

**KONTRIBUSI ENERGI MAKANAN JAJANAN TERHADAP  
KECUKUPAN ENERGI PADA SISWA REMAJA  
DI SMPN 4 LUBUK PAKAM**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**JELITA PERMATA SARI**

**P01031116026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III**

**2019**

**KONTRIBUSI ENERGI MAKANAN JAJANAN TERHADAP  
KECUKUPAN ENERGI PADA SISWA REMAJA  
DI SMPN 4 LUBUK PAKAM**

**Karya Tulis Ilmiah Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan  
Program Studi Diploma III Di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan  
Kemenkes Medan**



**JELITA PERMATA SARI**

**P01031116026**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III**

**2019**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : “Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap  
Kecukupan Energi Pada Siswa Remaja Di  
SMPN 4 Lubuk Pakam”

Nama Mahasiswa : Jelita Permata Sari

Nomor Induk Mahasiwa : P0103116026

Program Studi : Diploma III

Menyetujui :

Novriani Tariqan DCN, M.Kes  
Pembimbing Utama/Ketua Penguji

Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes  
Anggota Penguji

Rumida, SP, M.Kes  
Anggota Penguji

Mengetahui :

Ketua Jurusan,

Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes

NIP. 196403121987031003

Tanggal lulus : 29 Juli 2019

## ABSTRAK

### JELITA PERMATA SARI “KONTRIBUSI ENERGI MAKANAN JAJANAN TERHADAP KECUKUPAN ENERGI PADA SISWA REMAJA DI SMPN 4 LUBUK PAKAM” (DIBAWAH BIMBINGAN NOVRIANI TARIGAN)

Masa remaja merupakan masa peralihan diantara masa anak-anak menuju remaja. Masalah yang lebih besar lagi yaitu masalah gizi pada kelompok usia tertentu seperti pada usia remaja karena perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Pada umumnya anak yang berangkat sekolah lebih suka tidak sarapan pagi dan lebih memilih makan jajanan di sekolah. Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan tempat-tempat keramaian lainnya yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Makanan jajanan memiliki peranan penting dalam memberikan kontribusi tambahan untuk kecukupan gizi.

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan jenis makanan jajanan, tingkat kecukupan energi dan persentase sumbangan energi dari makanan jajanan pada siswa remaja SMPN 4 Lubuk Pakam.

Penelitian ini dilakukan di SMPN 4 Lubuk Pakam. Pengumpulan data dilakukan pada bulan April 2019. Jenis penelitian ini adalah *observasional* dengan rancangan *deskriptif*. Sampel pada penelitian ini adalah yang siswa remaja di SMPN 4 Lubuk Pakam berjumlah 82 orang.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa di SMPN 4 Lubuk Pakam lebih banyak mengkonsumsi makanan jajanan hal ini ditunjukkan dari 82 orang terdapat 69 orang yang dikategorikan mengkonsumsi makanan jajanan yang berlebih dengan total rata-rata 674,8 kkal memberikan kontribusi energi dari makanan jajanan sebanyak 30,3%.

Tingkat asupan energi makanan siswa terhadap makanan jajanan dapat dikategorikan berlebih hal ini ditunjukkan bahwa makanan jajanan dapat memberikan kontribusi energi sebanyak 30%, disarankan untuk orang tua agar dapat memberikan arahan kepada anak tentang makanan jajanan yang sehat

Kata kunci : Jajanan Sehat, Anak Remaja, Kecukupan Energi

## **ABSTRACT**

**JELITA PERMATA SARI "CONTRIBUTION OF SNACK ENERGY TO ENERGY ADEQUACY IN ADOLESCENT STUDENTS IN SMPN 4 LUBUK PAKAM" (CONSULTANT : NOVRIANI TARIGAN)**

Adolescence is a transition between childhood into adolescence. An even bigger problem is nutrition in certain age groups such as teenagers because of changes in lifestyle and eating habits. In general, children who go to school prefer not to eat breakfast and prefer to eat snacks at school. Street food is food and drinks prepared and sold by street vendors on the streets and other crowded places which are directly eaten or consumed without further processing or preparation. Food snacks have an important role in making additional contributions to nutritional adequacy.

The purpose of this study was to describe the types of snacks, the level of energy adequacy and percentage of energy contribution from snacks for teenagers at SMPN 4 Lubuk Pakam.

This research was conducted at SMPN 4 Lubuk Pakam. Data collection was conducted in April 2019. This type of research was observational with descriptive design. The sample in this study was adolescent students at SMPN 4 Lubuk Pakam amounted to 82 people.

From the results of the study showed that students at SMPN 4 Lubuk Pakam consume more snacks, it is shown that from 82 people there were 69 people who were categorized as consuming excess snacks with average total of 674.8 kcal contributing energy from 30 snacks, 3%

The level of energy intake of students' food to snacks can be categorized as excess.

Keywords: Healthy Snacks, Teenagers, Energy Adequacy

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“Kontribusi Energi Makanan Jajanan Terhadap Kecukupan Energi Pada Siswa Remaja SMPN 4 Lubuk Pakam”**.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Oslida Martony, SKM, M.Kes selaku ketua jurusan gizi.
2. Novriani Tarigan, DCN, M.Kes selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi dalam penulisan KTI ini .
3. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes dan Rumida, SP, M.Kes selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktu dengan penuh kesabaran serta meberikan arahan dan masukan kepada penulis dalam karya tulis ilmiah ini.
4. Kepala sekolah, guru dan staf SMPN 4 Lubuk Pakam yang telah bersedia menyediakan tempat untuk melakukan penelitian saya.
5. Kedua orang tua saya (E. Siburian dan L. Butar-Butar) serta kakak dan abang saya (Rida, Edi, Lilis, Mely) yang telah banyak memberikan dukungan dan motivasi serta doa yang tulus selama ini yang tidak dapat terbalaskan.
6. Teman-teman satu bimbingan (melva, desy, hafni, astari) yang telah membantu serta memberikan dukungan dan motivasi dalm penulisan KTI ini

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik dalam perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis

## DAFTAR ISI

|  | Halaman  |
|--|----------|
| HALAMAN PERSETUJUAN .....                        | iii      |
| ABSTRAK .....                                    | iv       |
| ABSTRACT.....                                    | v        |
| KATA PENGANTAR.....                              | vi       |
| DAFTAR ISI.....                                  | Vii      |
| DAFTAR TABEL.....                                | ix       |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                             | x        |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                    | <b>1</b> |
| A. Latar Belakang.....                           | 1        |
| B. Rumusan Masalah.....                          | 4        |
| C. Tujuan Penelitian.....                        | 4        |
| 1. Tujuan Umum .....                             | 4        |
| 2. Tujuan Khusus .....                           | 4        |
| D. Manfaat Penelitian.....                       | 5        |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>              | <b>6</b> |
| A. Makanan Jajanan .....                         | 6        |
| 1. Pengertian Makanan Jajanan .....              | 6        |
| 2. Jenis Makanan Jajanan .....                   | 7        |
| 3. Ciri-Ciri Makanan Jajanan .....               | 7        |
| 4. Keuntungan Dan Kerugian Jajan .....           | 7        |
| 5. Pengaruh Positif Dan Negatif Dari Jajan ..... | 7        |

|   |           |
|---|-----------|
|   | 8         |
| B. Anak Remaja .....                        | 9         |
| C. Pola Konsumsi Makanan.....               | 10        |
| D. Kecukupan Energi.....                    | 11        |
| E. Recall 24 jam .....                      | 12        |
| 1. Pengertian Recall 24 jam .....           | 12        |
| 2. Prosedur Pelaksanaan Recall 24 jam ..... | 13        |
| 3. Kelebihan Recall 24 jam .....            | 14        |
| 4. Kekurangan Recall 24 jam .....           | 14        |
| F. Kerangka Konsep .....                    | 15        |
| G. Defenisi Operasional .....               | 15        |
|   | 16        |
|   | 17        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>       | <b>18</b> |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....         | 18        |
| B. Jenis dan Rancangan Penelitian .....     | 18        |
| C. Populasi dan Sampel .....                | 18        |
| 1. Populasi .....                           | 18        |
| 2. Sampel .....                             | 18        |
|   | 18        |
| D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....    | 19        |
| E. Pengolahan dan Analisa Data.....         | 20        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>     | <b>23</b> |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....    | 23        |
| B. Karakteristik Responden .....            |           |

|  |           |
|--|-----------|
| C. Gambaran Jenis Makanan Jajanan.....         | 24        |
| D. Gambaran Tingkat Asupan Energi Jajanan..... | 28        |
| E. Gambaran Presentase Sumbangan Energi.....   | 31        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>         | <b>33</b> |
| A. Kesimpulan .....                            | 34        |
| B. Saran .....                                 | 34        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                     | <b>34</b> |
|  | 34        |
|  | 35        |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                    | <b>38</b> |

### DAFTAR TABEL

| No |  | Halaman |
|----|--|---------|
| 1  | Tabel 1 Angka Kecukupan Energi Usia 10-18 Tahun..... | 12      |
| 2  | Tabel 2 Definisi Operasional.....                    | 17      |

|    |  |    |
|----|--|----|
| 3  | Tabel 3 Distribusi Frekuensi Umur .....                      | 24 |
| 4  | Tabel 4 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....              | 24 |
| 5  | Tabel 5 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ayah.....             | 25 |
| 6  | Tabel 6 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu .....             | 25 |
| 7  | Tabel 7 Distribusi Frekuensi Pendidikan Ayah .....           | 26 |
| 8  | Tabel 8 Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu .....            | 26 |
| 9  | Tabel 9 Distribusi Frekuensi Suku.....                       | 27 |
| 10 | Tabel 10 Distribusi Frekuensi Jumlah Uang Jajan .....        | 28 |
| 11 | Tabel 11 Jenis dan Bahan Baku Makanan Jajanan .....          | 28 |
| 12 | Tabel 12 Jenis dan Rasa Makanan Jajanan.....                 | 29 |
| 13 | Tabel 13 Jenis dan Teknik Olah Makanan Jajanan.....          | 30 |
| 14 | Tabel 14 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Energi.....     | 31 |
| 15 | Tabel 15 Distribusi Frekuensi Persen Sumbangan Jajanan ..... | 31 |

## DAFTAR LAMPIRAN

| No | Halaman               |
|----|-----------------------|
| 1  | Master Tabel ..... 37 |

|    |  |    |
|----|--|----|
| 2  | Hasil SPSS .....                               | 44 |
| 3  | Informed Consent .....                         | 48 |
| 4  | Formulir Data Identitas Sampel .....           | 49 |
| 5  | Form Food Recall.... ..                        | 50 |
| 6  | Hasil Olahan NutriSurvey.....                  | 52 |
| 7  | Form Daftar Makanan Jajanan .....              | 54 |
| 8  | Dokumentasi.....                               | 56 |
| 9  | Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah Dasar ..... | 57 |
| 10 | Daftar Riwayat Hidup .....                     | 60 |
| 11 | Surat Pernyataan .....                         | 61 |
| 12 | Surat Izin Penelitian .....                    | 62 |
| 13 | Surat Bukti Melakukan Penelitian .....         | 63 |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sumber Daya Manusia (SDM) yang sehat dan berkualitas merupakan investasi berharga sebagai upaya pembangunan suatu bangsa. Anak-anak merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan modal pembangunan. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan agar dapat terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas kedepannya (Afni, 2017).

Masa remaja merupakan masa peralihan diantara masa anak-anak menuju remaja. World Health Organization (WHO) / United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF) (2005) membagi tiga smasa remaja yaitu Remaja awal (10-14 tahun), remaja pertengahan (14-17 tahun) dan remaja akhir (17-21 tahun). Negara Berkembang umumnya mempunyai masalah gizi kurang dimana 80% energi makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat berasal dari karbohidrat. Masalah yang lebih besar lagi yaitu masalah gizi pada kelompok usia tertentu seperti pada usia remaja. Umumnya kelompok usia remaja merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab salah satu diantaranya adalah perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja mempengaruhi asupan maupun kebutuhan zat gizinya (Sediaoetama, 2010). Selain itu pada remaja dibutuhkan energi yang cukup untuk melakukan aktivitas fisik yang beragam.

Pola asupan yang buruk akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal. Pada waktu anak menginjak usia remaja, kebiasaan makan disamping itu dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, kehidupan sosial dan kegiatan yang dilakukan diluar rumah (Fikawati, 2017). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2010, status gizi pada remaja umur 13-15 tahun menunjukkan 2,7% sangat kurus dan 7,4% kurus sedangkan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar

tahun 2013 menunjukkan 3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus. Meskipun demikian ternyata dari hasil Riset Kesehatan Dasar yang sama menunjukkan bahwa remaja yang memiliki status gizi sangat kurus dan kurus mengalami peningkatan.

Makanan jajanan umumnya digemari disekolah dan diperkirakan meningkat mengingat semakin terbatasnya anggota keluarga mengolah makanan sendiri, disamping itu juga terdapat faktor lain seperti karena makanan jajanan tersebut praktis, murah, serta cita rasa yang lebih menarik dan juga karena makanan jajanan merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan masyarakat itu sendiri (Judarwanto,2008).

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman 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. Anak mempunyai kebiasaan makan diantara waktu makan berupa makanan jajanan baik disekolah maupun diluar sekolah.

