gr)</b>	<b>Karbohidrat (gr)</b>
7-9 tahun	27	130	1650	40	55	250
10-12 tahun (laki-laki)	36	145	2000	50	65	300
10-12 tahun (Perempuan)	38	147	1900	55	65	280

Sumber : PMK No.28 Tahun 2019, AKG<sup>15</sup>

## **2. Status Gizi**

### **a. Pengertian Status Gizi**

Status gizi merupakan suatu kondisi yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk metabolisme tubuh. Contoh zat gizi antara lain karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, air dan serat. Zat gizi penting bagi tubuh karena bertanggung jawab untuk pertumbuhan dan perkembangan serta tingkat kognitif. Status gizi merupakan salah satu faktor dalam mencapai kesehatan yang optimal. Pertumbuhan dan perkembangan, imunitas, kecerdasan dan produktivitas seorang anak dipengaruhi oleh pola makan. Lemahnya, sumber daya manusia mungkin disebabkan oleh status gizi yang buruk. Namun gangguan gizi akibat ketidaksesuaian antara asupan makanan dengan kebutuhan tubuh serta kualitas makanan yang buruk masih sering menjadi penyebab timbulnya penyakit diberbagai wilayah di Indonesia<sup>16</sup>.

Memberikan gizi yang baik kepada siswa merupakan hal yang penting bagi tumbuh kembangnya. Kebutuhan gizi meningkat pada anak usia sekolah. Kehidupan anak sangat dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi setiap hari. Kelebihan dan kekurangan zat gizi akan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental anak<sup>17</sup>. Berikut pengertian dari gizi kurang dan gizi lebih :

#### **1) Gizi Kurang**

Gizi kurang adalah suatu kondisi dimana tubuh tidak mendapatkan nutrisi yang cukup untuk menjalankan fungsi yang

baik. Kekurangan gizi dapat menyebabkan terhambatnya perkembangan fisik dan keterlambatan perkembangan mental serta menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi. Pada masa sekolah ini, anak-anak masih sepenuhnya bergantung pada pengasuhan dan pendidikan orang tua sehingga memerlukan gizi yang baik untuk menunjang aktivitas belajarnya disekolah<sup>18</sup>.

## 2) Gizi Lebih

Gizi lebih atau disebut juga dengan kegemukan/obesitas merupakan permasalahan gizi yang dapat berisiko terkena berbagai penyakit seperti penyakit jantung, aterosklerosis, diabetes, gangguan ortopedi, gangguan kesehatan mental dan fungsi kognitif. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat peningkatan angka obesitas pada anak-anak dan remaja. Pada usia dewasa, obesitas pada anak juga dapat menurunkan fungsi kognitif, anak menjadi malas dan tidak aktif karena berat badan yang bertambah<sup>19</sup>.

## b. Metode Penilaian Status Gizi

Ada beberapa metode pengukuran yang digunakan untuk menilai status gizi. Secara langsung status gizi dapat dinilai secara antropometri, klinis, biokimia, dan fisiologis sedangkan untuk menilai status gizi secara tidak langsung dapat dilakukan dengan survei konsumsi makanan, statistik vital dan faktor etiologi<sup>16</sup>.

### 1) Penilaian Status Gizi Secara Langsung

#### a. Antropometri

Antropometri berasal dari kata Yunani *Anthropometric* yang berarti manusia dan metrik yang berarti ukuran. Antropometri secara harfiah berarti ilmu yang mempelajari tentang pemeriksaan ukuran tubuh manusia. Dalam ilmu gizi, antropometri dikaitkan dengan perkembangan tubuh manusia. Keunggulan antropometri secara spesifik :

1. Mengetahui ketidakseimbangan asupan protein dan energi dilihat dari pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak, otot dan kandungan air dalam tubuh.
2. Pengkajian/pemantauan status gizi masyarakat.
3. Estimasi komposisi tubuh dalam kondisi klinis.

**Tabel 2. 2 Kategori status gizi anak sekolah berdasarkan IMT/U**

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas
IMT/U	Gizi Buruk ( <i>severely thinnes</i> )	<-3 SD
	Gizi Kurang ( <i>thinnes</i> )	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi Baik (normal)	-2 SD sd +1 SD
	Gizi Lebih ( <i>overweight</i> )	+1 SD sd +2 SD
	Obesitas ( <i>obes</i> )	> +2 SD

Sumber : PMK No.2 Tahun 2020<sup>20</sup>

b. Klinis

Pemeriksaan klinis didasarkan pada perubahan jaringan epitel (jaringan epitel permukaan) seperti kulit, mata, rambut dan mukosa mulut atau organ didekat permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid. Pemeriksaan klinis dapat mengetahui status gizi seseorang dengan menggunakan pemeriksaan fisik (tanda dan gejala) berdasarkan penglihatan tanpa menyentuh benda, dan tanpa alat. Pemeriksaan klinis sering kali digunakan sebagai bagian dari pemeriksaan klinis cepat untuk mendeteksi dengan cepat tanda-tanda klinis umum dari defisiensi satu atau lebih nutrisi. Pemeriksaan klinis dipengaruhi oleh tingkat keparahan, lamanya gizi buruk, genetika, usia, lingkungan (kebersihan, iklim, paparan infeksi dan parasit)<sup>21</sup>.

c. Biokimia

Penilaian status gizi individu menggunakan data subjektif dan objektif meliputi informasi pola makan, parameter psikososial, pendidikan, dan motivasi. Penilaian biokimia dilakukan secara teratur dan dibawah pengawasan staff medis. Beberapa contoh penilaian biokimia status gizi termasuk mengukur status lipid seperti kolesterol LDL, HDL-C atau trigliserida. Pilihan penilaian biokimia status gizi didasarkan pada diagnosis pasien, status hidrasi, tingkat



keparahan penyakit, jenis perawatan nutrisi yang diberikan, lokasi perawatan nutrisi, prosedur dan perawatan medis<sup>16</sup>.

d. Biofisik

Penilaian fisiologis status gizi terlihat dari perubahan-perubahan yang terjadi secara fisik dan ada kaitannya dengan kekurangan dan kelebihan gizi. Perubahan ini dapat terlihat pada jaringan epitel (jaringan epitel permukaan) seperti kulit, mata, rambut dan mukosa mulut atau pada organ dekat permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid. Penilaian fisiologis status gizi sering dilakukan untuk menguji defisiensi energi protein (PEM), gangguan defisiensi yodium (GAKY), anemia, defisiensi vitamin A, dan penyakit lainnya<sup>16</sup>.

2) Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

a. Survey Konsumsi Makanan

Malnutrisi diawali dengan kurangnya pasokan zat gizi, sedangkan kelebihan gizi diakibatkan oleh asupan zat gizi yang melebihi kebutuhan tubuh. Kekurangan atau kelebihan gizi dapat diketahui dengan mengukur konsumsi pangan (dietary methode). Banyaknya zat gizi dari makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Seseorang yang mengonsumsi makanan bergizi kurang pada saat itu akan mempunyai status gizi yang lebih buruk dikemudian hari. Asupan gizi saat ini tidak secara langsung mempengaruhi status gizi saat ini. Hal ini membutuhkan waktu karena nutrisi dimetabolisme terlebih dahulu didalam tubuh sebelum digunakan oleh tubuh<sup>19</sup>.

Pengukuran konsumsi pangan sering juga disebut dengan survei konsumsi makanan yang merupakan salah satu metode pengukuran status gizi. Pola makan yang tidak adekuat akan menyebabkan status gizi semakin tinggi. Tujuan pengukuran konsumsi pangan secara keseluruhan adalah untuk mengetahui gizi dan asupan makanan serta

kebiasaan dan pola makan baik individu, rumah tangga maupun kelompok masyarakat<sup>19</sup>.

Cara melakukan pengukuran konsumsi makanan yaitu Metode recall 24 jam atau yang biasa dikenal dengan metode recall merupakan suatu cara mengukur asupan nutrisi seseorang dalam sehari. Metode ini dilakukan dengan menanyakan pertanyaan tentang makanan yang dimakan dalam 24 jam terakhir, mulai dari bangun tidur hingga tidur di malam hari. Metode pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui asupan gizi seseorang perhari<sup>19</sup>.

Dalam pengumpulan data, ada dua cara untuk melakukan wawancara, yang pertama adalah dengan menanyakan pertanyaan tentang konsumsi makanan mulai dari saat bangun tidur kemarin pagi hingga saat tidur tadi malam. Cara kedua adalah menanyakan jumlah makanan yang dikonsumsi dalam waktu 24 jam setelah wawancara. Prinsip pengukuran metode recall 24 jam adalah mencatat seluruh makanan yang dikonsumsi baik di rumah maupun di luar, berdasarkan nama makanan yang dikonsumsi, komposisi makanan, dan berat yang dihitung dalam gram atau satuan takaran rumah tangga (URT)<sup>19</sup>.

#### b. Faktor Ekologi

Ekologi adalah ilmu tentang hubungan timbal balik antara makhluk hidup dan lingkungannya. Lingkungan yang baik menciptakan kondisi bagi organisme untuk tumbuh akan membentuk organisme yang baik. Status gizi merupakan suatu keadaan yang tercipta dari keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan gizi. Dengan demikian, ekologi yang berkaitan dengan gizi adalah keadaan lingkungan manusia yang memungkinkan terjadinya perkembangan manusia secara optimal dan mempengaruhi status gizi seseorang. Faktor ekologi yang mempengaruhi status gizi mencakup beberapa informasi ekologi mengenai penyebab malnutrisi.

Informasi ini mencakup data social ekonomi, data demografi, kondisi lingkungan fisik dan data vital statistik<sup>19</sup>.

c. Statistik Vital

Data statistik vital dapat digunakan secara tidak langsung untuk menilai status gizi, khususnya pada kelompok penduduk tertentu. Statistik kesehatan erat kaitannya dengan status gizi masyarakat. Beberapa data statistik penting yang berkaitan dengan status gizi dan kesehatan antara lain angka kesakitan, kematian, pelayanan kesehatan dan penyakit menular<sup>19</sup>.

### 3. Asupan Energi dan Zat Gizi Makro

a. Asupan Energi

Energi adalah jumlah makanan yang dikonsumsi, mengandung protein, lemak, dan karbohidrat yang merupakan zat gizi makro berperan sebagai sumber energi bagi tubuh. Makanan berlebih yang dikonsumsi akan disimpan dalam tubuh untuk menambah cadangan energi tubuh. Hal ini akan menyebabkan penambahan berat badan yang berujung pada obesitas. Di sisi lain, asupan energi yang tidak mencukupi dapat menyebabkan kekurangan energi kronis, perubahan berat badan, dan masalah gizi lainnya<sup>22</sup>.

b. Zat Gizi Makro

1) Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi tubuh, 1 gram karbohidrat sama dengan 4 Kal (kkal). Karbohidrat juga merupakan sumber serat yang baik yang bermanfaat untuk pencernaan. Karbohidrat banyak ditemukan pada bahan tumbuhan dalam bentuk gula sederhana, heksosa, pentosa, dan karbohidrat dengan berat molekul tinggi seperti pati, pektin, selulosa, dan lignin. Makanan sumber karbohidrat antara lain umbi-umbian dan biji-bijian<sup>23</sup>.

