

Hubungan Pengetahuan Gizi, Sarapan, dan Uang Saku dengan Pemilihan Jajanan Siswa *Overweight* MIN 2 Magetan

Amalia Yusrin Aziza^{1*}, Siti Sulandjari¹, Choirul Anna Nur Afifah¹, Satwika Arya Pratama¹

¹Program Studi S1 Gizi FIKK Universitas Negeri Surabaya

*Email koresponding : amaliayusrinaziza@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Overweight and obesity are significant health concerns characterized by excessive fat accumulation, and they are increasingly impacting school-aged children. A major factor contributing to this issue is poor snacking behavior, as many children make snack choices that fail to meet healthy food standards. It's essential to address these habits to promote better health outcomes.*

Objectives: *This research aims to establish the correlation between nutritional knowledge, breakfast habits, and the amount of pocket money with snack choice behavior in overweight 4-6 graders of MIN 2 Magetan.*

Method: *The research utilized a cross-sectional design involving 57 students. Nutritional knowledge was assessed through tests, while information about breakfast habits, pocket money, and snack choices was gathered using questionnaires. The Spearman rank correlation test was utilized to analyze the data*

Results: *The results indicated that a majority of respondents exhibited a lack of nutritional knowledge (50.9%), maintained adequate breakfast habits (49.1%), received a moderate amount of pocket money (73.7%), and demonstrated a level of behavior focused on choosing healthy snacks (40.4%).*

Conclusion: *The analysis indicated that there was no significant correlation between nutritional knowledge and snack selection behavior ($p=0.066$). Likewise, no correlation was identified between breakfast habits and snack selection behavior ($p=0.932$). In contrast, a significant correlation was observed between the amount of pocket money available and snack selection behavior ($p=0.037$).*

Keywords: *Overweight, School-aged Children, Knowledge, Breakfast, Pocket Money, Snack Choosing Behavior*

Submitted : 2024-07-09 Accepted : 2024-11-29 Published : 2024-11-29 Pages : 113-125

PENDAHULUAN

Overweight (kegemukan) dan obesitas merupakan kondisi di mana terjadi penimbunan lemak dalam tubuh secara berlebihan atau tidak proporsional yang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan (WHO, 2021). *Overweight* dan obesitas kini sudah menjadi epidemi dan merupakan tantangan global terbesar dalam bidang kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2018). Masalah kesehatan ini telah umum terjadi pada anak-anak. Status *overweight* dan obesitas pada anak-anak ditentukan melalui perhitungan indeks massa tubuh yang disesuaikan dengan usia (IMT/U). Seorang anak dinyatakan *overweight* ketika z-score lebih dari +1 SD hingga +2 SD, dan dianggap obesitas ketika z-score lebih dari +2 SD (Kemenkes RI, 2020).

Kasus *overweight* dan obesitas pada anak di Indonesia saat ini cukup mengkhawatirkan. Kasus ini masih belum begitu diperhatikan karena pemerintah masih lebih fokus pada masalah gizi kurang (UNICEF Indonesia, 2022). Indonesia tercatat menduduki peringkat 131 dari 183 negara berdasarkan kesiapan dalam mengatasi masalah obesitas hingga prevalensi obesitas anak diproyeksikan akan meningkat sebesar 7,9% pada tahun 2035 (World Obesity Federation, 2023). Berdasarkan

laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, sebanyak 20% anak usia sekolah di Indonesia mengalami kelebihan berat badan, di antaranya 10,8% tergolong *overweight* dan 9,2% obesitas (Kemenkes RI, 2018b). Sementara itu, prevalensi di Jawa Timur lebih tinggi, yaitu sebesar 24,3% yang terdiri atas 13,2% *overweight* dan 11,1% obesitas (Kemenkes RI, 2018c).

Overweight disebabkan oleh faktor-faktor yang terdiri dari penyebab langsung dan tidak langsung. Penyebab yang berdampak langsung meliputi genetik, hormonal, pola makan, konsumsi obat-obatan, dan tingkat aktivitas fisik. Sementara itu, penyebab tidak langsung yang berkontribusi pada *overweight* meliputi pengetahuan gizi, sikap, status sosial ekonomi, kondisi lingkungan, ras atau suku bangsa, ketersediaan fasilitas makan, dan pengaruh media massa (Wiardani, 2017).