Pada umumnya anak yang berangkat sekolah lebih suka tidak sarapan pagi dan lebih memilih makan jajanan di sekolah. Hal ini dikarenakan para orangtua kurang memperhatikan kegiatan makan anaknya lagi ketika anak sudah beranjak remaja. Orangtua beranggapan bahwa anak tersebut sudah tau kapan ia harus makan dan disamping itu juga anak mulai memiliki banyak kegiatan diluar rumah sehingga sulit untuk mengawasi jenis makanan apa saja yang mereka konsumsi (Hasdianah,2014).

Banyaknya anak sekolah yang tidak sarapan tetapi lebih memilih jajan disekolah sehingga kecukupan energi anak tersebut tidak dapat tercukupi karena ketika jam istirahat tiba, anak memanfaatkan waktu untuk makan jajanan sebagai pengisi perut mereka yang sudah lapar (Fikawati, 2017). Kebiasaan jajan yang baik akan berdampak pada terpenuhinya kebutuhan gizi melalui asupan makanan yang dibeli pada saat jajan.

Makanan jajanan berperan penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi selama berada dalam lingkungan sekolah bahkan makanan jajanan merupakan makanan yang tidak dapat dipisahkan di sekolah. Makanan mereka umumnya kaya energi yang berasal dari karbohidrat dan lemak. Anak sekolah rata-rata memilih makanan jajanan dengan kandungan energy dan protein yang lebih rendah sehingga sumbangan energy dan protein dari makanan jajanan terhadap total konsumsi sehari masih rendah. Kandungan zat gizi pada makanan jajanan tergantung dari jenisnya. Besar kecilnya makanan jajanan akan memberikan kontribusi atau sumbangan zat gizi bagi status gizi seseorang (Sari,2004).

Makanan jajanan memberikan kontribusi zat gizi yang kecil bagi kecukupan energi anak. Sementara itu hasil penelitian Hapsari (2013) menunjukkan bahwa makanan jajanan anak ini memberikan rata-rata kontribusi energi sebesar 13,2%. Menurut Albiner Siagian menunjukkan bahwa makanan jajanan anak memberikan rata-rata kontribusi energi sebesar 36%. Menurut Ulya (2003) dalam syafitri menunjukkan bahwa makanan jajanan dapat memberikan kontribusi energi sebanyak 17,36 %. Kecukupan energi pada remaja menurut Angka Kecukupan Energi 2013 pada umur 13-15 tahun menurut jenis kelaminnya yaitu laki-laki 2475 kkal dan perempuan 2125 kkal.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 4 Lubuk Pakam merupakan salah satu sekolah yang menyandang gelar sekolah Adiwiyata yaitu sekolah yang peduli akan lingkungan sehat, bersih dan indah. SMP Negeri 4 merupakan salah satu sekolah yang memiliki penjualan makanan yang cukup banyak sehingga siswanya lebih banyak makan jajanan disekolah dari pada membawa bekal dari rumahnya sendiri.

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 4 terdapat kantin sekolah yang merupan penjual tetap berada didalam sekolah dan berbentuk bangunan warung sedangkan terdapat juga beberapa penjual yang berada disekitar sekolah yaitu penjual makanan jajanan yang tidak tetap karena hanya datang pada waktu jam sekolah sudah pulang .Kantin yang terdapat di sekolah ini merupakan kantin yang sudah bebas dari

bahan pengental, pengawet, penyedap, pewarna, pemanis. Meskipun demikian ada juga terdapat penjual makanan jajanan diluar sekolah sehingga siswa membeli pada waktu sekolah maupun diwaktu luar sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar kontribusi dari makanan jajanan tersebut terhadap kecukupan energi siswa remaja SMP berdasarkan AKG.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam, pada waktu jam istirahat siswa berlomba-lomba membeli makanan jajanan sekitar 60% sehingga dalam 20 menit makanan jajanan yang dijual dapat habis terjual. SMP Negeri 4 Lubuk Pakam tidak memperbolehkan siswanya untuk membeli makanan jajanan pada saat jam istirahat sehingga siswa hanya boleh membeli jajanan yang berada disekitar luar sekolah pada saat jam sekolah sudah selesai. Banyaknya jenis makanan yang diujakan tersebut memungkinkan dapat memberikan sumbangan energi yang cukup besar bagi anak sekolah.

Berdasarkan hal-hal tersebut, peneliti tertarik meneliti kontribusi makanan jajanan terhadap kecukupan energi pada siswa remaja di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah kontribusi energi makanan jajanan terhadap kecukupan energi pada siswa remaja di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui kontribusi energi makanan jajanan terhadap kecukupan energi pada siswa remaja di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan jenis makanan jajanan yang ada dijual di kantin sekolah SMP 4 Lubuk Pakam
- b. Menilai tingkat asupan energi pada siswa remaja SMP Negeri 4 Lubuk Pakam yang berasal dari makanan jajanan

- c. Menganalisis presentase sumbangan energi makanan jajanan pada siswa remaja SMP Negeri 4 Lubuk Pakam terhadap kecukupan energi

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Sebagai informasi bagi siswa remaja SMP Negeri 4 Lubuk Pakam mengenai kontribusi energi makanan jajanan terhadap kecukupan energi pada siswa remaja SMP Negeri 4 Lubuk Pakam.
2. Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah untuk mengawasi apakah makanan jajanan di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam sudah berkontribusi terhadap kecukupan energi pada siswa remaja.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Makanan Jajanan**

##### **1. Pengertian Makanan Jajanan**

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) jajanan berarti kudapan atau panganan yang dijajakan. Menurut Food And Agriculture Organization (FAO) jajanan atau dikenal dengan street food didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan atau dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan ditempat-tempat keramaian umum lain yang dapat langsung dimakan atau langsung dikonsumsi (Febry,2010).

Makanan jajanan merupakan 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.

Menurut Irianto tahun 2007 makana jajanan adalah makanan yang banyak ditemukan di pinggir jalan yang dijajakan dalam bentuk , warna, rasa maupun ukuran sehingga dapat menarik minat dan perhatian orang untuk membelinya.

Makanan jajanan sekolah merupakan salah satu masalah yang perlu diperhatikan karna makanan jajanan di sekolah sangat beresiko terhadap pencemaran biologi maupun kimiawi yang merupakan sebab terjadinya gangguan kesehatan. Menurut Suci tahun 2009 masih banyak makanan jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dan berpotensi menyebabkan keracunan.

Menurut Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/ Menkes/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan ditempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan dan hotel.

Makanan jajanan merupakan segala jenis pangan dan minuman yang dijual diluar rumah atau pedagang kaki lima yang siap saji/ santap dan dapat langsung dimakan dari bahan pembuatannya makanan tidak dicampur dengan bahan makanan kimia dan dapat dikemas dengan baik.

## **2. Jenis Makanan Jajanan**

Menurut astariwati jenis - jenis makanan jajanan sebagai berikut :

a. Makanan jajanan yang berbentuk panganan

Contoh : Pisang goreng, putu, Kue bugis

b. Makanan jajanan yang diporsikan atau menu utama

Contoh : Pecal, mie bakso , nasi goreng

c. Makanan jajanan yang berbentuk minuman

Contoh : Jus buah

## **3. Ciri-Ciri Makanan Jajanan Yang Sehat**

Tujuan makan adalah supaya tubuh menjadi sehat namun disisi lain makan juga dapat menjadi salah satu sumber penyakit. Menurut Damanik tahun 2009 sebaiknya pilihlah makanan jajanan yang sehat yaitu makanan jajanan yang segar, bersih dan aman dari cemaran bahan mikroorganisme, kimia dan fisik.

## **4. Keuntungan dan Kerugian Makanan Jajanan**

Menurut Khomsan tahun 2010 pada umumnya anak lebih menyukai jajan di warung maupun kantin sekolah daripada makanan yang tersedia dirumah. Kebiasaan jajan sebenarnya memiliki beberapa manfaat atau keuntungan antara lain:

a. Merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan energi karena aktivitas fisik di sekolah yang tinggi terutama bagi anak yang tidak makan dari rumah.

b. Pengenalan berbagai jenis makanan jajanan ynag menumbuhkan kebiasaan keanekaragaman sejak kecil.

c. Memberikan perasaan meningkatnya gengsi anak di mata teman sebayanya

Menurut Irianto (2007) jajan tidak hanya memiliki keuntungan namun jajan yang terlalu sering dan menjadi kebiasaan akan berakibat negatif atau kerugian, antara lain:

- a. Nafsu makan menurun
- b. Makanan yang tidak higienis akan menimbulkan berbagai penyakit.
- c. Salah satu penyebab terjadinya obesitas pada anak.
- d. Kurang gizi sebab kandungan gizi pada jajanan belum tentu terjamin.
- e. Pemborosan

## **5. Pengaruh Positif dan Negatif Dari Makanan Jajanan**

### **A. Pengaruh Positif Dari Makanan Jajanan**

Melalui makanan jajanan anak bisa mengenal beragam makanan yang ada sehingga membantu seorang anak untuk membentuk selera makan yang beragam sehingga saat dewasa dia dapat menikmati aneka ragam makanan (Khomsan,2003). Sedangkan menurut Irianto, P (2007) pada umumnya anak-anak lebih menyukai jajanan diwarung maupun dikantin sekolah dari pada makanan yang tersedia di rumah.

Manfaat/keuntungan dari kebiasaan jajanan anak yaitu :

1. Sebagai memenuhi kebutuhan energi
2. Mengenalkan keanekaragaman jenis makanan
3. Meningkatkan gengsi diantara teman

### **B. Pengaruh Negatif Dari Makanan Jajanan**

Makanan jajanan beresiko terhadap kesehatan karena penanganannya sering tidak higienis yang memungkinkan makanan jajanan terkontaminasi oleh mikroba beracun maupun penggunaan Bahan Tambah Pangan (BTP) yang tidak diizinkan (Mudjajanto,2006).

Makanan jajanan mengandung banyak resiko, debu-debu dan alat yang hinggap pada makanan yang tidak ditutupi dapat menyebabkan penyakit terutama pada sistem pencernaan kita. Belum lagi bila persediaan air terbatas, maka alat-alat yang digunakan seperti sendok, garpu, gelas dan piring tidak dicuci dengan bersih. Hal ini sering membuat orang yang mengkonsumsinya dapat terserang penyakit seperti tifus, disentri.

## **B. Anak Remaja**

Remaja merupakan aset bangsa untuk terciptanya generasi mendatang yang baik. Masa remaja atau *adolescence* adalah waktu terjadinya perubahan-perubahan yang berlangsungnya cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial atau tingkah laku.

Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja. Pada masa remaja banyak perubahan yang terjadinya karena bertambahnya masa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh juga terjadinya hormon. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak menuju ke masa remaja dan disertai dengan perkembangan semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa (Adriani, 2014). World Health Organization (WHO) / United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF) (2005) membagi tiga masa remaja yaitu :

### a. Remaja awal (*early adolescence*)

Usia masa remaja awal antara 10-14 tahun. Karakter remaja pada masa ini adalah suka membandingkan diri dengan orang lain, sangat mudah terpengaruh oleh teman sebaya dan lebih senang bergaul dengan teman sejenisnya.

### b. Remaja pertengahan (*middle adolescence*)

Usia masa remaja tengah antara 14-17 tahun. Masa remaja ini lebih nyaman dengan keadaan sendiri, suka berdiskusi, mulai berteman dengan lawan jenis dan mengembangkan rencana masa depan.

c. Remaja akhir (*late adolescence*).

Usia masa remaja akhir antara 17-21 tahun. Mulai memisahkan diri dari keluarga, bersifat keras tetapi tidak berontak. Masa remaja ahir menganggap teman sebaya tidak penting, berteman dengan lawan jenis secara dekat dan lebih fokus pada rencana karir masa depan.

Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang cepat disertai perubahan fisiologis dan mental, sehingga dibutuhkan gizi yang tepat meliputi jumlah, jenis makanan dan frekuensinya. Kebutuhan gizi berhubungan erat dengan masa pertumbuhan, jika supan gizi terpenuhi maka pertumbuhan akan optiml. Remaja membutuhkan energi, protein, vitamin serta mineral lebih banyak dari orang dewasa karena diperlukan untuk membentuk jaringan.

Penentuan kebutuhan akan zat gizi remaja secara umum didasarkan recommended daily allowances (RDA). Untuk praktisnya RDA disusun berdasarkan perkembangan kronologis, bukan kematangan. Karena itu jika konsumsi energi remaja kurang dari yang dianjurkan, tidak berarti kebutuhannya tidak tercukupi (Adriani, 2014).

### **C. Pola Konsumsi Makanan**

Keadaan kesehatan gizi tergantung dari tingkat asupan makanan. Asupan makanan ditentukan oleh kualitas mhidangan. Jika susunan hidangannya memenuhi kebutuhan tubuh, baik dari kualitas maupun kuantitas maka tubuh akan mendapatkan kondisi kesehatan gizi yang baik. (Susanti, 2012).

Pola konsumsi makanan adalah kebiasaan makanan yang meliputi jumlah, frekuensi dan jenis atau macam makanan. Penentuan pola konsumsi makan harus diperhatikan nilai gizi makanan dan kecukupan zat gizi yang dianjurkan. Jumlah bahan makanan yang dikonsumsi juga menjamin tercukupnya kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh. Besar kecilnya konsumsi kalori atau energi

selama masa pertumbuhan awal yaitu sewaktu sel-sel berbagai alat tubuh yang sedang giat-giatnya melakukan pembelahan sel tersebut akibatnya suatu alat tubuh dapat mempunyai sel-sel lebih sedikit atau lebih banyak dari pada yang diharapkan terjadi secara normal.