## 2) Protein

Selain sebagai sumber energi, protein juga merupakan zat struktural dan pengatur. 1 gram protein sama dengan 4 Kal (kkal). Protein merupakan sumber asam amino yang mengandung C, H, O dan N yang tidak mengandung karbohidrat dan lemak. Sebagai bahan pembangun, protein merupakan bahan pembangun jaringan baru yang selalu muncul di dalam tubuh<sup>23</sup>.

## 3) Lemak

Lemak merupakan sumber energi yang besar karena setara dengan 9 kkal untuk 1 gram lemak. Lemak juga berfungsi sebagai pelarut vitamin A, D, E dan K. Lemak ditemukan dalam jumlah yang bervariasi dalam makanan. Sumber lemak dan minyak dapat berasal dari sumber nabati dan hewani. Sumber minyak nabati bisa dari minyak kelapa, minyak kacang tanah, minyak kakao, minyak jagung, dan minyak bunga matahari. Sedangkan sumber lemak dari hewani berasal dari minyak ikan paus, lemak babi, dan lemak daging sapi<sup>23</sup>.

## 4. Makanan Jajanan

Bagi anak sekolah, sarapan masih menjadi prioritas utama dalam menu gizi mereka. Apabila kebutuhan gizi siswa tidak terpenuhi pada saat sarapan, PJAS merupakan salah satu alternatif pemenuhan kebutuhan gizi tersebut. Jajanan dapat menunjang gizi siswa, menjaga kadar gula darah agar siswa dapat berkonsentrasi, dan menjaga aktivitas fisik siswa. Jajanan dapat disediakan dirumah maupun sebagai jajanan sekolah<sup>24</sup>.

Saat sekarang ini, anak perlu mengkonsumsi makanan yang cukup dan seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan tetapi anak menghabiskan seperempat waktunya disekolah sehingga menyebabkan adanya kebiasaan jajanan<sup>25</sup>. Makanan jajanan diartikan sebagai makanan siap saji atau makanan jadi yang dimaksudkan untuk dikonsumsi langsung ditempat penjualan dan dijual dijalan atau ditempat umum, seperti pemukiman, pusat perbelanjaan, stasiun kereta api, pasar atau

pedagang kaki lima. Kebiasaan jajanan pada anak sudah menjadi kebiasaan umum dan terjadi pada berbagai tingkat sosial ekonomi masyarakat kebanyakan jajanan tidak memenuhi persyaratan kesehatan dan berisiko tinggi terkontaminasi biologis atau kimia<sup>26</sup>.

Jenis makanan mempengaruhi kebiasaan jajanan anak disebabkan karena masa ini anak memiliki keingintahuan yang besar sehingga adanya keinginan untuk mencoba berbagai makanan. Sebagian besar anak menyukai makanan yang asin dan manis sehingga menyebabkan mereka merasa kenyang. Kebanyakan anak-anak mengonsumsi makanan ringan, tetapi sebagian besar makanan ringan yang dikonsumsi adalah makanan kaya energi dan rendah mikronutrien seperti vitamin D, kalsium, dan kalium yang dapat menyebabkan berbagai kesehatan masalah dikemudian hari, termasuk *osteoporosis*, *hiperparatiroidisme*, dan hipertensi. Energi yang berlebih dapat mengakibatkan obesitas di masa depan<sup>27</sup>.

Bagi pelajar, tingkat pendapatan dapat dimaknai sebagai uang jajan. Uang jajan adalah jumlah uang dalam sehari yang digunakan untuk membeli makanan jajanan dalam sehari. Uang jajan siswa menentukan kemampuannya untuk membeli makanan saat jauh dari rumah. Semakin besar jumlah uang jajan terkumpul maka semakin besar pula daya beli untuk membeli jajanan. Secara umum, semakin banyak uang saku, semakin besar kemampuan anak untuk membeli makanan dan mendorong konsumsi berlebihan. Uang jajan yang lebih banyak berarti pelajar sering memakan jajanan yang disukainya tanpa memperhatikan kandungan gizinya<sup>28</sup>.

a. Ciri-ciri jajanan sehat<sup>29</sup> :

1. Bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit.
2. Bebas dari kotoran dan debu lain.
3. Makanan yang dikukus, direbus, atau digoreng menggunakan panas yang cukup artinya tidak setengah matang.

4. Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih.
5. Kecuali makanan jajanan yang dibungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpu, atau alat lain yang bersih, jangan mengambil makanan dengan tangan.
6. Lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat harus dalam keadaan bersih

b. Dampak mengkonsumsi jajanan tidak sehat atau jajan sembarangan<sup>30</sup>:

1. Keracunan makanan

Keracunan disebabkan karena mengkonsumsi makanan yang mengandung bahan beracun seperti jamur beracun atau terkontaminasi senyawa kimia. Hal ini akan berdampak pada infeksi akut saluran cerna yang nantinya mengganggu penyerapan nutrisi.

2. Diare

Di usia sekolah, anak-anak seringkali mengkonsumsi jajanan yang diujakan dilingkungan sekolah. Terkadang anak tidak mengetahui jajanan yang disajikan secara terbuka, mudah terkontaminasi oleh polusi dan debu, hingga lalat, yang nantinya hal ini dapat menyebabkan diare pada anak. Kondisi ini menyebabkan tubuh kehilangan cairan dan elektrolit dalam jumlah besar sehingga dapat memicu malnutrisi.

3. Tifus

Anak yang terbiasa mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat dan tidak terjaga kebersihannya menjadi penyebab terkena tifus. Tifus disebabkan oleh *salmonella thypi*, dimana hal ini dapat ditularkan lewat makanan yang terkontaminasi.

4. Kanker

Penggunaan bahan kimia yang melebihi batas normal seperti pewarna makanan, pengawet, dan pemanis buatan dapat menjadi pemicu penyakit kanker karena bahan kimia tersebut bersifat

karsinogenik, yakni akan mengendap dan merusak suatu zat dengan mengubah DNA dalam sel-sel tubuh.

c. Jajanan untuk anak sekolah terbagi menjadi 4 jenis yaitu<sup>14</sup>:

1. Makanan utama/sepinggan

Kelompok makanan utama disebut juga jajanan berat. Camilan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya terdapat pada mie ayam, bakso, bubur ayam, nasi goreng, gado-gado, soto, daging dan lain-lain.

2. Camilan/snack

Camilan/snack adalah makanan yang biasa disantap sebagai tambahan makanan utama. Camilan terbagi menjadi dua jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Misalnya camilan basah : gorengan, kue, kue lapis donat dan jeli. Makanan camilan kering meliputi popcorn, keripik, kue kering dan permen.

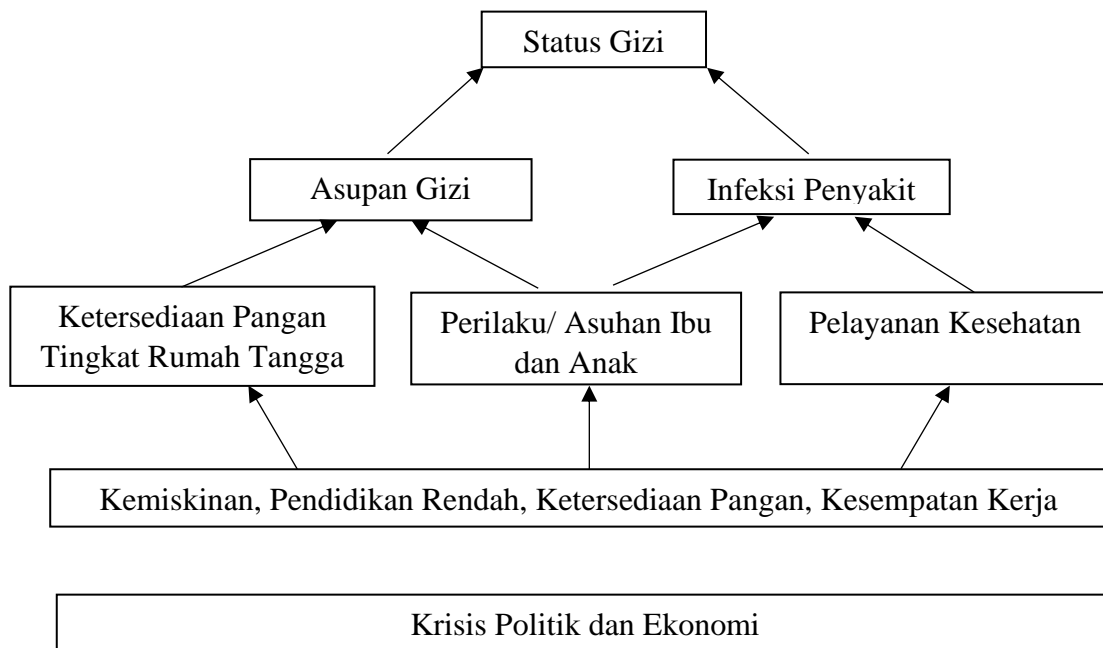
3. Minuman

Minuman dibagi menjadi dua kelompok yaitu minuman yang disajikan dalam gelas dan minuman yang disajikan dalam kemasan. Contoh minuman yang disajikan dalam gelas antara lain air putih, es teh manis, es jeruk, dan aneka minuman campur (es cendol, es campur, es buah) sedangkan minuman yang disajikan dalam kemasan antara lain softdrink (minuman ringan, teh, jus, susu, yogurt).

4. Jajanan buah

Buah-buahan yang biasa dijadikan jajanan anak sekolah adalah buah-buahan yang dikupas atau dipotong-potong. Buah utuh misalnya manggis, jeruk, pisang, sedangkan buah-buahan yang dipotong seperti pepaya, nenas, melon, semangka, dan lain-lain.

