

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Status Gizi**

##### **1. Pengertian Status Gizi**

*Nutritional status* (status gizi), adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Setiap individu membutuhkan asupan zat gizi yang berbeda antar individu, hal ini tergantung pada usia orang tersebut, jenis kelamin, aktivitas tubuh dalam sehari, berat badan, dan lainnya (Kemenkes RI, 2017).

Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi dan kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi baik. Kebutuhan protein antara anak balita tidak sama dengan kebutuhan remaja, kebutuhan energi mahasiswa yang menjadi atlet akan jauh lebih besar daripada mahasiswa yang bukan atlet. Kebutuhan zat besi pada wanita usia subur lebih banyak dibandingkan kebutuhan zat besi laki-laki, karena zat besi diperlukan untuk pembentukan darah merah (hemoglobin), karena pada wanita terjadi pengeluaran darah melalui menstruasi secara periodik setiap bulan (Kemenkes RI, 2017).

##### **2. Klasifikasi Status Gizi**

Parameter dan indeks antropometri yang umum digunakan untuk menilai status gizi anak umur 5 – 18 tahun adalah indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U). indeks massa tubuh adalah angka yang berhubungan dengan berat badan menurut tinggi badan.

$$\text{Rumus cara mencari IMT/U} = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}^2}$$

Tabel 1.  
Kategori Status Gizi dengan Indeks IMT/U

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

Sumber : PMK No. 2 Th 2020

### 3. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi

Status gizi menurut (Kusharto dan Supariasa, 2014) dipengaruhi oleh konsumsi zat gizi dan penyakit infeksi yaitu:

#### a. Konsumsi Zat Gizi

Konsumsi zat gizi adalah konsumsi zat gizi seseorang yang didapatkan dari makanan dan minuman yang dikonsumsi selama 1 hari (24 jam). Apabila zat – zat gizi yang ada pada makanan kurang maka status gizi akan kurang dan sebaliknya apabila zat – zat gizi yang ada pada makanan lengkap maka status gizi baik.

#### b. Infeksi

Antara status gizi dan infeksi terdapat interaksi. Infeksi dapat menimbulkan gizi kurang melalui berbagai mekanismesnya. Akibat adanya infeksi dapat menyebabkan menurunnya nafsu makan. Jika hal ini terjadi maka zat gizi yang masuk kedalam tubuh juga berkurang dan akan mempengaruhi keadaan gizi jika keadaan gizi menjadi buruk maka reaksi kekebalan tubuh akan menurun sehingga kemampuan tubuh mempertahankan diri terhadap infeksi menjadi menurun (Kusharto dan Supariasa, 2014).

### 4. Cara Penilaian Status Gizi

Secara umum penilaian status gizi dapat dikelompokkan menjadi 2 (dua) yaitu: penilaian status gizi secara langsung dan status gizi tidak langsung.

#### a. Penilaian Status Gizi Secara Langsung

Penilaian status gizi secara langsung dibagi menjadi empat penilaian yaitu: Biokimia, biofisik, klinis dan antropometri.

### 1) Penilaian Status Gizi Secara Biokimia

Penilaian status gizi dengan biokimia adalah pemeriksaan specimen yang diuji secara laboratories yang dilakukan pada berbagai macam jaringan tubuh. Jaringan tubuh yang digunakan antara lain : darah, urine, tinja dan juga beberapa jaringan tubuh seperti hati dan otot.

Metode ini digunakan untuk suatu peringatan bahwa kemungkinan akan terjadi keadaan malnutrisi yang lebih parah lagi. Banyak gejala klinis yang kurang spesifik, maka penentuan kimia faali dapat lebih banyak menolong untuk menentukan kekurangan gizi yang spesifik (Kusharto dan Supariasa, 2014).

### 2) Penilaian Status Gizi Secara Klinis

Pemeriksaan klinis adalah metode yang sangat penting untuk menilai status gizi masyarakat. Metode ini didasarkan atas perubahan – perubahan yang terjadi yang dihubungkan dengan ketidak cukupan zat gizi. Hal ini dapat dilihat pada jaringan epitel (*supervicial epithelial tissues*) seperti kulit, mata, rambut dan mukosa oral atau pada organ – organ yang dekat dengan permukaan tubuh seperti kelenjar tiroid. Metode ini digunakan untuk survei klinis secara cepat (*rapid clinical surveys*). Survei ini dirancang untuk mendeteksi secara cepat tanda – tanda klinis umum dari kekurangan salah satu atau lebih zat gizi. Disamping itu pula digunakan untuk mengetahui tingkat status gizi seseorang dengan melakukan pemeriksaan fisik yaitu tanda (*sign*) dan gejala (*symptom*) atau riwayat penyakit (Kusharto dan Supariasa, 2014).

