HUBUNGAN PENGETAHUAN, TINGKAT KONSUMSI MAKANAN JAJANAN, DAN KEBIASAAN JAJAN DENGAN STATUS GIZI PADA SISWA MTs AL-HAMID KOTA BANJARMASIN

Pasya Nurjanah[1], Siska Dhewi[2], Abdullah MF[3]

[1,2,3]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin
E-mail: acha57790@gmail.com / No. HP: 082350533226

ABSTRAK

Masalah gizi pada remaja masih menjadi perhatian karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pengetahuan, tingkat konsumsi makanan jajanan, dan kebiasaan jajan. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran status gizi, pengetahuan, tingkat konsumsi makanan jajanan, dan kebiasaan jajan, serta menganalisis hubungan ketiga variabel tersebut dengan status gizi pada siswa MTs Al-Hamid Kota Banjarmasin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi berjumlah 98 siswa kelas VII dengan teknik total sampling, dan sebanyak 92 siswa menjadi responden karena 6 siswa tidak hadir saat pengumpulan data. Instrumen penelitian meliputi kuesioner pengetahuan, food recall 24 jam, kuesioner kebiasaan jajan, serta pengukuran antropometri IMT/U. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji korelasi Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (54,3%), tingkat konsumsi kategori sedang (30,4%), kebiasaan jajan kategori cukup (78,3%), dan status gizi normal (47,8%). Hasil uji Spearman menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan (ρ=-0,093; p=0,378), tingkat konsumsi makanan jajanan (ρ=-0,110; p=0,295), maupun kebiasaan jajan (ρ=-0,074; p=0,486) dengan status gizi. Siswa disarankan menerapkan pola makan yang lebih sehat dan meningkatkan aktivitas fisik secara rutin untuk membantu mempertahankan status gizi yang optimal.

Kata Kunci: pengetahuan; tingkat konsumsi jajanan; kebiasaan jajan; status gizi

---

ABSTRACT

Nutritional problems among adolescents remain a concern because they are influenced by various factors, including knowledge, the level of snack consumption, and snacking habits. This study aimed to describe nutritional status, knowledge, snack consumption levels, and snacking habits, and to analyze the relationship between these three variables and nutritional status among students at MTs Al-Hamid, Banjarmasin City. This was a quantitative study with a cross-sectional design. The population consisted of 98 seventh-grade students selected through total sampling, and 92 students participated as respondents because 6 students were absent during data collection. The instruments included a knowledge questionnaire, a 24-hour food recall, a snacking habits questionnaire, and anthropometric measurement of BMI-for-age. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with the Spearman rank correlation test. The results showed that most respondents had good knowledge (54.3%), a moderate consumption level (30.4%), a fair snacking habit (78.3%), and normal nutritional status (47.8%). The Spearman test showed no significant relationship between knowledge (ρ=-0.093; p=0.378), snack consumption level (ρ=-0.110; p=0.295), or snacking habits (ρ=-0.074; p=0.486) with nutritional status. Students are encouraged to adopt healthier eating patterns and increase regular physical activity to help maintain optimal nutritional status.

Keywords: *knowledge; snack consumption level; snacking habits; nutritional status*

REFERENSI

Almatsier, S. (2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Hidayat, N., Rahmawati, F. P., Putri, D. D., Hafizhah, I. S., Oktaviani, N., & Shausan, K. (2025). Hubungan kebiasaan jajan, pola makan, dan konsumsi pangan terhadap status gizi anak usia sekolah. Holistik Jurnal Kesehatan, 19(6), 1086–1395. https://doi.org/10.33024/hjk.v19i6.1361

Julinar, & Lubis, S. (2023). Snacking behaviour and nutrients intake among 11–16 years-old students from two different boarding system schools. Heliyon, 9(3). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14517

Kemenkes RI. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Khomsan, A., Riyadi, H., & Mudjajanto, E. S. (2022). Children's food habits, consumption, and food safety of popular snacks in school environment in Indonesia. International Journal of Community Medicine and Public Health, 10(1), 119. https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20223535

Krishna, V. G., Rajajee, S., Rajajee, V., & Prasad, H. K. (2025). Risk factors and complications of childhood obesity and overweight in an urban setting of a lower middle-income country. International Journal of Environmental Research and Public Health, 22(11). https://doi.org/10.3390/ijerph22111697

Nadapdap, C. H., Mautang, T., Paturusi, A., & Agustina, R. (2025). Hubungan pengetahuan gizi dan pola makan dengan status gizi remaja. Jurnal Kolaboratif Sains, 8(7), 4327–4335. https://doi.org/10.56338/jks.v8i7.7848

Nur Sartika, A., Ekasari, A., & Prasetya, G. (2025). Snacking behavior among school-aged children in urban area. Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics), 13(3), 179–187. https://doi.org/10.21927/ijnd.2025.13(3).179-187

Nuryani, & Rahmawati. (2018). Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo. Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition), 6(2), 92–98.

Permenkes RI Nomor 2. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Puspita, S., Aziz, A. N. A., & Temorubun, L. B. (2024). Hubungan pengetahuan tentang jajan sehat dengan status gizi anak di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Sciences and Clinical Pharmacy Research Journal, 1(1), 14. https://doi.org/10.47134/scpr.v1i1.2359

Rizqiya, F., Kusumaningati, W., & Dainy, N. C. (2025). Analisis hubungan konsumsi makanan siap saji, jajan dan kebiasaan sarapan dengan gizi lebih anak usia sekolah dasar. Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF), 5(2), 114–120. https://doi.org/10.24853/mjnf.5.2.114-120

Setia, M. S. (2016). Methodology series module 3: Cross-sectional studies. Indian Journal of Dermatology, 61(3), 261–264. https://doi.org/10.4103/0019-5154.182410

Siahaan, E. R., Ningsih, W. W., Arifiandi, S. E., Utami, A. F., & Siahaan, L. N. (2025). Gambaran pengetahuan siswa SD tentang jajanan sehat di SDN I Sawah Lama. Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa, 2(7), 1237–1241. https://doi.org/10.59837/jpnmb.v2i7.649

Spiegler, K., Ptomey, L., & Werkman, C. (2024). Unfavorable food consumption in children up to school entry age: results from the nationwide German KiESEL study. Frontiers in Nutrition, 11. https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1335934