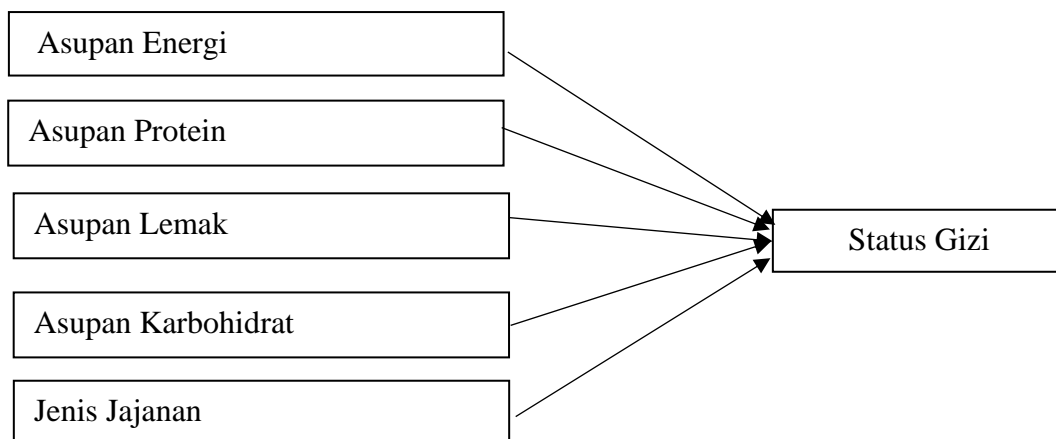
## B. Kerangka Teori



Menurut UNICEF, 1998

**Gambar 2.1 Kerangka Teori**

## C. Kerangka Konsep



**Gambar 2.2 Kerangka Konsep**



## D. Definisi Operasional

**Tabel 2. 3 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Status Gizi	Keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh.	Antropometri dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan	Timbangan digital dan microtoise	Kategori Z-score Indeks IMT/U <sup>20</sup> : 1. Gizi Buruk : <-3SD 2. Gizi Kurang : -3 s/d -2 SD 3. Gizi Normal/Baik : -2 s/d +1 SD 4. Gizi Lebih : +1 s/d +2 SD 5. Obesitas : >+2 SD	Ordinal
Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	Asupan energi adalah jumlah makanan yang dikonsumsi, mengandung protein, lemak, dan karbohidrat yang merupakan zat gizi makro berperan sebagai sumber energi bagi tubuh.	Wawancara	Food Recall	Asupan Energi <sup>15</sup> : 1. Kurang jika <5% AKG 2. Cukup jika 5-10% AKG 3. Lebih jika >10% AKG	Ordinal
	Protein merupakan zat struktural dan pengatur. Protein merupakan sumber asam amino yang mengandung C, H, O dan N yang tidak mengandung karbohidrat dan lemak.	Wawancara	Food Recall	Asupan Protein <sup>15</sup> : 1. Kurang jika <5% AKG 2. Cukup jika 5-10% AKG 3. Lebih jika >10% AKG	Ordinal

	Lemak merupakan sumber energi yang besar. Lemak berfungsi sebagai pelarut vitamin A, D, E dan K. Lemak ditemukan dalam jumlah yang bervariasi dalam makanan.	Wawancara	Food Recall	Asupan Lemak <sup>15</sup> : 1. Kurang jika <5% AKG 2. Cukup jika 5-10% AKG 3. Lebih jika >10% AKG	Ordinal
	Karbohidrat adalah sumber energi utama bagi tubuh, Karbohidrat banyak ditemukan pada bahan tumbuhan dalam bentuk gula sederhana, heksosa, pentosa, dan karbohidrat dengan berat molekul tinggi seperti pati, pektin, selulosa, dan lignin.	Wawancara	Food Recall	Asupan Karbohidrat <sup>15</sup> : 1. Kurang jika <5% AKG 2. Cukup jika 5-10% AKG 3. Lebih jika >10% AKG	Ordinal
Jenis Makanan Jajanan	Makanan jajanan adalah makanan siap saji atau makanan jadi yang dimaksudkan untuk dikonsumsi langsung ditempat penjualan dan dijual dijalan atau ditempat umum yang dimakan diantara waktu makanan lengkap (makanan selingan).	Wawancara	Food Recall	Jenis Jajanan <sup>14</sup> : 1. Jajanan berat 2. Camilan/snack 3. Minuman 4. Jajanan berat dan minuman 5. Camilan/snack dan minuman	Ordinal

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *observasional* dengan desain penelitian *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian yang mencoba mengetahui mengapa masalah kesehatan tersebut bisa terjadi dimana variabel independent yaitu makanan jajanan, asupan energi, zat gizi makro dan variabel dependen yaitu status gizi.

##### **B. Waktu dan Tempat**

Penelitian ini akan dilakukan di SDN 27 Kampung Jua, Lubuk Begalung Padang. Penelitian dilakukan pada Januari s/d Mei 2025.

##### **C. Populasi dan Sampel**

###### **1. Populasi**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas 3, 4 dan 5 di SDN 27 Kampung Jua, Lubuk Begalung Padang yang berjumlah 161 orang.

###### **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian yang diambil dari objek yang diteliti, secara acak dan dianggap mewakili seluruh populasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu metode pengambilan sampel di mana peneliti memilih subjek atau responden secara sengaja berdasarkan kriteria atau karakteristik khusus yang dianggap relevan dan mewakili tujuan penelitian.

Sampel pada penelitian ini dihitung menggunakan rumus besar sampel ditentukan dengan rumus estimasi proporsi finit, yaitu :

$$n = \frac{Z^2 \frac{1}{2} P(1 - P)N}{d^2(N - 1) + Z^2 \frac{1}{2} P(1 - P)}$$

Keterangan :

n = Jumlah Sampel

$Z_{\alpha/2}$  = Nilai Z pada derajat kepercayaan  $1-\alpha/2$  (1,96)

N = Populasi (161)

P = Proporsi hal yang diteliti (18,4 %)

d = Presisi/ derajat yang diinginkan (10%)

$$n = \frac{Z^2 \frac{1}{2} P(1-P)N}{d^2(N-1) + Z^2 \frac{1}{2} P(1-P)}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,184) \cdot (1 - 0,184) 161}{(0,1)^2 \cdot (161 - 1) + (1,96)^2 \cdot (0,184)(1 - 0,184)}$$

$$n = \frac{(3,84)(0,184) \cdot (0,816) \cdot (161)}{(0,01) \cdot (160) + (3,84) \cdot (0,184)(0,816)}$$

$$n = \frac{92,82}{1,6 + 0,57}$$

$$n = \frac{92,82}{2,17} = 42,7 = 43 \text{ responden}$$

Perhitungan Jumlah Sampel

No	Kelas	Perhitungan	Jumlah Siswa
1	III	$\frac{43}{161} \times 53$	14
2	IV	$\frac{43}{161} \times 53$	14
3	V	$\frac{43}{161} \times 55$	15
<b>Total</b>			43

## **D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Jenis Data**

#### **a. Data Primer**

Data primer didapatkan melalui wawancara langsung dengan responden menggunakan alat bantu berupa form yang berisi identitas responden, asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi responden melalui pengukuran langsung.

#### **b. Data Sekunder**

Data sekunder merupakan data yang diambil secara tidak langsung atau data yang sudah ada mengenai SD Negeri 27 Kampung Jua seperti gambaran umum sekolah.

### **2. Cara Pengumpulan Data**

#### **a. Data identitas sampel**

Data ini meliputi nama, umur, dan tanggal lahir yang dikumpulkan dengan cara memberikan form identitas kepada responden.

#### **b. Makanan Jajanan**

Data makanan jajanan diperoleh melalui wawancara dan pengisian kuesioner dengan responden mengenai makanan jajanan, asupan energi dan zat gizi makro jajanan serta berat makanan yang dikonsumsi.

#### **c. Status Gizi**

Data status gizi dengan indeks IMT/U diperoleh dengan cara melakukan pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan. Alat yang digunakan yaitu microtoise untuk pengukuran tinggi badan sedangkan untuk pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital. Setelah dilakukan pengukuran tersebut kemudian dilakukan perhitungan *z-score* menurut IMT/U dengan menggunakan aplikasi computer yaitu WHO-Anthro yang berfungsi untuk menghitung status gizi.

## E. Pengolahan data

### 1. *Editing* (Pemeriksaan Data)

*Editing* merupakan kegiatan melakukan pemeriksaan formulir atau kuesioner. Jawaban pada formulir harus sudah diisi dengan lengkap, jawaban ditulis dengan jelas, lalu relevan dengan apa yang dipertanyakan serta konsisten.

### 2. *Coding* (Pengkodean Data)

*Coding* merupakan kegiatan merubah data yang berbentuk huruf menjadi data yang berbentuk angka/bilangan. Kemudian variabel dikategorikan sesuai jumlah skor/ nilai untuk masing-masing variabel, sebagai berikut :

#### a. Tahap jenis jajanan dikategorikan :

1. Kode 1 : Jajanan berat
2. Kode 2 : Snack/ camilan
3. Kode 3 : Minuman
4. Kode 4 : Jajanan berat dan minuman
5. Kode 5 : Snack/camilan dan minuman

#### b. Tahap Asupan Energi dikategorikan :

1. Kode 1 : Kurang, jika dikonsumsi <5% AKG
2. Kode 2 : Cukup, jika dikonsumsi 5-10% AKG
3. Kode 3 : Lebih, jika dikonsumsi >10% AKG

#### c. Tahap Asupan Protein dikategorikan :

1. Kode 1 : Kurang, jika dikonsumsi <5% AKG
2. Kode 2 : Cukup, jika dikonsumsi 5-10% AKG
3. Kode 3 : Lebih, jika dikonsumsi >10% AKG

#### d. Tahap Asupan Lemak dikategorikan :

1. Kode 1 : Kurang, jika dikonsumsi <5% AKG
2. Kode 2 : Cukup, jika dikonsumsi 5-10% AKG
3. Kode 3 : Lebih, jika dikonsumsi >10% AKG

#### e. Tahap Asupan Karbohidrat dikategorikan :

1. Kode 1 : Kurang, jika dikonsumsi <5% AKG
2. Kode 2 : Cukup, jika dikonsumsi 5-10% AKG

3. Kode 3 : Lebih, jika dikonsumsi  $>10\%$  AKG

f. Tahap Status Gizi dikategorikan :

1. Kode 1 : Gizi kurang :  $-3$  s/d  $-2$  SD
2. Kode 2 : Normal/baik :  $-2$  s/d  $+1$  SD
3. Kode 3 : Gizi lebih :  $+2$  s/d  $+3$  SD
4. Kode 4 : Obesitas :  $> +3$  SD

### 3. *Entry Data*

Memasukkan data yang sudah dilakukan editing dan coding.

### 4. *Cleaning Data* (Pembersihan Data)

*Cleaning data* merupakan proses untuk mengetahui data yang dimasukkan sudah benar dan bebas dari kesalahan.

## **F. Analisis Data**

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan variabel yang diteliti, yaitu asupan energi dan zat gizi makro, dengan menyajikan tabel distribusi frekuensi serta melakukan analisis deskriptif. Sementara itu, analisis bivariat digunakan untuk menghasilkan tabel silang yang memberikan informasi lebih mendalam mengenai hubungan antara beberapa karakteristik responden dengan variabel utama penelitian.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SDN 27 Kampung Jua adalah sebuah institusi Pendidikan SD Negeri yang berlokasi Jalan Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung, Kelurahan Kampung Jua Nan XX, Kota Padang, Sumatera Barat. SD Negeri ini pertama kali berdiri pada tahun 1910 dengan nomor SK Pendirian 1 yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Dalam seminggu, pembelajaran SDN 27 Kampung Jua dilakukan selama 6 hari yang menggunakan 2 shift yaitu shift pagi dan shift siang.

##### **2. Gambaran Umum Siswa**

###### **a. Jenis Kelamin**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, distribusi responden menurut jenis kelamin dapat dilihat pada tabel:

**Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Laki-Laki	23	53,5%
Perempuan	20	46,5%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa siswa dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang(53,5%) dan siswa dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang(46,5%).