Menurut Aulia(2012) faktor yang mempengaruhi Konsumsi Jajan adalah faktor eksternal dan internal. Faktor internal merupakan segala sesuatu yang dimiliki seseorang. Faktor internal dapat mempengaruhi perilaku tetapi faktor ini dapat dikontrol oleh orang tersebut. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar dan dapat mempengaruhi kebiasaan jajan pada remaja.

Asupan zat gizi merupakan jumlah total zat-zat gizi yang dikonsumsi selama sehari. Zat gizi yang dibahas dalam penelitian ini merupakan asupan energi. Kebutuhan energi remaja ditentukan oleh Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2013.

#### **D. Kecukupan Energi**

Manusia membutuhkan energi untuk bergerak dan melakukan aktivitas, energi merupakan kebutuhan utama manusia. Dengan memiliki energi, manusia bisa melakukan berbagai aktivitas mulai dari aktivitas ringan sampai aktivitas berat. Kalori adalah satuan ukur untuk menyatakan nilai energi (Angga,2015). Pengertian lain tentang kalori yaitu satuan panas yang didapat tubuh manusia sebagai hasil pembakaran dari karbohidrat, lemak dan protein dalam tubuh (Dwi Asih & Festiana, 2010).

Energi merupakan salah satu dari metabolisme karbohidrat, protein dan lemak. Berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, pengaturan suhu, dan kegiatan fisik. Faktor yang perlu diperhatikan untuk menentukan energi remaja adalah aktifitas fisik, serta olahraga (Adriani, 2014).

Pada umumnya kalori digunakan untuk menunjukkan jumlah energi yang terkandung dalam makanan. Dalam ilmu gizi, 1 kalori mempunyai pengertian 1 Kilo kalori (Kkal) atau 1000 gram kalori.

Tubuh membutuhkan energi (yang disebut kalori) dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kalori dapat diperoleh dari asupan nutrisi yang mengandung nutrisi, seperti karbohidrat, lemak dan protein.

Sumber energi terdapat dalam bahan makanan adalah karbohidrat, lemak dan protein. 1 gr karbohidrat menghasilkan 4 kkal, 1 gr protein menghasilkan 4 kkal dan 1 gr lemak menghasilkan 9 kkal. Ketiga zat gizi tersebut termasuk dalam jenis zat gizi mikronutrien (Adriani, 2014).

Rata-rata kecukupan energi untuk remaja bagi penduduk Indonesia tahun 2013 menganjurkan asupan energi untuk remaja laki-laki sebesar 2475 kkal sedangkan asupan energi untuk perempuan sebesar 2125 kkal. Sedemikian besarnya kegunaan AKG sehingga telah ditetapkan peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan bagi bangsa Indonesia (Kemenkes, 2013).

Menurut Permen Kesehatan RI No. 73 Th 2013 Pasal 1, Angka Kecukupan Gizi atau AKG adalah suatu kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktifitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. AKG atau Recommended Dietary Allowances (RDA) yang digunakan bagi Indonesia adalah AKG hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) yang disempurnakan setiap lima tahun dari AKG sebelumnya berdasarkan penemuan mutakhir tentang kecukupan gizi, perkembangan pola konsumsi pangan, perkembangan ukuran tubuh (berat badan dan tinggi badan) dan masalah gizi yang dihadapi (Liswanti Yusuf dkk, 2008:130).

**Tabel 1 Angka Kecukupan Energi Berdasarkan AKG 2013**

| No | Umur        | Laki-Laki<br>(kkal) | Perempuan<br>(kkal) |
|----|-------------|---------------------|---------------------|
| 1  | 10-12 tahun | 2100                | 2000                |
| 2  | 13-15 tahun | 2475                | 2125                |
| 3  | 16-18 tahun | 2675                | 2125                |

## **E. Pengukuran Konsumsi Pangan Dengan Metode Food Recall 24 Jam**

### **1. Definisi Metode Food Recall 24 Jam**

Pengukuran konsumsi pangan adalah salah satu metode yang digunakan dalam penentuan status gizi seseorang atau masyarakat secara tidak langsung. *Food recall 24 jam* digunakan untuk memperkirakan jumlah makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang selama sehari sebelum wawancara dilakukan. Biasanya dimulai sejak bangun pagi kemarin sampai istirahat tidur malam hari, atau dapat dimulai dari waktu saat dilakukan wawancara mundur ke belakang sampai 24 jam penuh.

Data yang diperoleh dari metode ini lebih bersifat kualitatif sehingga apabila ingin memperoleh data kuantitatif maka jumlah konsumsi makanan dinyatakan dengan Ukuran Rumah Tangga (URT) seperti: sendok, gelas, piring, dan lain-lain. *Food Recall 24 jam* sebaiknya dilakukan dalam 3 hari tidak berturut-turut (Supriasa, 2016). Selain itu, diperlukan penimbangan dengan hari yang berbeda, jadwal yang berbeda dan menu yang berbeda untuk memvalidasikan data dalam penentuan status gizi seseorang.

### **2. Prosedur Metode *Food Recall 24 Jam***

Langkah-langkah melakukan food recall 24 jam (Sirajuddin, et al. 2014) yaitu:

- a. Melakukan *facing* dengan sampel yang bertujuan untuk mengenal sampel lebih dekat. Dengan mengajukan salam perkenalan dan memulai percakapan tentang siapa pewawancara dan menjelaskan maksud melakukan recall tersebut kepada sampel
- b. Tanyakan waktu makan sampel mulai dari bangun tidur dipagi hari kemarin hingga menjelang tidur dimalam hari
- c. Setelah sampel selesai menyebutkan waktu makannya kemarin dalam sehari, tanyakan menu makanan atau minuman apa saja yang dikonsumsi. Biarkan sampel bercerita tentang makanan dan

minuman yang telah ia konsumsi kemarin dalam sehari.  
(pewawancara mencatat apa yang disebutkan sampel)

- d. Melakukan *review*, yaitu pewawancara mengulang kembali apa yang telah disebutkan sampel tentang menu makanan dan minuman yang telah dikonsumsi kemarin dalam sehari. Hal ini dilakukan untuk memastikan apakah sudah sesuai dengan yang diucapkan sampel dengan yang dicatat pewawancara dan juga untuk memastikan apakah sampel ada melupakan sesuatu menu yang dikonsumsi kemarin
- e. Tanyakan bahan apa saja yang terdapat dalam menu tersebut. Biarkan sampel bercerita hingga selesai. Jika sampel tidak mengetahui bahannya, maka pewawancara membantu memberikan referensi lokal tentang komposisi makanan dan resep makanan
- f. Lakukan *review* lagi untuk mendapatkan hasil yang maksimal
- g. Jika semua bahan makanan telah dicatat, tanyak berat makanan dengan pendekatan URT. Pewawancara menggunakan *food photograph* dan *food utensil*. Lakukan persamaan persepsi tentang ukuran porsi
- h. Jika semua berat makanan (gram) telah dicatat, selanjutnya tanyakan kepada sampel apakah ia mengkonsumsi suplemen
- i. Lakukan *review* dari awal hingga akhir agar hasilnya sesuai
- j. Jika sudah selesai, sampaikan salam dan ucapan terimakasih
- k. Menganalisis bahan makanan ke dalam zat gizi dengan menggunakan program Nutrisurvey.

### **3. Kelebihan Metode *Food Recall 24 Jam* :**

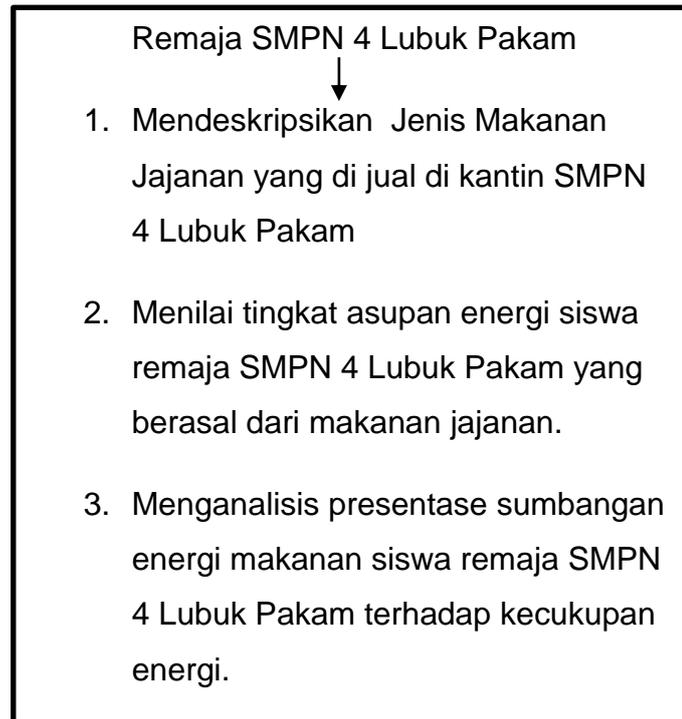
- a. Mudah dilaksanakan serta tidak terlalu membebani responden
- b. Biaya relatif murah, karena tidak memerlukan peralatan khusus dan tempat yang luas untuk wawancara
- c. Cepat, sehingga dapat mencakup banyak responden
- d. Dapat digunakan untuk responden yang buta huruf

- e. Dapat memberikan gambaran nyata yang benar-benar dikonsumsi individu sehingga dapat dihitung intake zat gizi sehari (Supriasa, 2016).

**4. Kekurangan Metode *Food Recall* 24 Jam :**

- a. Tidak dapat menggambarkan asupan makanan sehari-hari, bila hanya dilakukan *recall* satu hari
- b. Ketepatannya sangat tergantung pada daya ingat responden
- c. *The flat slope syndrome*, yaitu kecenderungan bagi responden yang kurus untuk melaporkan konsumsinya lebih banyak (*over estimate*) dan bagi responden yang gemuk cenderung melaporkan lebih sedikit (*under estimate*)
- d. Membutuhkan tenaga atau petugas yang terlatih dan terampil dalam menggunakan alat-alat bantu URT dan ketepatan alat bantu yang dipakai menurut kebiasaan masyarakat.
- e. Responden harus diberikan motivasi dan penjelasan tentang tujuan dari penelitian
- f. Untuk mendapatkan gambaran konsumsi makanan sehari-hari, *recall* jangan dilakukan pada saat panen, hari pasar, hari akhir pekan, selamatan, dan lain lain (Supriasa, 2016).

## F. Kerangka Konsep



## G. Defenisi Operasional

Tabel 2 Definisi Operasional

| Variabel                             | Definisi Operasional  | Skala Ukur |
|--------------------------------------|---|------------|
| Makanan Jajanan                      | Makanan Jajanan adalah makanan yang dipersiapkan atau dijual oleh pedagang kantin sekolah yang dapat langsung dimakan atau langsung dikonsumsi. Makanan yang ada pada SMPN 4 terdapat bakso goreng, mie dan minuman buah. Dari Semua makanan dan minuman yang diujikan dimana makanan bebas dari bahan 3P karena sekolah tersebut merupakan sekolah adiwiyata.              | Ordinal    |
| Asupan Energi Makanan Jajanan        | Energi yang di asup remaja SMPN 4 yang berasal dari konsumsi makanan jajanan yang dibeli dari pedagang di kantin sekolah atau diluar sekolah dikumpulkan dengan cara teknik wawancara langsung kepada responden dengan menggunakan form food recal 24 jam kemudian di entry kedalam program nutrisurvey.  | Ordinal    |
| Presentase Sumbangan Makanan Jajanan | Sumbangan Makanan jajanan merupakan sumbangan energi dari makanan jajanan dibandingkan dengan konsumsi energi berdasarkan AKG kemudian di presentasikan. Pengukuran presentase dilakukan dengan menganalisis presentase from recal 24 jam yang sudah diitung kemudian dimasukkan ke dalam program nutrisurvey dibandingkan dengan tingkat kecukupan energi berdasarkan AKG. | Ordinal    |

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Lubuk Pakam. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan April 2019.

### B. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif.

### C. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa remaja SMPN 4 Lubuk Pakam dengan jumlah siswa sebanyak 465 orang.

#### 2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah bagian dari populasi yaitu siswa kelas 1 SMP Negeri 4 Lubuk Pakam. Penentuan sampel dilakukan dengan *random sampling*.

Menurut Saryono, 2013 Jumlah sampel dihitung rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n : Jumlah anggota sampel

N : Jumlah populasi

e : Tingkat kesalahan 10%

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$
$$n = \frac{465}{1 + 465(10\%)^2}$$

$$n = \frac{465}{1 + 465 (0,01)}$$

$$n = \frac{465}{5,65}$$

$$n = 82,3 \text{ orang}$$

Dari hasil perhitungan diperoleh sampel (n) yang diperoleh sebanyak 82 orang siswa SMP Negeri 4 Lubuk Pakam

#### **D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh 4 enumerator, yaitu Mahasiswa D-III Semester V Jurusan Gizi, Lubuk Pakam.

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

Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung dari objek penelitian yaitu siswa remaja SMP Negeri 4 Lubuk Pakam. Data dikumpul melalui wawancara dengan mengisi form yang sudah disediakan dan observasi langsung ke lokasi penelitian.

