

Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar

Availability and Consumption Behavior of Snack Food with Nutritional Status in Elementary School

Himatul Muhimah^{1*}, Farapti¹

¹Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 60115, Indonesia

Article Info

*Correspondence:
Himatul Muhimah
hymaamuhymaa@gmail.com

Submitted: 19-01-2022
Accepted: 01-03-2023
Published: 28-06-2023

Citation:

Muhimah, H., & Farapti, F. (2023). Availability and Consumption Behavior of Snack Food with Nutritional Status in Elementary School. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 575–582. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.575-582>

Copyright:

©2023 by the authors, published by Universitas Airlangga. This is an open-access article under CC-BY-SA license.



ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah gizi pada anak usia sekolah masih menjadi perhatian utama hampir di seluruh dunia. Studi epidemiologi menunjukkan bahwa ketersediaan makanan jajanan yang padat energi, kadar lemak, gula dan natrium yang tinggi berkaitan erat dengan meningkatnya peluang resiko terjadinya masalah gizi terutama gizi lebih.

Tujuan: Tujuan dari literatur review ini adalah untuk menggambarkan hubungan ketersediaan dan perilaku konsumsi makanan jajanan dan bagaimana kontribusinya terhadap status gizi.

Metode: Metode yang digunakan dalam penulisan literature review ini ialah mengulas artikel jurnal internasional yang diambil dari berbagai sumber seperti medline NCBI, Embase, Google Scholar dengan proses *critical appraisal*.

Hasil: Hasil dari telaah beberapa artikel menunjukkan bahwa rata-rata perilaku konsumsi makan anak sekolah bergantung pada ketersediaan makanan yang ada. Konsumsi makanan yang padat energi seperti makanan dan minuman yang tinggi kalori, tinggi lemak, tinggi gula cenderung mengalami peningkatan kalori dan menyebabkan status gizi berlebih atau obesitas.

Kesimpulan: Diperlukan intervensi melalui edukasi gizi terkait perilaku konsumsi makan anak dan pemantauan makanan jajanan yang tersedia di sekolah.

Kata kunci: Ketersediaan jajan, Perilaku konsumsi makanan, Status gizi

ABSTRACT

Background: The nutrition problem in school-age children is still a major concern in almost all the world. Epidemiological studies show that the availability of high-energy snack foods, high levels of fat, sugar and sodium are closely related to the increased risk of the occurrence of nutrition problems, especially over nutrition.

Objectives: The purpose of this review literature is to describe the relationship between the availability and consumption behavior of snack foods and how they contribute to nutritional status.

Methods: The method uses in writing this literature review is to review international journal articles taken from various sources such as Medline NCBI, Embase, Google Scholar with a critical appraisal process.

Results: The result of the average eating behavior for school children depends on the available food availability. Consumption of energy-dense foods such as foods and beverages that are high in calories, high in fat, high in sugar tend to experience an increase in calories and cause overnutrition or obesity.

Conclusions: Intervention is needed through nutrition education related to children's eating consumption behavior and monitoring of snack foods available at school.

Keywords: Availability of snacks, Food consumption behavior, Nutritional status

PENDAHULUAN

Masalah gizi ganda adalah masalah gizi yang masih menjadi permasalahan di Indonesia yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Organisasi kesehatan dunia (WHO) pada tahun 2015 mencatat bahwa sekitar 14,3% anak memiliki status gizi kurang, sedangkan masalah gizi lebih meningkat sepuluh kali lipat dalam 40 tahun terakhir. Prevalensi gizi lebih pada anak sekolah tiga kali lipat lebih tinggi di wilayah perkotaan daripada di wilayah pedesaan. Di Indonesia berdasarkan studi epidemiologi tahun 2018 menunjukkan kejadian *overweight* dan obesitas lebih tinggi di wilayah perkotaan dengan angka prevalensi sebesar 10,7%. Sedangkan masalah gizi kurang di Indonesia menunjukkan angka prevalensi sebesar 11,2%.

Masalah gizi baik gizi kurang atau gizi lebih memiliki dampak risiko yang berkaitan dengan pola konsumsi makanan. Gizi kurang pada anak sekolah memberikan dampak besar pada masa dewasa yang dimanifestasikan pada bentuk fisik yang lebih kecil dan tingkat kemampuan kognitif dan kinerja yang rendah. Sedangkan, anak sekolah yang mengalami gizi lebih akan berdampak 80% tetap mengalami hingga usia dewasa dan menimbulkan risiko berbagai penyakit tidak menular (PTM), seperti penyakit jantung, hipertensi, diabetes, stroke, kanker paru-paru dan penyakit lainnya yang risiko mengalami kejadian morbiditas.

