

ABSTRAK

GAMBARAN KEBIASAAN JAJAN, PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJAN, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, DAN STATUS GIZI ANAK PADA SEKOLAH DASAR ORO-ORO OMBO 02 KOTA BATU

Della Feby Wijayanti

Sugeng Iwan Setyobudi, STP. M.Kes

ABSTRAK

Latar Belakang: Kebiasaan jajan di kalangan anak-anak sekolah dasar seringkali tidak terkontrol, sehingga berpotensi menyebabkan asupan gizi yang tidak seimbang. Hal ini dapat berdampak pada status gizi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kebiasaan jajan, perilaku pemilihan makanan jajan, asupan zat gizi makro, dan status gizi anak di Sekolah Dasar Negeri Oro-Oro Ombo 02 Kota Batu.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif survey dengan metode kuantitatif. Responden adalah siswa kelas 5 dan 6 teknik pengambilan sampel menggunakan total population sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mencakup frekuensi dan jenis jajanan yang dikonsumsi, serta wawancara terkait kebiasaan jajan dan asupan gizi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel.

Hasil: Sebagian besar siswa memiliki kebiasaan jajan yang tinggi. Faktor-faktor seperti ketersediaan jajanan di sekitar sekolah, pengaruh teman sebaya, dan kebiasaan makan di rumah berperan signifikan dalam pemilihan makanan jajan. Asupan zat gizi makro dari jajanan menunjukkan bahwa banyak siswa yang tidak memenuhi kebutuhan gizi harian yang dianjurkan, yang berdampak pada status gizi mereka.

Kesimpulan: Anak-anak SD Negeri Oro-Oro Ombo 02 Kota Batu selalu membeli jajan setiap hari, memilih makanan berat di kantin dan makanan ringan dari pedagang luar. Minuman es adalah favorit utama. Mereka sering menambahkan bumbu pelengkap dan lebih memilih minuman berwarna. Teman dan media sosial menjadi panduan utama. Sebagian besar anak mengalami defisit gizi makro ringan, meskipun status gizi secara keseluruhan baik. Disarankan agar sekolah dan orang tua menyediakan pilihan jajanan yang sehat.

Kata Kunci : Kebiasaan Jajan, Perilaku Pemilihan Makanan Jajan, Asupan Zat Gizi Makro, Status Gizi