Data primer meliputi:

##### **a. Data identitas**

Data identitas siswa meliputi nama, jenis kelamin, umur, alamat responden, pekerjaan ayah dan ibu, pendidikan ayah dan ibu, jumlah uang jajan perhari yang diperoleh dari wawancara secara langsung dengan mengisi form identitas.

##### **b. Data konsumsi makanan**

Data konsumsi makanan yang dikumpulkan dengan cara wawancara metode food recall 24 jam selama 2 hari tidak berturut-turut dengan menggunakan alat bantu form food recall 24 jam.

Langkah-langkah melakukan food recall 24 jam (Sirajuddin,2014) yaitu:

1. Melakukan *facing* ( tatap muka)dengan responden
2. Menanyakan waktu makan responden mulai dari bangun tidur di pagi hari hingga menjelang tidur dimalam hari
3. Setelah responden selesai menyebutkan waktu makan kemarin, tanyakan menu makanan atau minuman apa yang dikonsumsi. Biarkan responden bercerita tentang makanan dan minuman yang telah ia konsumsi kemarin dalam sehari. (pewawancara mencatat apa yang disebutkan responden)
4. Melakukan *review*, yaitu pewawancara mengulang kembali apa yang telah disebutkan reponden tentang menu makanan atau minuman yang telah di konsumsi kemarin dalam sehari.
5. Menanyakan bahan dari menu makanan dan minuman yang dikonsumsi kemarin. Biarkan responden bercerita hingga selesai.
6. Apabila tidak mengetahui bahannya, maka pewawancara membantu dengan memberikan referensi lokal tentang komposisi makanan dan resep makanan.
7. Melakukan *review* kembali untuk mendapatkan hasil yang maksimal.
8. Jika semua bahan makanan telah dicatat, tanyakan berat makanan dan minuman dengan pendekatan ukuran rumah tangga (URT). Pewawancara menggunakan food *photograph*. Lakukan persamaan persepsi tentang ukuran porsi.
9. Jika semua bahan makanan (gram) telah dicatat, selanjutnya tanyakan kepada responden apakah ia mengkonsumsi suplemen.
10. Lakukan *review* dari awal hingga akhirnya agar hasilnya sesuai.
11. Jika sudah selesai, sampaikan salam dan ucapan terimakasih.
12. Menganalisis bahan makanan ke dalam zat gizi dengan menggunakan program Nutrisurvey.

## E. Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Pengolahan data

#### A. Jenis Makanan Jajanan

Mendesripsikan jenis makanan jajanan yang dikonsumsi siswa remaja SMPN 4 Lubuk Pakam yang dilakukan dengan cara observasi dan wawancara kepada responden tentang teknik olah yang digunakan dalam pembuatan makanan serta rasa dari makanan jajanan tersebut.

#### B. Pengukuran Tingkat Kecukupan Energi

Setelah wawancara food recall 24 jam selesai, tingkat kecukupan energi akan dihitung dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Data yang sudah terkumpul diperbaiki dan diperiksa agar tidak terjadi kesalahan.
2. Hasil data yang sudah diperiksa kemudian di entry kedalam program nutrysurvey sehingga diketahui asupan energi dari makanan jajanan.
3. Menghitung total energi seluruh makanan yang sudah diperoleh dari program nutrysurvey. Pada tahap ini dilakukan dengan cara menjumlahkan total energi dari hasil recall 2 hari tidak berturut-turut.
4. Menghitung rata-rata energi yang didapat dari hasil wawancara food recall 24 jam.
5. Setelah semua selesai hasil tersebut dibandingkan dengan AKG 2013 sesuai kebutuhan energi siswa remaja tersebut.
6. Sebelum dibandingkan ke dalam AKG terlebih dahulu dicari AKG individu dengan rumus:

$$\text{AKG Individu} = \frac{\text{BB aktual}}{\text{BB standar AKG 2013}} \times \text{Energi standar AKG 2013}$$

7. Kemudian dibandingkan ke dalam AKG dengan rumus:

$$\text{TK} = \frac{K}{Kc} \times 100\%$$

Keterangan:

TK = Tingkat Kecukupan

K = Konsumsi

Kc = Kecukupan yang dianjurkan

8. Tingkat konsumsi di berikan sesuai kategori (WNPG,2004)

a. Baik : 80-100% AKG

b. Kurang : <80% AKG

c. Lebih : >110% AKG

### **C. Sumbangan Makanan Jajanan**

Data hasil food recall 24 jam yang dilakukan sebanyak 2 kali tidak berturut-turut yang telah dikumpulkan di entry kedalam program nutrisurvey. Hasil asupan energi yang diperoleh dari program nutrisurvey dijumlahkan lalu dirata-ratakan sehingga didapat nilai rata-rata asupan energi dari makanan jajanan yang dikonsumsi. Kemudian hasil dari nutrisurvey dinilai dalam bentuk presentase dengan cara dibandingkan dengan total asupan energi melalui Angka Kecukupan Gizi (AKG) dikalikan 100% untuk mengetahui presentase besar sumbangan makanan jajanan tersebut.

## **2. Analisis data**

a. Analisis Univariat

Menggambarkan presentase dan rata-rata masing-masing variabel yaitu umur, jenis kelamin, kategori jenis makanan jajanan, kategori tingkat asupan energi dari makanan jajanan dan presentase sumbangan dari makanan jajanan.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMP Negeri 4 Lubuk Pakam merupakan salah satu SMP Negeri yang ada di Lubuk Pakam yang berlokasi di Jalan Pantai Labu Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara yang berdiri sejak Tahun 2009 dan beroperasi dari Tahun 2009/2010. SMP Negeri 4 Lubuk Pakam memiliki Nomor Statistik Sekolah 201070116002 yang memiliki luas tanah 6,710 M<sup>2</sup>. Data ruang kelas SMPN 4 Lubuk Pakam berjumlah 3 kelas dengan jumlah siswa 465 orang. SMPN 4 Lubuk Pakam memiliki tenaga pendidik sebanyak 28 orang .

SMP Negeri 4 Lubuk pakam merupakan sekolah yang sudah mendapatkan gelar Sekolah Adiwiyata yaitu Sekolah Peduli Lingkungan Hidup. SMP Negeri 4 Lubuk Pakam juga memiliki jumlah kantin sebanyak 2 kantin yang berjualan aktif setiap harinya dengan menjual berbagai macam makanan jajanan yang terdiri dari makanan pokok, cemilan dan minuman.

Adapaun jenis jajanan yang didagangkan di kantin SMP Negeri 4 Lubuk Pakam seperti kentucky, mie goreng, nasi goreng, kue basah, es buah, bakso bakar, bakso goreng dan juga jus. Kantin yang terdapat di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam merupakan kantin yang sudah berstandar Sekolah Adiwiyata yang artinya kantin tersebut tidak boleh menjual makanan dengan bungkus plastic melainkan harus menggunakan daun sebagai pembungkus makanan yang akan dijual. SMP Negeri 4 Lubuk Pakam sendiri tidak mengizinkan siswa maupun siswinya untuk membeli makanan diluar sekolah pada saat jam istirahat. Para pedagang makanan jajanan disekolah mulai boleh berjualan pada saat jam sekolah selesai.

## B. Karakteristik Sampel

### 1. Umur

Umur adalah rentang kehidupan yang dimulai sejak lahir kemudian ditentukan dengan skala pengukuran memakai tahun.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur**

| Umur     | n  | %     |
|----------|----|-------|
| 11 tahun | 2  | 2.4   |
| 12 tahun | 15 | 18.3  |
| 13 tahun | 38 | 46.3  |
| 14 tahun | 22 | 26.8  |
| 15 tahun | 5  | 6.1   |
| Total    | 82 | 100.0 |

Pada tabel 3 menjelaskan bahwa kategori umur pada responden yang diteliti lebih banyak yang berusia 13 tahun sebanyak 38 orang dengan prevalensi 46,3 % , 14 tahun sebanyak 22 orang dengan prevalensi 26,8%, 12 tahun sebanyak 15 orang dengan prevalensi 18,3%, 15 tahun sebanyak 5 orang dengan prevalensi 6,1%, 11 tahun sebanyak 2 orang dengan prevalensi 2,4%.

### 2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin adalah perbedaan bentuk, sifat dan fungsi biologi laki-laki dan perempuan yang menentukan perbedaan peran mereka dalam menyelenggarakan upaya meneruskan garis keturunan.

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin**

| Jenis Kelamin | n  | %     |
|---------------|----|-------|
| Laki-Laki     | 42 | 51.2  |
| Perempuan     | 40 | 48.8  |
| Total         | 82 | 100.0 |

Pada tabel 4 menjelaskan bahwa kategori jenis kelamin pada responden yang diteliti lebih banyak yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang dengan prevalensi 51,2% dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 orang dengan prevalensi 48,8%.

### 3. Pekerjaan Ayah

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ayah**

| Pekerjaan Ayah | n  | %     |
|----------------|----|-------|
| PNS            | 3  | 3.7   |
| Pegawai Swasta | 1  | 1.2   |
| Buruh          | 12 | 14.6  |
| Tidak Bekerja  | 8  | 9.8   |
| Wiraswasta     | 58 | 70.7  |
| Total          | 82 | 100.0 |

Pada tabel 5 menjelaskan bahwa kategori pekerjaan ayah yang di teliti lebih banyak bekerja wiraswasta sebanyak 58 orang (70,7%), buruh 12 orang (14,6%), tidak bekerja sebanyak 8 orang (9,8%), pns sebanyak 3 orang (3,7%), pegawai swasta 1 orang (1,2%).

### 4. Pekerjaan Ibu

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ibu**

| Pekerjaan Ibu  | n  | %     |
|----------------|----|-------|
| PNS            | 2  | 2.4   |
| Pegawai Swasta | 2  | 2.4   |
| IRT            | 66 | 80.5  |
| Wiraswasta     | 7  | 8.5   |
| Tidak Bekerja  | 5  | 6.1   |
| Total          | 82 | 100.0 |

Pada tabel 6 menjelaskan bahwa kategori pekerjaan ibu yang paling banyak adalah ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 66 orang (80,5%), wiraswasta sebanyak 7 orang (8,5%), tidak bekerja 5 orang (6,1%), pegawai swasta sebanyak 2 orang (2,4%), pns 2 orang (2,4%)

## 5. Pendidikan Ayah

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ayah**

| Pendidikan Ayah | n  | %     |
|-----------------|----|-------|
| Tidak Sekolah   | 25 | 30.5  |
| SD              | 8  | 9.8   |
| SMP             | 12 | 14.6  |
| SLTA            | 35 | 42.7  |
| PT              | 2  | 2.4   |
| Total           | 82 | 100.0 |

Pada tabel 7 menjelaskan bahwa kategori pendidikan ayah pada responden yang paling banyak adalah SLTA sebanyak 35 orang (42,7%), Tidak sekolah sebanyak 25 orang (30,5%), SMP sebanyak 12 orang (14,6%), SD sebanyak 8 orang (9,8%), PT sebanyak 2 orang (2,4%).

## 6. Pendidikan Ibu

**Tabel 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu**

| Pendidikan Ibu | n  | %     |
|----------------|----|-------|
| Tidak Sekolah  | 26 | 31.7  |
| SD             | 6  | 7.3   |
| SMP            | 19 | 23.2  |
| SLTA           | 29 | 35.4  |
| PT             | 2  | 2.4   |
| Total          | 82 | 100.0 |

Pada tabel 8 menjelaskan bahwa kategori pendidikan ibu pada responden yang paling banyak adalah SLTA sebanyak 29 orang (35,4%), Tidak sekolah sebanyak 26 orang (31,7%), SMP sebanyak 19 orang (23,2%), SD sebanyak 6 orang (7,3%), PT sebanyak 2 orang (2,4%).

## 7. Suku

**Tabel 9 Distribusi Responden Berdasarkan Suku**

| Suku      | n  | %     |
|-----------|----|-------|
| Batak     | 31 | 37.8  |
| Jawa      | 36 | 43.9  |
| Sunda     | 2  | 2.4   |
| Melayu    | 4  | 4.9   |
| Lain-lain | 9  | 11.0  |
| Total     | 82 | 100.0 |

Pada tabel 9 menjelaskan bahwa kategori suku pada responden yang paling banyak adalah Jawa sebanyak 36 orang (43,9%), Batak sebanyak 31 orang (37,8%), Lain-lain sebanyak 9 orang (11,0%), Melayu sebanyak 4 orang (4,9%), Sunda sebanyak 2 orang (2,4%).

## 8. Uang Jajan

Pada umumnya anak sekolah diberi uang jajan hanya untuk keperluan di sekolah. Dari hasil beberapa penelitian diketahui bahwa besaruang jajan berhubungan dengan frekuensi jajan anak. Semakin besar uang jajan yang diperoleh dari orang tua maka semakin sering anak mengeluarkan uang untuk membeli makanan jajanan dan semakin beragam pula makanan jajanan yang dibelinya (Dini,1998 dalam Rina Yuliasuti, 2012).

**Tabel 10 Distribusi Responden Berdasarkan Uang Jajan**

| Uang Jajan | n  | %     |
|------------|----|-------|
| <5000      | 12 | 14.6  |
| 5000-10000 | 65 | 79.3  |
| >10000     | 5  | 6.1   |
| Total      | 82 | 100.0 |

Pada tabel 10 menjelaskan bahwa kategori uang jajan pada responden yang paling banyak adalah Rp 5000 – Rp 10000 sebanyak 65 orang (79,3%), <Rp 5000 sebanyak 12 orang (14,6%), >Rp 10000 sebanyak 5 orang (6,1%).