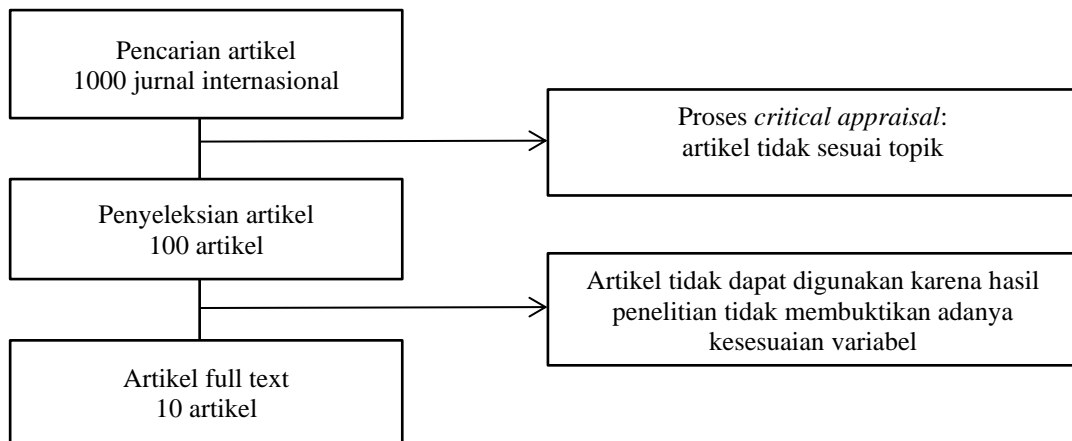
Perilaku konsumsi makanan jajanan pada anak sekolah dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu pengaruh orang tua (75%), pengaruh guru (54%), dan pengaruh teman sebaya (42,5%) (Shrivastav, 2010). Pada umumnya, anak usia sekolah cenderung memilih makanan yang disukai tanpa memperhatikan nilai zat gizinya. Orang tua memiliki dampak pengaruh dalam membentuk perilaku makan anak yaitu kebiasaan makan anak dalam mengkonsumsi makanan akan meniru dan melakukannya seperti kebiasaan makan orang tua saat di rumah (Bauer *et al.*, 2011). Sedangkan guru merupakan pengganti kewajiban orang tua selama anak-anak berada di sekolah. Peran guru di sekolah yaitu memberikan pengawasan terhadap penyediaan makanan jajanan di lingkungan sekolah, baik di kantin maupun di sekitar sekolah. Perilaku konsumsi makanan jajanan dapat menggambarkan ketersediaan makanan jajanan dan kontribusinya dalam zat gizi (Pramono and Sulchan, 2014)

Ketersediaan makanan jajanan dapat digolongkan menjadi makanan sehat dan tidak sehat.¹⁰ Ketersediaan makanan jajanan yang sehat sebagian besar terdapat di rumah dan dapat

membentuk perilaku makan yang juga sehat. Sedangkan ketersediaan makanan yang tidak sehat seperti *fast food* merupakan suatu tren dan populer yang banyak beredar luas di berbagai negara. Terbukti dengan adanya peningkatan yang signifikan dalam perilaku konsumsi makan anak tidak sehat. Anak usia sekolah cenderung lebih menyukai mengkonsumsi makanan jajanan yang padat energi dimana memiliki kandungan yang tinggi lemak dan tinggi gula sehingga dapat berpeluang memiliki risiko 1,6 kali lipat terjadinya *overweight* dan obesitas (Maruapula and Jackson, 2011). Makanan jajanan dapat disebut sebagai makanan selingan yang berfungsi untuk menjaga kadar gula darah di dalam tubuh. Kontribusi makanan jajanan terhadap zat gizi menyumbang energi sebanyak 36%, protein 29%, dan zat besi 59%. Konsumsi makanan jajanan yang mengandung padat energi secara berlebihan sangat berkaitan erat dengan terjadinya obesitas (Hess and Slavin, 2018). Kontribusi zat gizi dalam makanan jajanan pada anak sekolah yang melebihi 300kkal/hari mempunyai risiko 3,2 kali lipat mengalami obesitas (Pramono dan Sulchan, 2014)