Asupan makanan pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh perilaku jajan mereka. Anak-anak sering memilih jajanan berdasarkan tampilan, harga, rasa, dan kepraktisan, bukan kandungan gizi (Safira, 2017). Hal ini bisa mendorong pilihan makanan tidak sehat, terutama tanpa pengarahan orang tua atau guru, dan bisa membentuk pola makan di masa depan (Hermina et al., 2000).

Pengetahuan seseorang terkait dengan gizi dapat memengaruhi pengambilan sikap dan kebiasaannya dalam memilih makanan (Notoatmodjo, 2012). Orang dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki perilaku gizi yang baik (Notoatmodjo, 2012). Semakin banyak pengetahuan gizi yang dimiliki seseorang, diharapkan semakin baik sikap dan kebiasaan makannya. Namun pengetahuan gizi saja tidak menjamin perubahan perilaku jika tidak diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Sebaliknya, perilaku yang baik belum tentu bersumber dari pengetahuan yang baik saja. Faktor lain yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan antara lain kesadaran mengenai kesehatan, kenyamanan, kebiasaan atau preferensi makanan, perasaan, daya tarik indera, harga makanan, komposisi makanan, dan pertimbangan berkaitan dengan kepercayaan (Rahman, dkk., 2013).

Preferensi anak dalam memilih jajanan sering tidak sesuai dengan makanan sehat. Penelitian Iklima (2017) menunjukkan 93,6% anak memilih jajanan berdasarkan rasa gurih, 59,3% memilih minuman berwarna menarik tanpa merek, dan 60,9% mempertimbangkan aroma dan tekstur makanan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Suci (2009) yang menunjukkan 84% responden anak memilih jajanan karena rasanya enak.

Kandungan gizi seringkali diabaikan dalam memilih jajanan. Kondisi ini mampu menyebabkan ketidaksesuaian pemenuhan kebutuhan dan kecukupan gizi dalam tubuh (Proverawati, dkk., 2008). Penelitian Tanzaha dan Prasajo (2012) menunjukkan jajanan menyokong sebesar 31,06% dari total energi dan 27,44% dari total protein yang dikonsumsi setiap hari. Namun, kontribusi ini sebaiknya berada di antara 15–20%. Konsumsi energi berlebih tanpa diimbangi aktivitas fisik dapat menyebabkan penumpukan lemak, yang berisiko pada *overweight* dan obesitas.

Beberapa faktor membentuk perilaku pemilihan jajanan pada anak. Menurut teori Green (1980) ada tiga faktor pembentuk perilaku, diantaranya faktor pendukung, pemungkin, dan penguat. Faktor pendukung meliputi karakteristik anak (umur dan jenis kelamin), kebiasaan mengonsumsi sarapan, membawa bekal, pengetahuan terkait gizi, dan sikap terhadap pemilihan jajanan. Faktor pemungkin meliputi uang saku, lokasi, akses mudah ke jajanan, dan jenis makanan yang tersedia. Faktor penguat meliputi peran orang tua dan guru, pengaruh teman sebaya, dan media massa.

Kasus *overweight* dan obesitas tampak terjadi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 2 Magetan. Oleh karena pihak sekolah tidak

memiliki data terbaru terkait status gizi siswa, sebagai identifikasi awal, dilakukan pengukuran IMT/U terhadap 339 siswa kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan. Hasil pengukuran menunjukkan 16,5% siswa berstatus gizi *overweight* dan 14,7% obesitas. Kemudian dilakukan penelusuran lanjutan dengan mengamati jenis makanan jajanan yang dipilih oleh siswa *overweight* dan diperoleh gambaran yaitu sebanyak 66,1% memilih membeli minuman manis, 39,2% memilih membeli makanan berat, 13,6% membeli aneka kue dan puding ber-*topping* manis, dan 30,3% membeli jajanan yang tinggi lemak dan rendah serat. Sebanyak 18,6% juga diketahui memilih kombinasi jajanan tinggi gula, garam, dan lemak sekaligus.