### **C. Jenis Makanan Jajanan**

Jenis makanan jajanan dilihat dari bahan baku, rasa dan teknik olah yang digunakan.

Berikut Tabel jenis makanan jajanan di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam:

**Tabel 11 Jenis dan Bahan Baku Makanan Jajanan**

| NO | Nama Makanan | Bahan Baku        |
|----|--------------|-------------------|
| 1  | Nasi Goreng  | Beras             |
| 2  | Mie Goreng   | Mie               |
| 3  | Kentucky     | Daging Ayam       |
| 4  | Nugget       | Daging Ayam       |
| 5  | Bakso Bakar  | Daging Sapi       |
| 6  | Bakso Goreng | Daging Sapi       |
| 7  | Es Buah      | Buah              |
| 8  | Batagor      | Daging Sapi, Tahu |

|    |               |                                  |
|----|---------------|----------------------------------|
| 9  | Roti Bakery   | Roti                             |
| 10 | Pop Jelly     | Jelly                            |
| 11 | Sosis Goreng  | Daging Sapi                      |
| 12 | Bakwan Goreng | Tepung terigu, buncis,<br>wortel |

**Tabel 12 Rasa Makanan Jajanan**

| <b>NO</b> | <b>Nama Makanan</b> | <b>Rasa</b> |
|-----------|---------------------|-------------|
| 1         | Nasi Goreng         | Gurih       |
| 2         | Mie Goreng          | Gurih       |
| 3         | Kentucky            | Gurih       |
| 4         | Nugget              | Gurih       |
| 5         | Bakso Bakar         | Gurih       |
| 6         | Bakso Goreng        | Gurih       |
| 7         | Es Buah             | Manis       |
| 8         | Batagor             | Gurih       |
| 9         | Roti Bakery         | Manis       |
| 10        | Pop Jelly           | Manis       |
| 11        | Sosis Goreng        | Gurih       |
| 12        | Bakwan Goreng       | Gurih       |

**Tabel 13 Teknik Olah Makanan Jajanan**

| <b>NO</b> | <b>Nama Makanan</b> | <b>Teknik Olah</b> |
|-----------|---------------------|--------------------|
| 1         | Nasi Goreng         | Goreng             |
| 2         | Mie Goreng          | Goreng             |
| 3         | Kentucky            | Goreng             |
| 4         | Nugget              | Goreng             |
| 5         | Bakso Bakar         | Panggang/Bakar     |
| 6         | Bakso Goreng        | Goreng             |
| 7         | Batagor             | Goreng             |
| 8         | Roti Bakery         | Panggang/Bakar     |
| 9         | Sosis Goreng        | Panggang/Bakar     |
| 10        | Bakwan Goreng       | Goreng             |

Dari Tabel 11 diatas menunjukkan bahwa jenis makanan jajanan yang dikonsumsi oleh siswa remaja sudah bervariasi seperti nasi goreng, roti bakery, pop jelly, bakwan goreng dan juga lainnya.

Dari Tabel 12 diatas menunjukkan rasa makanan jajanan hanya ada 2 yaitu manis dan gurih sedangkan pada tabel 13 menunjukkan bahwa teknik olah makanan jajanan ada tiga macam yaitu goreng, panggang, bakar.

#### **D. Tingkat Kategori Asupan Energi Makanan Jajanan**

##### **1. Asupan Makanan Jajanan**

Pada waktu anak menginjak usia remaja, kebiasaan makan disamping itu dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, kehidupan sosial dan kegiatan yang dilakukan diluar rumah (Fikawati, 2017).

**Tabel 14 Asupan Makanan Jajanan**

| Kategori       | n  | %     |
|----------------|----|-------|
| Valid          | 3  | 3.6   |
| Baik (80-100%) | 8  | 9.7   |
| Kurang (<80%)  | 2  | 2.4   |
| Lebih (>110%)  | 69 | 84.1  |
| Total          | 82 | 100.0 |

Berdasarkan Tabel 14 menunjukkan bahwa tingkat asupan energi yang berasal dari makanan jajanan sebanyak 69 orang siswa yang memiliki asupan makanan jajanan lebih (84,1%) sedangkan yang baik sebanyak 8 orang (9,7%)

## **E. Sumbangan Makanan Jajanan**

### **1. Sumbangan Energi Makanan Jajanan**

**Tabel 15 Sumbangan Energi Makanan Jajanan**

| Keterangan | Energi (kkal) |
|------------|---------------|
| Rata-Rata  | 674,8         |
| Persentase | 30,3 %        |

Pengukuran sumbangan energi makanan jajanan dilakukan dengan cara metode recall 24 jam . Data hasil asupan energi makanan jajanan siswa di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam melalui metode recall diambil bagian makanan selingan sewaktu jam istirahat berlangsung kemudian dibandingkan dengan daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG).

Dari Tabel 15 diatas diketahui rata-rata tingkat asupan energi makanan jajanan siswa di SMP Negeri 4 Lubuk Pakam adalah 674,8 kkal dengan memberikan sumbangan energi sebanyak 30,3% dari makanan jajanan. Hal ini dikarenakan banyaknya jenis dari makanan jajanan yang dijual oleh di

pekarangan sekolah sehingga siswa lebih memilih mengkonsumsi makanan sewaktu bersekolah.

Makanan memegang peranan penting dalam memberikan kontribusi tambahan untuk memenuhi kecukupan zat gizi khususnya energi. Kontribusi makanan jajanan sebaiknya tidak dihilangkan dari konsumsi harian karena memberikan sumbangan yang cukup berarti. Makanan jajanan juga dapat dijadikan salah satu alternatif pemenuhan sumber zat gizi yang kurang dari konsumsinya. Sebaiknya makanan jajanan yang dikonsumsi menyumbangkan 10-20% energi atau 192-384 kkal.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **A. Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan diperoleh kesimpulan yaitu sebagai berikut:

- 1 Jenis makanan jajanan yang dikonsumsi oleh siswa remaja SMPN 4 Lubuk Pakam sudah bervariasi yang ditentukan berdasarkan bahan baku, rasa dan teknik olahan.
- 2 Tingkat Asupan Energi dari Makanan Jajanan dari 69 orang terdapat kategori lebih (84,1%).
- 3 Presentase sumbangan makanan dari jajanan 30,3% dengan rata-rata 674,8 kkal.

#### **B. Saran**

1. Diharapkan pihak sekolah memberikan arahan kepada siswa tentang pemilihan makanan jajanan yang baik dan benar dengan cara memberikan penyuluhan disekolah mengenai makanan jajanan.
2. Diharapkan orang tua memberikan arahan kepada anak bahwa pentingnya sarapan sebelum anak berangkat ke sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M & Wirjatmadi. (2014). Pengantar Gizi Masyarakat
- Afni, Nelly. (2017), Faktor – Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Di SDN Natam Kecamatan Badar Tahun 2017, Jurnal Berkala Kesehatan.
- Agyatmi, Bahar Baharuddin, Sirajuddin Saifuddin. Gambaran Asupan Energi Dan Protein Dari Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Anak Usia Sekolah Sekitar Minimarket dan Perbelanjaan Tradisional Kota Makassar, Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Makassar.
- Aprilia, A.B ,Dieny F. (2009), Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar, Jurnal Kedokteran universitas Diponegoro.
- AKG, 203. Angka Kecukupan Gizi Energi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia.Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013.
- Ali khomsan, 2003. Pangan dan Gizi Kesehatan. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada
- Almatsier, Sunita . 2013. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, Soetardjo, dan Soekarti. 2016. Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Angga Prastyo. (2015). Kalori dan Kolesterol.
- Aprilia, A.B ,Dieny F. (2009), Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar, Jurnal Kedokteran universitas Diponegoro.
- Aprilia, Bondika Ariandani dan Wirjatmadi, 2012. Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Astariwati, L.Badraningsih. Buku Makanan Sehat Anak Sekolah.
- Damayanti, Sri Ulfa.2017. Sumbangan Makanan Jajanan Terhadap Kecukupan Gizi Siswa SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Skripsi. Fakultas Kesehtan Masyarakat, Sumatera Utara.

- Damanik, Rizal.(2012). Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cijeruk Kabupaten Bogor, Jurnal Gizi dan Pangan.
- Departemen Kesehatan RI. 2013. Tabel Angka Kecukupan Gizi. Jakarta: Depkes
- Dwi Asih & Festiana. (2010). Melakukan Perencanaan Hidangan Harian Untuk Meningkatkan Kesehatan. Yogyakarta: SMKN6Yogyakarta.
- Febry, Fatmalina. 2010. Kebiasaan Jajan Pada Anak . Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Vol 01 No 02.
- Fikawati, Sandra. 2017. Gizi Anak dan Gizi Remaja. Depok: Rajawali.
- Fitri, Ning Cahya. 2012. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Jajanan Pada Siswa Sekolah Dasar Di SDN Rawamangun 01 Pagi Jakarta Timur. Skripsi . Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Depok.
- Hasdianah, 2014. Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas, Yogyakarta, Nuha Medika.
- Iklima, Nurul, 2017. Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar, Jurnal Keperawatan BSI.
- Irianto, DP. 2007. Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan. CV. Andi offset. Yogyakarta.
- Jurdawanto, 2008. Perilaku makanan anak sekolah. Direktorat Bina Gizi Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI, 2003, Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan, Nomor 942/ Menkes/SK/VII/2003 Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional 2010.
- Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Nasional 2013.
- Mudjajanto, 2006. Pewarna Makanan. Departemen Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga. Fakultas Pertanian. IPB: Bogor
- Permen Kesehatan RI No. 73 Th 2013 Pasal 1 tentang jabatan fungsional Umum Di Lingkungan Kementrian Kesehatan.
- Putri, Karina Isnaini. 2016. Sumbangan Makanan Ringan Terhadap Kecukupan Energi dan Protein Anak Di TK ABA ADE IRMA, Kraton, Yogyakarta. Skripsi.

- Rahmawati Nila Hapsari. (2013). Kontribusi Makanan Jajanan terhadap tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein Pada Anak Sekolah yang Mendapat PMT-AS Di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta. Jurnal Publikasi Th 2013. Hlm. 1.
- Sari, Ratna Titi. 2004. Hubungan Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Pada Siswa SLTP Ibu Kartini Semarang. Skripsi.
- Sediaoetama, D.Achmad. (2010). Ilmu Gizi. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sirajuddin, et all . 2014. Survey Konsumsi Pangan. Jakarta: EGC
- Suci, Tyas Sri Eunike 2009, Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta, Jurnal Fakultas Psikologi vol 1.
- Susanti, Da. 2012. Perbedaan Asupan Energi dan Status Gizi Pada Remaja, Skripsi.
- Supraisa, I Dewa Nyoman. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC
- Syafitri, Yunita. 2009. Kebiasaan Jajan Siswa Di Sekolah Dasar, Jurnal Gizi dan Pangan .
- T, Vera dkk. 2015. Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Total Energi Dan Status Gizi Anak Sekolah Di SD INPRES Buku Kecamatan Belang, PoltekkesKemenkes, Manado
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG). 2004. Lembaga Ilmu: Jakarta
- Yuliasuti, Rina. 2015. Analisis Karakteristik Siswa, Orang Tua Dan Perilaku Konsumsi Jajanan Pada Siswa SDN RAMBUTAN 04 PAGI JAKARTA, FKM UI, Depok

