



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig7106>**STATUS GIZI DAN KONTRIBUSI KONSUMSI MAKANAN JAJANAN ANAK SEKOLAH DI SD 2 PENATIH DENPASAR TIMUR**Ni Putu Ratih Mudiani¹, Hertog Nursanyoto¹, Ni Md Yuni Gumala¹¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasare-mail Penulis Korespondensi (^K): hertognursanyoto@yahoo.com

ABSTRAK

Nutritional status of school children snack food consumption contribution, children who are in SD 2 Penatih. The purpose of this study was to determine the overview of nutrition and snack food consumption in primary school children in 2 Penatih. The sample used is a child who is in grade 4 and 5 are male students men and women who were in elementary school 2 Penatih. Sought is the method of recall 2 x 24 hours, type of research is observational research with cross sectional design where, research done by making observations on the nutritional status of school children and the consumption of street food. From the research that has been done is obtained in the energy consumption of street food samples largely categorized either by 10 samples with good nutritional status of as many as 6 sample (60,0%)s more than enough samples that category is less and less category of 1 samples with good nutritional status of 1 samples (100%) and were categorized enough for 44 samples with good nutritional status 27 sample (61,0%) and protein consumption snacks on most of the samples are categorized either 10 samples with good nutritional status of as many as 7 samples (70,0%) more than enough samples that category is less and less categories by 7 samples with good nutritional status of 34 samples (62,0%) and were categorized fairly by 38 samples with good nutritional status of as many as 21 samples (55,0%).

Keywords: Nutritional Status, Snack Consumption, Microtoice, Weigher.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Anak – anak pada usia sekolah menjadi golongan yang sangat mudah terkena masalah gizi, karena anak sekolah sering kali mengonsumsi makanan jajanan yang tersedia di sekolah. Pada usia ini anak cenderung mudah untuk mencoba makanan yang menurutnya dilihat enak maka rasanya akan enak. Walaupun makanan tersebut belum tentu sehat atau baik bagi kesehatannya karena makanan tersebut terkandung bahan makanan tambahan atau tidak. Maka dari itu anak – anak usia sekolah rawan akan terkena masalah gizi¹.

Pentingnya gizi anak sekolah bahwa secara nasional 44,4% anak usia sekolah mengonsumsi energi dibawah kebutuhan minimal. Tidak terpenuhinya kebutuhan gizi pada anak akan menyebabkan gangguan pertumbuhan anak. Data Riskesdas menyatakan pada usia 6-12 tahun, frekuensi anak yang tergolong pendek adalah 35,6%, serta anak yang tergolong kurus adalah 12,2%. Data Riskesdas 2010 memperlihatkan bahwa masih terdapat 20 provinsi dengan frekuensi anak pendek di atas angka frekuensi nasional dan terdapat 15 provinsi dengan frekuensi anak kurus diatas angka frekuensi nasional. Pada anak usia sekolah 6-12 tahun, masalah kecukupan gizi perlu mendapat perhatian lebih lanjut. Kecukupan asupan gizi pada anak usia sekolah mencakup kecukupan zat gizi makro dan zat gizi mikro².