METODE

Metode yang digunakan adalah metode penelusuran artikel jurnal internasional seperti medline NCBI (*National Center for Biotechnology Information*), embase dan penelusuran dengan google scholar. Artikel yang dipilih adalah artikel penelitian yang membahas mengenai ketersediaan makanan jajanan dan perilaku konsumsi makan yang dikaitkan dengan status gizi pada anak sekolah dasar. Kata yang ditelusuri menggunakan kata kunci "*availability food*", "*snack food in school*", "*food habits in primary school*", "*relationship between snack intake and availabilty*", dan "*nutritional status and dietary intake in primary school*". Hal ini dapat ditunjukkan untuk mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian. Berdasarkan hasil pencarian dari kata kunci ditemukan sebanyak 1000 artikel yang kemudian dilakukan proses *critical appraisal*. Adapun kriteria eksklusi dalam artikel adalah artikel yang tidak sesuai dengan topik dan hasil penelitian tidak membuktikan adanya kesesuaian variabel. Jumlah artikel yang dapat ditinjau sebanyak 10 artikel full text yang menghubungkan ketersediaan makanan jajanan dengan perilaku konsumsi makan dan menghubungkan perilaku konsumsi makan dengan status gizi, kemudian dianalisis dalam review literatur ini.



Gambar 1. Diagram Flow Hasil Pencarian Artikel dan Seleksi Studi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seiring dengan perkembangan zaman, makanan menjadi sebuah tren yang unik dan berbagai macam bentuk yang dipengaruhi oleh budaya negara lain di seluruh dunia. Tren makanan tersebut tidak mementingkan nilai gizi yang terkandung di dalam makanan dimana cenderung memiliki kandungan tinggi energi dan rendah serat. Hal ini menjadikan ketersediaan makanan sangat beragam sehingga dapat mempengaruhi konsumen, terutama anak-anak sekolah. Pada umumnya, anak-anak bergantung pada lingkungan sekitar mereka, yaitu di rumah dan di sekolah. Ketersediaan makanan yang sehat dan bergizi, baik di rumah maupun di rumah dapat menentukan perilaku konsumsi makan anak. Oleh karena itu, pada masa anak-anak perlu ditanamkan perilaku konsumsi makanan yang baik.

Ketersediaan makanan jajanan yang banyak dijual di lingkungan masyarakat terutama lingkungan sekolah, memiliki kandungan gizi yang berbeda-beda. Berdasarkan hasil penelitian, makanan jajanan menyumbang energi sebesar 36%, protein 29%, dan zat besi 59% (Hess and Slavin, 2018). Adapun jenis-jenis makanan jajanan anak sekolah menurut BPOM RI, dibedakan menjadi empat jenis, diantaranya yaitu makanan utama/sepingsan, camilan/*snack*, minuman dan jajanan buah. Makanan utama/sepingsan yang dimaksud adalah makanan yang bersifat mengenyangkan, contohnya mie ayam, bakso, bubur ayam, dan lain-lain. Camilan/*snack* merupakan makanan yang biasa dikonsumsi di luar makanan utama, contohnya lempeng, kue lapis, donat, keripik, biskuit, dan lain-lain. Minuman yang tersedia di lingkungan sekolah biasanya disajikan dalam bentuk kemasan, contohnya minuman perasa, teh, soda, dan lain-lain. Sedangkan jajanan buah merupakan jajanan yang paling sehat diantara jenis-jenis lainnya, karena termasuk jajanan yang alami dan fresh dikonsumsi langsung.

Perilaku makan yaitu suatu tindakan kebiasaan dalam mengonsumsi makan sehari-hari yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu.

Perilaku makan dapat dikelompokkan menjadi perilaku makan sehat dan tidak sehat. Perilaku makan sehat yaitu perilaku konsumsi yang berkontribusi $\geq 80\%$ mengonsumsi makanan sehat dan makan sesuai dengan kebutuhan. Sedangkan perilaku makan tidak sehat yaitu perilaku konsumsi yang berkontribusi $\leq 80\%$ mengonsumsi makanan sehat, mengonsumsi makanan dalam jumlah porsi yang besar (melebihi dari kebutuhan), konsumsi makanan tinggi energi dan lemak, serta rendah serat (Evenhuis *et al.*, 2018). Perilaku makan yang tidak sehat dapat menjadi sebagai pencetus terjadinya masalah status gizi yaitu kegemukan dan obesitas.