### 3) Penilaian Status Gizi Secara Biofisik

Penilaian status gizi secara biofisik adalah metode penentuan status gizi dengan melihat kemampuan fungsi (khususnya jaringan) dan melihat perubahan struktur dan jaringan. Metode ini digunakan dalam situasi tertentu seperti kejadian buta senja epidemic (*epidemic of night blindness*). Cara yang digunakan adalah tes adaptasi gelap (Kusharto dan Supariasa, 2014).

#### 4) Penilaian Status Gizi Secara Antropometri

Antropometri berasal dari kata *anthopos* (tubuh) dan *metros* (ukuran). Secara umum antropometri diartikan sebagai ukuran tubuh manusia. Dalam bidang gizi, antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi (Kusharto dan Supariasa, 2014).

Antropometri adalah ukuran tubuh manusia. Sedangkan antropometri gizi adalah berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh, komposisi tubuh, tingkat umur dan tingkat gizi (Kusharto dan Supariasa, 2014).

Ada berbagai cara untuk menilai status gizi seseorang yaitu konsumsi makanan, antropometri, biokimia dan klinis. Antropometri atau ukuran tubuh merupakan refleksi dari pengaruh genetik dan lingkungan. Penilaian status gizi dengan menggunakan metode antropometri merupakan cara mudah dan murah dibandingkan dengan penilaian status gizi lainnya. Ukuran antropometri di bagi menjadi dua, yaitu ukuran massa jaringan dan ukuran linier. Ukuran massa jaringan meliputi pengukuran berat badan, tebal lemak di bawah kulit, dan lingkaran lengan atas. Ukuran massa jaringan ini sifatnya sensitif, cepat berubah, dan menggambarkan kondisi saat ini. Adapun ukuran linier meliputi pengukuran tinggi badan, lingkaran kepala dan lingkaran dada. Ukuran linier sifatnya spesifik, perubahan relatif lambat, ukuran tetap atau naik dan dapat menggambarkan riwayat masa lalu (Sinaga, 2017).

#### b. Penilaian Status Gizi Secara Tidak Langsung

Penilaian status gizi secara tidak langsung dapat dibagi menjadi tiga yaitu survei konsumsi makanan, statistik vital, dan faktor ekologi. Pengertian dan penggunaan metode ini akan diuraikan sebagai berikut:

##### 1) Statistik Vital

Pengukuran status gizi dengan statistik vital adalah dengan menganalisa dari beberapa statistik kesehatan seperti angka kematian berdasarkan umur, angka kesakitan, dan kematian akibat penyebab tertentu dan data lainnya yang berhubungan dengan gizi.

Penggunaannya dipertimbangkan sebagai bagian dari indikator tidak langsung pengukuran status gizi secara tidak langsung pengukuran status gizi masyarakat (Kusharto dan Supariasa, 2014).

## 2) Faktor Ekologi

Penggunaan faktor ekologi dipandang sangat penting untuk mengetahui penyebab malnutrisi di suatu masyarakat sebagai dasar untuk program intervensi gizi (Kusharto dan Supariasa, 2014).

## 3) Survei Konsumsi Makanan

Metode penentuan status gizi secara tidak langsung dengan melihat jumlah dan jenis zat gizi yang dikonsumsi. Pengumpulan data konsumsi makanan dapat memberikan gambaran tentang konsumsi berbagai zat gizi pada masyarakat, keluarga dan individu. Survei dapat mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan zat gizi (Kusharto dan Supariasa, 2014).

## **B. Makanan Jajanan**

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

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi, di rumah atau di tempat berjualan. Makanan jajanan dapat berupa minuman atau makanan dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi dan memikat. Variasi rasa, jenis dan terutama warna yang memikat dan menarik minat anak sekolah untuk membeli makanan jajanan. (FAO dalam Puspitasari, 2013)

### **2. Jenis Pangan Jajanan Anak Sekolah**

Menurut (Badan POM, 2013) Jenis pangan jajanan anak sekolah dibedakan menjadi 4 jenis, yaitu :

- a. Makanan utama/sepinggian Kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah “jajanan berat”. Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya : mie ayam, bakso, bubur ayam, nasi goreng, gado-gado, soto, lontong isi sayuran atau daging, dan lain-lain.

