

**KONTRIBUSI MAKANAN JAJANAN TERHADAP TINGKAT KECUKUPAN ASUPAN
ENERGI DAN PROTEIN PADA ANAK SEKOLAH YANG MENDAPAT PMT- AS
DI SD NEGERI PLALAN 1 KOTA SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah Gizi S1

Disusun Oleh :

RACHMAWATI NILA HAPSARI

J 310 080 043

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2013**

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI

ABSTRAK

RACHMAWATI NILA HAPSARI J 310 080 043

KONTRIBUSI MAKANAN JAJANAN TERHADAP TINGKAT KECUKUPAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN PADA ANAK SEKOLAH YANG MENDAPAT PMT-AS DI SD NEGERI PLALAN 1 KOTA SURAKARTA

Latar Belakang : Makanan jajanan merupakan faktor yang penting bagi pertumbuhan anak, karena jajanan menyumbangkan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan anak, sehingga jajanan yang berkualitas baik akan mempengaruhi kualitas makanan anak (Murphy & Allen, 2007). Penelitian Manik (2001), menyatakan bahwa kontribusi makanan jajanan tradisional untuk energi 5,5% dan protein 4,2% terhadap total konsumsi makanan sehari pada anak sekolah dasar.

Tujuan : Memberikan gambaran tentang kontribusi makanan jajanan terhadap tingkat kecukupan asupan energi dan protein pada anak sekolah yang mendapat PMT-AS (Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah) di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta.

Metode Penelitian : Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Teknik pengambilan subyek menggunakan *simple random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak sekolah dasar kelas 4, 5 dan 6 berjumlah 111 siswa-siswi. Jumlah sampel penelitian sebanyak 52 siswa.

Hasil : Makanan jajanan siswa memberikan kontribusi terhadap kecukupan asupan energi sebesar 13,2%, dan 13,21% asupan protein.

Kesimpulan : Makanan jajanan siswa juga memberikan kontribusi terhadap kecukupan gizi sebesar 13,2% (233,11 kkal) energi, dan 13,21% (6,21 gr) protein.

Kata Kunci : Anak Sekolah, Makanan Jajanan, Kebiasaan Jajan, PMT-AS, Asupan Energi dan Protein

Kepustakaan : 71 : 1985 - 2012

NUTRITION STUDY PROGRAM
HEALTH SCIENCE FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
BACHELOR THESIS

ABSTRACT

RACHMAWATI NILA HAPSARI J 310 080 043

SNACK FOOD CONTRIBUTION TO ADEQUATE LEVEL OF ENERGY AND PROTEIN INTAKE IN CHILDREN SCHOOL WHICH GETS PMT-AS PROGRAM AT PLALAN ELEMENTARY SCHOOL 1 OF SURAKARTA

Background: Street food is an important factor for childrens growing, because snacks contribute for energy and nutrients necessary for childrens growing, so a good quality snacks that will affect the quality of children's food (Murphy & Allen, 2007). Manik Research (2001), states that the contribution of traditional snack food to energy 5.5% and 4.2% of the total protein daily food consumption in elementary school children.

Purpose: To give description about snack food contribution to adequate level of energy and protein intake in children school which gets pmt-as program at Plalan Elementary School 1 of Surakarta

Method of the Research: This research is a descriptive study. Subject retrieval techniques using simple random sampling. The population in this study were elementary school children grades 4, 5 and 6, totaling 111 students. Total sample as many as 52 students.

Result: Students snack food also gave contributed to the nutritional adequacy of energy by 13.2%, and 13.21% protein.

Key words : Childrens School, Snacks Food, Snack Habits, PMT-AS program, Energy and Protein Intake

References : 71 : 1985 – 2012

**KONTRIBUSI MAKANAN JAJANAN TERHADAP TINGKAT KECUKUPAN
ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN PADA ANAK SEKOLAH YANG
MENDAPAT PMT- AS**

DI SD NEGERI PLALAN 1 KOTA SURAKARTA



NIM : J 310 080 043

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

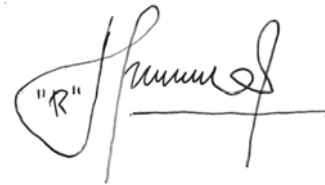
2013

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 03 September 2013

Penulis,

A handwritten signature in black ink. The signature is stylized and cursive. On the left side, there is a circular mark containing the letter 'R'. The signature ends with a long horizontal stroke.