Selain itu, identifikasi awal juga menggali beberapa faktor yang kemungkinan memiliki hubungan dengan perilaku memilih jajan pada siswa *overweight*. Di antara berbagai faktor yang diidentifikasi, terdapat tiga faktor yang hasilnya bervariasi, yaitu tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan sarapan, dan besaran uang saku.

Berdasarkan uraian dan hasil identifikasi awal secara sederhana yang telah dilakukan, peneliti tertarik untuk mendalami hubungan antara pengetahuan gizi, kebiasaan sarapan, dan jumlah uang saku dengan pemilihan jajanan pada siswa *overweight*

kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional*. Penelitian ini berlokasi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 2 Magetan, Kabupaten Magetan, Jawa Timur pada tanggal 26 – 28 Oktober 2023. Sebanyak 57 siswa terlibat sebagai sampel dan dipilih menggunakan teknik *purposive random sampling* dengan ketentuan sebanyak 19 responden pada masing-masing tingkatan kelas. Data penelitian didapatkan melalui tes dan wawancara. Data pengetahuan gizi dikumpulkan dengan menggunakan instrumen tes berisikan 20 butir soal, sedangkan data kebiasaan sarapan dan perilaku memilih jajan dikumpulkan menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Untuk menguji hubungan antar variabel, data akan dianalisis menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	56,1
Perempuan	25	43,9
Usia		
9 tahun	7	12,3
10 tahun	18	31,6
11 tahun	20	35,1
12 tahun	12	21

Responden yang berkontribusi pada penelitian ini yaitu siswa dan siswi kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan yang berstatus gizi *overweight*. Tabel 1 menunjukkan bahwa dari total 57 responden, terdapat 32 siswa dan 25 siswi. Usia responden berkisar antara adalah 9 – 12 tahun, dengan jumlah responden terbanyak berusia 11 tahun, yaitu sebanyak 20 responden (35,1%).

2. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pemilihan Jajanan

Tingkatan pengetahuan gizi responden diperoleh dari hasil tes pengetahuan gizi yang mencakup pengetahuan gizi seimbang, sarapan, dan pemilihan jajanan. Tingkatan pengetahuan ini kemudian dikategorikan menjadi tiga, yaitu kurang jika skor di bawah 60%, cukup jika skor antara 60—80%, dan baik jika skor lebih dari 80% (Khomsan, 2000). Sedangkan, tingkat perilaku memilih jajan dinilai dari jenis dan frekuensi konsumsi

jajanan yang dipilih oleh responden. Hasil jawaban FFQ jajanan selanjutnya melalui tahap skoring untuk kemudian dikategorikan menjadi perilaku kurang, cukup, atau baik.

Tabel 2. Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Memilih Jajan

Pengetahuan Gizi	Perilaku Memilih Jajan			
	Kurang	Cukup	Baik	Jumlah
Kurang	13 22,8%	7 12,3%	9 15,8%	29 50,9%
Cukup	7 12,2%	6 10,5%	9 15,8%	22 38,6%
Baik	1 1,8%	0 0%	5 8,8%	6 10,5%
Jumlah	21 36,8%	13 22,8%	23 40,4%	57 100%

Correlation Coefficient = 0,245
Sig. (2-tailed) = 0,066
 N = 57

Tabel 2 menampilkan hasil dari sebagian besar responden memiliki tingkatan pengetahuan dan perilaku memilih jajan yang kurang, yaitu sejumlah 13 siswa (22,8%). Responden dengan tingkat pengetahuan kurang diketahui memilih jenis makanan yang tinggi gula dan rendah serat dengan frekuensi yang sering. Responden tersebut kebanyakan berasal dari tingkatan kelas 4. Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan dan perilaku baik diketahui hanya sejumlah 5 siswa (8,8%).

Tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki oleh sebagian besar responden berada pada tingkatan kurang (50,9%). Soal tes yang banyak dijawab salah oleh responden adalah butir-butir soal tentang zat gizi dan gizi

seimbang. Hasil tersebut menunjukkan sebagian besar responden masih belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai zat gizi dan gizi seimbang. Kesalahan jawaban tersebut salah satunya disebabkan oleh materi seputar zat gizi dan gizi seimbang yang tidak dihadirkan secara khusus pada kurikulum mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial (IPAS) di sekolah. Sebagian besar siswa diketahui masih lebih familiar dengan istilah “Empat Sehat Lima Sempurna” daripada gizi seimbang.

Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan *Correlation Coefficient* = 0,245 dengan nilai $p=0,066$. Ini menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi terhadap pemilihan jajanan pada siswa *overweight* kelas 4 – 6 di MIN 2 Magetan. Hasil temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Aisyah, dkk. (2015) yang juga menemukan tidak adanya korelasi antara pengetahuan anak tentang jajanan dengan pemilihan makanan sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta. Sementara itu, hasil penelitian Febryanto (2017) menunjukkan ada korelasi antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi jajanan di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Sulaimaniyah Jombang. Hasil penelitian yang bertolak belakang ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan fokus utama

dalam variabel pengetahuan. Penelitian pada siswa *overweight* MIN 2 Magetan menilai pengetahuan gizi yang mencakup zat gizi, gizi seimbang, dan pemilihan makanan jajanan, sedangkan penelitian Febryanto (2017) lebih berfokus pada pengetahuan tentang kesehatan dan keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS).

Responden dalam penelitian ini meliputi usia 9—12 tahun. Pada tahap usia tersebut, anak mulai menunjukkan rasa keingintahuan yang besar, mulai memiliki ketertarikan terhadap sesuatu, dan gemar membentuk kelompok dengan teman sebayanya (Notoatmodjo, dkk., 2012). Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar siswa membeli jajanan hanya berdasarkan suasana hati tanpa pertimbangan khusus. Kadang-kadang, karena banyaknya pilihan jajanan yang tersedia di lingkungan sekolah, mereka membeli jajanan hanya untuk memenuhi rasa penasaran terhadap makanan tersebut.

3. Hubungan Sarapan dengan Pemilihan Jajanan

Tingkat kebiasaan sarapan responden dinilai dari 3 indikator, antara lain waktu sarapan, komposisi hidangan sarapan, dan kesesuaian hidangan sarapan dengan rekomendasi diet bagi anak dengan status gizi *overweight* yang terdapat dalam Pedoman

Gizi Seimbang Tahun 2014. Hasil jawaban kebiasaan sarapan selanjutnya melalui tahap skoring untuk kemudian dikategorikan menjadi kebiasaan kurang, cukup, atau baik.

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Perilaku Memilih Jajan

Kebiasaan Sarapan	Perilaku Memilih Jajan			Jumlah
	Kurang	Cukup	Baik	
Kurang	7 12,3%	5 8,8%	6 10,5%	18 31,6%
Cukup	9 15,8%	5 8,8%	14 24,5%	28 49,1%
Baik	5 8,8%	3 5,3%	3 5,3%	11 19,3%
Jumlah	21 36,8%	13 22,8%	23 40,4%	57 100%

Correlation Coefficient = -0,011
Sig. (2-tailed) = 0,932
 N = 57

Tabel 3 menampilkan bahwa sebagian besar responden dengan kebiasaan sarapan cukup memiliki tingkat perilaku memilih jajan yang baik, yaitu sejumlah 14 siswa (24,5%). Sementara itu, pada tingkatan kebiasaan sarapan kurang dan baik, responden terbanyak memiliki perilaku memilih jajan yang kurang, yaitu sejumlah 7 siswa (12,3%) di tingkat kebiasaan kurang dan 5 siswa (8,8%) di tingkat kebiasaan baik.

Sebagian besar reponden yang dengan tingkatan kebiasaan sarapan cukup memiliki ketepatan waktu sarapan yang baik, yaitu sekitar pukul 06.00 WIB dan mengonsumsi menu makanan yang bervariasi. Namun, kesesuaian hidangan sarapan dengan rekomendasi diet bagi anak *overweight*

menjadi indikator yang paling sering diabaikan. Jika dikaitkan dengan tes pengetahuan yang telah dilakukan, hal ini berkemungkinan disebabkan oleh tingkat pengetahuan responden seputar zat gizi dan konsep gizi seimbang yang kurang. Hal ini kemungkinan juga didukung oleh pengetahuan gizi seimbang yang kurang dari orang tua atau penyedia makanan bagi siswa. Ketidaksesuaian hidangan sarapan dengan rekomendasi diet inilah yang kemudian berimbas pada status gizi responden, yaitu *overweight*.

Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan *Correlation Coefficient* = -0,011 dengan nilai $p=0,932$. Ini menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dan perilaku memilih jajanan pada siswa *overweight* di kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan. Hasil temuan ini sejalan dengan hasil temuan dalam penelitian Desi, dkk., (2018) yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan asupan makanan ringan pada anak di SD Kristen Emmanuel II Kubu Raya. Namun, hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian Ghufron, dkk., (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan perilaku mengonsumsi jajan pada siswa di SD Negeri 52 Manado. Perbedaan hasil ini memiliki

beberapa faktor penyebab, antara lain perbedaan kualitas dan kuantitas sarapan yang dikonsumsi oleh responden, waktu konsumsi sarapan, dan pengaruh teman sebaya. Kualitas dan kuantitas sarapan memiliki pengaruh terhadap kecukupan energi untuk memulai aktivitas. Jika sarapan tidak mencukupi, tubuh akan lebih cepat merasa lapar dan memberikan sinyal untuk mencari sumber energi tambahan, seperti mengonsumsi jajanan tinggi gula atau lemak (Gibney et al., 2015). Waktu konsumsi sarapan juga memiliki pengaruh dalam proses pencernaan makanan, Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan anak usia sekolah untuk sarapan pada jam 6 atau sebelum jam 7 pagi untuk mencegah penurunan kadar gula darah. Sarapan yang berkualitas dan tepat waktu dapat membantu regulasi kestabilan kadar glukosa darah. Kadar glukosa darah yang stabil mampu mengurangi keinginan untuk makan secara impulsif, salah satunya jajanan yang tidak sehat (Hall et al., 2022).

Anak sekolah utamanya pada usia 9-12 tahun mulai menunjukkan keaktifan dan kemandirian dalam memilih makanan yang disukainya (Desi, dkk., 2018). Faktor yang mendorong responden dengan kebiasaan sarapan cukup dan baik untuk memilih jajanan yang kurang tepat adalah kurangnya pengawasan, serta ketersediaan pilihan

makanan jajanan yang terlalu beragam. Sebagaimana di MIN 2 Magetan ini memang terdapat empat kantin dan beberapa pedagang keliling yang menjajakan banyak jenis makanan jajanan. Hal tersebut berkemungkinan mendorong siswa memilih dan mengonsumsi jajanan berlebih walaupun sudah memiliki kebiasaan sarapan yang baik.

4. Hubungan Uang Saku dengan Pemilihan Jajanan

Besaran uang saku responden dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi menggunakan pengkategorian $Mean \pm 1SD$ (Azwar, 2012). Uang saku terendah responden sebesar Rp4.000,- dan uang saku tertinggi sebesar Rp32.500,-. Berdasarkan besaran uang saku tersebut, didapatkan nilai *mean* 9.877,19 dan SD 4.814,673.

Tabel 4. Perhitungan Rentang Besaran Uang Saku Responden per Hari

Rentang Besaran Uang Saku	Besaran Uang Saku
< Mean -1 SD	< Rp5.062,00
Mean -1 SD < x < Mean +1 SD	Rp5.062,00 < x < Rp14.691,00
> Mean +1 SD	> Rp14.691,00

Tabel 5. Tabulasi Silang Hubungan Besaran Uang Saku dengan Perilaku Memilih Jajan

Besaran Uang Saku	Perilaku Memilih Jajan			
	Kurang	Cukup	Baik	Jumlah
Rendah	0 (0%)	2 (3,5%)	7 (12,3%)	9 (15,8%)
Sedang	19 (33,3%)	9 (15,8%)	14 (24,6%)	42 (73,7%)
Tinggi	2 (3,5%)	2 (3,5%)	2 (3,5%)	6 (10,5%)
Jumlah	21 36,8%	13 22,8%	23 40,4%	57 100%
<i>Correlation Coefficient</i> = 0,277				
<i>Sig. (2-tailed)</i> = 0,037				
N = 57				

Tabel 5 menampilkan sebagian besar responden memiliki besaran uang saku sedang dengan tingkat perilaku memilih jajanan yang kurang, yaitu sejumlah 19 siswa (33,3%). Sementara itu, responden dengan besaran uang saku rendah cenderung memiliki perilaku memilih jajan yang baik, yaitu sejumlah 7 siswa (12,3%).

Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan *Correlation Coefficient* = 0,277 dengan nilai $p=0,037$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara besaran uang saku dengan perilaku memilih jajanan pada siswa *overweight* kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan. Nilai *Correlation Coefficient* = 0,277 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan cukup. Nilai korelasi positif mengindikasikan hubungan kedua variabel searah.

Hasil temuan penelitian ini seiring dengan hasil penelitian Desi, dkk. (2018),

yaitu terdapat hubungan antara besaran uang saku dan konsumsi jajanan pada anak-anak di SD Kristen Immanuel II Kubu Raya. Jumlah uang saku yang diterima anak dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk membeli jajanan di sekolah. Semakin banyak uang saku yang diterima, semakin tinggi daya beli terhadap jajanan yang diinginkannya (Arisdanni dan Buanasita, 2018). Hal ini dapat menjadi salah satu penyebab yang mendorong perilaku konsumsi jajanan yang berlebih melalui pemilihan makanan jajanan yang salah. Selain itu, keputusan anak membeli makanan jajanan juga dapat didasarkan pada kepuasan emosional atau kebutuhan psikologis, seperti ingin mencoba berbagai jenis makanan (Schiffman et al., 2007).

5. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini di antaranya:

1. Peneliti tidak mempertimbangkan perhitungan asupan sarapan responden secara spesifik, sehingga data yang didapatkan hanya gambaran komposisi sarapan responden.
2. Peneliti tidak mengamati perilaku memilih jajan responden secara langsung, melainkan menggunakan teknik wawancara dan kuesioner FFQ yang memungkinkan adanya kekurangan atau

kelebihan informasi dari data yang dilaporkan responden (*under/over-reporting*).

3. Peneliti tidak mempertimbangkan perhitungan kandungan gizi makanan jajanan di lokasi penelitian untuk mendapatkan data kandungan gizi yang akurat, seperti jajanan tinggi gula, garam, lemak (GGL) dan rendah serat. Peneliti hanya menggunakan data penyerapan minyak secara umum dan mengamati makanan jajanan secara visual.

Maka dari itu, perlu adanya penelitian lanjutan untuk memahami faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi perilaku memilih jajan, terutama bagi siswa *overweight*. Hal ini menciptakan peluang bagi penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi variabel-variabel lain, seperti faktor psikologis, lingkungan sosial, atau aspek budaya yang mungkin memiliki dampak signifikan terhadap perilaku memilih jajan. Selain itu, disarankan agar peneliti berikutnya melakukan studi perilaku memilih jajan dengan menggunakan metode observasi untuk mendapatkan data yang lebih akurat.

KESIMPULAN

Tidak ditemukan hubungan antara pengetahuan gizi dengan pemilihan jajanan ($p=0,066$), tidak ditemukan hubungan antara

kebiasaan sarapan dengan pemilihan jajanan ($p=0,932$), dan ada hubungan antara besaran uang saku dengan pemilihan jajanan ($p=0,037$) pada siswa *overweight* kelas 4 – 6 MIN 2 Magetan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, U. N., Mutalazimah, & Sarbini, D. (2015). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Anak Terhadap Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan yang Sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta* [Universitas Muhammadiyah Surakarta].
<http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/37830>
- Arisdanni, H., & Buanasita, A. (2018). Hubungan Peran Teman, Peran Orang Tua, Besaran Uang Saku dan Persepsi Terhadap Jajanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Sekolah (Studi di SD Negeri Ploso 1/172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017). *Amerta Nutrition*, 2(2).
<https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.189-196>
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas, Yogyakarta. In *Pustaka Pelajar*.
- Desi, Suaebah, & Astuti, W. D. (2018). Hubungan Sarapan, Uang Saku dengan Jajanan Di SD Kristen Immanuel II Kubu Raya. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 4(2).

