

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja awal merupakan masa transisi, dimana usianya berkisar antara 13 tahun sampai 16 tahun atau yang biasa disebut dengan usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana juga terjadi juga perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis maupun sosial (Hurlock, 2010). Masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan dalam kehidupan individu yang ditandai dengan ciri-ciri pencarian identitas diri.

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh (Almatsier, 2010). Cara menentukan status gizi seseorang atau kelompok yaitu dengan melakukan penilaian status gizi baik secara langsung yaitu dengan antropometri, klinis, biokimia dan biofisik dan yang tidak langsung yaitu dengan survei konsumsi makanan, statistik vital dan faktor ekologi (Supariasa, 2012).

Cara menentukan status gizi seseorang atau kelompok yaitu dengan melakukan penilaian status gizi baik secara langsung yaitu dengan antropometri, klinis, biokimia dan biofisik dan yang tidak langsung yaitu dengan survei konsumsi makanan, statistik vital dan faktor ekologi (Supariasa, 2012).

Masalah gizi pada remaja masih banyak terjadi di Indonesia, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Hasil dari Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi remaja yang status gizinya

kurus secara nasional sebesar 9,4% sedangkan prevalensi gemuk pada remaja sebesar 7,3% (Brown, 2013).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 tentang status gizi remaja Indonesia, prevalensi obesitas untuk remaja umur 13-15 tahun adalah 2,5%, prevalensi sangat kurus (*underweight*) dan kurus untuk remaja umur 13-15 tahun adalah 11,1%. Sedangkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi obesitas untuk remaja umur 13-15 tahun adalah 8,7% obesitas, prevalensi sangat kurus (*underweight*) dan kurus untuk remaja usia 13-15 tahun adalah 16,0%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah kelebihan gizi yaitu berat badan meningkat dalam beberapa tahun terakhir, terutama pada kelompok remaja (Riskesdas, 2018).

Prevalensi status gizi remaja di Riau berdasarkan indeks massa tubuh (IMT) diperoleh data gizi kurang 3,1%, kurus 7,8%, normal 75,6% dan gemuk 11% dan sangat gizi lebih/obesitas 2,5% (Riskesdas, 2013). Berdasarkan survei awal pada beberapa SMP di Kuok penulis melihat bahwa di lingkungan MTs Kampar lebih banyak penjual yang menjajakan beraneka ragam dan jenis makanan dibandingkan SMP disebelahnya. Setelah dilakukan pertanyaan-pertanyaan singkat kepada siswa-siswi MTs, mereka mengakui bahwa mereka lebih sering jajan diluar dari pada makan dirumah. Jenis makanan yang mereka konsumsipun beragam.

Salah satu aspek yang memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan gizi serta pemeliharaan ketahanan

belajar bagi anak ketika berada di sekolah adalah pangan jajanan. Selama 6-8 jam per hari waktu anak dihabiskan di sekolah dan 90 persen anak sekolah membeli jajan di sekolah (BPOM, 2011).

Makanan jajanan adalah makanan yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah *junk food*, *fast food* dan *street food* karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan (Adriani dan Wirjatmadi, 2012). Makanan jajanan sering kali lebih banyak mengandung unsur karbohidrat dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, atau mineral. Karena ketidaklengkapan gizi dalam makanan jajanan, maka pada dasarnya makanan jajanan tidak dapat mengganti sarapan pagi atau makan siang. Anak-anak yang banyak mengonsumsi makanan jajanan perutnya akan merasa kenyang karena padatnya kalori yang masuk dalam tubuh. Sementara gizi seperti protein, vitamin dan mineral masih sangat kurang. Dampak positif dari makanan jajanan itu sendiri dapat menggantikan energi yang hilang saat beraktifitas disekolah, adapun dampak negatif dari makanan jajanan yaitu timbulnya diare dan keracunan akibat kebersihan kurang terjamin (Khomsan, 2016).

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi dan perubahan kebiasaan makan pada masa remaja adalah pengetahuan gizi yang rendah. Notoatmodjo (2010) berpendapat bahwa pengetahuan adalah hasil

penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya).

Pengetahuan gizi dapat diartikan sebagai kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi dapat diperoleh melalui pengalaman diri sendiri maupun orang lain. Pengetahuan gizi remaja sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan. Seorang remaja akan mempunyai gizi yang cukup jika makanan yang mereka makan mampu menyediakan zat gizi yang cukup diperlukan tubuh (Notoatmodjo 2010).

Selain pengetahuan, sikap seorang remaja merupakan komponen penting yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan jajanan, sikap merupakan respon evaluatif yang dapat berupa respon positif maupun respon negatif (Azwar, 2011)

Remaja pada umumnya akan membeli aneka jajanan terutama saat sedang beristirahat disekolah. Mereka tidak memperdulikan bahaya makanan jajanan bagi kesehatan karena tidak jarang ditemukan adanya bahan pengawet makanan seperti formalin dan boraks yang dapat mengancam jiwa mereka (Dewi, 2010). Berdasarkan data BPOM 2018 penyebab keracunan pangan adalah masakan rumah tangga sebanyak 49,15% kejadian, pangan jajan/siap saji sebanyak 15,25% kejadian. Pada tahun yang sama yaitu 2018 kasus keracunan pangan diakibatkan oleh

cemaran mikroba sebanyak 30,00% dan cemaran kimia sebanyak 3,33% kejadian.

