

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN DENGAN  
STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH  
SE-KECAMATAN GRESIK**



**PROGRAM STUDI SARJANA GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK  
2023**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik”. Tak lupa shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang selalu menjadi teladan bagi kita semua.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak dibantu oleh berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak pihak yang membantu dalam menyelesaikan penelitian ini, khususnya kepada:

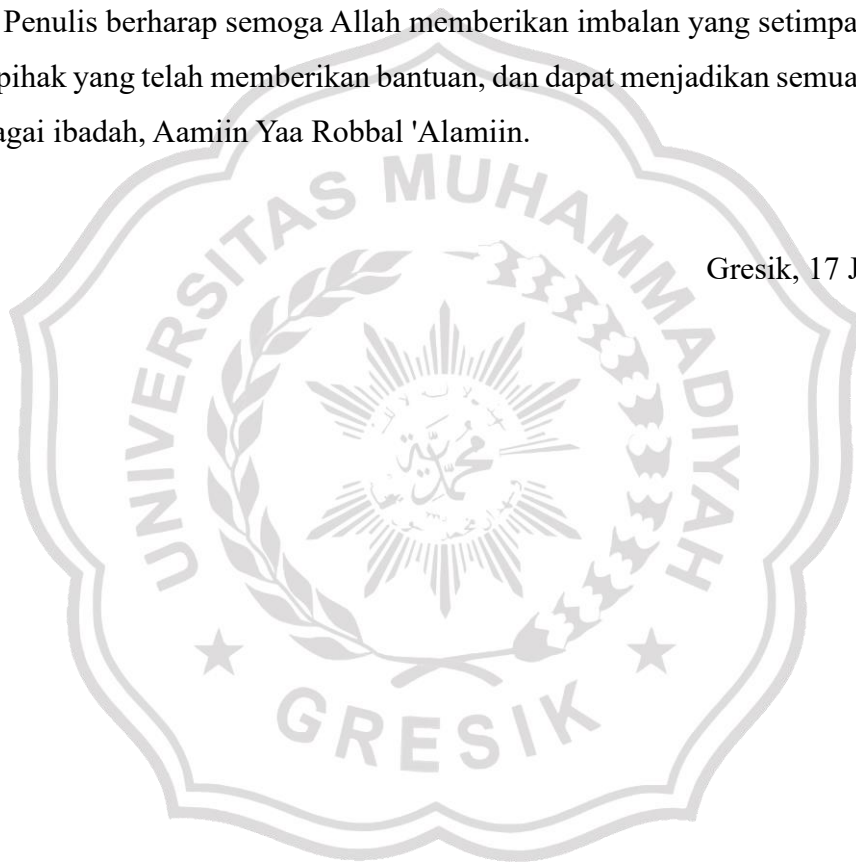
1. Ibu Nadhirotul Laily, M. Psi., Ph.D., Psikolog selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Dr. Siti Hamidah, SST., M. Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Amalia Rahma, S.Gz., M. Si selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
4. Ibu Desty Muzarofatus S., SKM., M. Kes selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Dwi Novri S., S.Pd., M. Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dengan sabar serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Endah Mulyani, SST., M. Kes selaku Dosen Penguji yang telah membimbing dan selalu memberi saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Pihak Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik, terutama bagi Kepala Sekolah, Guru Kesiswaan, dan Wali kelas yang telah membantu jalannya penelitian skripsi ini serta adik-adik siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik yang telah bersedia menjadi responden untuk kelancaran penyusunan skripsi ini.
8. Bapak dan ibu penulis yang telah memberikan kasih sayang mulai kecil hingga sekarang, serta dukungan dan do'a yang tak henti-hentinya dipanjatkan untuk kebaikan penulis.

9. Keluarga besar penulis, terutama tante Nur Aini, S.Iip yang selalu memberi dukungan, semangat, serta perhatian kepada penulis.
10. Tunangan tercinta, Mochamad Sohibul Kafi, S.E. yang selalu menghibur dan memberikan semangat, serta setia menemani penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan dukungan satu sama lain.
12. Diri sendiri yang sudah berhasil menyelesaikan skripsi ini.

Penulis berharap semoga Allah memberikan imbalan yang setimpal kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, dan dapat menjadikan semua bantuan ini sebagai ibadah, Aamiin Yaa Robbal 'Alamiin.