Adapun faktor yang mendorong terjadinya suatu perilaku makan pada anak sekolah diantaranya yaitu peran orang tua dan peran teman sebaya. Peran orang tua merupakan faktor yang secara langsung dapat mempengaruhi perilaku, kebiasaan, dan sikap anak terhadap makanan (Ritchie *et al.*, 2005). Orang tua memiliki peran dalam hal perspektif lingkungan sosial yaitu menyediakan makanan yang sehat dan bergizi di rumah. Makanan yang telah disediakan di rumah oleh orang tua adalah makanan yang akan dikonsumsi anak-anak selama di rumah. Artinya, makanan yang tersedia di rumah membentuk kebiasaan anak-anak dalam mengonsumsi makanan. Sebagian besar kalori yang dikonsumsi dari makanan anak-anak dalam sehari berasal dari makanan di rumah yaitu sebesar 65%. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang mengonsumsi sayur dan buah lebih banyak, mengonsumsi garam, gula dan lemak yang lebih rendah, kemungkinan anak-anak memiliki berat badan yang ideal karena kebiasaan perilaku makan dari orang tua (Lim, Zoellner and Ajrouch, 2011). Sedangkan, orang tua yang mengonsumsi makanan tinggi energi, makanan ringan yang manis dan gurih, maka anak-anak juga akan meniru kebiasaan makan orang tuanya. Anak usia sekolah sebagian besar menghabiskan waktunya di sekolah. Secara tidak langsung mereka berinteraksi sosial dengan kelompok teman sebaya. Teman sebaya dapat memberikan pengaruh perilaku konsumsi makan anak terutama perilaku mengonsumsi makanan

jajanan. Dalam segi positif yang dapat ditimbulkan yaitu mengkonsumsi buah-buahan dan sayur melalui pendekatan *peer modeling* (Baliwati and Farida, 2004) Sedangkan, dalam segi negatifnya yaitu terkait hal pemilihan yang tidak memandang nilai kandungan gizinya, namun hanya sekedar saling bersosialisasi untuk kesenangan.

Berdasarkan hasil survei kantin di 200 sekolah oleh *Chortatos et al* menunjukkan hanya 16,5% sekolah yang memiliki kebijakan tentang pangan. Makanan yang paling dominan tersedia di kantin yaitu makanan yang kurang sehat, seperti pai (79%) dan gulungan sosis (54,5%). Tersedia juga minuman yang sehat yaitu jus (57%). Hasil penelitian menunjukkan signifikan bahwa anak-anak lebih menyukai makanan ringan dibandingkan dengan makanan yang sehat ($p=0,02$). Dalam penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa anak-anak yang sering ke kantin saat jam istirahat sekolah menunjukkan hasil yang signifikan lebih tinggi mengkonsumsi *salty snack*, *baked sweet*, dan minuman *soft drink* (Chortatos, Terragni and Henjum, 2018). Hasil penelitian lain menunjukkan sebanyak 23% dari jumlah responden 34.000 anak usia 10 tahun memiliki frekuensi konsumsi makanan jajanan berat $\geq 3x$ per hari. Makanan yang paling sering dikonsumsi, seperti teh manis, permen, minuman manis yang mengandung gula tinggi dan makanan yang berkalori tinggi. Presentasi terbesar mengkonsumsi makanan jajanan yaitu pada sore hari (47%). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku makan anak dalam mengkonsumsi makanan jajanan pada sore hari sudah menjadi rutinitas dan kebiasaan anak (Duffey, Pereira dan Popkin, 2013)

Status gizi merupakan salah satu yang dapat mengukur kondisi tubuh seseorang yang dipengaruhi oleh faktor secara langsung maupun tidak langsung. Faktor secara langsung yaitu asupan gizi makanan dan aktivitas fisik, sedangkan faktor tidak langsungnya yaitu seperti kurangnya ketersediaan makanan, kurangnya perilaku/asuhan ibu, dan kurangnya pelayanan kesehatan dan lingkungan yang tidak sehat. Hasil penelitian menunjukkan anak sekolah yang mengkonsumsi makanan jajanan yang padat energi setiap hari di kantin sekolah, kecenderungan memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang tinggi atau mengalami obesitas. Selain itu, aktivitas fisik yang rendah dapat meningkatkan risiko dua kali lipat mengalami kelebihan berat badan (Al-Domi *et al.*, 2019). Penelitian lain juga membuktikan bahwa anak yang tinggal di kota dan

tergolong dalam status sosial ekonomi yang tinggi memiliki risiko 1,6 kali lipat terjadinya *overweight* dan obesitas.