Survei awal telah dilakukan dengan mendatangi 10 rumah siswa MTs Negeri 1 Kampar. Hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan bahwa dari 10 siswa terdapat 9 siswa (90%) tidak mengetahui tentang makanan jajanan yang sehat dan bergizi mereka hanya memikirkan enaknyanya saja tanpa memikirkan efek yang terjadi kepada tubuhnya. Hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan terdapat (IMT) menunjukkan 5 siswa dengan status gizi kurang (50%), 3 siswa dengan status (30%) gizi lebih dan 2 siswa dengan status gizi normal (20%). Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti “ **Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Jajanan dengan Status Gizi Remaja di MTs Negeri 1 Kampar Tahun 2020**”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan pengetahuan jajanan dengan status gizi siswa MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020?
2. Apakah ada hubungan sikap makanan jajanan dengan status gizi MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap jajanan dengan status gizi siswa MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengkaji distribusi status gizi remaja MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020.
- b. Mengkaji distribusi pengetahuan siswa MTs Negeri 1 tahun 2020.
- c. Mengkaji distribusi sikap jajanan siswa MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020.
- d. Menganalisis hubungan pengetahuan jajanan siswa dengan status gizi MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020
- e. Menganalisis hubungan sikap jajanan dengan status gizi MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Aspek Teoristis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan teori dan menambah informasi ilmiah yang berhubungan dengan kompetensi ahli gizi mengenai jajanan. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun hipotesis baru dalam merancang penelitian selanjutnya.

### 2. Aspek Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada pembuat kebijakan dalam masyarakat terutama Dinas Pendidikan tentang pengetahuan dan sikap remaja tentang makanan jajanan

dengan status gizi untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM) terutama anak usia sekolah. Bagi sekolah, hasil penelitian tentang pengetahuan dan sikap remaja terhadap jajanan dengan status gizi ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dalam upaya peningkatan mutu pendidikan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Puataka**

##### **1. Remaja**

###### **a. Pengertian**

Remaja sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah tidur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya. Remaja adalah individu yang sedang mengalami perubahan dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Sarwono, 2010). Masa ini ditandai dengan adanya perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri seseorang, baik secara fisik maupun psikologis. Dalam masa peralihan ini terkadang membuat remaja menjadi bingung. Di satu sisi seseorang remaja merasa dirinya bukan lagi termaksud golongan anak-anak. Namun, di sisi lain remaja tersebut juga belum merasa pantas digolongkan sebagai seorang dewasa (Melati, 2010).

Faktor lain yang mempengaruhi masalah gizi remaja adalah kebiasaan jajan yang belum sehat. Jajanan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Pangan jajanan diharapkan selain harga yang murah dan jenisnya yang beragam,



juga menyumbangkan kontribusi yang cukup penting akan kebutuhan gizi. Anak sekolah sangat menyukai pangan jajanan. Para pedagang berupaya untuk memberikan penampilan yang menarik dan rasa yang disenangi anak-anak dengan menambahkan bahan-bahan tertentu tanpa memedulikan keamanannya (Melati, 2010).

## **2. Status Gizi**

### **a. Pengertian**

Status gizi adalah faktor yang terdapat dalam level individu, faktor yang dipengaruhi langsung oleh jumlah dan jenis asupan makanan serta kondisi infeksi. Diartikan juga sebagai keadaan fisik seseorang atau sekelompok orang yang ditentukan dengan salah satu atau kombinasi ukuran-ukuran gizi tertentu (Supariasa, et al, 2013). Status gizi didefinisikan sebagai status kesehatan seseorang yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan nutrien. Ada beberapa cara untuk menilai status gizi seseorang yaitu antropometri, biokimia dan klinis (Sinaga dkk dalam Baliya, 2018).

### **b. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi**

#### **1) Faktor external**

Faktor external yang mempengaruhi status gizi antara lain (Marmi, 2013):

##### **a) Pendapatan**

Masalah gizi karena kemiskinan indikatornya adalah taraf ekonomi keluarga, yang hubungannya dengan daya beli keluarga tersebut.

b) Pendidikan

Pendidikan gizi merupakan suatu proses merubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau masyarakat tentang status gizi yang baik.

c) Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan keluarganya. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga.

d) Budaya

Budaya adalah suatu ciri khas, akan mempengaruhi tingkah laku dan kebiasaan.

2) Faktor internal

Faktor internal yang mempengaruhi status gizi antara lain (Marmi, 2013):

1) Usia

Usia akan mempengaruhi kemampuan atau pengalaman yang dimiliki orang tua dalam pemberian nutrisi pada anak dan remaja.

2) Kondisi fisik

Seseorang yang sakit, yang sedang dalam penyembuhan dan yang lanjut usia, semuanya memerlukan pangan khusus karena status kesehatan mereka yang buruk. Anak dan remaja pada periode hidup ini kebutuhan zat gizi digunakan untuk pertumbuhan cepat.

### 3) Infeksi

Infeksi dan demam dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan atau menimbulkan kesulitan menelan dan mencerna makanan

## c. Faktor penyebab masalah Gizi Remaja

### 1) Kebiasaan makan yang buruk

Kebiasaan makan yang buruk, berpangkal pada kebiasaan makan keluarga yang tidak baik sudah tertanam sejak kecil akan terus menerus terjadi pada usia remaja. Remaja makan seadanya tanpa mengetahui kebutuhan akan berbagai zat gizi dan dampak tidak dipenuhinya kebutuhan zat gizi tersebut terhadap kesehatan (Adriani, dkk 2014).

### 2) Pemahaman gizi yang keliru

Tubuh yang langsing sering menjadi idaman bagi setiap para remaja terutama wanita remaja hal ini sering menjadi penyebab masalah, karena untuk memelihara kelangsingan tubuh mereka menerapkan pembatasan makanan secara

keliru. Sehingga kebutuhan gizi mereka tidak terpenuhi. Hanya makan sekali sehari atau makan-makanan seadanya, tidak makan nasi merupakan penerapan prinsip pemeliharaan gizi yang keliru dan mendorong terjadinya gangguan gizi (Adriani, dkk 2014).

3) Kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu

Kesukaan yang berlebihan terhadap makanan tertentu saja menyebabkan kebutuhan gizi tidak terpenuhi. Keadaan seperti ini biasanya terkait dengan “mode” yang tengah marak dikalangan remaja (Adriani, dkk 2014).