- b. Camilan/snack Camilan merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Camilan basah contohnya : gorengan, lemper, kue lapis, donat, dan jelly. Sedangkan camilan kering contohnya : brondong jagung, keripik, biskuit, kue kering, dan permen.
- c. Minuman Minuman dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu minuman yang disajikan dalam gelas dan minuman yang disajikan dalam kemasan. Contoh minuman yang disajikan dalam gelas antara lain : air putih, es teh manis, es jeruk dan berbagai macam minuman campur (es cendol, es campur, es buah, es doger, jus buah, es krim). Sedangkan minuman yang disajikan dalam kemasan contohnya : minuman ringan dalam kemasan (minuman soda, teh, sari buah, susu, yoghurt).
- d. Jajanan Buah Buah yang biasa menjadi jajanan anak sekolah yaitu buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas dan dipotong. Buah utuh contohnya : buah manggis, buah jeruk. Sedangkan buah potong contohnya : pepaya, nanas, melon, semangka, dan lain-lain.

### **3. Ciri – Ciri Jajanan Sehat**

Menurut (Rahmi, 2018) dalam memilih makanan jajanan, agar dapat dikola menjadi produk yang sehat dan aman dikonsumsi sebaiknya makanan jajanan tersebut memiliki ciri- ciri sebagai berikut :

- e. Bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawakuman penyakit.
- f. Bebas dari kotoran dan debu lain. Makanan yang dikukus, direbus, atau digoreng menggunakan panas yang cukup artinya tidak setengah matang.
- g. Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih.
- h. Kecuali makanan jajanan yang di bungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpu atau alat lain yang bersih, jangan mengambil makanan dengan tangan.

- i. Menggunakan makanan yang bersih, demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat-alat itu supaya selalu bersih

#### **4. Syarat Makanan Jajanan Layak Dikonsumsi**

Menurut (Rahmi, 2018) Makanan jajanan yang akan dikonsumsi sebaiknya memiliki persyaratan sebagai berikut :

- a. Tidak menggunakan bahan kimia yang dilarang.
- b. Tidak menggunakan bahan pengawet yang dilarang.
- c. Tidak menggunakan bahan pengganti rasa manis atau pengganti gula.
- d. Tidak menggunakan bahan pewarna yang dilarang.
- e. Tidak menggunakan bumbu penyedap masakan atau vetsin yang berlebihan.
- f. Tidak menggunakan air yang dimasak dengan tidak matang.
- g. Tidak menggunakan bahan makanan yang sudah busuk, atau yang sebenarnya tidak boleh diolah, misalnya telah tercemari oleh obat serangga atau zat kimia yang berbahaya.
- h. Tidak menggunakan bahan makanan yang tidak diharamkan oleh agama.
- i. Tidak menggunakan bahan makanan atau bahan lain yang belum dikenal. oleh masyarakat

### **C. Pengetahuan Gizi**

#### **1. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Berdasarkan pengalaman dan penelitian, perilaku yang disadari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak disadari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2010).

## 2. Tingkatan pengetahuan

Notoatmodjo (2010), secara garis besar pengetahuan dibagi dalam 6 tingkat, yaitu :

- a. Tahu (know) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya.
- b. Memahami (comprehension) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui.
- c. Aplikasi (application) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi yang sebenarnya.
- d. Analisis (analysis) diartikan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen - komponen, tetapi masalah - masalah di dalam struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (synthesis) merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.
- f. Evaluasi (evaluation) merupakan kemampuan untuk penilaian terhadap suatu materi atau objek. Pengukuran dapat dilakukan

### D. Sarapan Pagi

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. Sarapan membekali tubuh dengan zat gizi yang diperlukan untuk berpikir, bekerja, dan melakukan aktivitas fisik secara optimal setelah bangun pagi. Bagi anak sekolah, sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina. Energi dari sarapan untuk anak-anak dianjurkan berkisar 20-25% yaitu 200-300 kalori. Dalam menyusun menu sarapan perlu diperhatikan kelengkapan gizi yang dikandungnya (Kemenkes RI, 2014).