Sampai saat ini, masih belum ada data nasional lima tahun terakhir terkait status gizi pada anak sekolah. Akan tetapi, beberapa survei yang dilakukan di beberapa kota besar di Indonesia menunjukkan bahwa status gizi anak sekolah dasar masih memiliki angka prevalensi yang tinggi yaitu pada kategori status gizi lebih. Hasil penelitian yang dilakukan di sekolah dasar di kota Surakarta menunjukkan angka presentase dari status gizi lebih yaitu 27,46% terdiri dari 5,49% sangat gemuk dan 21,97% gemuk, sedangkan status gizi kurang hanya sebesar 4,4%.²⁸ Hasil penelitian status gizi di salah satu sekolah dasar di kota Surabaya menunjukkan status gizi gemuk sebesar 22,2% dan obesitas sebesar 23,1%, sedangkan status gizi kurus sebesar 6,5% dan sangat kurus sebesar 0,9% (Anugraheni, Mulyana and Farapti, 2019).

Perilaku konsumsi makanan jajanan berhubungan dengan peningkatan asupan energi yang berpengaruh pada tingkat status gizi. Salah satu aspek positif yang mempengaruhi kebiasaan konsumsi makanan jajanan yaitu kebiasaan membawa bekal makanan ke sekolah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di salah satu sekolah dasar di kecamatan Rajeg Tangerang menunjukkan bahwa sebagian besar 79% anak tidak membawa bekal makanan (Anzarkusuma, Mulyani and Jus'at, 2014). Anak yang tidak membawa bekal makanan, maka konsekuensinya yaitu mengkonsumsi makanan jajanan yang tersedia di sekolah. Hal tersebut dilakukan untuk memenuhi kebutuhan energinya selama di sekolah. Semakin tinggi kebiasaan membawa bekal makanan maka semakin rendah membentuk perilaku konsumsi makanan jajanan di sekolah. Perilaku makan yang seperti ini dapat mengarah pada risiko terjadinya obesitas. Sedangkan, aspek negatif dari mengkonsumsi makanan jajanan yaitu mengkonsumsi dengan cara yang berlebihan dan memiliki kandungan energi yang lebih tinggi, sehingga dapat menyebabkan terjadinya obesitas (Desrina, Mutiawati and Yusuf, 2018)

mengkonsumsi makanan cepat saji. Hal ini tergantung pada jumlah porsi yang di konsumsi oleh seseorang. Apabila konsumsinya dalam jumlah sedikit maka tidak akan berpengaruh terhadap status gizi (Nuryani dan Rahmawati, 2018).