###### **b. Umur**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, distribusi responden menurut umur dapat dilihat pada tabel:



**Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Umur di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Umur	n	Persentase(%)
7-9 tahun	14	32,6%
10-12 tahun	29	67,4%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa siswa umur 7-9 tahun sebanyak 14 orang (32,6%) dan siswa umur 10-12 tahun sebanyak 29 orang (67,4%).

**c. Kelas**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, distribusi responden menurut kelas dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Kelas di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Kelas	n	Persentase(%)
Kelas 3	14	32,6%
Kelas 4	14	32,6%
Kelas 5	15	34,9%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa siswa kelas 3 sebanyak 14 orang (32,6%), siswa kelas 4 sebanyak 14 orang (32,6%), dan siswa kelas 5 sebanyak 15 orang (34,9%).

**3. Hasil Analisis Univariat**

**a. Status Gizi (IMT/U)**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan distribusi status gizi (IMT/U) siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Status Gizi (IMT/U) di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Status Gizi	z-score	n	Persentase(%)
Gizi kurang	-3 SD <i>sd</i> <-2 SD	7	16,3%
Gizi baik	-2 SD <i>sd</i> +1 SD	24	55,8%
Gizi lebih	+1 SD <i>sd</i> +2 SD	8	18,6%
Obesitas	>+2 SD	4	9,3%
<b>Total</b>		<b>43</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui status gizi siswa yaitu terdiri dari gizi kurang 7 siswa (16,3%), gizi lebih 8 siswa (18,6%), obesitas 4 siswa (9,3%).

**b. Asupan Energi dan Zat Gizi Makro**

**1) Asupan Energi**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi Asupan Energi pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Energi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Asupan Energi</b>	<b>n</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Mean</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Kurang	5	11,6%			
Cukup	21	48,8%	174,74	28,8	323
Lebih	17	39,5%			
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>			

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa siswa dengan asupan energi kurang sebanyak 5 orang (11,6%), asupan energi cukup sebanyak 21 orang (48,8%), dan asupan energi lebih sebanyak 17 orang (39,5%).

**2) Asupan Protein**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi asupan protein pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Protein di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Asupan Protein</b>	<b>n</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Mean</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Kurang	8	18,6%			
Cukup	12	27,9%	5,75	1,4	15,6
Lebih	23	53,5%			
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>			

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa siswa dengan asupan protein kurang sebanyak 8 orang (18,6%), asupan protein cukup sebanyak 12 orang (27,9%) dan asupan protein lebih sebanyak 23 orang (53,5%).

### 3) Asupan Lemak

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi Asupan Lemak pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Lemak di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Asupan Lemak</b>	<b>n</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Mean</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Kurang	7	16,3%	7,37	1,3	16,5
Cukup	8	18,6%			
Lebih	28	65,1%			
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>			

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa siswa dengan asupan lemak kurang sebanyak 7 orang (16,3%), asupan lemak cukup sebanyak 8 orang (18,6%) dan asupan lemak lebih sebanyak 28 orang (65,1%).

### 4) Asupan Karbohidrat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi Asupan Karbohidrat pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Karbohidrat di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Asupan Karbohidrat</b>	<b>n</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Mean</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Kurang	14	32,6%	20,33	1,2	37,9
Cukup	18	41,9%			
Lebih	11	25,6%			
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>			

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa siswa dengan asupan karbohidrat kurang sebanyak 14 orang (32,6%), asupan karbohidrat cukup sebanyak 18 orang (41,9%), asupan karbohidrat lebih sebanyak 11 orang (25,6%).

### c. Makanan Jajanan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi Jenis Jajanan pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

<b>Jenis Jajanan</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Jajanan berat	6	14%
Camilan/snack	20	46,5%
Jajanan berat dan minuman	6	14%
Camilan/snack dan minuman	11	25,6%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui bahwa jenis jajanan yang sering dikonsumsi siswa yaitu camilan/snack 20 orang (46,5%) dan camilan serta minuman 11 orang (25,6%).

**Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Berat**

<b>Jenis Jajanan Berat</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Mie goreng	1	2,3%
Nasi goreng	3	7%
Nasi goreng dan telur	2	4,7%
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>14%</b>

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui bahwa siswa yang mengonsumsi mie goreng sebanyak 1 orang (2,3%), nasi goreng sebanyak 3 orang (7%) serta nasi goreng dan telur sebanyak 2 orang (4,7%).

**Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Camilan/Snack**

<b>Jenis Camilan/ Snack</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Ayam goreng tepung	5	11,6%
Donat	2	4,7%
Nugget	1	2,35%
Nugget dan bakso goreng	1	2,35%
Nugget dan sosis goreng	2	4,7%
Pempek	4	9,3%
Roti bakar	4	9,3%
Sosis goreng	1	2,35%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>46,5%</b>

Berdasarkan tabel 4.11 diketahui bahwa siswa sering mengonsumsi ayam goreng tepung sebanyak 5 orang (11,6%), pempek sebanyak 4 orang (9,3%) dan roti bakar sebanyak 4 orang (9,3%).

**Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Berat dan Minuman**

<b>Jenis Jajanan Berat dan Minuman</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Mie goreng dan tea jus	3	7%
Mie goreng dan teh sisri	3	7%
<b>Total</b>	<b>6</b>	<b>14%</b>

Berdasarkan tabel 4.12 diketahui bahwa siswa sering mengonsumsi mie goreng dan tea jus sebanyak 3 orang (7%) dan mie goreng dan teh sisri sebanyak 3 orang (7%).

**Tabel 4. 13 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Jenis Jajanan Camilan/Snack dan Minuman**

<b>Jenis Jajanan Camilan/Snack dan Minuman</b>	<b>n</b>	<b>Persentase(%)</b>
Ayam goreng tepung dan top ice	1	2,35%
Donat dan tea jus	2	4,6%
Donat dan teh sisri	2	4,6%
Donat dan top ice	1	2,35%
Donat, risoles dan teh sisri	1	2,35%
Kerupuk kuah dan top ice	1	2,35%
Kerupuk mie, tahu goreng dan teh sisri	1	2,35%
Nugget, sosis dan teh sisri	1	2,35%
Risoles dan teh sisri	1	2,35%
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>25,6%</b>

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui bahwa siswa sering mengonsumsi donat dan tea jus sebanyak 2 orang (4,6%), donat dan teh sisri sebanyak 2 orang (4,6%).

#### **4. Hasil Analisis Bivariat**

##### **a. Asupan Energi dengan Status Gizi**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi asupan energi makanan jajanan dengan status gizi pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Energi dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Asupan Energi	Status Gizi									
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	3	42,9	1	4,2	1	12,5	0	0	5	11,6
Cukup	3	42,9	11	45,8	5	62,5	2	50	21	48,8
Lebih	1	14,3	12	50	2	25	2	50	17	39,5
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>16,3</b>	<b>24</b>	<b>55,8</b>	<b>8</b>	<b>18,6</b>	<b>4</b>	<b>9,3</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.11 diketahui bahwa siswa dengan gizi lebih memiliki asupan energi kurang (12,5%) dibandingkan dengan asupan energi lebih (25%). Siswa dengan obesitas memiliki asupan energi cukup (50%) dan asupan energi lebih (50%).

**b. Asupan Protein dengan Status Gizi**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi asupan protein dengan status gizi pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 15 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Protein dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Asupan Protein	Status Gizi									
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	2	28,6	1	4,2	4	50	1	25	8	18,6
Cukup	3	42,9	7	29,2	1	12,5	1	25	12	27,9
Lebih	2	28,6	16	66,7	3	37,5	2	50	23	53,5
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>16,3</b>	<b>24</b>	<b>55,8</b>	<b>8</b>	<b>18,6</b>	<b>4</b>	<b>9,3</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui bahwa siswa dengan gizi lebih memiliki asupan protein kurang (50%) dibandingkan dengan asupan protein lebih (37,5%). Siswa dengan obesitas memiliki asupan protein kurang (25%) dibandingkan dengan asupan protein lebih (50%).

### c. Asupan Lemak dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi asupan lemak dengan status gizi pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Lemak dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Asupan Protein	Status Gizi									
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	1	14,3	4	16,7	2	25	0	0	7	16,3
Cukup	2	28,6	4	16,7	1	12,5	1	25	8	18,6
Lebih	4	57,1	16	66,7	5	62,5	2	75	28	65,1
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>16,3</b>	<b>24</b>	<b>55,8</b>	<b>8</b>	<b>18,6</b>	<b>4</b>	<b>9,3</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.14 diketahui bahwa siswa dengan gizi lebih memiliki asupan lemak kurang (25%) dibandingkan dengan asupan lemak lebih (62,5%). Siswa dengan obesitas memiliki asupan lemak cukup (25%) dibandingkan dengan asupan lemak lebih (75%).

### d. Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, distribusi frekuensi asupan karbohidrat dengan status gizi pada siswa dapat dilihat pada tabel :

**Tabel 4. 17 Distribusi Frekuensi Siswa Berdasarkan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi di SDN 27 Kampung Jua, Kecamatan Lubuk Begalung Tahun 2025**

Asupan Karbohidrat	Status Gizi									
	Gizi Kurang		Gizi Baik		Gizi Lebih		Obesitas		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	4	57,1	7	29,2	3	37,5	0	0	14	32,6
Cukup	3	42,9	9	37,5	4	50	2	50	18	41,9
Lebih	0	0	8	33,3	1	12,5	2	50	11	25,6
<b>Total</b>	<b>7</b>	<b>16,3</b>	<b>24</b>	<b>55,8</b>	<b>8</b>	<b>18,6</b>	<b>4</b>	<b>9,3</b>	<b>43</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.12 diketahui bahwa siswa dengan gizi lebih memiliki asupan karbohidrat kurang (37,5%) dibandingkan dengan asupan karbohidrat cukup (50%). Siswa dengan obesitas

memiliki asupan karbohidrat cukup (50%) dan asupan karbohidrat lebih(50%).

## **B. Pembahasan**

### **1. Status Gizi (IMT/U)**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SDN 27 Kampung Jua tahun 2025 dari 43 orang siswa didapatkan sebanyak 16,3% dikategorikan gizi kurang, sebanyak 18,6% dikategorikan gizi lebih dan sebanyak 9,3% dikategorikan obesitas. Penilaian status gizi didapatkan dari indeks massa tubuh (IMT/U).

Status gizi merupakan suatu kondisi yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk metabolisme tubuh. Status gizi dalam penelitian ini menggunakan indikator IMT/U. Indeks IMT/U seseorang dikategorikan gizi kurang  $- 3 \text{ SD}$  sd  $< - 2 \text{ SD}$ , gizi baik  $- 2 \text{ SD}$  sd  $+ 1 \text{ SD}$ , gizi lebih  $+ 1 \text{ SD}$  sd  $+ 2 \text{ SD}$  dan obesitas  $> + 2 \text{ SD}$ <sup>20</sup>.