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran status gizi dan konsumsi makanan jajanan anak sekoah di SD 2 Penatih. Data identitas, data konsumsi makanan jajanan, data jumlah, frekuensi dan jenis makanan jajanan yang dikonsumsi diperoleh dengan wawancara langsung dengan sampel. Untuk tinggi badan diukur dengan alat microtoice dan berat badan dengan alat penimbangan yaitu timbangan injak, sedangkan data gambaran umum sekolah diperoleh berdasarkan catatan yang sudah ada di sekolah tersebut.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah SD 2 Penatih, Denpasar Timur pada bulan februari – maret 2015. Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan cross sectional. Poulasi dari penelitian ini adalah seluruh anak SD yang tercatat dan aktif sebagai siswa di SD 2 Penatih, Denpasar Timur dan anak yang berada di kelas IV dan V baik laki – laki maupun perempuan. Sampel yang dijadikan dalam penelitian ini berjumlah 55 sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Status gizi merupakan gambaran keseimbangan antara zat – zat gizi seseorang atau kelompok sebagai akibat konsumsi makanan dan pengguna zat – zat gizi lainnya. Status gizi dapat dibedakan menjadi lima yaitu status gizi sangat gemuk, gemuk, normal, kurus dan sangat kurus. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar berstatus gizi normal yaitu 34 sampel (62,0%), yang berstatus gizi gemuk sebanyak 11 sampel (21,0%), yang berstatus gizi sangat gemuk sebanyak 8 sampel (14,0%), dan yang berstatus gizi kurus sebanyak 2 sampel (3,0%) dan Konsumsi energi pada sampel rata – rata 351,27 kkal sedangkan konsumsi energy tertinggi adalah 607,5 kkal dan yang terendah adalah 195,2 kkal. Sedangkan dari hasil penelitian menunjukkan kontribusi konsumsi energi makanan jajanan dengan kategori kurang sebanyak 1 sampel (1,0%), dengan kategori cukup sebanyak 44 sampel (80,0%), dan sampel yang mengkonsumsi makanan jajanan dengan kategori lebih sebanyak 10 sampel (19,0%). Konsumsi protein pada sampel rata – rata 10,73 gr , konsumsi tertinggi adalah 17,8 gr dan terendah 2,25 gr. Dari hasil penelitian menunjukkan kontribusi konsumsi protein makanan jajanan dengan kategori kurang sebanyak 7 sampel (12%), dengan kategori cukup sebanyak 38 sampel (69%), dan sampel yang mengkonsumsi makanan jajanan dengan kategori lebih sebanyak 10 sampel (19%).

Pada konsumsi energi makanan jajanan pada sampel berkategori lebih sebesar 10 sampel sebanyak 2 sampel (20,0%) brstatus gizi sangat gemuk, sebanyak 1 sampel (10,0%) berstatus gizi gemuk, sebanyak 6 sampel (60,0%) berstatus gizi normal. Yang berkategori cukup sebanyak 44 sampel sebanyak 27 sampel (61,0%) berstatus gizi normal dan yang berkategori kurang berjumlah 1 sampel sebanyak 1 sampel (1%) berstatus gizi normal. Hal ini munjukan status gizi berdasarkan konsumsi energi cenderung memiliki status gizi normal.

Pada konsumsi protein makanan jajanan pada sampel berkategori lebih sebesar 10 sampel, sebanyak 1 sampel (10,0%) berstatus gizi sangat gemuk, sebanyak 7 sampel (70,0%) berstatus gizi normal. Yang berkategori cukup sebanyak 38 sampel diantaranya 6 sampel (16,0%) berstatus gizi sangat gemuk, sebanyak 21 sampel (55,0%) berstatus gizi normal. dan untuk kategori kurang sebanyak 7 sampel, diantaranya 6 sampel (85,0%) bertatus gizi normal Hal ini menunjukkan konsumsi protein makanan jajanan sampel lebih banyak berstatus gizi normal.

Sampel yang mengkonsumsi jenis makanan jajanan kering yaitu sebesar 18 sampel (33,0%) sedangkan yang mengkonsumsi jenis makanan jajanan basah sebesar 25 sampel (45,0%) dan yang mengkonsumsi makanan jajanan basah kering sebanyak 12 sampel (22,0%). Frekuensi konsumsi makanan jajanan anak sekolah SD 2 Penatih lebih sedikit frekuensi jarang (< 2 kali sehari) yaitu 18 sampel (33,0%). Sedangkan sampel yang frekuensi sering (2 kali sehari) dengan jumlah sampel 37 sampel (67,0%). Status gizi anak SD 2 Penatih menggunakan indeks status gizi IMT/U tidak ada sampel yang berstatus gizi sangat kurus. Sebagiaian besar berstatus gizi normal yaitu 34 sampel (61,81%), yang berstatus gizi gemuk sebanyak 11 sampel (20,0%), yang berstatus gizi sangat gemuk sebanyak 8 sampel (14,54%), dan yang berstatus gizi kurus sebanyak 2 sampel (3,63%).