Tabel 1. Hasil Analisis 10 Artikel Jurnal Internasional

No.	Peneliti	Metode	Populasi	Pengukuran	Hasil Analisis
1.	(Al-Domi <i>et al.</i> , 2019)	Cross-sectional	977 subyek usia 7-18 tahun	Kuesioner dan Kriteria IOTF (<i>International Obesity Task Force</i>)	<ul style="list-style-type: none"> Anak sekolah yang makan hanya satu kali setiap hari memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami obesitas Anak sekolah yang tidak mengonsumsi makanan jajanan sehat dari kantin kecenderungan mengalami obesitas Risiko obesitas menurun apabila mengonsumsi makanan <i>fast food</i> <4 kali seminggu
2.	(Chortatos, Terragni and Henjum, 2018)	Cross-sectional	742 subyek	Wawancara melalui kuesioner online	<ul style="list-style-type: none"> Sebanyak 67% anak tidak pernah atau jarang menggunakan kantin, sedangkan 13% lainnya menggunakan kantin ≥ 2 kali dalam seminggu Anak yang menggunakan kantin memiliki proporsi lebih tinggi mengonsumsi makanan jajanan seperti <i>salty snack</i>, <i>baked sweet</i>, dan minuman <i>soft drink</i>. Selain itu, kebiasaan sarapan <5 hari dalam seminggu
3.	(Hang, Lin and Yang, 2007)	Cross-sectional	722 subyek kelas 4-6	Kuesioner asupan makanan dan FFQ	<ul style="list-style-type: none"> Asupan makanan yang tidak sehat secara positif berkaitan erat dengan anak memilih dan membeli makanan sendiri, sedangkan asupan makanan sehat didominasi oleh ketersediaan makanan di rumah Peran orang tua dalam konsumsi makanan yang sehat dapat membantu anak untuk mengembangkan perilaku yang sama
4.	(Horiuchi <i>et al.</i> , 2018)	Cross-sectional	2020 subyek usia 6-17 tahun	Antropometri, <i>Food recall 24 hours</i> , dan <i>Food record</i>	<ul style="list-style-type: none"> Anak-anak perkotaan memiliki prevalensi konsumsi asupan protein dan lemak yang lebih tinggi daripada anak-anak pedesaan yang presentase energi dari karbohidrat lebih tinggi Prevalensi gizi lebih pada anak-anak perkotaan lebih tinggi daripada anak-anak di pedesaan Prevalensi stunting diantara anak-anak pedesaan semakin tinggi karena rendahnya konsumsi makanan sumber protein hewani
5.	(Duffey, Pereira dan Popkin, 2013)	Cross-sectional	34.000 anak usia 10 tahun	<i>Individual dietary survey</i>	<ul style="list-style-type: none"> Konsumer <i>snack</i> berat (≥ 3 kali dalam sehari) yaitu sebesar 23% dari sampel Presentase terbesar (47,7%) dalam waktu mengonsumsi makanan selingan yaitu sore hari Hasil menunjukkan mengonsumsi makanan selingan menyumbang energi 21% dari total asupan sehari, tetapi diantaranya sebanyak 35,5% adalah camilan berat Makanan yang paling sering dikonsumsi di sore hari adalah teh manis, permen, buah, minuman manis tinggi gula, makanan salgado tinggi kalori

No.	Peneliti	Metode	Populasi	Pengukuran	Hasil Analisis
6.	(Shrivastav, 2010)	Cross-sectional	702 subyek usia 11-14 tahun	Kuesioner	<ul style="list-style-type: none"> Hampir semua anak menyukai makanan cepat saji Sebanyak 62% subyek membeli makanan dari penjual di sekitar sekolah atau rumah dengan frekuensi 2-3 kali dalam seminggu Faktor yang mempengaruhi pola makan anak yaitu orang tua (75%), guru (54%), dan teman sebaya (42,5%)
7.	(Vepsäläinen, 2015)	Cross-sectional	6686 subyek usia 9-11 tahun	FFQ dan kuesioner tentang ketersediaan makanan di sekolah dan di rumah	<ul style="list-style-type: none"> Konsumsi makanan di luar rumah dan di sekolah dikaitkan dengan pola makan tidak sehat yang tinggi Ketersediaan makanan di rumah lebih signifikan pada pola makan yang sehat dibandingkan di lingkungan sekolah Ketersediaan makanan berkalori rendah dikaitkan dengan pola makan tidak sehat
8.	(Wang, Horst and Jacquiere, 2016)	Cross-sectional	Usia 4-8 tahun dan 9-13 tahun (total 3647 subyek)	<i>Food recall</i> yang dilakukan 2x yaitu <i>weekdays</i> dan <i>weekend</i>	<ul style="list-style-type: none"> Hasil survei menyatakan kontribusi konsumsi makanan jajanan yaitu sebesar 25% (460-504 kkal) dari energi harian pada kedua kelompok usia Tidak ada perbedaan signifikan antar jenis kelamin terhadap kontribusi konsumsi makanan jajanan Makanan ringan memiliki kandungan gizi lebih rendah pada protein, lemak jenuh dan lemak total, vitamin D tetapi lebih tinggi pada gula tambahan dan vitamin C Pagi hari cenderung konsumsi makanan tinggi kalsium dan vitamin C, rendah gula tambahan dan lemak jenuh. Sore hari cenderung konsumsi rendah kalsium dan vitamin D, sedangkan malam hari lebih tinggi konsumsi lemak jenuh
9.	(Rodernburg, Oenema and Pasma, 2013)	Studi kohort	1380 subyek	Kuesioner IVO dan INPACT	<ul style="list-style-type: none"> Kelompok preferensi : <ol style="list-style-type: none"> makanan sehat dan tidak sehat perilaku aktivitiitas fisik minuman tidak sehat dan aktivitas menetap Diantara ketiga kelompok tersebut yang memiliki skor gugus paling tinggi terjadi pada anak laki-laki
10.	(Hartmann, Cash and Yeh, 2017)	Studi kuantitatif dan kualitatif	116 subyek usia 8-11 tahun	<ul style="list-style-type: none"> Kuesioner Tes kognitif Eksperimen 	<ul style="list-style-type: none"> Mayoritas anak-anak (62,4%) menerima tunjangan dari orang tua dan 25,7% anak mendapatkan uang saku secara teratur Hanya 3% anak tidak membeli makan, 15,8% hanya menghabiskan uang apabila ada orang dewasa, 41,6% mereka meminta izin sebelum menghabiskan uang saku, 30,7% anak menghabiskan pengeluaran uang mereka sendiri Hasil menunjukkan signifikan anak-anak lebih menyukai makanan ringan dibandingkan dengan makanan jajanan yang sehat (p=0,02)