4) Promosi yang berlebihan melalui media massa

Usia remaja merupakan usia di mana mereka sangat mudah tertarik pada sesuatu yang baru. Kondisi ini dimanfaatkan oleh pengusaha makanan dengan mempromosikan produk makanan mereka, dengan cara yang sangat memengaruhi pada remaja. Apalagi film yang menjadi idola mereka (Adriani, dkk 2014).

5) Masuknya produk-produk makanan baru

Produk makanan baru yang berasal dari negara lain secara besar membawa pengaruh terhadap kebiasaan makan para remaja. Seperti jenis makanan siap saji (fast food) yang berasal dari Negara barat seperti *hot dog*, *pizza*, *hamburger*, *fried chicken*, dan *french fries*, berbagai

makanan yang berupa kripik (*junk food*) sering dianggap lambing kehidupan modern oleh para remaja (Adriani, dkk 2014).

### **3. Penilaian Status Gizi Remaja**

#### **a. Penilaian Status Gizi Secara Antropometri**

Supariasa, (2012), mendefenisikan antropometri adalah ukuran tubuh. Maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat dan tingkat gizi. Pengukuran antropometri relatif mudah dilaksanakan. Akan tetapi untuk berbagai cara, pengukuran antropometri ini membutuhkan keterampilan, peralatan dan keterangan untuk pelaksanaannya. Jika dilihat dari tujuannya antropometri dapat dibagi menjadi dua yaitu:

- 1) Untuk ukuran massa jaringan: Pengukuran berat badan, tebal lemak dibawah kulit, lingkaran lengan atas. Ukuran massa jaringan ini sifatnya sensitif, cepat berubah, mudah turun naik dan menggambarkan keadaan sekarang
- 2) Untuk ukuran linier: pengukuran tinggi badan, lingkaran kepala dan lingkaran dada. Ukuran linier sifatnya spesifik, perubahan relatif lambat, ukurannya tetap atau naik, dapat menggambarkan riwayat masa lalu. Parameter dan indeks

antropometri yang umum digunakan untuk menilai status gizi anak adalah indikator Berat Badan Menurut Umur (BB/U), Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U), Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U).

b. Indeks Berat Badan Menurut Umur (BB/U)

Berat badan merupakan salah satu ukuran antropometri yang memberikan gambaran tentang massa tubuh (otot dan lemak), karena massa tubuh sangat sensitif terhadap perubahan yang mendadak misalnya karena penyakit infeksi, menurunnya nafsu makan atau menurunnya makanan yang dikonsumsi maka berat badan merupakan ukuran antropometri yang sangat labil. Dalam keadaan normal, dimana keadaan kesehatan baik dan keseimbangan antara intake dan kebutuhan zat gizi terjamin, berat badan berkembang mengikuti pertambahan umur. Sebaliknya keadaan abnormal, terdapat dua kemungkinan perkembangan berat badan yaitu berkembang lebih cepat atau berkembang lebih lambat dari keadaan normal. Berdasarkan sifat-sifat ini, maka indeks berat badan menurut umur (BB/U) digunakan sebagai salah satu indikator status gizi. Oleh karena sifat berat badan yang stabil maka indeks BB/U lebih menggambarkan status gizi seseorang pada saat ini (current nutritional status). Penggunaan indeks BB/U sebagai indikator

status gizi memiliki kelebihan dan kekurangan yang perlu mendapat perhatian (Supariasa 2012)

c. Indeks Tinggi Badan Menurut Umur (TB/U)

Tinggi badan merupakan ukuran antropometri yang menggambarkan pertumbuhan skeletal dalam keadaan normal, tinggi badan tumbuh bersamaan dengan penambahan umur. Pertumbuhan tinggi badan tidak seperti berat badan, relatif kurang sensitif terhadap masalah defisiensi zat gizi jangka pendek. Pengaruh defisiensi zat gizi terhadap tinggi badan baru akan tampak pada saat yang cukup lama. Indeks TB/U lebih menggambarkan status gizi masa lampau, dan dapat juga digunakan sebagai indikator perkembangan sosial ekonomi masyarakat. Keadaan tinggi badan anak pada usia sekolah (tujuh tahun), menggambarkan status gizi masa balitanya. Masalah penggunaan indek TB/U pada masa balita, baik yang berkaitan dengan kesahlian pengukuran tinggi badan maupun ketelitian data umur. Masalah-masalah seperti ini akan lebih berkurang bila pengukuran dilakukan pada anak yang lebih tua karena pengukuran lebih mudah dilakukan dan penggunaan selang umur yang lebih panjang (setelah tahunan atau tahunan) memperkecil kemungkinan kesalahan data umur. Supariasa (2012)

d. Indeks Massa Tubuh Menurut (IMT/U)

Antropometri sebagai indikator status gizi dapat dilakukan dengan cara mengukur beberapa parameter. Parameter adalah ukuran tunggal dari tubuh manusia, antara lain: umur, berat badan, tinggi badan. Kombinasi antara beberapa parameter disebut indeks antropometri. Pengukuran IMT dapat dilakukan pada anak-anak, remaja maupun orang dewasa. Pada remaja pengukuran IMT sangat terkait dengan umurnya, karena dengan perubahan umur terjadi perubahan komposisi tubuh dan densitas tubuh, pada remaja digunakan indikator IMT/U.

Cara pengukuran IMT/U adalah:

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m}^2\text{)}}$$

**Tabel 2.1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi**

Indeks	Kategori Status Gizi	Ambang Batas (Z-Score)
Umur (IMT/U) anak usia 5 - 18 tahun	Gizi kurang (kurus)	-3 SD sd <-2 SD
	Gizi baik (normal)	2 SD sd +1 SD
	Gizi lebih (overweight)	+ 1 SD sd +2 SD
	Obesitas	> + 2 SD

Sumber : Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2020

#### 4. Makanan Jajanan

##### a. Pengertian



Makanan jajanan menurut *Food and agricultural organization* (FAO) adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah *junk food*, *fast food*, dan *street food* karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan (Nurul Iklima, 2017).

b. Jenis-Jenis Makanan Jajanan

Menurut Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang (BPOM RI, 2013) dibawah ini merupakan jenis-jenis Pangan Jajanan Anak Sekolah:

1) Makanan utama/sepinggan

Kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah “jajanan berat”. Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya mie ayam, bakso, bubur ayam, nasi goreng, soto, lontong, dan lainnya.