Makan pagi atau sarapan pagi mempunyai peranan penting dalam memenuhi kebutuhan energi anak sekolah, karena dapat meningkatkan konsentrasi

belajar dan memudahkan menyerap pelajaran di sekolah, sehingga prestasi belajar menjadi baik. Pada umumnya sarapan menyumbangkan energi sebesar 25% dari kebutuhan gizi sehari (Azwar, 2012).

### **E. Konsumsi Sayur dan Buah**

Konsumsi sayur dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 250 gram sayur (setara dengan 2 porsi atau 2 gelas sayur setelah dimasak dan ditiriskan) dan 150 gram buah, (setara dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 potong papaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Bagi masyarakat Indonesia dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 g perorang perhari bagi anak balita dan anak sekolah, dan 400-600 g perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah anjuran konsumsi sayuran dan buah-buahan tersebut adalah porsi sayur (Kemenkes, 2014).

### **F. Anak Usia Sekolah**

#### **1. Pengertian Anak Sekolah**

Anak usia sekolah adalah anak usia 7 sampai 12 tahun. Pada usia ini anak mulai mengembangkan kepribadiannya, meningkatkan kemandirian dan belajar tentang perannya dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat. Anak pada usia sekolah dasar lebih sering untuk menghabiskan waktu bersama teman atau melakukan kegiatan yang disukainya. Hal tersebut membuat anak melakukan aktivitas di luar rumah lebih banyak dan melupakan waktu makan lebih sering, sehingga keadaan ini akan mempengaruhi gizi anak (Junaidi, 2013).

#### **2. Karakteristik Anak Sekolah**

Karakteristik anak usia sekolah yaitu anak usia sekolah (6-12 tahun) yang sehat memiliki ciri di antaranya adalah banyak bermain di luar rumah, melakukan aktivitas fisik yang tinggi, serta beresiko terpapar sumber penyakit dan perilaku hidup yang tidak sehat. Secara fisik dalam kesehariannya anak akan sangat aktif bergerak, berlari, melompat, dan sebagainya. Akibat dari tingginya aktivitas yang dilakukan anak, jika tidak diimbangi dengan asupan zat gizi yang seimbang dapat menimbulkan beberapa masalah gizi yaitu di

antaranya adalah malnutrisi (kurang energi dan protein), anemia defisiensi besi, kekurangan vitamin A dan kekurangan yodium (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Usia sekolah dasar disebut juga periode intelektualitas, atau periode keserasian bersekolah. Pada umur 6 – 7 tahun seorang anak dianggap sudah matang untuk memasuki sekolah. Periode sekolah dasar terdiri dari periode kelas rendah dan periode kelas tinggi. Karakteristik siswa kelas rendah sekolah dasar adalah sebagai berikut: (1) adanya kolerasi positif yang tinggi antara keadaan kesehatan pertumbuhan jasmani dengan prestasi sekolah, (2) adanya kecenderungan memuji diri sendiri, (3) suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak lain, (4) pada masa ini (terutama pada umur 6 – 8 tahun) anak menghendaki nilai (angka rapor) yang baik tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak, (5) tunduk kepada peraturan-peraturan permainan yang ada di dalam dunianya, (6) apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu dianggap tidak penting (Notoatmodjo, 2012).

Karakteristik siswa kelas tinggi sekolah dasar adalah sebagai berikut: (1) adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, (2) realistik, mempunyai rasa ingin tahu dan ingin belajar, (3) menjelang akhir masa ini telah ada minat terhadap hal-hal atau mata pelajaran khusus, para ahli yang mengikuti teori faktor ditafsirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor, (4) pada umur 11 tahun anak membutuhkan guru atau orang-orang dewasa lainnya untuk menyelesaikan tugasnya dan memenuhi keinginannya; setelah kira-kira umur 11 tahun pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha menyelesaikannya sendiri, (5) pada masa ini anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah, (6) anak-anak pada masa ini gemar membentuk kelompok sebaya, biasanya untuk dapat bermain bersama-sama. Di dalam permainan ini biasanya anak tidak lagi terikat kepada aturan permainan yang tradisional; mereka membuat peraturan sendiri (Notoatmodjo, 2012).