Zat gizi penting bagi tubuh karena bertanggung jawab untuk pertumbuhan dan perkembangan serta tingkat kognitif. Anak-anak usia Sekolah Dasar termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Faktor utama yang menyebabkan hal ini adalah kondisi ekonomi keluarga yang rendah serta minimnya pengetahuan orang tua mengenai gizi, sehingga asupan makanan anak menjadi tidak seimbang. Anak usia sekolah yang menerima asupan energi yang tidak mencukupi memiliki risiko 2,87 kali lebih tinggi untuk mengalami malnutrisi dibandingkan dengan anak-anak yang memperoleh asupan energi yang memadai. Selain itu, konsumsi jajanan anak juga turut memengaruhi status gizi mereka, mengingat makanan jajanan di sekolah menyumbang sekitar 20% dari total kebutuhan energi harian anak<sup>31</sup>.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan dwikani, dkk di Sekolah Dasar bahwa adanya hubungan antara status gizi dengan konsumsi makanan jajanan. Kontribusi energi, protein, lemak dan karbohidrat berkorelasi positif dengan status gizi anak ( $p < 0.05$ ). Semakin



tinggi kontribusi jajan anak maka status gizi anak akan semakin meningkat<sup>3</sup>.

## **2. Asupan Energi dan Zat Gizi Makro Makanan Jajanan**

### **a. Asupan Energi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua didapatkan asupan energi kurang sebanyak 11,6%, asupan energi cukup sebanyak 48,8% dan asupan energi lebih 39,5%. Nilai mean asupan energi makanan jajanan yang dikonsumsi siswa saat berada di sekolah yaitu 174,74 dengan angka terendah 28,8 (didapatkan dari asupan konsumsi sosis goreng 2 buah) dan angka maksimal 323 (didapatkan dari asupan konsumsi nasi goreng dan telur). Dari hasil wawancara *food recall* 1x24 jam yang dilakukan dengan responden didapatkan asupan energi makanan jajanan banyak berada dalam kategori cukup dibandingkan asupan energi berlebih.

Energi adalah jumlah makanan yang dikonsumsi, mengandung protein, lemak, dan karbohidrat yang merupakan zat gizi makro berperan sebagai sumber energi bagi tubuh. Makanan berlebih yang dikonsumsi akan disimpan dalam tubuh untuk menambah cadangan energi tubuh. Hal ini akan menyebabkan penambahan berat badan yang berujung pada obesitas<sup>22</sup>.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Nurul, dkk (2017) di SD Negeri 01 Sumurboto Kota Semarang dengan jumlah sampel 66 orang, 64 orang siswa (97%) yang memiliki konsumsi energi makanan jajanan kurang dan terdapat 2 orang siswa (3%) yang memiliki konsumsi energi cukup<sup>32</sup>.

### **b. Asupan Protein**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua didapatkan asupan protein kurang sebanyak 18,6%, asupan protein cukup sebanyak 27,9%, dan asupan protein lebih yaitu sebanyak 53,5%. Nilai mean asupan protein makanan jajanan yang dikonsumsi siswa saat berada di sekolah yaitu 5,75

dengan angka terendah 1,4(didapatkan dari asupan konsumsi donat) dan angka maksimal 15,6 (didapatkan dari asupan konsumsi nasi goreng dan telur). Dari hasil wawancara *food recall* 1x24 jam yang dilakukan dengan responden didapatkan asupan protein makanan jajanan banyak berlebih dibandingkan tercukupi.

Protein berperan sebagai zat struktural dan pengatur dalam tubuh. Protein merupakan sumber asam amino yang mengandung unsur C, H, O, dan N, tetapi tidak mengandung karbohidrat maupun lemak. Sebagai zat pembangun, protein berfungsi membentuk jaringan baru yang terus terbentuk di dalam tubuh<sup>23</sup>.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Rasako, dkk di SD Negeri 156 Maluku Tengah dengan jumlah sampel 54 orang, 33 orang siswa (61,1%) yang memiliki konsumsi protein makanan jajanan kurang dan terdapat 21 orang siswa (38,9%) yang memiliki konsumsi protein makanan jajanan baik<sup>31</sup>.

### c. Asupan Lemak

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua didapatkan asupan lemak kurang sebanyak 16,3%, asupan lemak cukup yaitu sebanyak 18,6%, dan asupan lemak lebih yaitu sebanyak 65,1%. Nilai mean asupan lemak makanan jajanan yang dikonsumsi siswa saat berada disekolah yaitu 7,37 dengan angka terendah 1,3(didapatkan dari asupan konsumsi kerupuk) dan angka maksimal 16,5(didapatkan dari asupan konsumsi nasi goreng dan telur). Dari hasil wawancara *food recall* 1x24 jam yang dilakukan dengan responden didapatkan asupan lemak makanan jajanan banyak berlebih dibandingkan tercukupi.

Lemak merupakan sumber energi yang tinggi, yaitu setara dengan 9 kkal/gr. Selain itu, lemak berperan sebagai pelarut bagi vitamin A, D, E, dan K. Kandungan lemak dalam makanan bervariasi tergantung jenisnya. Sumber lemak dan minyak dapat berasal dari nabati maupun hewani<sup>23</sup>.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Nurul, dkk (2017) di SD Negeri 01 Sumurboto Kota Semarang dengan jumlah sampel 66 orang, 60 orang siswa (90,9%) yang memiliki konsumsi lemak makanan jajanan dan terdapat 6 orang siswa (9,1%) yang memiliki konsumsi energi cukup<sup>32</sup>.

#### **d. Asupan Karbohidrat**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua didapatkan asupan karbohidrat kurang sebanyak 32,6%, asupan karbohidrat cukup sebanyak 41,9% dan asupan energi lebih 25,6%. Nilai mean asupan karbohidrat makanan jajanan yang dikonsumsi siswa saat berada disekolah yaitu 20,33 dengan angka terendah 1,2(didapatkan dari asupan konsumsi sosis goreng 2 buah) dan angka maksimal 37,9(didapatkan dari asupan konsumsi roti bakar). Dari hasil wawancara *food recall* 1x24 jam yang dilakukan dengan responden didapatkan asupan karbohidrat makanan jajanan banyak berada dalam kategori cukup dibandingkan asupan energi berlebih.

Karbohidrat berperan sebagai sumber energi utama bagi tubuh dan juga menyediakan serat yang penting untuk kesehatan sistem pencernaan. Karbohidrat banyak ditemukan pada bahan tumbuhan dalam bentuk gula sederhana, heksosa, pentosa, dan karbohidrat dengan berat molekul tinggi seperti pati, pektin, selulosa, dan lignin<sup>23</sup>.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Rasako, dkk di SD Negeri 156 Maluku Tengah dengan jumlah sampel 54 orang, 25 orang siswa(46,3%) yang memiliki konsumsi karbohidrat makanan jajanan kurang dan 29 orang siswa(53,7%) yang memiliki konsumsi karbohidrat makanan jajanan baik<sup>31</sup>.

#### **e. Asupan Energi dengan Status Gizi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua terdapat siswa dengan status gizi lebih

memiliki asupan energi makanan jajanan kurang sebanyak 1 orang (12,5%) dibandingkan dengan yang lebih 2 orang (25%).

Menurut Dwikani, dkk tahun 2019, berbagai faktor lain turut berperan dalam kondisi tersebut, termasuk pengaruh teman sebaya dan pengetahuan orang tua. Seiring bertambahnya usia, pengaruh jajan menjadi semakin kuat dan berdampak langsung pada sikap serta keputusan anak dalam memilih makanan. Anak-anak cenderung memilih makanan yang sama dengan teman-temannya, baik karena ingin menyesuaikan diri maupun karena tertarik mencoba sesuatu yang direkomendasikan oleh teman. Ketika berada di lingkungan sekolah, anak-anak menjadi lebih mudah terpengaruh oleh pilihan makanan teman sebayanya, dan hal ini bahkan bisa memengaruhi pola konsumsi mereka di rumah. Antusiasme anak untuk mencoba makanan baru juga sering dipicu oleh interaksi sosial di sekolah. Kedua, yaitu kurangnya pengetahuan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang ikut memperburuk situasi, karena anak tidak mendapatkan pola makan yang teratur dan sehat. Faktor gaya hidup seperti aktivitas fisik akibat lingkungan yang padat juga meningkatkan risiko anak mengalami kelebihan berat badan, karena waktu luang lebih banyak dihabiskan untuk menonton TV atau bermain gadget daripada bergerak aktif<sup>3</sup>.

#### **f. Asupan Protein dengan Status Gizi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua terdapat siswa dengan status gizi lebih asupan protein makanan jajanan lebih sebanyak 3 orang (37,5%) dibandingkan dengan asupan protein makanan jajanan kurang sebanyak 4 orang (50%).

Hasil penelitian yang dilakukan Sonya tahun 2019 menunjukkan hubungan antara kontribusi asupan protein dari jajanan dengan status gizi berdasarkan IMT/U. Dimana terdapat kecenderungan bahwa semakin besar kontribusi asupan protein dari jajanan, maka nilai Z-score (IMT/U) cenderung menurun. Kondisi ini

kemungkinan dipengaruhi oleh jenis jajanan yang dikonsumsi oleh responden. Umumnya, jajanan yang sering dikonsumsi merupakan makanan tinggi lemak dengan kualitas gizi yang rendah. Makanan jajanan juga cenderung kurang memperhatikan aspek kesehatan dan kebersihan, yang berisiko menyebabkan berbagai penyakit, termasuk penyakit infeksi<sup>33</sup>.

Penyakit infeksi sendiri dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Hubungan antara infeksi dan gangguan gizi bersifat timbal balik, infeksi dapat memperburuk kondisi gizi dan gizi buruk dapat meningkatkan kerentanan terhadap infeksi. Dengan demikian, konsumsi jajanan yang tidak sehat dalam jumlah berlebih berpotensi memberikan dampak negatif terhadap status gizi anak<sup>33</sup>.

#### **g. Asupan Lemak dengan Status Gizi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua terdapat siswa dengan status gizi lebih asupan lemak makanan jajanan kurang sebanyak 2 orang (25%) dibandingkan dengan asupan lemak makanan jajanan lebih sebanyak 5 orang (62,5%).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurul, dkk pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kandungan lemak dalam makanan jajanan dengan status gizi siswa berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), yang ditunjukkan oleh nilai  $p=0,029$  pada siswa SDN 01 Sumurboto, Kota Semarang<sup>32</sup>.

Hasil penelitian lain yang dilakukan Sonya tahun 2019, memperlihatkan hubungan antara kontribusi asupan lemak dari jajanan dengan status gizi berdasarkan IMT/U. Dimana terdapat kecenderungan bahwa semakin tinggi kontribusi lemak dari jajanan, maka nilai Z-score (IMT/U) cenderung menurun. Salah satu faktor yang mungkin memengaruhi hasil ini adalah jenis jajanan yang dikonsumsi oleh responden. Jajanan yang umum dikonsumsi cenderung tinggi lemak dengan kualitas gizi yang rendah, serta kurang memperhatikan aspek kebersihan dan kesehatan<sup>33</sup>.

Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit, salah satunya adalah penyakit infeksi. Infeksi dapat berpengaruh terhadap status gizi, karena terdapat hubungan timbal balik antara keduanya. Infeksi dapat memperburuk kondisi gizi, sementara gizi buruk dapat meningkatkan kerentanan terhadap infeksi. Dengan demikian, semakin sering anak mengonsumsi jajanan yang tidak sehat, semakin besar pula risiko penurunan status gizi<sup>33</sup>.

#### **h. Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswa di SDN 27 Kampung Jua terdapat siswa dengan status gizi lebih asupan karbohidrat makanan jajanan yaitu 3 orang (37,5%) dibandingkan dengan asupan karbohidrat tercukupi 4 orang (50%).

Hasil penelitian yang dilakukan Sonya tahun 2019 menunjukkan hubungan antara kontribusi asupan karbohidrat dari jajanan dengan status gizi berdasarkan IMT/U. Dimana terdapat kecenderungan bahwa semakin besar kontribusi asupan karbohidrat dari jajanan, maka nilai Z-score (IMT/U) cenderung menurun. Salah satu faktor lainnya yang mungkin mempengaruhi hasil ini adalah jenis jajanan yang dikonsumsi oleh responden. Jenis jajanan yang umum dikonsumsi umumnya tinggi lemak dan memiliki kualitas gizi yang rendah. Selain itu, makanan jajanan sering kali kurang memperhatikan aspek kebersihan dan kesehatan, yang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan, seperti penyakit infeksi<sup>33</sup>.

### **3. Makanan Jajanan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa SDN 27 Kampung Jua, jenis jajanan yang paling sering dikonsumsi adalah camilan atau snack sebanyak 46,5%, camilan/snack dan minuman sebesar 25,6%. Selain itu, jajanan berat sebanyak 14% siswa, dan kombinasi jajanan berat serta minuman juga sebesar 14%. Dari keempat jenis jajanan tersebut, makanan yang paling banyak diminati siswa meliputi ayam goreng tepung 11,6%, pempek 9,3%, dan roti bakar 9,3%. Sementara itu, donat yang disertai dengan teh jus maupun teh sisri masing-masing

dikonsumsi oleh 4,6% siswa. Untuk jajanan berat lainnya, nasi goreng dikonsumsi oleh 7% siswa, sedangkan mie goreng yang diminum dengan teh jus atau teh sisri masing-masing juga diminati oleh 7% siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Iklima (2017) mengungkapkan bahwa makanan utama yang tersedia di SDN Babakan Sentral, Kota Bandung, mencapai 18,2%, dengan jenis makanan seperti nasi uduk dan jagung rebus. Sementara itu, camilan atau snack yang tersedia di sekolah tersebut sebesar 27,2%, meliputi berbagai macam snack, gorengan, dan permen. Untuk jajanan minuman, persentasenya mencapai 36,4%, yang terdiri dari air mineral, es teh manis, susu, dan pop ice<sup>25</sup>.

Jajanan yang dikonsumsi dalam jumlah kecil dapat memberikan kontribusi energi yang signifikan apabila mengandung kalori tinggi, seperti minuman manis, kue, gorengan, dan makanan ringan olahan. Hal ini berarti bahwa konsumsi jajanan tidak sebanyak makanan utama di rumah, kandungan kalornya tetap tinggi dan berpotensi menyebabkan kelebihan asupan energi. Di sisi lain, jajanan biasanya rendah protein, vitamin, dan serat, sehingga menyebabkan ketidakseimbangan asupan zat gizi makro dan mikro. Kelebihan asupan energi dapat menyebabkan anak mengalami gizi lebih, namun pada saat yang sama, anak juga berisiko kekurangan zat gizi penting yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan optimal<sup>25</sup>.

Masalah gizi lebih maupun gizi kurang pada anak, tidak hanya dipengaruhi oleh banyaknya jumlah jajanan yang dikonsumsi, tetapi kualitas makanan secara keseluruhan dan total asupan energi harian yang melebihi kebutuhan tubuh. Meskipun jajanan hanya dikonsumsi dalam jumlah sedikit, jika mengandung energi tinggi dan dikombinasikan dengan pola makan tinggi kalori di rumah serta aktivitas fisik yang rendah, risiko terjadinya gizi lebih pada anak tetap tinggi<sup>25</sup>.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua, peneliti dapat mengambil kesimpulan yaitu sebagai berikut :

1. Status gizi siswa di SDN 27 Kampung Jua sebanyak gizi kurang (16,3%), gizi baik (55,8%), gizi lebih (18,6%), dan obesitas (9,3%).
2. Asupan energi makanan jajanan siswa di SDN 27 Kampung Jua sebanyak asupan energi kurang (11,6%), asupan energi cukup (48,8%) dan asupan energi lebih (39,5%).
3. Asupan zat gizi makro makanan jajanan siswa di SDN 27 Kampung Jua sebanyak asupan karbohidrat kurang (32,6%), asupan karbohidrat lebih (25,6%), asupan protein kurang (18,6%), asupan protein lebih (53,5%), asupan lemak kurang (16,3%), dan asupan lemak lebih (65,1%).
4. Jenis jajanan siswa di SDN 27 Kampung Jua sebanyak jajanan berat (14%), camilan/snack (46,5%), jajanan berat dan minuman (6%), camilan/snack dan minuman (25,6%).

#### **B. Saran**

Diharapkan siswa lebih memperhatikan kualitas konsumsi jajanan sehari-hari, khususnya dalam meningkatkan asupan energi dan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak sesuai kebutuhan tubuh. Pemilihan makanan jajanan yang sehat, bergizi seimbang, dan aman dikonsumsi sangat penting untuk mendukung pertumbuhan serta mencegah risiko gangguan gizi seperti kekurangan maupun kelebihan gizi di usia sekolah.



## DAFTAR PUSTAKA

1. Ramlah U. Gangguan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi dan Upaya Pencegahannya. Jurnal. 2019.
2. Aldofin Tomaso V, Dary, Christovel Dese D. Hubungan Asupan Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah. Vol. 6, Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. 2021.
3. Anggiruling DO, Ekayanti I, Khomsan A. Factors Analysis of Snack Choice, Nutrition Contribution and Nutritional Status of Primary School Children. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2019 Mar 1;15(1):81–90.
4. UNICEF. Laporan Tahunan. 2019.
5. Laporan Riskesdas Nasional. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.
6. Laporan SKI. Tim Penyusun SKI 2023 Dalam Angka Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
7. Puskesmas Pagambiran. Format Screening Anak Sekolah. 2023.
8. Dominikus Martinus Lait, Wihelmus Nong Baba. Hubungan Pola Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Siswa-Siswi Kelas V SDK Napungliti Desa Hepang Kecamatan Lela Kabupaten Sikka. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat. 2020 Jun;VII(1).
9. Cahyanti M, Widarti A, Agusjaya K. Gambaran Kebiasaan Jajan dan Status Gizi Anak Sekolah. Jurnal Poltekkes Denpasar.
10. Abresa P, Eliza, Susyani, Sumarman. Asupan Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak SD. Jurnal Pustaka Padi. 2023;2(1):01–7.
11. Khoiriyah A, Muzarofatus Sholikhah D, Novri Supriatiningrum D, Studi Gizi P, Kesehatan F. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Muhammadiyah Se-Kecamatan Gresik. Ghidza Media Journal. 2023 Oct;16–27.
12. Hamzah HA. Pengaruh Pola Makan terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. 2020;5(2):70–5.
13. Nugroho KP, Sanubari TP, Rosalina S, Studi Gizi P, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan F, Kristen Satya Wacana Salatiga U. Gambaran Tingkat Asupan Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Salatiga. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari. 2019.
14. Badan Pengawas Obat dan Makanan. Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. Jakarta Pusat: Direktorat Standardisasi Produk Pangan; 2013.

15. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan. 2019.
16. Yunawati I, Ns Nur Falah Setyawati M, Alifiyanti Muharramah M, Yanti Ernalia Mg, Desty Ervira Puspaningtyas M. Penilaian Status Gizi. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara; 2023.
17. Nuryani, Rahmawati. Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo. Vol. 6, Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition). 2018.
18. Nabila Rohmah P, Sabilla M, Surury I. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kampung Pemulung Kelurahan Jurang Mangu Timur Tahun 2022. Jurnal MPPKI. 2022;5(11). Available from: <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>.
19. Holil M. Par'i, Sugeng Wiyono, Titus Priyo Harjatmo. Bahan Ajar Penilaian Status Gizi. 1st ed. 2017.
20. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri. 2020.
21. Fitria. Modul Penilaian Status Gizi. Jakarta: Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka; 2023.
22. Abresa P, Eliza, Susyani, Sumarman. Asupan Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak SD. Jurnal Pustaka Padi. 2023;2(1).
23. Rokhmah N, Setiawan B, Suhendriani S, dkk. Pangan dan Gizi. Yayasan Kita Menulis; 2022.
24. Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang. 2021.
25. Ayunda Firmani Wahyusa, Luh Suranadi, Irianto, AASP Chandradewi. Jenis dan Zat Gizi Pangan Jajanan Anak Sekolah di Kantin Sekolah Dasar. Jurnal Gizi Prima (Frime Nutrition Journal). 2020. Vol.5, Edisi.2, Sept:103–11.
26. Fatmalina Febry. Kebiasaan Jajan Pada Anak. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 2010 Jul;1(2).
27. Hess J, Slavin J. Snacking for a cause: Nutritional insufficiencies and excesses of U.S. children, A critical review of food consumption patterns and macronutrient and micronutrient intake of U.S. children. Journal Nutrients. 2014 Oct 28;6(11):4750–9.

28. Rosyidah Z, Ririn Andrias D. Jumlah Uang Saku dan Kebiasaan Melewatkan Sarapan Berhubungan dengan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*. 2015;10(1):1–6.
29. Rahmi S. Cara Memilih Makanan Jajanan Sehat dan Efek Negatif yang ditimbulkan Apabila Mengonsumsi Makanan Jajanan yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Sekolah Dasar. *Jurnal*. 2018.
30. Novelasari, Neni Fitra Hayati. *Buku Saku Jajanan Sehat Anak Sekolah*. 2022.
31. Rasako H, Puspita Sari M, Risna Tuasikal B, Kaluku K, Anthoineta Sahertian B, Anthonete Salakory J. Hubungan Konsumsi Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 156 Maluku Tengah Analysis of Factors Related to Snack Consumption and Nutritional Status of Elementary School 156 Central Maluku. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*. 2023;14(1):60–9.
32. Islami Dini N, Fatimah SP. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi (Kadar Lemak Tubuh dan IMT/U) Pada Siswa Sekolah Dasar (Studi di Sekolah Dasar Negeri 01 Sumurboto Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2017 ;5:2356–3346.
33. Esther S. Hubungan Kontribusi Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dari Jajanan Terhadap Status Gizi Anak kelas III dan IV di Sekolah Dasar Negeri 01 Gunung Jakarta Selatan. 2019.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1: Lembar Kesiediaan Menjadi Responden (Informed Consent)



### SURAT PERNYATAAN PERSUTUJUAN UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN (INFORMED CONSENT)



#### *Pernyataan Persetujuan Responden :*

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Tempat, tanggal lahir :  
Alamat :  
Kelas :

Bersedia menjadi responden dalam pengukuran dan wawancara “gambaran kebiasaan, asupan energi, zat gizi makro makanan jajanan dan status gizi pada anak SDN 27 Kampung Jua Padang” yang dilakukan oleh mahasiswa jurusan gizi Kemenkes Poltekkes Padang.