2) Camilan/snack

Camilan merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Camilan basah contohnya : gorengan, lemper, kue lapis, donat, agar-agar,

dan lainnya. Camilan kering contohnya : keripik, kerupuk, biskuit, kue kering, permen, dan lainnya.

### 3) Minuman

Minuman dibedakan menjadi minuman berkemasan dan disajikan didalam gelas. Contoh minuman kemasan : soda, teh, sari buah, susu, yogurt, dan lainnya. Contoh minuman yang disajikan didalam gelas seperti : air putih, es teh manis, teh hangat, es campur, jus buah, es krim, dan lainnya.

### 4) Jajanan Buah

Buah yang biasa menjadi jajanan anak sekolah yaitu buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas atau dipotong. Buah yang masih utuh seperti : buah manggis, buah jeruk. Buah yang sudah potong seperti : melon, semangka, pepaya, mangga, dan lainnya.

#### c. Akibat Jajan Tidak Sehat

- 1) Anak hanya banyak mengkonsumsi kalori yang berasal dari gula yang tinggi
- 2) Anak-anak mengkonsumsi bahan tambahan makanan yang sering digunakan pada makanan jajanan dalam jumlah berlebih atau bahkan bahan tambahan makanan tersebut tidak aman untuk dikonsumsi karena bukan diperuntukkan untuk dimakan

- 3) Anak akan mengkonsumsi makanan yang tercemar oleh mikroba yang menyebabkan kesehatan anak terganggu (Nirmala, 2012).

## **5. Pengetahuan**

### **a. Pengertian**

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau *open behavior* (Donsu, 2017). Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Panca indra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Notoatmodjo, 2014).

### **b. Pengetahuan Mengenai Makanan Jajanan**

Pengetahuan tentang kesehatan terkait erat dengan terbentuknya perilaku sehat seseorang. Salah satu perilaku sehat adalah perilaku dalam memilih makanan termasuk

memilih makanan jajanan. Pengetahuan mengenai makanan jajanan adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak-anak dan remaja sangat berpengaruh terhadap perilakunya dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup. Pengetahuan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah (Solihin, 2009).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan antara lain tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman dan sosial ekonomi. Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Informasi berkaitan dengan pengetahuan karena semakin banyak informasi yang diterima oleh seseorang, maka tingkat pengetahuan orang tersebut akan semakin luas. Budaya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena budaya membentuk tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan. Pengalaman merupakan sesuatu yang pernah dialami seseorang dan akan menambah

pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal. Tingkat sosial ekonomi mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Semakin tinggi tingkat sosial ekonomi akan menambah tingkat pengetahuan (Mubarak, 2012).

c. Pengukuran Pengetahuan

Menurut Arikunto (2010), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya. Adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi 2 jenis yaitu :

1) Pertanyaan subjektif

Penggunaan pertanyaan subjektif dengan jenis pertanyaan essay digunakan dengan penilaian yang melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap penilai dari waktu ke waktu.

2) Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda (*multiple choice*) betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat

dinilai secara pasti oleh penilai. Menurut Arikunto (2010) pengukuran tingkat pengetahuan dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu:

- a) Pengetahuan baik = 80-100%
- b) Pengetahuan kurang = <80%

## **6. Sikap**

### **a. Pengertian**

Sikap adalah reaksi responden yang masih tertutup terhadap suatu stimulasi atau objek. Sikap merupakan responden evaluatif berupa responden positif ataupun negatif. Notoatmodjo (2012)

### **b. Sikap Dalam Memilih Makanan Jajanan**

Sikap dalam memilih makanan jajanan merupakan penggabungan dari sesuatu yang dipelajari dan dilihat, misalnya melalui berbagai iklan dan media massa. Dalam hal ini pendidikan gizi sangat diperlukan karena dapat membentuk sikap mental dan perilaku positif terhadap gizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap pemilihan makanan jajanan adalah sikap dalam pemilihan makanan (Notoatmodjo, 2010)

### **c. Pengukuran Sikap**

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung ataupun tidak langsung. Pengukuran sikap secara langsung dilakukan dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan tentang stimulus atau objek yang bersangkutan, dapat juga dilakukan dengan cara memberikan pendapat menggunakan kata “setuju” atau “tidak setuju” terhadap pernyataan-pernyataan terhadap objek tertentu menggunakan skala Likert (Notoatmodjo,2010). Prosedur penaklasanaan dengan metode rating yan dijumlahkan didasari oleh 2 asumsi, yaitu :

- a) Setiap pernyataan sikap yang telah ditulis dapat disepakati sebagai pernyataan yang *favorable* atau pernyataan yang tidak *favorable*.
- b) Jawaban yang diberikan oleh individu yang mempunyai sikap positif harus diberikan bobot atau nilai yang lebih tinggi daripada jawaban yang diberikan oleh responden yang mempunyai pernyataan negatif

**Tabel 2.2. Pengukuran Sikap**

Sikap	Skor
Positif	$\geq$ mean
Negatif	$<$ mean

Notoatmodjo, 2010

## 7. Penelitian Terkait

Penelitian terkait dalam penelitian ini adalah :

a. Penelitian yang dilakukan oleh Devi Cahya Sukma, Ani Margawati tahun 2014 yaitu hubungan pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja di SMP Negeri 2 Brebes. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancang *cross sectional*. Pengambilan sampel sebanyak 66 anak dilakukan dengan *simple random sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara dengan kuesioner, dan perhitungan IMT berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan. Uji normalitas menggunakan Kolmogorof-Smirnov. Data berdistribusi tidak normal pengujian menggunakan uji korelasi *Chi-Square*. Hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 63 orang (95,5%), dan memiliki sikap yang baik sebanyak 57 orang (86,4%). Subyek dalam kategori non obesitas sebanyak 50 orang (75,8%), pre obesitas sebanyak 7 orang (10,6%), dan obesitas sebanyak 9 orang (13,6%). Uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja ( $p > 0,05$ ). Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja di SMP Negeri 2 Brebes.