### 3. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Kebutuhan zat gizi yang diperlukan anak sekolah selain untuk proses kehidupan, juga diperlukan untuk proses pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak, oleh sebab itu anak memerlukan zat gizi makro meliputi karbohidrat, protein lemak dan zat gizi mikro meliputi vitamin dan mineral. Umumnya pada anak usia sekolah gigi susu tanggal secara berangsur dan diganti dengan gigi permanen. Anak juga sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai. Kebutuhan energi lebih besar karena mereka lebih banyak melakukan aktivitas fisik (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

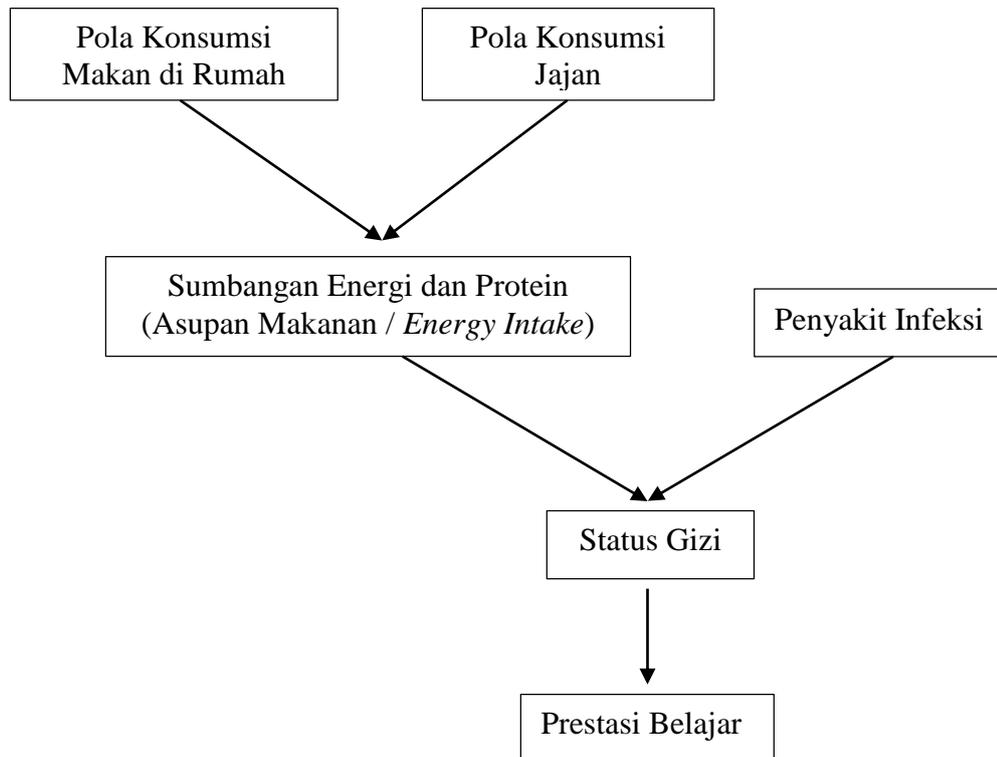
Tabel 2  
Kebutuhan Zat Gizi Makro dan Mikro Anak Usia Sekolah

Zat Gizi	Usia 7-9 Tahun	Usia 10-12 Tahun	
		Laki – laki	Perempuan
Energi (kkal)	1650	2000	1900
Protein (gr)	40	50	55
Lemak (gr)	55	65	65
Karbohidrat (gr)	250	300	280
Vitamin A (mcg)	500	600	600
Vitamin C (mg)	45	50	50
Vitamin B1 (mg)	0.9	1.1	1.0
Besi (mg)	10	8	8
Zink (mg)	5	8	8
Yodium (mcg)	120	120	120

*Sumber : AKG PMK No 28 Th 2019*

### G. Kerangka Teori

Menurut berbagai penelitian status gizi anak usia sekolah dapat dipengaruhi oleh berbagai hal seperti pola konsumsi dan juga penyakit infeksi. Hal ini dapat digambarkan dalam sebuah diagram sebagaimana dapat dilihat pada Gambar 1.