Informasi dari data yang saya berikan adalah benar sesuai dengan kenyataan dan pengalaman saya. Demikian persetujuan ini ditandatangani dengan sukarela tanpa paksaan dan tekanan dari siapapun.

Padang, 2025

Yang menyatakan  
**Responden**

( )

**Lampiran 2 : Form Identitas Responden****FORMULIR RESPONDEN****A. Identitas Responden**

1. No. Responden :
2. Nama :
3. Umur :
4. Jenis Kelamin :
5. Kelas :
6. Alamat :
7. Tempat, tanggal lahir :
8. Agama :

**B. Data Antropometri**

1. Tanggal pengukuran :
2. Berat Badan :
3. Tinggi Badan :

**Lampiran 3 : Form Food Recall 1 x 24 jam**

**Form Food Recall**

Waktu Makan (Jam)	Nama Hidangan	Rincian Bahan Makanan	Jumlah		Sumber (rumah/sekolah)
			URT	Berat (gr)	

## Lampiran 4 : Master Tabel

No Res	NAMA	UMUR	JK	Tgl lahir	Kelas	BB	TB	IMT/U	STT GZ	Energi	Ket.E	Karbohidrat	Ket.K	Protein	Ket.P	Lemak	Ket.L	Jenis Jajanan	Jajanan
1	AF	9	L	11/13/2015	3	39.7	130	2.66	Obesitas	245	3	36.5	3	4.5	3	9	3	4	mie goreng dan teh sisri
2	AP	9	P	1/4/2016	3	37.4	134.6	1.67	Gizi Lebih	28.8	1	1.2	1	1.8	1	1.8	1	2	sisis goreng
3	AO	9	L	10/21/2015	3	22.6	130.8	-2.41	Gizi Kurang	163	2	20.4	2	1.4	1	8.6	3	5	donat dan tea jus
4	FF	9	P	2/1/2016	3	26.4	126.2	0.25	Gizi Baik	296	3	33.8	3	2.8	2	3.7	2	5	donat dan tea jus
5	GR	9	L	11/29/2015	3	31.3	131.1	1.02	Gizi Lebih	163	2	21.4	2	1.4	1	8.6	3	5	donat dan teh sisri
6	RA	9	L	3/10/2016	3	23.6	121.6	-0.1	Gizi Baik	116.6	2	20.4	2	4.8	3	2.1	1	2	roti bakar
7	HM	9	P	3/30/2016	3	22.6	125.2	-1.04	Gizi Baik	245	3	36.5	3	4.5	3	9	3	4	mie goreng dan teh sisri
8	HK	8	P	5/26/2016	3	21.7	120	-0.58	Gizi Baik	100	2	8.8	1	4	2	5.6	3	2	nugget
9	RR	9	L	1/26/2016	3	24.2	125.2	-0.46	Gizi Baik	108.8	2	13.6	2	3.8	2	4.6	2	5	nugget, sosis dan teh sisri
10	RZ	8	P	6/12/2016	3	20.1	124	-2.04	Gizi Kurang	133	2	13.4	2	1.4	1	8.6	3	2	donat
11	RA	9	L	11/3/2015	3	22.1	124	-1.32	Gizi Baik	215	3	28.5	3	4.5	3	9	3	1	mie goreng
12	SJ	9	P	9/5/2015	3	27.1	130	-0.21	Gizi Baik	245	3	35.5	3	4.5	3	9	3	4	mie goreng dan tea jus
13	DM	9	L	10/6/2015	3	23.3	126	-1.09	Gizi Baik	116.6	2	20.4	2	4.8	3	2.1	1	2	roti bakar
14	FP	10	L	6/19/2014	3	26.60	138	-2.05	Gizi Kurang	64.4	1	5	1	2.9	2	3.7	2	2	nugget dan sosis goreng
15	RH	10	L	1/2/2015	4	26.8	135.5	-1.35	Gizi Baik	148	2	8.1	1	7.8	3	9.4	3	2	ayam goreng tepung
16	AT	10	P	10/25/2014	4	33.5	136.8	0.42	Gizi Baik	103.8	2	7.8	1	4.8	2	6	2	2	nugget dan sosis goreng
17	LS	10	L	10/20/2014	4	31.50	134.4	0.38	Gizi Baik	288	3	32	3	6.4	3	15.4	3	5	donat, risoles dan teh sisri
18	WA	10	L	12/26/2014	4	34.1	134.6	1.04	Gizi Lebih	163.8	2	19.2	2	1.4	1	8.6	3	5	donat dan top ice
19	IA	10	L	8/12/2014	4	24.9	134.5	-2.19	Gizi Kurang	89	1	5.9	1	4.1	2	5.2	2	2	nugget dan bakso goreng
20	RM	10	L	1/1/2015	4	26.9	127.1	0.02	Gizi Baik	214.3	3	29.1	2	8.4	3	7.5	3	5	kerupuk mie, tahu goreng, dan teh sisri
21	HA	10	P	4/4/2015	4	25.9	135.6	-1.55	Gizi Baik	245	3	35.5	3	4.5	1	9	3	4	mie goreng dan tea jus
22	AZ	10	P	8/17/2014	4	35.4	133.6	1.06	Gizi Lebih	120.1	2	21.3	2	2.9	2	1.3	1	5	kerupuk kuah dan top ice
23	TH	10	L	9/4/2014	4	42.6	137	2.14	Obesitas	163	2	21.4	2	1.4	1	8.6	3	5	donat dan teh sisri
24	MF	10	L	10/7/2014	4	43.7	134.5	2.48	Obesitas	245	3	36.5	3	4.5	2	9	3	4	mie goreng dan teh sisri
25	HS	10	L	1/3/2015	4	27	135.5	-1.18	Gizi Baik	116.6	2	20.4	2	4.8	2	2.1	1	2	roti bakar
26	HU	9	P	6/5/2015	4	22.6	129.5	-1.98	Gizi Baik	323	3	25.7	2	15.6	3	16.5	3	1	nasi goreng dan telur
27	AS	10	P	2/27/2015	4	28	132.2	-0.36	Gizi Baik	245	3	35.5	3	4.5	2	9	3	4	mie goreng dan tea jus
28	SN	10	P	12/30/2014	4	21.8	124.6	-1.67	Gizi Baik	280	3	29.2	3	10	3	13.6	3	5	risoles dan teh sisri
29	ZA	11	P	11/9/2013	5	36.5	145.5	-0.12	Gizi Baik	148	2	8.1	1	7.8	3	9.4	3	2	ayam goreng tepung
30	SH	12	P	3/3/2013	5	48	145	1.45	Gizi Lebih	178.8	2	13.9	1	7.8	3	9.4	3	5	ayam goreng tepung dan top ice
31	IM	11	P	12/12/2013	5	44.4	144.5	1.3	Gizi Lebih	202	3	25.2	2	7.5	3	7.4	3	1	nasi goreng
32	ZA	11	P	11/11/2013	5	29.3	144.8	-2.12	Gizi Kurang	148	2	8.1	1	7.8	3	9.4	3	2	ayam goreng tepung
33	AA	12	L	2/10/2014	5	31.3	134.5	0.06	Gizi Baik	202	3	25.2	2	7.5	3	7.4	3	1	nasi goreng
34	DS	12	L	5/12/2014	5	30	137.5	-0.63	Gizi Baik	323	3	25.7	2	15.6	3	16.5	3	1	nasi goreng dan telur
35	RR	11	L	9/5/2013	5	30.1	139	-1.04	Gizi Baik	145	2	17.5	2	9	3	3.5	2	2	pempek
36	FA	11	L	6/11/2013	5	24.8	132.5	-2.26	Gizi Kurang	202	3	25.2	2	7.5	3	7.4	3	1	nasi goreng
37	NN	11	L	9/28/2013	5	52	151.5	1.88	Gizi Lebih	261.6	3	37.9	3	13.8	3	5.6	2	2	roti bakar
38	MD	11	L	10/29/2013	5	44.9	142.9	1.74	Gizi Lebih	133	2	13.4	1	1.4	1	8.6	3	2	donat
39	JB	11	P	10/4/2013	5	34.3	133	0.66	Gizi Baik	148	2	8.1	1	7.8	3	9.4	3	2	ayam goreng tepung
40	AD	11	L	11/3/2013	5	61.9	149.9	2.8	Obesitas	145	2	17.5	2	9	3	3.5	2	2	pempek
41	KD	12	P	1/23/2013	5	42.8	144.6	0.8	Gizi Baik	148	2	8.1	1	7.8	3	9.4	3	2	ayam goreng tepung
42	MA	12	P	4/3/2013	5	30.9	146.5	-2.04	Gizi Kurang	58	1	7	1	3.6	2	1.4	1	2	pempek
43	FH	11	P	8/1/2013	5	29.8	139	-1.23	Gizi Baik	87	1	10.5	1	5.4	2	2.1	1	2	pempek



## Lampiran 5 : Output Hasil Data Penelitian

**jenis kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki-laki	23	53.5	53.5	53.5
	wanita	20	46.5	46.5	100.0
Total		43	100.0		

**usia**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	di bawah 17 tahun	14	32.6	32.6	32.6
	umur 17-19 tahun	29	67.4	67.4	100.0
Total		43	100.0		

**jenis**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	14	32.6	32.6	32.6
	4	14	32.6	32.6	65.1
	5	15	34.9	34.9	100.0
Total		43	100.0		

**status gizi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	gizi kurang	7	16.3	16.3	16.3
	gizi baik	24	55.8	55.8	72.1
	gizi lebih	8	18.6	18.6	90.7
	overitas	4	9.3	9.3	100.0
Total		43	100.0		

**Statistics**

		energy	karbohydrat	protein	lemak
N	Valid	43	43	43	43
	Missing	0	0	0	0
Mean		174.744	20.135	5.758	7.373
Std. Error of Mean		11.1562	1.6263	.5381	.5833
Range		294.2	30.7	14.2	15.2
Minimum		29.8	1.2	1.4	1.3
Maximum		323.0	31.9	15.6	16.5

**keterangan energi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	jarang	5	11.6	11.6	11.6
	cukup	21	48.8	48.8	60.5
	lebih	17	39.5	39.5	100.0
Total		43	100.0		

**keterangan karbohydrat**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	jarang	14	32.6	32.6	32.6
	cukup	18	41.9	41.9	74.4
	lebih	11	25.6	25.6	100.0
Total		43	100.0		

**keterangan protein**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	8	18.6	18.6	18.6
	cukup	12	27.9	27.9	46.5
	lebih	23	53.5	53.5	100.0
Total		43	100.0		