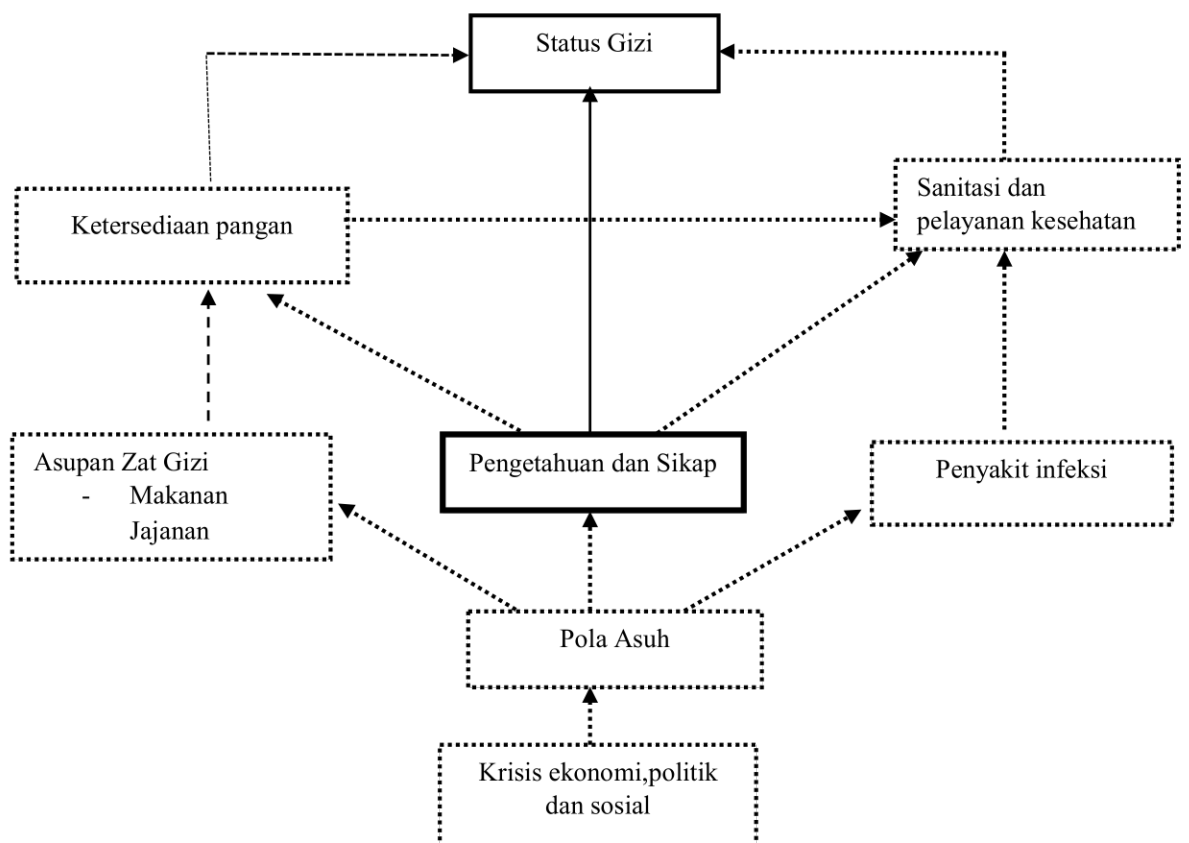


b. Penelitian yang dilakukan oleh Nuryani, Rahmawati tahun 2018 yaitu Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa Kabupaten Gorontalo. Jenis penelitian yang digunakan yaitu obesrvasion dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan sampel secara *total sampling* yakni 134 siswa. Penelitian dilakukan pada bulan April – Mei 2016 di Sekolah Dasar Negeri 11 Limboto, Kabupaten Gorontalo. Pengumpulan data meliputi pengukuran antropometri dan status gizi dilakukan dengan penimbangan berat badan dan tinggi badan. Data sosial ekonomi, perilaku jajan, konsumsi makanan utama dan kebiasaan sarapan menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data secara bivariat dengan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebanyak 50,7% siswa laki – laki dan 49,3% siswa perempuan. Sebanyak 64,9% siswa yang memiliki kebiasaan sarapan pagi, 17,9% siswa yang mempunyai kebiasaan mengonsumsi makanan utama  $\geq 3$  kali sehari dan 78,4% siswa memiliki kebiasaan jajan saat di sekolah. Terdapat 13,4% siswa dengan status gizi kurus, 67,9% dengan status gizi normal dan 18,7% dengan status gizi obesitas. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kebiasaan jajan ( $p = 0,030$ ), sementara kebiasaan sarapan dan frekuensi konsumsi makanan dengan  $p > 0,05$  menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan dengan status gizi. Kesimpulan penelitian ini adalah

perilaku jajan berhubungan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar.