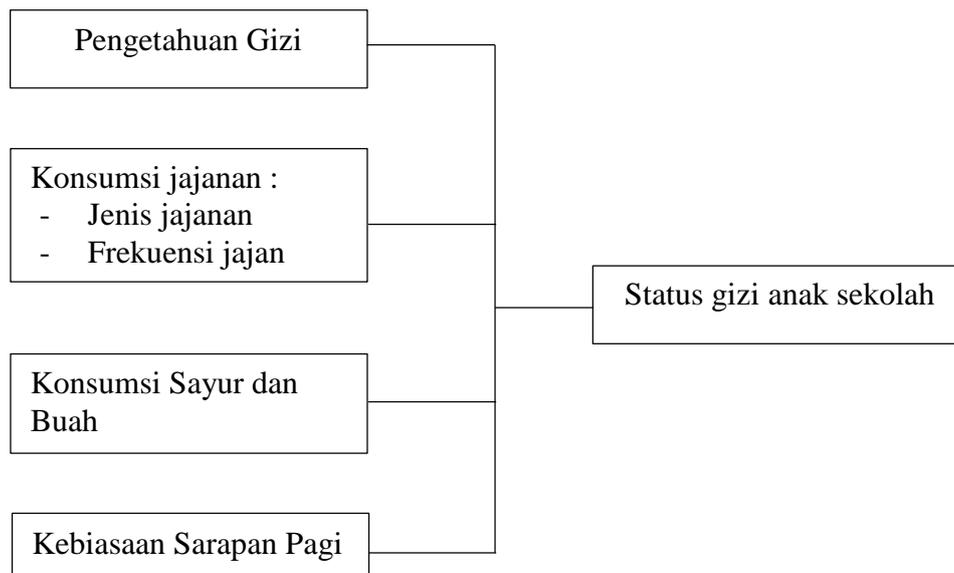


Sumber : Khomsan (2003) dalam Supariasa, dkk (2014)

Gambar 1.  
Kerangka Teori

## H. Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka teori sebelumnya, peneliti ingin meneliti Gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi anak usia sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Darussalam Kecamatan Bandar Surabaya Kabupaten Lampung Tengah tahun 2023. Oleh karena itu kerangka konsep penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2.  
Kerangka Konsep

### I. Definisi Operasional

No	Nama variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1.	Status Gizi	keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh	Penimbangan berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan umur	Berat badan = timbangan digital Tinggi Badan = <i>Microtoise</i>	IMT/U 0 = Gizi kurang jika nilai z score – 3 SD sd <- 2 SD 1 = Gizi baik jika nilai z score – 2 SD sd + 1 SD 2 = Gizi lebih jika nilai z score + 1 SD sd + 2 SD 3 = Obesitas jika nilai z score > + 2 SD  Sumber : <i>PMK No. 2 Th 2020 tentang Standar Antropometri Anak.</i>	Ordinal
2.	Pengetahuan Gizi	Informasi yang dimiliki oleh anak sekolah tentang gizi	Angket	Kuesioner	0 = kurang, jika skor jawaban < 55% 1 = cukup, jika skor jawaban 56-74% 2 = baik, jika skor jawaban ≥ 75%  Sumber: Arikunto, 2016	Ordinal
3.	Kebiasaan Konsumsi Jajanan	Makanan jajanan dapat berupa minuman atau makanan dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi dan memikat. Variasi	Wawancara	Kuesioner	0= Biasa jajan, jika ≥ 5 kali seminggu dan ≥ 10% kebutuhan energi total 1= Tidak biasa jajan, jika < 5 kali seminggu dan <10% kebutuhan energi total	Ordinal

No	Nama variabel	Definisi operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
		rasa, jenis dan terutama warna yang memikat dan menarik minat anak sekolah untuk membeli makanan jajanan.			Sumber: Mariza (2012)	
4.	Sarapan Pagi	makanan yang dikonsumsi sebelum atau pada awal kegiatan sehari-hari, dalam waktu dua jam setelah bangun tidur, biasanya tidak lewat dari jam 10.00	Wawancara	Kuesioner	0 = Tidak terbiasa sarapan = jika $\leq 3$ kali dalam seminggu 1= Terbiasa sarapan = jika $> 3$ kali dalam seminggu  Sumber: Yunita dan Triska (2017)	Ordinal
5.	Konsumsi sayur	Banyaknya konsumsi sayur pada siswa/siswi dalam satu hari	Wawancara	Formulir kualitatif FFQ	0= Belum baik jika $< 250$ gr / hr 1= Baik jika $\geq 250$ gr / hr  Sumber: <i>PMK No.41 tahun 2014</i>	Ordinal
6	Konsumsi Buah	Banyaknya konsumsi buah pada siswa/siswi dalam satu hari	Wawancara	Formulir kualitatif FFQ	0= Belum baik jika $< 150$ gr / hr 1= Baik jika $\geq 150$ gr / hr  Sumber: <i>PMK No.41 tahun 2014</i>	Ordinal