**LAMPIRAN 1**

**MASTER TABEL**

| No | Nama | Tanggal Lahir | Umur | JK | BB   | Pekerjaan Ayah | Pekerjaan Ibu  | Pendidikan Ayah | Pendidikan Ibu | Suku      | UANG JAJAN |
|----|------|---------------|------|----|------|----------------|----------------|-----------------|----------------|-----------|------------|
| 1  | ZA   | 08/10/2004    | 14   | PR | 40,1 | Pegawai Swasta | IRT            | SLTA            | SLTA           | Banjar    | 5000-10000 |
| 2  | FA   | 11/12/2005    | 13   | PR | 47,2 | Wiraswasta     | IRT            | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Jawa      | 5000-10000 |
| 3  | MA   | 27/06/2005    | 13   | LK | 35,6 | Wiraswasta     | IRT            | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Jawa      | 5000-10000 |
| 4  | NN   | 09/08/2005    | 13   | PR | 42,7 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Jawa      | 5000-10000 |
| 5  | RA   | 27/09/2004    | 14   | LK | 58,3 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 6  | AS   | 05/01/2005    | 13   | LK | 46,1 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Melayu    | >10000     |
| 7  | DK   | 14/01/2006    | 13   | PR | 60,1 | PNS            | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | 5000-10000 |
| 8  | NH   | 31/01/2005    | 14   | PR | 40   | Wiraswasta     | IRT            | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 9  | T    | 28/03/2005    | 14   | PR | 41,9 | Wiraswasta     | Wirasawata     | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 10 | ET   | 28/03/2003    | 15   | PR | 46,5 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | 5000-10000 |
| 11 | A    | 30/03/2005    | 14   | PR | 66   | Buruh          | IRT            | SLTA            | SLTA           | Jawa      | 5000-10000 |
| 12 | EM   | 31/08/2005    | 13   | PR | 48,5 | Wiraswasta     | Pegawai Swasta | SD              | SMP            | Jawa      | >10000     |
| 13 | LA   | 03/03/2005    | 14   | LK | 43,9 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SMP            | Sunda     | 5000-10000 |
| 14 | RH   | 28/09/2005    | 13   | LK | 41   | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | 5000-10000 |
| 15 | S    | 09/06/2003    | 15   | LK | 34,3 | Buruh          | IRT            | SMP             | SD             | Jawa      | 5000-10000 |
| 16 | PL   | 18/10/2004    | 14   | PR | 65,2 | Buruh          | Pegawai Swasta | SLTA            | SMP            | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 17 | DA   | 31/12/2005    | 13   | PR | 59   | Buruh          | IRT            | SD              | SLTA           | Jawa      | 5000-10000 |
| 18 | DA   | 21/11/2005    | 13   | LK | 47,2 | Wiraswasta     | IRT            | SMP             | SMP            | Jawa      | 5000-10000 |
| 19 | FA   | 22/02/2005    | 14   | LK | 39   | Buruh          | IRT            | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Jawa      | 5000-10000 |
| 20 | BF   | 24/08/2004    | 14   | LK | 39,1 | TIDAK BEKERJA  | Wirasawata     | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Batak     | 5000-10000 |
| 21 | DS   | 07/12/2004    | 15   | LK | 49,3 | Wiraswasta     | IRT            | S1              | PT             | Batak     | <5000      |
| 22 | KP   | 16/12/2003    | 15   | LK | 49,7 | Wiraswasta     | IRT            | TIDAK SEKOLAH   | TIDAK SEKOLAH  | Jawa      | 5000-10000 |
| 23 | NF   | 16/08/2005    | 14   | PR | 33   | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Jawa      | 5000-10000 |
| 24 | SN   | 16/09/2005    | 13   | LK | 44,9 | TIDAK BEKERJA  | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | <5000      |
| 25 | MM   | 27/07/2005    | 13   | PR | 35,7 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | <5000      |
| 26 | PG   | 07/07/2005    | 14   | PR | 47   | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Jawa      | 5000-10000 |
| 27 | MM   | 12/04/2005    | 14   | PR | 48,9 | Wiraswasta     | IRT            | SD              | SD             | Jawa      | 5000-10000 |
| 28 | JA   | 14/04/2005    | 14   | LK | 42,1 | Wiraswasta     | IRT            | SLTA            | SLTA           | Batak     | 5000-10000 |

|    |    |            |    |    |      |               |               |               |               |           |            |
|----|----|------------|----|----|------|---------------|---------------|---------------|---------------|-----------|------------|
| 29 | NS | 18/12/2004 | 14 | PR | 34,7 | Wiraswasta    | TIDAK BEKERJA | SLTA          | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 30 | RS | 15/07/2004 | 14 | PR | 33,4 | Wiraswasta    | TIDAK BEKERJA | SLTA          | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 31 | VL | 10/09/2004 | 15 | LK | 39,2 | Wiraswasta    | IRT           | SD            | SMP           | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 32 | IB | 19/06/2005 | 14 | LK | 79,5 | Buruh         | IRT           | SD            | SMP           | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 33 | WS | 30/03/2005 | 14 | LK | 44,4 | Wiraswasta    | Wirasawata    | SMP           | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 34 | AF | 11/09/2004 | 14 | LK | 35,7 | PNS           | IRT           | PT            | PT            | Batak     | 5000-10000 |
| 35 | JP | 04/04/2005 | 14 | LK | 39   | TIDAK BEKERJA | Wirasawata    | SLTA          | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 36 | TC | 06/12/2004 | 14 | PR | 42,8 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SD            | Jawa      | 5000-10000 |
| 37 | SA | 08/02/2005 | 14 | PR | 37,7 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SMP           | Melayu    | 5000-10000 |
| 38 | JV | 13/09/2005 | 13 | PR | 37   | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 39 | MS | 06/10/2005 | 13 | LK | 52,8 | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 40 | SP | 01/05/2005 | 13 | LK | 37,9 | Buruh         | TIDAK BEKERJA | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 41 | EN | 09/01/2005 | 14 | PR | 41   | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Batak     | <5000      |
| 42 | CD | 01/12/2005 | 13 | LK | 78,4 | TIDAK BEKERJA | PNS           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 43 | CS | 11/07/2008 | 11 | LK | 38,8 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 44 | KT | 27/08/2006 | 13 | LK | 56,1 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Batak     | <5000      |
| 45 | RF | 06/02/2007 | 12 | LK | 32,2 | Wiraswasta    | Wirasawata    | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | <5000      |
| 46 | ES | 12/10/2006 | 14 | LK | 45,7 | PNS           | PNS           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | <5000      |
| 47 | DA | 08/12/2006 | 12 | PR | 45,4 | TIDAK BEKERJA | IRT           | SLTA          | SLTA          | Batak     | 5000-10000 |
| 48 | SR | 23/10/2006 | 13 | LK | 45,8 | TIDAK BEKERJA | TIDAK BEKERJA | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 49 | AK | 25/03/2006 | 13 | LK | 33,9 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Jawa      | 5000-10000 |
| 50 | DD | 26/01/2006 | 13 | LK | 34,3 | Buruh         | IRT           | SMP           | SLTA          | Batak     | <5000      |
| 51 | SR | 04/03/2006 | 13 | PR | 34,4 | Becak         | IRT           | SLTA          | SMP           | Batak     | <5000      |
| 52 | BS | 06/07/2006 | 13 | LK | 39   | Kuli          | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 53 | DV | 27/06/2006 | 13 | PR | 39   | Buruh         | IRT           | SMP           | SD            | Jawa      | 5000-10000 |
| 54 | NN | 06/10/2006 | 12 | PR | 51,8 | Satpam        | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 55 | JS | 09/07/2006 | 13 | LK | 58,4 | TIDAK BEKERJA | TIDAK BEKERJA | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 56 | RS | 03/03/2006 | 12 | LK | 28,5 | TIDAK BEKERJA | Wirasawata    | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 57 | LT | 20/05/2006 | 13 | PR | 38,9 | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | <5000      |
| 58 | KS | 17/05/2007 | 12 | PR | 51,1 | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | <5000      |
| 59 | B  | 27/09/2006 | 13 | LK | 50   | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 60 | MF | 29/07/2004 | 14 | LK | 40,9 | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 61 | AS | 01/02/2006 | 12 | PR | 39   | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Jawa      | 5000-10000 |
| 62 | SL | 11/08/2006 | 12 | PR | 52   | Wiraswasta    | IRT           | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Sunda     | 5000-10000 |
| 63 | DD | 23/07/2006 | 13 | PR | 51,5 | Wiraswasta    | IRT           | SMP           | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |
| 64 | RP | 10/02/2006 | 13 | LK | 46,7 | Wiraswasta    | IRT           | SLTA          | SLTA          | Jawa      | 5000-10000 |

|    |    |            |    |    |      |            |            |               |               |           |            |
|----|----|------------|----|----|------|------------|------------|---------------|---------------|-----------|------------|
| 65 | YM | 09/02/2007 | 12 | PR | 53,3 | Wiraswasta | IRT        | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | <5000      |
| 66 | TM | 29/05/2006 | 12 | PR | 45   | Wiraswasta | IRT        | TIDAK SEKOLAH | TIDAK SEKOLAH | Batak     | 5000-10000 |
| 67 | AP | 02/02/2006 | 13 | LK | 43,7 | Wiraswasta | IRT        | SMP           | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |
| 68 | AP | 02/02/2006 | 13 | LK | 46   | Wiraswasta | IRT        | SMP           | SMP           | Jawa      | >10000     |
| 69 | MT | 09/07/2006 | 13 | PR | 60   | Wiraswasta | IRT        | SMP           | SMP           | Batak     | 5000-10000 |
| 70 | SA | 27/07/2006 | 12 | PR | 52,6 | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SLTA          | Jawa      | 5000-10000 |
| 71 | AI | 31/12/2005 | 13 | LK | 30,3 | Wiraswasta | IRT        | SMP           | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |
| 72 | DH | 10/05/2006 | 13 | LK | 55,6 | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SLTA          | Melayu    | 5000-10000 |
| 73 | SK | 24/02/2007 | 12 | PR | 38,9 | Wiraswasta | IRT        | SD            | SMP           | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 74 | HI | 17/08/2006 | 12 | LK | 40,4 | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SLTA          | Jawa      | 5000-10000 |
| 75 | WA | 26/09/2005 | 13 | PR | 42,4 | Wiraswasta | IRT        | SMP           | SLTA          | Jawa      | >10000     |
| 76 | MA | 09/08/2006 | 12 | LK | 27,9 | Wiraswasta | IRT        | SD            | SD            | Jawa      | 5000-10000 |
| 77 | MS | 01/04/2006 | 13 | PR | 43,4 | Wiraswasta | Wirasawata | SLTA          | SMP           | Lain-Lain | 5000-10000 |
| 78 | DA | 29/05/2005 | 13 | PR | 41,3 | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |
| 79 | BA | 12/08/2007 | 11 | LK | 39,9 | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SMP           | Lain-Lain | >10000     |
| 80 | JD | 25/05/2006 | 12 | PR | 41,4 | Wiraswasta | IRT        | SD            | SD            | Jawa      | 5000-10000 |
| 81 | NA | 25/10/2006 | 12 | PR | 42   | Wiraswasta | IRT        | SLTA          | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |
| 82 | MA | 07/07/2006 | 13 | LK | 44,6 | Buruh      | IRT        | SMP           | SMP           | Jawa      | 5000-10000 |

LANJUTAN MASTER TABEL

| No | Nama Sampel | Makanan Jajanan |      |      |       | BBACT | BB AKG | Energi AKG | AKGI   | 15% Asupan | T.A   | Kategori | Persentase |
|----|-------------|-----------------|------|------|-------|-------|--------|------------|--------|------------|-------|----------|------------|
|    |             | E               | P    | L    | KH    |       |        |            |        |            |       |          |            |
| 1  | ZA          | 684,8           | 9,3  | 25,6 | 101,3 | 40,1  | 46     | 2125       | 1852,4 | 277,9      | 246,4 | Lebih    | 37,0       |
| 2  | FA          | 434,6           | 14,8 | 26,2 | 20,9  | 47,2  | 46     | 2125       | 2180,4 | 327,1      | 132,9 | Lebih    | 19,9       |
| 3  | MA          | 326             | 16,5 | 15,6 | 28,3  | 35,6  | 46     | 2475       | 1915,4 | 287,3      | 113,5 | Lebih    | 17,0       |
| 4  | NN          | 712,4           | 20,5 | 70,3 | 1,4   | 42,7  | 46     | 2125       | 1972,6 | 295,9      | 240,8 | Lebih    | 36,1       |
| 5  | RA          | 436,8           | 25,2 | 31,5 | 11,5  | 58,3  | 46     | 2475       | 3136,8 | 470,5      | 92,8  | Baik     | 13,9       |
| 6  | AS          | 567,2           | 13,9 | 26,8 | 65,6  | 46,1  | 46     | 2475       | 2480,4 | 372,1      | 152,4 | Lebih    | 22,9       |
| 7  | DK          | 503,8           | 20,4 | 28,8 | 39,8  | 60,1  | 46     | 2125       | 2776,4 | 416,5      | 121,0 | Lebih    | 18,1       |
| 8  | NH          | 921,4           | 18,1 | 41,6 | 102   | 40    | 46     | 2125       | 1847,8 | 277,2      | 332,4 | Lebih    | 49,9       |
| 9  | T           | 685,6           | 38,1 | 58,4 | 1,2   | 41,9  | 46     | 2125       | 1935,6 | 290,3      | 236,1 | Lebih    | 35,4       |
| 10 | ET          | 849,2           | 33,8 | 65,2 | 31,6  | 46,5  | 46     | 2125       | 2148,1 | 322,2      | 263,6 | Lebih    | 39,5       |
| 11 | A           | 883,9           | 17   | 51,6 | 87,9  | 66    | 46     | 2125       | 3048,9 | 457,3      | 193,3 | Lebih    | 29,0       |
| 12 | EM          | 759,2           | 33   | 61,1 | 18,2  | 48,5  | 46     | 2125       | 2240,5 | 336,1      | 225,9 | Lebih    | 33,9       |
| 13 | LA          | 960,6           | 6,7  | 37,3 | 147,7 | 43,9  | 46     | 2475       | 2362,0 | 354,3      | 271,1 | Lebih    | 40,7       |
| 14 | RH          | 666,3           | 24,4 | 32,8 | 52,5  | 41    | 46     | 2475       | 2206,0 | 330,9      | 201,4 | Lebih    | 30,2       |
| 15 | S           | 688,3           | 12,4 | 23,7 | 102,8 | 34,3  | 46     | 2475       | 1845,5 | 276,8      | 248,6 | Lebih    | 37,3       |