## B. Kerangka Teori

Berdasarkan tinjauan pustaka yang diuraikan, maka kerangka teori penelitian sebagai berikut



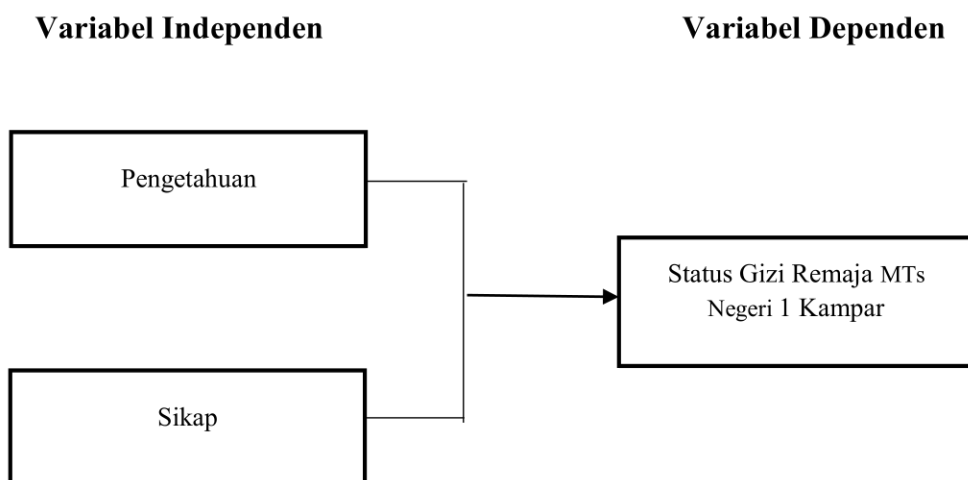
**Skema 2.1 Kerangka Teori Penyebab Masalah Gizi (sumber: *Word Bank* 2011, diadaptasi dari UNICEF 1990 dalam Kemenkes RI, 2012)**

Keterangan :

-  : variabel yang diteliti
-  : variabel yang tidak diteliti
-  : variabel yang dianalisa
-  : variabel yang tidak dianalisa

**C. Kerangka Konsep**

Berdasarkan tinjauan pustaka yang diuraikan, maka kerangka konsep penelitian sebagai berikut:



**Skema 2.2 Kerangka Konsep**

**D. Hipotesis**

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian, suatu pertanyaan asumsi tentang hubungan antara dua variabel atau lebih yang diharapkan bisa menjawab suatu pernyataan dalam penelitian (Nursalam, 2008).

Berdasarkan kerangka konsep, maka peneliti membuat hipotesis sebagai berikut

1. Ha : Terdapat hubungan pengetahuan jajanan dengan status gizi remaja di MTs Negeri 1 Kampar.
2. Ha : Terdapat hubungan sikap jajanan dengan status gizi remaja di MTs Negeri 1 Kampar.

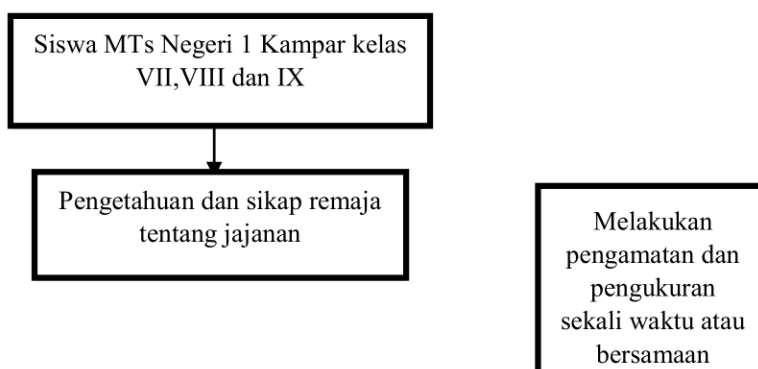
### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

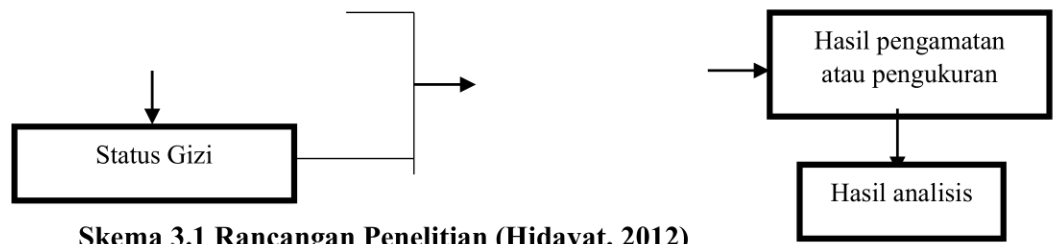
#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. *Cross sectional study* adalah pengukuran variabel bebas dan variabel terikat dalam waktu yang bersamaan (Hidayat, 2012).