SIMPULAN DAN SARAN

Status gizi anak SD 2 Penatih lebih banyak berstatus gizi normal yaitu 62,0%, yang berstatus gizi sangat gemuk 14,0%, berstatus gizi gemuk 21,0% dan yang berstatus gizi kurus 3,0% Jenis makanan jajanan yang

banyak dikonsumsi anak sekolah adalah jajanan basah sebesar 45,0%, jenis makanan jajanan kering dikonsumsi sebesar 33,0% dan jenis makanan jajanan basah dan kering sebanyak 22,0%. Anak SD 2 Penatih yang frekuensi konsumsi makanan jajanannya sering yaitu 67,0% dan yang frekuensi makanan jajanannya jarang yaitu 33,0%. Konsumsi energi makanan jajanan anak sekolah tertinggi 607,5 kkal, terendah 195,2 kkal dengan rata – rata 351,27 kkal. Konsumsi protein makanan jajanan anak sekolah tertinggi 17,8 gr, terendah 2,25 gr dan rata – rata 10,73 gr. Kontribusi konsumsi energy makanan jajanan sebanyak 19,0% lebih, 80,0% cukup dan 1% kurang. Kontribusi konsumsi protein makanan jajanan sebanyak 19,0% lebih, 69,0% cukup dan 12% kurang.

Status gizi anak sekolah di SD 2 Penatih sebanyak 14,0% sangat gemuk. Hal ini berakibat rawan terhadap penyakit degeneratif. Diharapkan pihak sekolah lebih memperhatikan kesehatan anak sekolah, sehingga tidak mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satunya dapat diadakan pengukuran status gizi dan penyuluhan secara rutin kepada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arisman, MB . 2003 . *Gizi Dalam Daur Kehidupan* . Jakarta : EGC.
2. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2010, *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010*, Kementerian Kesehatan RI.
3. Abunaim, D. 1998. *Widya karya Pangan Dan Gizi VIII*. Jakarta . Depkes RI
4. Almatier, Sunita. 2001 . *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
5. Atmarita, dkk. 1998 . *Widya Karya Pangan Dan Gizi VIII*. Jakarta . Depkes RI
6. Daphane. 2011 pengukuran konsumsi makanan tingkat kelompok rumah tangga dan perorangan. Diambil pada tanggal 10 desember 2014 pkl 13.45 WIB dalam: <http://daphane.blogspot.com/2011/7/pengukuran.konsumsi-makanan-tingkat.html>
7. Departemen Kesehatan RI. 2001 . *Nutrisia Media Informasi Gizi Alamiah*. Yogyakarta : Depkes RI
8. Riyadi, 2004 . Penilaian Status Gizi Anak Sekolah. <http://www.gizi.net/penilaian.status.gizi/cgi-bin/berita/fullnews.cgi/news>. Tgl.11/09/2014
9. Sihadi, 2004 . Jeni – Jenis Makanan Jajanan. <http://www.jenis-jenis.makanan.jajanan/cgi-bin/ilmu/makanan> Tgl 5/09/2014
10. Soekirman, 2000. Peranan Ibu Terhadap Konsumsi Makanan . <http://www.faktor-faktor.konsumsi/cgi-bin/ilmu/makanan> Tgl 8/09/2014
11. Supriasa, I Dewa Nyoman. 2002. Penilaian Status Gizi. Jakarta :EGC.
12. Suryani, T., 2008 . Makanan Jajanan untuk anak <http://dinkesjatengprov.go.id/> Tgl 29/11/2014