Gresik, 17 Juli 2023

Penulis



# HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN DENGAN STATUS GIZI ANAK SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH SE-KECAMATAN GRESIK

ALFIN KHOIRIYAH

## ABSTRAK

Prevalensi obesitas saat ini terbukti meningkat sangat tajam di seluruh dunia, termasuk di Indonesia dan mencapai tingkatan yang membahayakan. Faktor utama penyebab obesitas yakni kebiasaan hidup sehari-hari, seperti kebiasaan konsumsi jajanan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah dasar. Jenis penelitian menggunakan observasional analitik dengan jumlah 113 siswa SD Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik sebagai responden yang ditentukan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner FFQ, kuesioner *food recall* 2x24 jam, dan pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji korelasi *kendall's tau-b*. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi (signifikan = 0,000), asupan protein (signifikan = 0,000), asupan lemak (signifikan = 0,000), dan asupan karbohidrat (signifikan = 0,000) dengan dengan status gizi anak Sekolah Dasar Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara asupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi. Sebaiknya responden dapat lebih memperhatikan jenis dan jumlah jajanan yang baik sesuai dengan kebutuhan gizi setiap hari.

**Kata Kunci:** Obesitas, Kebiasaan Jajan, Status Gizi

**CORRELATION BETWEEN SNACK CONSUMPTION HABITS WITH  
NUTRITIONAL STATUS OF CHILDREN AT MUHAMMADIYAH  
ELEMENTARY SCHOOL IN GRESIK DISTRICT**

ALFIN KHOIRIYAH

**ABSTRACT**

*The prevalence of obesity is currently proven to have increased very sharply throughout the world, including in Indonesia and has reached dangerous levels. The main factor causing obesity is the daily lifestyle habits, such as the habit of consuming snacks. The purpose of this study was to analyze the correlation between snack consumption habits and the nutritional status of children at elementary school. This type of research used analytical observation with a total of 113 students of Muhammadiyah Elementary School in Gresik District as respondents who were determined using cluster random sampling technique. Data collection used the FFQ questionnaire, 2x24-hour food recall questionnaire, and anthropometric measurements. Data analysis used Kendall's tau-b correlation test. The results showed that there was a significant correlation between energy intake (significant = 0.000), protein intake (significant = 0.000), fat intake (significant = 0.000), and carbohydrate intake (significant = 0.000) with the nutritional status of children at Muhammadiyah Elementary School in the Gresik District. It can be concluded that there is a correlation between energy intake and macronutrients with nutritional status. Respondents are advised to pay more attention to the type and quantity of snacks that are appropriate according to the nutrients daily needs.*

**Keywords:** *Obesity, Snack Habits, Nutritional Status*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penulisan .....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penulisan .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
1.5 Hipotesis Penulisan .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI .....</b>	<b>7</b>
2.1 Tinjauan Pustaka.....	7
2.1.1 Kebiasaan .....	7
2.1.2 Jajanan .....	10
2.1.3 Status Gizi .....	15
2.1.4 Anak Sekolah Dasar.....	21
2.2 Kerangka Teori .....	25
2.3 Kerangka Konsep .....	26

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1 Jenis Dan Desain Penelitian .....	27
3.2 Waktu Kegiatan .....	27
3.3 Lokasi/Tempat Kegiatan.....	27
3.4 Populasi Dan Sampel Penelitian.....	27
3.4.1 Populasi Penelitian .....	27
3.4.2 Sampel Penelitian .....	27
3.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	29
3.5.1 Variabel Penelitian .....	29
3.5.2 Definisi Operasional .....	30
3.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	31
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	33
3.7 Kerangka Operasional .....	34
3.8 Teknik Analisis Data.....	35
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	38
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	38
4.1.2 Karakteristik Responden.....	39
4.1.3 Analisa Univariat .....	41
4.1.4 Analisa Bivariat .....	52
4.2 Pembahasan .....	56
4.2.1 Karakteristik Responden.....	56
4.2.2 Kebiasaan Konsumsi Jajanan berdasarkan Aspek Frekuensi .....	57
4.2.3 Kebiasaan Konsumsi Jajanan berdasarkan Aspek Jumlah Asupan Energi dan Zat Gizi Makro .....	63
4.2.4 Status Gizi .....	68
4.2.5 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi berdasarkan Aspek Jumlah Asupan Energi dan Zat Gizi Makro. 68	68
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>73</b>
5.1 Kesimpulan.....	73
5.2 Saran .....	73