#### **1. Rancangan Penelitian**

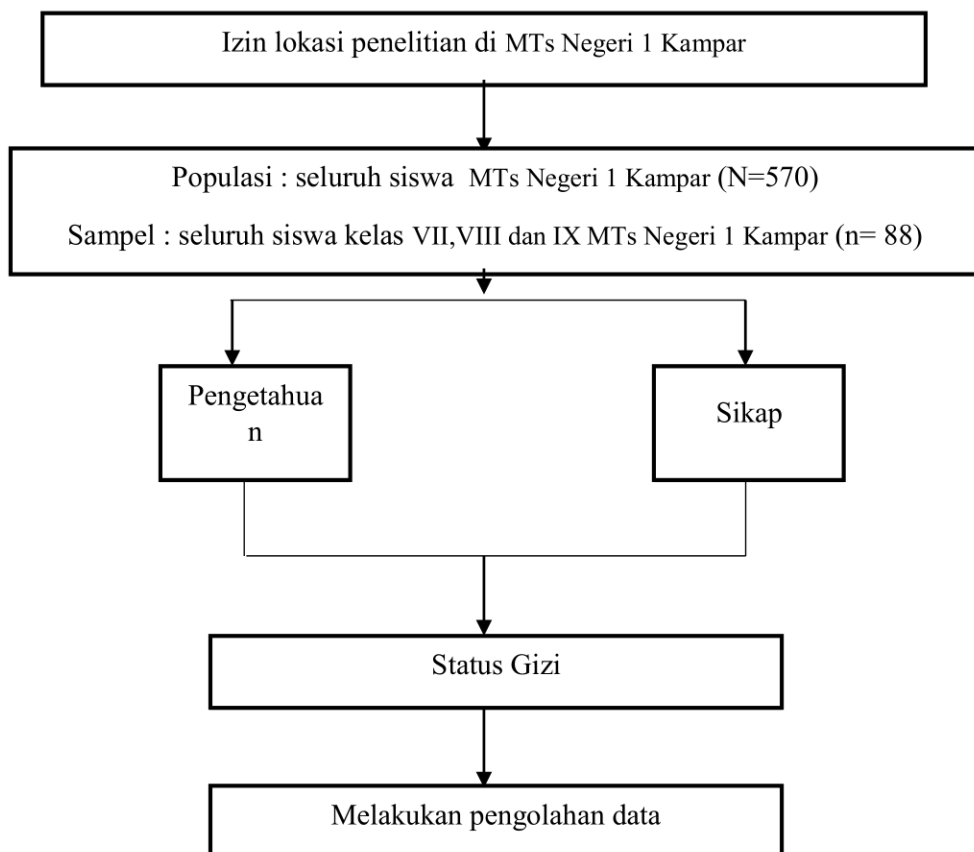
Rancangan penelitian adalah pedoman yang disusun secara sistematis dan logis. Rancangan penelitian dapat dilihat pada Skema 3.1 sebagai berikut:





## 2. Alur Penelitian

Penelitian ini menjelaskan tentang tahap yang dilakukan dalam penelitian. Adapun alur penelitian dapat disajikan pada Skema 3.2



### Skema 3.2 Alur Penelitian

#### 3. Prosedur Penelitian.

- a. Mengajukan surat izin penelitian ke MTs Negeri 1 Kampar
- b. Melakukan studi pendahuluan di MTs Negeri 1 Kampar
- c. Melakukan seminar proposal
- d. Setelah mendapatkan izin penelitian, kemudian mengajukan surat izin penelitian di MTs Negeri 1 Kampar.
- e. Izin sekolah untuk melakukan penelitian disekolah atau kerumah-rumah siswa
- f. Siswa diberikan penjelasan mengenai latar belakang penelitian dan *informed consent*.
- g. Menjelaskan tentang tata cara mengisi kuisisioner penelitian (pengetahuan dan sikap jajanan) pada responden.

- h. Menyiapkan alat penelitian yang merupakan timbangan dan microtois
- i. Mengelola dan menganalisis data yang diperoleh
- j. Menarik kesimpulan dari hasil penelitian

#### **4. Variabel Penelitian**

Variabel dari penelitian ini terdiri dari dua variabel yang diukur, yaitu:

- a. Variabel bebas (*Independent variabel*)

Variabel bebas yaitu variabel yang menjadi sebab timbulnya atau adanya variabel terikat (Sugiyono, 2011). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja tentang makanan jajanan.

- b. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat adanya variabel bebas (Sugiyono, 2011). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi.

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilakukan pada tanggal 6-11 Juli tahun 2020. Tempat penelitian di MTs Negeri 1 Kampar.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Hidayat, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MTs Negeri 1 Kampar dengan jumlah 570 siswa.

## 2. Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Hidayat, 2012). Kriteria sampel sebagai berikut:

Perhitungan :

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}{d^2(N-1) + Z^2 \cdot p \cdot (1-p)}$$

$$n = \frac{1,645 \cdot 570 \cdot 0,16 (1 - 0,16)}{0,05^2 \cdot (570 - 1) + 0,16 (1 - 0,16)}$$

$$n = \frac{126}{1,4225 + 0,1344}$$

$$n = \frac{126}{1,5569}$$

$$n = 80,93 \text{ siswa} = 81 \text{ siswa, ditambah drop out 10\%}$$

$$81 + 8,1 = 89,1 \rightarrow 90$$

Jadi total sampel adalah 90 siswa

$$kls 1 = 196 = \frac{196 \times 90}{570} = 30$$

$$kls 2 = 174 = \frac{174 \times 90}{570} = 27$$

$$kls 3 = 200 = \frac{200 \times 90}{570} = 31$$



Total sampel : 88 siswa

**a. Kriteria Sampel**

1) Kriteria Inklusi

- a) Siswa yang terdaftar di MTs Negeri 1 Kampar kelas VII, VIII dan IX
- b) Siswa bersedia menjadi responden/diwawancarai dan kooperatif.

2) Kriteria Eksklusi

- a. Siswa yang tidak bisa ditemui pada saat penelitian
- b. Siswa yang pindah saat penelitian

**D. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *cluster random sampling* yaitu teknik yang digunakan untuk menentukan sampel bila objek yang diteliti atau sumber data sangat luas. Maka pengambilan sampel nya berdasarkan daerah populasi yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012). Adapun alasan memilih seluruh siswa MTs Negeri 1 Kampar karena siswa masih belum bisa menghilangkan jajanan sembarangan dan kurangnya pengetahuan tentang bahaya jajan sembarangan.

**E. Etika Penelitian**

Masalah etika penelitian merupakan hal yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian yang dilakukan akan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan karena masalah mempunyai hak asasi dalam kegiatan penelitian. Etika dalam penelitian meliputi:

1. Lembaran persetujuan menjadi responden (*Informed Consent*)

Cara persetujuan antara peneliti dengan responden dengan memberikan lembar persetujuan (*informed consent*). *Informed consent* diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembaran persetujuan untuk menjadi responden.

2. Tanpa Nama (*Anonymity*)

Etika dalam penelitian dengan cara tidak memberikan nama responden pada lembar alat ukur hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data. Bertujuan untuk menjaga kerahasiaan responden.

3. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Etika dengan menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaan oleh peneliti.