|    |    |       |      |      |       |      |    |      |        |       |       |        |      |
|----|----|-------|------|------|-------|------|----|------|--------|-------|-------|--------|------|
| 16 | PL | 796,9 | 24,7 | 48,1 | 64,5  | 65,2 | 46 | 2125 | 3012,0 | 451,8 | 176,4 | Lebih  | 26,5 |
| 17 | DA | 359,7 | 10,9 | 16,7 | 40,4  | 59   | 46 | 2125 | 2725,5 | 408,8 | 88,0  | Baik   | 13,2 |
| 18 | DA | 359,7 | 10,9 | 16,7 | 40,4  | 47,2 | 46 | 2475 | 2539,6 | 380,9 | 94,4  | Baik   | 14,2 |
| 19 | FA | 451,7 | 14,5 | 35,2 | 19,8  | 39   | 46 | 2475 | 2098,4 | 314,8 | 143,5 | Lebih  | 21,5 |
| 20 | BF | 516,3 | 13,4 | 25,1 | 57,1  | 39,1 | 46 | 2475 | 2103,8 | 315,6 | 163,6 | Lebih  | 24,5 |
| 21 | DS | 359,7 | 10,9 | 16,7 | 40,4  | 49,3 | 46 | 2475 | 2652,6 | 397,9 | 90,4  | Baik   | 13,6 |
| 22 | KP |       |      |      |       | 49,7 | 46 | 2475 | 2674,1 | 401,1 | 0,0   |        | 0,0  |
| 23 | NF |       |      |      |       | 33   | 46 | 2125 | 1524,5 | 228,7 | 0,0   |        | 0,0  |
| 24 | SN | 509,9 | 1,7  | 10,2 | 100,3 | 44,9 | 46 | 2475 | 2415,8 | 362,4 | 140,7 | Lebih  | 21,1 |
| 25 | MM | 413,1 | 21,6 | 30,9 | 11,5  | 35,7 | 46 | 2125 | 1649,2 | 247,4 | 167,0 | Lebih  | 25,0 |
| 26 | PG | 933,6 | 27   | 52,3 | 85,5  | 47   | 46 | 2125 | 2171,2 | 325,7 | 286,7 | Lebih  | 43,0 |
| 27 | MM | 333,7 | 5,5  | 13,8 | 45,7  | 48,9 | 46 | 2125 | 2259,0 | 338,8 | 98,5  | Baik   | 14,8 |
| 28 | JA | 568,2 | 11,9 | 37,1 | 45,7  | 42,1 | 46 | 2475 | 2265,2 | 339,8 | 167,2 | Lebih  | 25,1 |
| 29 | NS | 874,7 | 39,1 | 61,6 | 40,5  | 34,7 | 46 | 2125 | 1603,0 | 240,4 | 363,8 | Lebih  | 54,6 |
| 30 | RS | 271,2 | 11,8 | 25   | 0,1   | 33,4 | 46 | 2125 | 1542,9 | 231,4 | 117,2 | Lebih  | 17,6 |
| 31 | VL | 786,5 | 23,8 | 34   | 91,4  | 39,2 | 46 | 2475 | 2109,1 | 316,4 | 248,6 | Lebih  | 37,3 |
| 32 | IB | 612,2 | 28,2 | 48,8 | 14,8  | 79,5 | 46 | 2475 | 4277,4 | 641,6 | 95,4  | Baik   | 14,3 |
| 33 | WS | 733,4 | 26   | 48,6 | 45,8  | 44,4 | 46 | 2475 | 2388,9 | 358,3 | 204,7 | Lebih  | 30,7 |
| 34 | AF | 544,7 | 22,7 | 31,6 | 40,5  | 35,7 | 46 | 2475 | 1920,8 | 288,1 | 189,1 | Lebih  | 28,4 |
| 35 | JP |       |      |      |       | 39   | 46 | 2475 | 2098,4 | 314,8 | 0,0   |        | 0,0  |
| 36 | TC | 308,9 | 17,4 | 21,3 | 11,4  | 42,8 | 46 | 2125 | 1977,2 | 296,6 | 104,2 | Baik   | 15,6 |
| 37 | SA | 308,9 | 17,4 | 21,3 | 11,4  | 37,7 | 46 | 2125 | 1741,6 | 261,2 | 118,2 | Lebih  | 17,7 |
| 38 | JV | 773,6 | 36,4 | 62   | 16,8  | 37   | 46 | 2125 | 1709,2 | 256,4 | 301,7 | Lebih  | 45,3 |
| 39 | MS | 308,9 | 17,4 | 21,3 | 11,4  | 52,8 | 46 | 2475 | 2840,9 | 426,1 | 72,5  | Kurang | 10,9 |
| 40 | SP | 340,9 | 0,2  | 10,1 | 62,3  | 37,9 | 46 | 2475 | 2039,2 | 305,9 | 111,4 | Lebih  | 16,7 |

|    |    |        |      |      |       |      |    |      |        |       |       |        |      |
|----|----|--------|------|------|-------|------|----|------|--------|-------|-------|--------|------|
| 41 | EN | 476,2  | 19,6 | 38,3 | 13,3  | 41   | 46 | 2125 | 1894,0 | 284,1 | 167,6 | Lebih  | 25,1 |
| 42 | CD | 451,7  | 14,5 | 35,2 | 19,8  | 78,4 | 46 | 2475 | 4218,3 | 632,7 | 71,4  | Kurang | 10,7 |
| 43 | CS | 1050,9 | 23,1 | 46,7 | 132,7 | 38,8 | 34 | 2100 | 2396,5 | 359,5 | 292,3 | Lebih  | 43,9 |
| 44 | KT | 971,4  | 18,5 | 31,6 | 151,1 | 56,1 | 46 | 2475 | 3018,4 | 452,8 | 214,5 | Lebih  | 32,2 |
| 45 | RF | 578,5  | 28,5 | 45,6 | 13,6  | 32,2 | 34 | 2100 | 1988,8 | 298,3 | 193,9 | Lebih  | 29,1 |
| 46 | ES | 911,8  | 20,7 | 31   | 135,5 | 45,7 | 46 | 2475 | 2458,9 | 368,8 | 247,2 | Lebih  | 37,1 |
| 47 | DA | 911,7  | 30,9 | 44,6 | 91,4  | 45,4 | 36 | 2000 | 2522,2 | 378,3 | 241,0 | Lebih  | 36,1 |
| 48 | SR | 1071,2 | 34,4 | 49,5 | 118,8 | 45,8 | 46 | 2475 | 2464,2 | 369,6 | 289,8 | Lebih  | 43,5 |
| 49 | AK | 781,8  | 18   | 18,4 | 134,8 | 33,9 | 46 | 2475 | 1824,0 | 273,6 | 285,8 | Lebih  | 42,9 |
| 50 | DD | 991,7  | 33,6 | 49,2 | 99    | 34,3 | 46 | 2475 | 1845,5 | 276,8 | 358,2 | Lebih  | 53,7 |
| 51 | SR | 1082,4 | 25,5 | 40,5 | 151,1 | 34,4 | 46 | 2125 | 1589,1 | 238,4 | 454,1 | Lebih  | 68,1 |
| 52 | BS | 1071,2 | 34,4 | 49,5 | 118,8 | 39   | 46 | 2475 | 2098,4 | 314,8 | 340,3 | Lebih  | 51,0 |
| 53 | DV | 886    | 16,8 | 51,5 | 87,4  | 39   | 46 | 2125 | 1801,6 | 270,2 | 327,9 | Lebih  | 49,2 |
| 54 | NN | 990,5  | 27,1 | 62,5 | 79,7  | 51,8 | 36 | 2000 | 2877,8 | 431,7 | 229,5 | Lebih  | 34,4 |
| 55 | JS | 527,9  | 9,7  | 25,2 | 64,7  | 58,4 | 46 | 2475 | 3142,2 | 471,3 | 112,0 | Lebih  | 16,8 |
| 56 | RS | 567,2  | 13,9 | 26,8 | 65,6  | 28,5 | 34 | 2100 | 1760,3 | 264,0 | 214,8 | Lebih  | 32,2 |
| 57 | LT | 353,7  | 11,1 | 18,9 | 35,1  | 38,9 | 46 | 2125 | 1797,0 | 269,6 | 131,2 | Lebih  | 19,7 |
| 58 | KS | 937,6  | 33,6 | 75,2 | 31,1  | 51,1 | 36 | 2000 | 2838,9 | 425,8 | 220,2 | Lebih  | 33,0 |
| 59 | B  | 781,8  | 18   | 18,4 | 134,8 | 50   | 46 | 2475 | 2690,2 | 403,5 | 193,7 | Lebih  | 29,1 |
| 60 | MF | 998    | 20,7 | 41   | 135,5 | 40,9 | 46 | 2475 | 2200,6 | 330,1 | 302,3 | Lebih  | 45,4 |
| 61 | AS | 521,9  | 14,6 | 36,2 | 20,3  | 39   | 36 | 2000 | 2166,7 | 325,0 | 160,6 | Lebih  | 24,1 |
| 62 | SL | 992,6  | 26,9 | 62,5 | 79,2  | 52   | 36 | 2000 | 2888,9 | 433,3 | 229,1 | Lebih  | 34,4 |
| 63 | DD | 773,6  | 36,4 | 62   | 16,8  | 51,5 | 46 | 2475 | 2770,9 | 415,6 | 186,1 | Lebih  | 27,9 |
| 64 | RP | 1071,2 | 34,4 | 49,5 | 118,8 | 46,7 | 46 | 2475 | 2512,7 | 376,9 | 284,2 | Lebih  | 42,6 |
| 65 | YM | 554,5  | 26,7 | 44,6 | 11,5  | 53,3 | 36 | 2000 | 2961,1 | 444,2 | 124,8 | Lebih  | 18,7 |

|    |    |        |      |      |       |      |    |      |        |       |       |       |      |
|----|----|--------|------|------|-------|------|----|------|--------|-------|-------|-------|------|
| 66 | TM | 1168,6 | 25,5 | 50,5 | 151,1 | 45   | 36 | 2000 | 2500,0 | 375,0 | 311,6 | Lebih | 46,7 |
| 67 | AP | 595,8  | 14,1 | 29,2 | 67,8  | 43,7 | 46 | 2475 | 2351,3 | 352,7 | 168,9 | Lebih | 25,3 |
| 68 | AP | 458,3  | 3    | 20,3 | 65,7  | 46   | 46 | 2475 | 2475,0 | 371,3 | 123,4 | Lebih | 18,5 |
| 69 | MT | 788,6  | 18   | 46,5 | 60    | 60   | 46 | 2125 | 2771,7 | 415,8 | 189,7 | Lebih | 28,5 |
| 70 | SA | 937,6  | 33,6 | 75,2 | 31,1  | 52,6 | 36 | 2000 | 2922,2 | 438,3 | 213,9 | Lebih | 32,1 |
| 71 | AI | 971,4  | 18,5 | 31,6 | 151,1 | 30,3 | 46 | 2475 | 1630,3 | 244,5 | 397,2 | Lebih | 59,6 |
| 72 | DH | 451,7  | 14,5 | 35,2 | 19,8  | 55,6 | 46 | 2475 | 2991,5 | 448,7 | 100,7 | Baik  | 15,1 |
| 73 | SK | 835,2  | 18,1 | 31,6 | 102   | 38,9 | 36 | 2000 | 2161,1 | 324,2 | 257,6 | Lebih | 38,6 |
| 74 | HI | 1071,2 | 34,4 | 49,5 | 118,8 | 40,4 | 34 | 2100 | 2495,3 | 374,3 | 286,2 | Lebih | 42,9 |
| 75 | WA | 911,7  | 30,9 | 44,6 | 91,4  | 42,4 | 46 | 2125 | 1958,7 | 293,8 | 310,3 | Lebih | 46,5 |
| 76 | MA | 1029,7 | 37,6 | 51,6 | 100   | 27,9 | 34 | 2100 | 1723,2 | 258,5 | 398,4 | Lebih | 59,8 |
| 77 | MS | 1029,7 | 37,6 | 51,6 | 100   | 43,4 | 46 | 2125 | 2004,9 | 300,7 | 342,4 | Lebih | 51,4 |
| 78 | DA | 433,6  | 14,8 | 26,2 | 20,7  | 41,3 | 46 | 2125 | 1907,9 | 286,2 | 151,5 | Lebih | 22,7 |
| 79 | BA | 753,2  | 23,7 | 52   | 45,8  | 39,9 | 34 | 2100 | 2464,4 | 369,7 | 203,8 | Lebih | 30,6 |
| 80 | JD | 521,9  | 14,6 | 36,2 | 20,3  | 41,4 | 36 | 2000 | 2300,0 | 345,0 | 151,3 | Lebih | 22,7 |
| 81 | NA | 1063,7 | 42,6 | 75,7 | 51,3  | 42   | 36 | 2000 | 2333,3 | 350,0 | 303,9 | Lebih | 45,6 |
| 82 | MA | 458,3  | 3    | 20,3 | 65,7  | 44,6 | 46 | 2475 | 2399,7 | 360,0 | 127,3 | Lebih | 19,1 |

## LAMPIRAN 2

### HASIL PENGOLAHAN DATA SPSS

#### 1. UMUR

umur

|                | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|----------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid 11 tahun | 2             | 2.4     | 2.4              | 2.4                   |
| 12 tahun       | 15            | 18.3    | 18.3             | 20.7                  |
| 13 tahun       | 38            | 46.3    | 46.3             | 67.1                  |
| 14 tahun       | 22            | 26.8    | 26.8             | 93.9                  |
| 15 tahun       | 5             | 6.1     | 6.1              | 100.0                 |
| Total          | 82            | 100.0   | 100.0            |                       |

#### 2. JENIS KELAMIN

jenis kelamin

|                 | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|-----------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid LAKI-LAKI | 42            | 51.2    | 51.2             | 51.2                  |
| PEREMPUAN       | 40            | 48.8    | 48.8             | 100.0                 |
| Total           | 82            | 100.0   | 100.0            |                       |