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>81</b>





## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2. 1</b> Kebutuhan Zat Gizi Makro Harian Anak Usia Sekolah .....	23
<b>Tabel 2. 2</b> Kriteria Pemenuhan Kebutuhan Energi .....	24
<b>Tabel 3. 1</b> Distribusi Penentuan Sampel Setiap SD Muhammadiyah se-Kecamatan Gresik .....	29
<b>Tabel 3. 2</b> Distribusi Penentuan Sampel Setiap Kelas di SD Muhammadiyah se- Kecamatan Gresik.....	29
<b>Tabel 3. 3</b> Definisi Operasional .....	30
<b>Tabel 3. 4</b> Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Makro Selingan Harian Anak Usia Sekolah Dasar Kelas 4-6.....	32
<b>Tabel 3. 5</b> Kategori Interpretasi Persentase .....	36
<b>Tabel 3. 6</b> Interval berdasarkan Kategori.....	37
<b>Tabel 4. 1</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden .....	40
<b>Tabel 4. 2</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden.....	40
<b>Tabel 4. 3</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas Responden.....	40
<b>Tabel 4. 4</b> Distribusi Frekuensi Berdasarkan Uang Saku Responden .....	41
<b>Tabel 4. 5</b> Frekuensi Konsumsi Jajanan Sumber Energi .....	42
<b>Tabel 4. 6</b> Frekuensi Konsumsi Jajanan Sumber Protein .....	43
<b>Tabel 4. 7</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Sumber Zat Besi .....	43
<b>Tabel 4. 8</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Tinggi Serat.....	44
<b>Tabel 4. 9</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Tinggi Lemak.....	44
<b>Tabel 4. 10</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Tinggi Garam.....	45
<b>Tabel 4. 11</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Kemasan Manis.....	45
<b>Tabel 4. 12</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Minuman.....	46
<b>Tabel 4. 13</b> Distribusi Konsumsi Jajanan Permen .....	47
<b>Tabel 4. 14</b> Rata-rata Asupan Energi Responden .....	48
<b>Tabel 4. 15</b> Distribusi Frekuensi Asupan Energi Responden .....	48
<b>Tabel 4. 16</b> Rata-rata Asupan Protein Responden .....	48
<b>Tabel 4. 17</b> Distribusi Frekuensi Asupan Protein Responden .....	49
<b>Tabel 4. 18</b> Rata-rata Asupan Lemak Responden.....	49
<b>Tabel 4. 19</b> Distribusi Frekuensi Asupan Lemak Responden.....	49

<b>Tabel 4. 20</b> Rata-rata Asupan Karbohidrat Responden.....	50
<b>Tabel 4. 21</b> Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat Responden.....	50
<b>Tabel 4. 22</b> Rata-Rata Indeks Massa Tubuh Responden .....	51
<b>Tabel 4. 23</b> Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden .....	51
<b>Tabel 4. 24</b> Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi berdasarkan Aspek Asupan Energi Responden .....	52
<b>Tabel 4. 25</b> Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi berdasarkan Aspek Asupan Protein .....	53
<b>Tabel 4. 26</b> Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi berdasarkan Aspek Asupan Lemak .....	54
<b>Tabel 4. 27</b> Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dengan Status Gizi berdasarkan Aspek Asupan Karbohidrat .....	55



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1</b> Kerangka Teori .....	25
<b>Gambar 2. 2</b> Kerangka Konsep.....	26
<b>Gambar 3. 1</b> Kerangka Operasional .....	34



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Lembar Persetujuan Responden.....	81
<b>Lampiran 2.</b> Formulir Identitas Diri .....	82
<b>Lampiran 3.</b> Food Frequency Questionnaire .....	83
<b>Lampiran 4.</b> Formulir Food Recall 2x24 jam.....	87
<b>Lampiran 5.</b> Hasil Rekap Kuesioner .....	88
<b>Lampiran 6.</b> Hasil Uji SPSS .....	91
<b>Lampiran 7.</b> Surat Perizinan Penelitian Skripsi .....	92
<b>Lampiran 8.</b> Dokumentasi .....	95