Berkas dengan format

		Frequency	Percent	Valid Percent	Count (Valid Percent)
Valid	kurang	7	16.3	16.3	16.3
	cukup	8	18.6	18.6	24.9
	lengkap	28	65.1	65.1	100.0
Total		43	100.0	100.0	

jenis pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Count (Valid Percent)
Valid	tidak ada	4	9.3	9.3	16.3
	tidak ada	2	4.7	4.7	18.6
	tidak ada	1	2.3	2.3	24.9
	tidak ada	11	25.7	25.7	100.0
	Total	47	100.0	100.0	

jenis pekerjaan lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Count (Valid Percent)
Valid	jenis pekerjaan lain	4	11.1	11.1	11.1
	jenis pekerjaan lain	1	2	2	14.0
	jenis pekerjaan lain	2	4.7	4.7	14.0
	jenis pekerjaan lain	2	11.1	11.1	33.3
	jenis pekerjaan lain	1	2.3	2.3	11.1
	jenis pekerjaan lain	9	11.1	11.1	11.1
	jenis pekerjaan lain	3	3.7	3.7	24.9
	jenis pekerjaan lain	1	2.3	2.3	11.1
	jenis pekerjaan lain	1	2.3	2.3	33.3
	jenis pekerjaan lain	1	2	2	11.1
	jenis pekerjaan lain	6	14.0	14.0	14.0
	jenis pekerjaan lain	3	7.0	7.0	75.7
	jenis pekerjaan lain	2	5.6	5.6	44.4
	jenis pekerjaan lain	3	3.7	3.7	44.4
	jenis pekerjaan lain	3	3	3	11.1
	Total	41	100.0	100.0	

jenis pekerjaan lain yang tidak ada

		jenis pekerjaan				Total
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	Total
Valid	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
Invalid	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan
		jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan	jenis pekerjaan

Kategori pengujian: 3. Analisis data hasil uji " Analisis regresi Gompertz (Analisis data logit)

		Tahun 2019				Total
Kategori pengujian		2019-1	2019-2	2019-3	2019-4	
Kategori pengujian	2019-1	1	1	1	1	4
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	2,78%	0%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0%	0%	0,00%	0%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0%	0,00%
	2019-2	1	1	1	1	4
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	2,22%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2019-3	0	0	1	1	2
	Yield (Produksi, %)	0%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
Total	2019-4	0	0	0	2	2
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2019-5	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%

Kategori pengujian: 4. Analisis data hasil uji " Analisis regresi Gompertz (Analisis data logit)

		Tahun 2020				Total
Kategori pengujian		2020-1	2020-2	2020-3	2020-4	
Kategori pengujian	2020-1	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2020-2	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2020-3	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
Total	2020-4	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2020-5	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%

Kategori pengujian: 5. Analisis data hasil uji " Analisis regresi Gompertz (Analisis data logit)

		Tahun 2021				Total
Kategori pengujian		2021-1	2021-2	2021-3	2021-4	
Kategori pengujian	2021-1	1	1	1	1	4
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0%	0%	0,00%	0%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0%	0,00%
	2021-2	1	1	1	1	4
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2021-3	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
Total	2021-4	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi, g)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	Yield (Produksi)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%
	2021-5	0	0	0	0	0
	Yield (Produksi, %)	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%	0,00%

## Lampiran 6 : Surat Keterangan Penelitian



**Kementerian Kesehatan**  
**PoliTekkes Padang**

📍 Jalan Simpang Hendok Kapti, Nanggalo,  
Padang, Sumatera Barat 25146  
☎ 07511 1056128  
🌐 <https://politekkes-pdg.ac.id>

Nomor : PP.05.02/F.XXXX/5397/2024  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

24 Oktober 2024

**Yth, Kepala Dinas Kesehatan Kota Padang**  
Jln. Bagindo Aziz Chan, By Pass Air Pacah Kec. Kota Tengah  
Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan akan di laksanakan nya pembelajaran Mata Kuliah Proposal Tugas Akhir Program Studi Diploma III Gizi Jurusan Gizi Kementerian Kesehatan Politeknik Padang pada semester V, sehingga mahasiswa diwajibkan untuk melakukan pengambilan data untuk penyusunan Proposal Tugas Akhir tersebut. Adapun nama mahasiswa kami :

Nama	: Yulia Utari
NIM	: 222110239
Jerjang	: Diploma III
Program Studi	: Diploma III Gizi
Judul Penelitian	: Gambaran Kebiasaan Makanan Jajanan dan Status Gizi Siswa Kelas 4, 5, 6 di Sekolah Dasar Negeri 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025

Maka bersama ini kami mengajukan permohonan persetujuan izin studi pendahuluan sebagai salah satu syarat penelitian tersebut bisa dilakukan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bantuan dan kejasamanya kami ucapkan terimakasih.

Direktur Kamarkes Politeknik Padang,



Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.JIwa

Kementerian Kesehatan tidak menyetujui dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500557 dan <https://halo.kemkes.go.id/>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tsc.kemkes.go.id/verifikasiPDF>.







**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
 Politeknik Kesehatan Padang  
 Jalan Lingkar Perintis Korp. Nanggai  
 Padang, Sumatera Barat 27146  
 Telp. (075) 7054028  
 E-mail: [https://www.poltekkes-pdg.ac.id](mailto:https://www.poltekkes-pdg.ac.id)

Nomor : PP.06.02/F.XXX/1257/2025  
 Lampiran : -  
 Hal : Izin Penelitian

17 Februari 2025

Yth. Kepala Sekolah SDN 27 Kampung Jua  
 Jl.Kp. Jua Nan XX, Kec. Lubuk Begalung, Kota Padang, Provinsi Sumatera Barat

Dengan hormat,

Sesuai dengan Kurikulum Jurusan Gizi Kementerian Kesehatan Poltekkes Padang, Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Diploma 3 Gizi diwajibkan untuk membuat suatu penelitian berupa Tugas Akhir, dimana lokasi penelitian mahasiswa tersebut adalah institusi yang Bapak/Ibu pimpin.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat memberi izin mahasiswa kami untuk melakukan penelitian. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

Nama	: Yulia Utari
NIM	: 222110238
Judul Penelitian	: Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025
Tempat Penelitian	: SD Negeri 27 Kampung Jua
Waktu Penelitian	: Januari s.d Juni 2025

Demikian surat ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Direktur Kemenkes Poltekkes Padang



Reridayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jlwa

Kementerian Kesehatan tidak menandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Badan Besar Sertifikasi Elektronik (B2-E). Badan Sber dan Sertifikasi Negara



Document is not signed with secure electronic using digital certificate  
 yang diterbitkan oleh Badan Besar Sertifikasi Elektronik (B2-E). Badan Sber dan Sertifikasi Negara



**PEMERINTAH KOTA PADANG**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**UPTD SEKOLAH DASAR NEGERI 27 KAMPUNG JUA**  
**KECAMATAN LUBUK BEGALUNG**  
*Jl. Kampung Jua Email : sdn27kampungjualubeg@gmail.com*



**SURAT KETERANGAN**  
 No.421.1/031/DP.Lubeg/sdn27kpi/ 2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Negeri 27 Kampung Jua menerangkan :

Nama : Yulia Utari  
 NIM : 222110239  
 Jurusan : Gizi  
 Jenjang : Diploma III Gizi

Berdasarkan Surat Kementerian Kesehatan Poltekkes Padang Nomor PP.06.02/F.XXXIX/1257/2025, Nama yang dicantumkan di atas telah melakukan penelitian di SDN 27 Kampung Jua Kota Padang pada tanggal 16 dan 17 Mei 2025. Dengan judul "Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025".

Demikian surat keterangan ini dibuat sesuai dengan keadaan sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana semestinya.

Padang, 2 Juni 2025  
 Kepala Sekolah


KURSJM, S.Pd  
 NIP. 19670830 200012 1 002



**Lampiran 7 : Dokumentasi**



## Lampiran 8 : Lembar Konsultasi



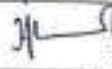
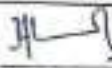
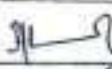
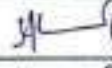
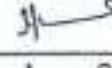
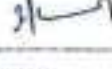


**Kemenkes**  
Poltekkes Padang


**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
Jenderal Kesehatan Padang  
Jl. Sekeloa Tengah No. 44, Padang  
Padang, Sumatera Barat 25145  
Telp. (075) 7780000  
Email: jenderal.kes@kemkes.go.id

**PRODI DIPLOMA TIGA JURUSAN GIZI  
KEMENKES POLTEKKES PADANG**

Nama : Yulia Utari  
NIM : 222110239  
Pembimbing utama : Dr. Elsyie Yuniarti, SKM, M.M  
Judul TA : Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jejanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jua Padang Tahun 2025

No	Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	Tanda tangan
1.	Senin / 19-05-2025	Pemilihan materi tabel & hasil penelitian	
2.	Rabu / 21-05-2025	Pembuatan tabel distribusi frekuensi	
3.	Kamis / 22-05-2025	Pembuatan kalimat dan kata pada tabel	
4.	Senin / 26-05-2025	Pembuatan tabel silang dan perhitungan	
5.	Rabu / 28-05-2025	Pembuatan tabel silang	
6.	Senin / 2-06-2025	Pembuatan pembahasan dan kesimpulan hasil tes pada lampiran	
7.	Selasa / 3-06-2025	Pembuatan tulisan	
8.	Rabu / 4-06-2025	Acara ujian	

Disetujui oleh :  
Ketua Prodi D-III Gizi

  
**Dr. Hermida Jus Umar, SKM, MKM**  
NIP. 19690329 199203 2 002



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
 Direktorat Kesehatan Masyarakat, Padang  
 Gedung Sate, Jl. Sisinga, Padang  
 25139, Sumatera Barat  
 Telp. (075) 7404000  
 Email: kcs@kemkes.go.id

**PRODI DIPLOMA TIGA JURUSAN GIZI**  
**KEMENKES POLTEKKES PADANG**

Nama : Yulia Utari  
 NIM : 222110239  
 Pembimbing pendamping : Nur Ahmad Habibi, S. Gz. M.P  
 Judul TA : Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro Makanan Jajanan dan Status Gizi pada Anak SDN 27 Kampung Jon Padang Tahun 2025

No	Tanggal	Kegiatan atau Saran Pembimbing	Tanda tangan
1.	Senin/ 20-05-2025	Revisi BAB I	
2.	Kamis/ 22-05-2025	Revisi bab 2 & pembahasan	
3.	Senin/ 26-05-2025	Revisi bab 3 BAB I	
4.	Rabu/ 28-05-2025	Revisi pembahasan	
5.	Senin/ 02-06-2025	Revisi Abstrak	
6.	Rabu/ 04-06-2025	Revisi BAB 3 Kesimpulan	
7.	Kamis/ 05-06-2025	Revisi bab 2 & halaman	
8.	Senin/ 10-06-2025	ACC	

Disetujui oleh :  
 Ketua Prodi D-III Gizi

**Dr. Hermita Bus Umar, SKM, MKM**  
 NIP. 19690529 199203 2 002





## 27% Overall Similarity

This combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

### Filtered from the Report

- » Bibliography
- » Quoted Text

### Exclusions

- » 138 Excluded Matches

### Top Sources

- 26% Internet sources
- 1.7% Publications
- 0% Submitted works (Student Papers)