Hasil survei BPOM RI tahun 2008 pada 4.500 SD di 79 Kota di provinsi di Indonesia menunjukkan sebanyak 45% responden memiliki frekuensi ≥ 4 kali per minggu dengan menyumbang energi sebesar 384 kkal per hari. Sumbangan energi tersebut termasuk kategori lebih tinggi dari nilai standar makanan jajanan yaitu 300 kkal/hari. Berdasarkan penelitian lain juga menunjukkan bahwa kontribusi makanan jajanan pada anak sekolah yang melebihi 300 kkal/hari dapat berisiko 3,2 kali lipat mengalami obesitas.²⁷ Suatu penelitian yang menunjukkan anak mengkonsumsi makanan cepat saji hampir setiap minggu termasuk kedalam kelompok status gizi *overweight* dan obesitas (Suryani *et al.*, 2017). Penelitian lain menunjukkan bahwa anak yang mengkonsumsi makanan cepat saji minimal 4 kali dalam seminggu mempunyai asupan energi kalori yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang tidak. Namun, terdapat hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa konsumsi makanan cepat saji tidak signifikan dengan status gizi anak. Makanan cepat saji merupakan salah satu faktor yang menyebabkan obesitas, namun anak yang memiliki status gizi normal juga

KESIMPULAN

Sebagian besar hasil penelitian menunjukkan bahwa ketersediaan makanan yang ada di sekitar lingkungan anak-anak baik di rumah maupun di sekolah dapat mempengaruhi perilaku makan anak. Makanan jajanan yang paling umum tersedia yaitu *fast food*, gulungan sosis, minuman manis yang tinggi gula, makanan ringan yang tinggi natrium, makanan jajanan tradisional, jus, dan lain-lain. Konsumsi makanan jajanan yang sehat dapat membentuk perilaku makan anak yang sehat. Sebaliknya, apabila konsumsi makanan jajanan yang tidak sehat dapat meningkatkan asupan makanan sehingga dapat menyebabkan risiko terjadinya obesitas.

ACKNOWLEDGEMENT

Ucapan terima kasih kepada semua para peneliti terdahulu yang telah memberikan ilmu dan wawasan baru, serta ucapan terima kasih kepada ibu Farapti, dr., M.Gizi selaku dosen pembimbing yang telah senantiasa membimbing dan memberi saran sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan artikel ini hingga selesai.

REFERENSI

Al-Domi, H.A. *et al.* (2019) 'Physical Activity, Sedentary Behaviors and Dietary Patterns as Risk Factors of Obesity Among Jordanian Schoolchildren', *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Review*, 13, pp. 189–194. Available