## **F. Alat Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini pengumpulan data berupa status gizi siswa kelas VII, VIII dan IX dengan pengukuran antropometri (tinggi badan dan berat badan). Pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner yang sudah divalidasi berupa daftar pertanyaan yang akan digunakan untuk mengetahui karakteristik siswa meliputi nama, kelas, umur, jenis kelamin, BB, TB.

### **G. Prosedur Pengumpulan Data**

Data yang dapat dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder

#### **1. Data Primer**

Data primer meliputi pengetahuan, sikap tentang makanan jajanan dan status gizi. Status gizi siswa diperoleh dari pengukuran antropometri.

#### **2. Data Sekunder**

Data sekunder meliputi gambaran umum MTs Negeri 1 Kampar yang diperoleh dari staf administrasi MTs Negeri 1 Kampar.

### **H. Defenisi Operasional**

**Tabel 3.1 Defenisi Operasional**

No	Variabel	Defenisi Operasional	Skala Ukur	Alat Ukur	Parameter/Indikator penilaian
1	Pengetahuan jajanan	Suatu pemahaman siswa MTs Negeri 1 Kampar tentang jajana, jenis dan kandungan gizi	Ordinal	Kuesioner 10 pertanyaan	- 0 = Pengetahuan baik = 80-100% - 1 = Pengetahuan kurang = <80%

		seta akibat mengkonsumsi jajanan tersebut			(Arikunto 2010)
2	Sikap jajanan.	Tanggapan siswa MTs Negeri 1 Kampar terhadap keamanan dan gizi makanan maupun minuman di sekolah atau diluar sekolah	Ordinal	Kuesioner 10 pernyataan	- 0 = Positif = apabila mean $\geq 32$ - 1 = Negatif = apabila mean $< 32$ (Notoatmodjo 2010)
3	Status Gizi	Keadaan tubuh anak MTs Negeri 1 akibat konsumsi makanan yang dilihat dari hasil pengukuran berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan (cm)	Ordinal	Timbangan <i>Microtoice</i>	- 0 = Gizi kurang, Z-Score $< -3$ SD - 1 = Gizi baik, Z-Score $-2SD$ sd $+1SD$ - 2 = Gizi lebih, $+ 1$ SD sd $+2$ SD (Peraturn Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2020)

## I. Teknik Pengambilan Data

Pengolahan data dan analisa data dilakukan dengan beberapa tahapan meliputi *editing*, *tabulating* dan entri data. *Editing* merupakan pemeriksaan terhadap ketepatan pengisian, kelengkapan pengisian, konsistensi jawaban pada kuesioner yang telah terkumpul. *Coding* merupakan pemberian kode sebelum data dimasukkan ke komputer untuk dilakukan pengolahan lebih lanjut. *Tabulating* merupakan kegiatan memasukkan data-data hasil penelitian kedalam tabel-tabel sesuai kriteria. Selanjutnya dilakukan entri data untuk memastikan tidak ada kesalahan dalam memasukkan data. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program komputerisasi.

Data yang akan disajikan dalam bentuk deskriptif berupa karakteristik siswa (nama, usia, jenis kelamin, kelas). Data yang akan dikumpulkan dalam bentuk inferensia berupa hubungan pengetahuan dan sikap remaja tentang makanan jajanan dengan status gizi.

## **J. Analisis Data**

### **1. Analisis Univariat**

Analisis data univariat digunakan untuk menjabarkan secara deskriptif mengenai distribusi frekuensi dan proporsi masing-masing variabel yang diteliti, baik variabel bebas maupun variabel terikat (Sumantri, 2011). Analisis univariat dalam penelitian ini menghasilkan distribusi frekuensi variabel dependen yaitu status gizi pada siswa MTs 1 Kamar dan variabel independent yaitu pengetahuan dan sikap. Analisis univariat diperoleh dengan menggunakan program komputer serta penyajian analisa univariat menggunakan frekuensi dan persentase dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah skor seluruhnya

### **2. Analisis Bivariat**

Analisis dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisa ini digunakan untuk menguji

hipotesis dengan menentukan hubungan variabel bebas dan variabel terikat melalui uji statistik *Chi-Square* (Sumantri, 2011). Perhitungan uji *Chi-Square* menggunakan rumus berikut:

Keterangan:

$x^2$  = Chi Square

$f_0$  = Frekuensi yang diobservasi

$f_n$  = Frekuensi yang diharapkan

Analisis bivariat dilakukan dengan pengajian secara statistik. Hal ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen dan tingkat kepercayaan *Confidence Interval* (CI) 95% dan *alpha* ( $\alpha$ )=0,05 sebagai berikut:

- a. Bila *p value*  $\leq 0,05$ , berarti ada hubungan antara pengetahuan dan sikap jajan dengan status gizi remaja siswa MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020.
  - b. Bila *p value*  $> 0,05$ , berarti gagal ditolak dan tidak ada hubungan antara pengetahuan dan sikap jajan dengan status gizi remaja siswa MTs Negeri 1 Kampar tahun 2020.
3. Uji Validitas dan Reliabilitas
- a. Uji Validitas

Validitas menurut Sugiyono (2016) menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti untuk mencari validitas sebuah item, kita mengkorelasikan skor item dengan total item-item tersebut. Jika koefisien antara item dengan total item sama atau diatas 0,3 maka item tersebut dinyatakan valid, tetapi jika nilai korelasinya dibawah 0,3 maka item tersebut dinyatakan tidak valid.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama akan menghasilkan data yang sama ( Sugiyono, 2012 ). Uji reliabilitas kuesioner dalam penelitian digunakan metode split half item tersebut dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok item ganjil dan kelompok item genap. Kemudian masing-masing kelompok skor tiap itemnya dijumlahkan sehingga menghasilkan skor total. Apabila korelasi 0,7 maka dikatakan item tersebut memberikan tingkat reliabel yang cukup, sebaliknya apabila nilai korelasi dibawah 0,7 maka dikatakan item tersebut kurang reliabel.