#### 3. PEKERJAAN AYAH

pekerjaan ayah

|                   | Frequenc<br>y | Percent | Valid<br>Percent | Cumulative<br>Percent |
|-------------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid PNS         | 3             | 3.7     | 3.7              | 3.7                   |
| PEGAWAI<br>SWASTA | 1             | 1.2     | 1.2              | 4.9                   |
| BURUH             | 12            | 14.6    | 14.6             | 19.5                  |

|               |    |       |       |       |
|---------------|----|-------|-------|-------|
| TIDAK BEKERJA | 8  | 9.8   | 9.8   | 29.3  |
| WIRASWASTA    | 58 | 70.7  | 70.7  | 100.0 |
| Total         | 82 | 100.0 | 100.0 |       |

#### 4. PEKERJAAN IBU

##### pekerjaan ibu

|                | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid PNS      | 2         | 2.4     | 2.4           | 2.4                |
| PEGAWAI SWASTA | 2         | 2.4     | 2.4           | 4.9                |
| IRT            | 66        | 80.5    | 80.5          | 85.4               |
| WIRASWASTA     | 7         | 8.5     | 8.5           | 93.9               |
| TIDAK BEKERJA  | 5         | 6.1     | 6.1           | 100.0              |
| Total          | 82        | 100.0   | 100.0         |                    |

#### 5. PENDIDIKAN AYAH

##### pendidikan ayah

|                     | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid TIDAK SEKOLAH | 25        | 30.5    | 30.5          | 30.5               |
| SD                  | 8         | 9.8     | 9.8           | 40.2               |
| SMP                 | 12        | 14.6    | 14.6          | 54.9               |
| SLTA                | 35        | 42.7    | 42.7          | 97.6               |
| PT                  | 2         | 2.4     | 2.4           | 100.0              |
| Total               | 82        | 100.0   | 100.0         |                    |

#### 6. PENDIDIKAN IBU

##### pendidikan ibu

|                     | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid TIDAK SEKOLAH | 26        | 31.7    | 31.7          | 31.7               |
| SD                  | 6         | 7.3     | 7.3           | 39.0               |
| SMP                 | 19        | 23.2    | 23.2          | 62.2               |
| SLTA                | 29        | 35.4    | 35.4          | 97.6               |
| PT                  | 2         | 2.4     | 2.4           | 100.0              |
| Total               | 82        | 100.0   | 100.0         |                    |

## 7. SUKU

### Suku

|             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid BATAK | 31        | 37.8    | 37.8          | 37.8               |
| JAWA        | 36        | 43.9    | 43.9          | 81.7               |
| SUNDA       | 2         | 2.4     | 2.4           | 84.1               |
| MELAYU      | 4         | 4.9     | 4.9           | 89.0               |
| LAIN-LAIN   | 9         | 11.0    | 11.0          | 100.0              |
| Total       | 82        | 100.0   | 100.0         |                    |

## 8. UANG JAJAN

### uang jajan

|             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid <5000 | 12        | 14.6    | 14.6          | 14.6               |
| 5000-10000  | 65        | 79.3    | 79.3          | 93.9               |
| >10000      | 5         | 6.1     | 6.1           | 100.0              |
| Total       | 82        | 100.0   | 100.0         |                    |

## 9. BB

### BB

|                    | N  | Minimum | Maximum | Mean   | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|--------|----------------|
| berat aktual       | 82 | 27.9    | 79.5    | 44.732 | 9.7314         |
| Valid N (listwise) | 82 |         |         |        |                |

## 10. Makanan Jajanan

### Tingkat Asupan Jajanan

|                | Frequency | Percent | Valid Percent |
|----------------|-----------|---------|---------------|
| Valid          | 3         | 3.6     | 4.8           |
| Baik (80-100%) | 8         | 9.7     | 9.6           |
| Kurang (<80%)  | 2         | 2.4     | 2.4           |
| Lebih (>110%)  | 69        | 84.1    | 83.1          |
| Total          | 82        | 100.0   | 100.0         |

### Lampiran 3.

#### **PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN (INFORMED CONSENT)**

---

Saya Jelita Permata Sari mahasiswa semester V Program Studi D-III Jurusan Gizi Poltekkes Medan, bermaksud melakukan penelitian mengenai **“Kontribusi Energi Makanan Jajanan Terhadap Kecukupan Energi Pada Siswa Remaja SMPN 4 Lubuk Pakam”**.

Saya berharap ketersediaan Siswa SMPN 4 Lubuk Pakam menjadi responden dalam penelitian dimana akan dilakukan :

1. Mengisi identitas responden (Nama , Jenis Kelamin, Kelas, Alamat tempat tinggal, Jumlah uang jajan, dll) dan formulir data daftar makanan jajanan yang ada di SMPN 4 Lubuk Pakam ( apa saja jenis dari makanan jajanan, rasa dari makanan jajanan, cara pengolahan).
2. Mengisi form recall 24 jam (apa saja yang dimakan 24 jam terakhir) selama 2 hari tidak berturut-turut melalui metode wawancara.

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Ridhoo Pratama

Tempat Tgl Lahir : Lubuk Pakam, 10 Februari 2006

Alamat : Mesjid I

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun.

Lubuk Pakam , 27 APRIL 2019

Peneliti

Responden



(Jelita Permata Sari)

(RIDHO PRATAMA)

#### Lampiran 4.

##### A. IDENTITAS SAMPEL

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir :

Alamat tempat tinggal :

Umur :

Jenis Kelamin : a. Laki-laki  
b. Perempuan

Pekerjaan Ayah :

Pekerjaan Ibu :

Pendidikan Ayah :

Pendidikan Ibu :

Suku : a. Batak  
b. Jawa  
c. Sunda  
d. Melayu  
e. Lain-lain.....

Jumlah Uang Jajan :





**LAMPIRAN 6****HASIL OLAHAN NUTRISURVEY****HASIL PERHITUNGAN DIET/RIDHO PRATAMA**

| Nama Makanan         | Jumlah | energy     | carbohydr. |
|----------------------|--------|------------|------------|
| <b>SNACK (09:00)</b> |        |            |            |
| mie soun             | 100 g  | 381,0 kcal | 91,3 g     |
| daging ayam          | 50 g   | 142,4 kcal | 0,0 g      |
| minyak kelapa sawit_ | 10 g   | 86,2 kcal  | 0,0 g      |
| tepung terigu        | 10 g   | 36,4 kcal  | 7,6 g      |

Meal analysis: energy 646,0 kcal (60 %), carbohydrate 98,9 g (83 %)

**MAKAN SIANG (13:00)**

|                   |      |            |        |
|-------------------|------|------------|--------|
| bakso daging sapi | 80 g | 296,0 kcal | 0,1 g  |
| mentega           | 7 g  | 49,7 kcal  | 0,0 g  |
| jelly             | 50 g | 79,5 kcal  | 19,8 g |

Meal analysis: energy 425,2 kcal (40 %), carbohydrate 19,9 g (17 %)

**HASIL PERHITUNGAN**

| Zat Gizi       | hasil analisis nilai | rekomendasi nilai/hari | persentase pemenuhan |
|----------------|----------------------|------------------------|----------------------|
| energy         | 1071,2 kcal          | 1900,0 kcal            | 56 %                 |
| water          | 0,0 g                | 2700,0 g               | 0 %                  |
| protein        | 34,4 g(13%)          | 48,0 g(12 %)           | 72 %                 |
| fat            | 49,5 g(41%)          | 77,0 g(< 30 %)         | 64 %                 |
| carbohydr.     | 118,8 g(46%)         | 351,0 g(> 55 %)        | 34 %                 |
| dietary fiber  | 1,8 g                | 30,0 g                 | 6 %                  |
| alcohol        | 0,0 g                | -                      | -                    |
| PUFA           | 3,5 g                | 10,0 g                 | 35 %                 |
| cholesterol    | 137,2 mg             | -                      | -                    |
| Vit. A         | 585,9 µg             | 800,0 µg               | 73 %                 |
| carotene       | 0,0 mg               | -                      | -                    |
| Vit. E         | 0,0 mg               | -                      | -                    |
| Vit. B1        | 0,1 mg               | 1,0 mg                 | 14 %                 |
| Vit. B2        | 0,3 mg               | 1,2 mg                 | 28 %                 |
| Vit. B6        | 0,4 mg               | 1,2 mg                 | 33 %                 |
| folic acid eq. | 0,0 µg               | -                      | -                    |
| Vit. C         | 6,5 mg               | 100,0 mg               | 7 %                  |
| sodium         | 221,7 mg             | 2000,0 mg              | 11 %                 |
| potassium      | 404,6 mg             | 3500,0 mg              | 12 %                 |
| calcium        | 99,8 mg              | 1000,0 mg              | 10 %                 |
| magnesium      | 92,6 mg              | 310,0 mg               | 30 %                 |
| phosphorus     | 286,0 mg             | 700,0 mg               | 41 %                 |
| iron           | 4,1 mg               | 15,0 mg                | 27 %                 |
| zinc           | 4,7 mg               | 7,0 mg                 | 67 %                 |



|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

## LAMPIRAN 8

## DOKUMENTASI



## Lampiran 9

### Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah

**Nama** : Jelita Permata Sari

**Nim** : P01031116026

**Judul** : Kontribusi Energi Makanan Jajanan  
Terhadap Kecukupan Energi Siswa Remaja  
Di SMPN 4 Lubuk Pakam

**Dosen Pembimbing** : Novriani Tarigan, DCN, M.Kes

| No | Tanggal                   | Judul/ Topik Bimbingan   | T.Tangan Mahasiswa | T.Tangan Pembimbing |
|----|---------------------------|--|--------------------|---------------------|
| 1  | 12<br>September<br>2018   | Mendiskusikan tentang masalah gizi yang ada untuk mengangkat topik yang bermanfaat |                    |                     |
| 2  | 14<br>September<br>2018   | Menentukan topik penelitian dan menentukan judul penelitian                        |                    |                     |
| 3  | 21<br>September<br>2018   | Membahas judul yang sudah ditentukan untuk penelitian                              |                    |                     |
| 4  | 19 Oktober<br>2018        | Survey pendahuluan, tempat penelitian  |                    |                     |
| 5  | 22-26<br>Oktober<br>2018  | Diskusi BAB I  |                    |                     |
| 6  | 01-09<br>November<br>2018 | Diskusi BAB II   |                    |                     |

|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
| 9  | 15-17<br>November<br>2018                      | Diskusi kelengkapan<br>proposal   |  |  |
| 11 | 23<br>November<br>2018                         | Seminar Proposal  |  |  |
| 13 | 12<br>Desember<br>2018                         | Pertama kali revisi BAB I   |  |  |
| 15 | 01 Januari<br>2019                             | Kedua kali revisi BAB I   |  |  |
| 21 | 12<br>Februari<br>2019                         | Mendapat tanda tangan<br>ACC kepenguji dari<br>dosen pembimbing                             |  |  |
| 22 | 12<br>Februari<br>2019                         | Menyerahkan naskah<br>proposal ke penguji 1   |  |  |
| 26 | 14<br>Februari<br>2019<br>(pukul<br>14:30 WIB) | Menyerahkan sekaligus<br>revisi BAB I, BAB II, BAB<br>II dan anggaran biaya ke<br>penguji 2 |  |  |
| 30 | 23-27 April<br>2019                            | Mendiskusikan penelitian<br>sekaliigus Penelitian   |  |  |
| 33 | 10 Juli<br>2019                                | Membahas data hasil<br>penelitian   |  |  |
| 34 | 11-12 Juli<br>2019                             | Membahas data hasil<br>penelitian   |  |  |
| 35 | 19-22 Juli<br>2019                             | Revisian data penelitian  |  |  |
| 36 | 19-22,25<br>Juli 2019                          | Diskusi BAB IV-V  |  |  |

|    |                    |  |  |  |
|----|--------------------|--|--|--|
| 37 | 25 Juli<br>2019    | Pengesahan tanda tangann kti oleh dosen pembimbing       |  |  |
| 38 | 1 Agustus<br>2019  | Revisi KTI pertama dengan dosen pembimbing               |  |  |
| 39 | 2 Agustus<br>2019  | Revisi KTI kedua dengan dosen pembimbing                 |  |  |
| 40 | 5 Agustus<br>2019  | TTD dosen pembimbing untuk melanjutkan revisi ke penguji |  |  |
| 41 | 9 Agustus<br>2019  | TTD penguji 1 untuk melanjutkan ke penguji 2             |  |  |
| 42 | 14 Agustus<br>2019 | TTD penguji 2 untuk melanjutkan ke jilid lux KTI         |  |  |

## LAMPIRAN 10

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Jelita Permata Sari

Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 09 Oktober 1997

Jumlah Anggota Keluarga : 5 orang

Alamat Rumah : Jl. Stadion

No. Hp/ Telp : 081378040482

Riwayat Pendidikan : 1. SDS Yudica  
2. SMPN 04 Mandau  
3. SMAN 08 Mandau

Hobby : Travelling and Music

Motto : Jika Kesempatan Tidak Menghampirimu  
Maka Ciptakan Kesempatan Itu Karena  
Tindakan Dasar Dari Keberhasilan.

## **LAMPIRAN 11**

### **PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : JELITA PERMATA SARI

NIM : P01031116026

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di KTI saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan).

Yang membuat pernyataan,

(JELITA PERMATA SARI)