- <https://doi.org/10.30602/jvk.v4i2.142>
- Febryanto, M. (2017). The Relationship between Knowledge and Attitude with Behavior of Snack Consumption in MI Sulaimaniyah Jombang. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(1).
- Ghufron, D. T., Engkeng, S., & Mandagi, C. K. . (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Jajanan pada Peserta Didik di SD Negeri 52 Manado. *Jurnal KESMAS*, 9(1), 84–89. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/28651/27984>
- Gibney, M. J., Margetts, B. M., Kearney, J. M., & Arab, L. (2015). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Green, L. (1980). *Health Education: A Diagnosis Approach*. The John Hopkins University: Mayfield Publishing Co.
- Hall, K. D., Farooqi, I. S., Friedman, J. M., Klein, S., Loos, R. J. F., Mangelsdorf, D. J., O’Rahilly, S., Ravussin, E., Redman, L. M., Ryan, D. H., Speakman, J. R., & Tobias, D. K. (2022). The energy balance model of obesity: beyond calories in, calories out. *American Journal of Clinical Nutrition*, 115(5). <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqac031>
- Hermi, H., Hidayat, T. S., Afriansyah, N., Salimar, S., & Susanto, D. (2000). Perilaku Makan Murid Sekolah Dasar Penerima PMT-AS di Desa Ciheuleut dan Pasir Gaok Kabupaten Bogor. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 23, 72–79.
- Iklima, N. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(1), 8–17. issn: 2338-7246, e-ISSN: 2528-2239 <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Permenkes Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. *English Language Teaching*, 39(1).
- Peraturan Menteri Kesehatan tentang Standar Antropometri Anak, Pub. L. No. 2 (2020).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018a). Epidemi Obesitas [FactSheet]. In *Direktorat P2PTM Kementerian Kesehatan RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018b). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018c). Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.

- Khomsan, A. (2000). Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. In *Institut Pertanian Bogor*. IPB Press.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo, Hassan, A., Hadi, E. N., & Krianto, T. (2012). *Promosi Kesehatan di Sekolah*. Rineka Cipta.
- Proverawati, A., Prawirohartono, E. P., & Kuntjoro, T. (2008). Jenis Kelamin, Pendidikan Ibu, dan Motivasi dari Guru serta Hubungannya dengan Preferensi Makan Sekolah pada Anak Prasekolah di TK Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 5(2), 78–83.
- Rahman, S. A., Khattak, M. M. A. K., & Mansor, N. R. (2013). Determinants of food choice among adults in an urban community: A highlight on risk perception. *Nutrition & Food Science*, 43(5). <https://doi.org/10.1108/NFS-07-2012-0072>
- Safira, M. (2017). *Ini 4 Alasan Anak Suka Jajan di Sekolah*. DetikFood. <https://food.detik.com/info-kuliner/d-3413345/ini-4-alasan-anak-suka-jajan-di-sekolah>
- Schiffman, Leon, Kanuk, & Leslie, L. (2007). Perilaku Konsumen Edisi Kedua. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Suci, E. S. T. (2009). Gambaran Perilaku jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. *Psikobuana*, 1(1), 29–38. <https://books.google.co.id/books?id=8ZlgRqz15QAC&lpg=PA29-IA1&ots=EujBuR4vuz&dq=Gambaran Perilaku jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta&lr&pg=PA32#v=onepage&q=Gambaran Perilaku jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta&f=false>
- Tanziha, I., & Prasojo, G. (2012). *Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah dalam Upaya Pembaikan Gizi dan Kesehatan*.
- UNICEF Indonesia. (2022). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia*. [https://www.unicef.org/indonesia/media/15581/file/Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/15581/file/Analisis%20Lanskap%20Kelebihan%20Berat%20Badan%20dan%20Obesitas%20di%20Indonesia.pdf)
- WHO. (2021, June 9). *Obesity and Overweight*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wiardani, N. K. (2017). Penatalaksanaan Diet Obesitas. In Hardinsyah & I. D. N. Supariasa (Eds.), *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi* (pp. 280–307). Penerbit Buku

Kedokteran EGC.

Obesity Atlas 2023.

World Obesity Federation. (2023). *World*