at:
<https://doi.org/10.1016/j.dsx.2018.08.033>

- Anugraheni, D.D., Mulyana, B. and Farapti (2019) 'Kontribusi Bekal Makanan dan Total energi terhadap Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar', *Amerta Nutrition*, 3, pp. 52–57.
- Anzarkusuma, I.S., Mulyani, E.Y. and Jus'at, I. (2014) 'Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Rajeg Tangerang', *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 1(2), pp. 135–148.
- Baliwati and Farida, Y. (2004) *Pengantar Pangan Gizi*. Cetakan 1. Jakarta: Jakarta Penebar Swadaya. Available at: <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pid=1730&pRegionCode=PLTKB&pClientId=133>.
- Bauer, K.W. *et al.* (2011) 'Familial correlates of adolescent girls' physical activity, television use, dietary intake, weight, and body composition', *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), p. 25. Available at: <https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-25>.
- Chortatos, A., Terragni, L. and Henjum, S. (2018) 'Consumption Habits of School Canteen and Non-Canteen Users among Norwegian Young Adolescents: A Mixed Method Analysis', *BMC Pediatric*, 18(328), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12887-018-1299-0>.
- Desrina, Mutiawati, E. and Yusuf, T.R. (2018) 'Perbandingan Daya Ingat Anak Pada Sekolah Dasar Negeri dan Sekolah Dasar Islam Terpadu', *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(1), pp. 1–15.
- Duffey, K.J., Pereira, R.A. and Popkin, B.M. (2013) 'Prevalence and energy intake from snacking in Brazil: analysis of the first nationwide individual survey', *European Journal of Clinical Nutrition*, 67(8), pp. 868–874. Available at: <https://doi.org/10.1038/ejcn.2013.60>.
- Evenhuis, I.J. *et al.* (2018) 'Development of the "Canteen Scan": an online tool to monitor implementation of healthy canteen guidelines', *BMC Public Health*, 18(1), p. 1109. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5974-8>.
- Hang, C.-M., Lin, W. and Yang, H. (2007) 'The Relationship Between Snack Intake and Its Availability of 4th-6th Graders In Taiwan', *Asia Pac J Clin Nutr*, 16(2), pp. 547–553.

- Hartmann, M., Cash, S.B. and Yeh, C.-H. (2017) 'Children's Purchase Behavior In The Snack Market: Can Branding Or Lower Prices Motivate Healthier Choices?', *Appetite*, 117, pp. 247–254. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.06.014>.
- Hess, J.M. and Slavin, J. (2018) 'The Benefits of defining "Snacks"', *National Library of Medicine*, 1(193), pp. 284–287. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2018.04.019>.
- Horiuchi, Y. *et al.* (2018) 'Urban-Rural Differences in Nutritional Status and Dietary Intakes of School-Aged Children in Cambodia.', *National Library of Medicine*, 11(1). Available at: <https://doi.org/10.3390%2Fnu11010014>.
- Lim, S., Zoellner, amie M. and Ajrouch, K.J. (2011) 'Overweight In Childhood: The Role Of Resilient Parenting In African-American Houshoolds.', *American Journal of Preventive Medicine*, 40(3), pp. 329–333. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2010.11.006>.
- Maruapula, S.D. and Jackson, J.C. (2011) 'Socio-Economic Status And Urbanization Are Linked To Snack In Adolescent In Botswana', *Public Health Nutr*, 14(12), pp. 2260–2267. Available at: <https://doi.org/10.1017/S1368980011001339> Full text linksCite.
- Nuryani, N. and Rahmawati, R. (2018) 'Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), pp. 114–122. Available at: <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.114-122>.
- Pramono, A. and Sulchan, M. (2014) 'Kontribusi Makanan Jajan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Kota Semarang', *GIZI INDONESIA*, 37(2), p. 129. Available at: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v37i2.158>.
- Ritchie, L.D. *et al.* (2005) 'Family Environment and Pediatric Overweight: What Is A Parent To Do?', *J Am Diet Assoc*, 105, pp. 570–579. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jada.2005.02.017>.
- Rodernburg, G., Oenema, A. and Pasma, M. (2013) 'Clustering of Food and Activity Preferences In Primary School Children.', *Appetite*, 60(1), pp. 123–132. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.10.007>.
- Shrivastav, M. (2010) 'Snack consumption among underprivileged adolescent girl.' *Indian Pediatrics*, *Indian Pediatrics*, 47(10), pp. 880–890.
- Suryani, D. *et al.* (2017) 'Studi Status Gizi, Pola Makan serta Aktivitas pada Anak Sekolah Dasar di Kota Mataram', *Jurnal Kedokteran*, 6(1), pp. 14–19. Available at: <https://doi.org/10.29303/jku.v6i1.104>.
- Vepsäläinen, H. (2015) 'Association between Home and School Food Environment Dietary Patterns among 9-11 Year Old Children In 12 Countries', *International Journal of Obesity Supplements*, 5, pp. 566–573.
- Wang, D., Horst, K.V.D. and Jacqueire, E. (2016) 'Snacking Among US Children: Patterns Differ by Time of Day.', *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 48(6), pp. 369–375. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2016.03.011>.