Rachmawati Nila Hapsari

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul penelitian : Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein Pada Anak Sekolah yang Mendapat PMT-AS di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta

Nama Mahasiswa : Rachmawati Nila Hapsari

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 043

Telah dipertahankan dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi

Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal Surakarta, 03 September 2013


dan telah diperbaiki sesuai masukan Tim Penguji

Surakarta, 19 September 2013

Menyetujui,

Pembimbing I


Pembimbing II


Muwahhidah, SKM., M.Kes
NIK.865


Rustiningsih, SKM., M.Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Dwi Sarbini, S.ST, M.Kes
NIK. 747

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein Pada Anak Sekolah yang Mendapat PMT-AS di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta

Nama Mahasiswa : Rachmawati Nila Hapsari

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 043

Telah dipertahankan dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal Surakarta, 03 September 2013 dan telah diperbaiki sesuai masukan Tim Penguji

Surakarta, 19 September 2013

Penguji I : Muwakhidah, SKM., M Kes

(.....)

Penguji II : Dyah Widowati, SKM

(.....)

Penguji III : Eni Purwani, S.Si., M.Si,

(.....)

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan



Arif Widodo, A.Kep., M.Kes

NIK : 630

MOTTO

Menggapai cita-cita untuk menyelesaikan skripsi ini, tidak ubahnya seperti mendaki gunung yang tinggi, banyak terdapat tanjakan, rintangan, dan hambatan yang besar seperti itulah yang saya alami dalam penulisan skripsi ini
(Penulis)

Saya menulis, berkarya dengan segudang kreativitas yang tertuang dalam skripsi ini menulis dengan tetap semangat untuk menjalani hidup
(Penulis)

Ketekunan dan rasa pantang menyerah saya bisa menyelesaikan dengan lancar dan baik, dengan doa niscaya kita bisa sampai di puncak penulisan skripsi
(Penulis)

Tuntutlah ilmu karena ilmu itu adalah ibadah, mempelajarinya adalah tasbih, mencarinya adalah jihad, mengajarkannya kepada orang lain yang tidak mengetahui adalah shodaqoh. Ilmu adalah teman dekat dalam kesendirian dan sahabat dalam kesunyian
(Muadz bin Jabal RA)

Ketahuilah bahwa kemenangan akan datang bersama kesabaran jalan keluar datang bersama kesulitan dan kemudahan itu ada bersama kesulitan
(Q.S Ath-Thalaq : 7)

Nrimo ing pandum, waton urip, alon-alon waton kelakon.
(Pepatah Jawa Kuno)

PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, Rasul dan para Nabi Nya atas segala limpahan rahmat dan hidayah Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

Bapak dan ibu tercinta, sebagai ungkapan rasa hormat dan bakti ku serta rasa terima kasih atas do'a, nasehat, motivasi, dukungan, kasih sayang dan semua yang telah dikorbankan

Kakak dan adikku tercinta serta keluarga besarku terima kasih atas dukungan, doa dan motivasi dan tetap memberiku semangat untuk maju.

The prematurs team (Eny dan Tutik), mereka teman seperjuangan yang mengajarkan indahnya kebersamaan, motivasi dan semangat berjuang.

Seorang yang telah hadir dalam hidupku dan menemaniku selama ini bersamanya aku belajar memaknai hidup dan bersamamu tercipta banyak kenangan.

Semua sahabat-sahabat terbaikku "**Geng Koplak (Ima, Siti, Dega, Dila, Tutik, Yuni)**" pengisi lembar kosong cerita hidupku selama empat tahun ini, terima kasih atas semangat kebersamaan dan tawa bahagia selama ini bersama kalian kutemukan arti dari indahnya persahabatan.

Teman-teman S1 Gizi angkatan 2008, terima kasih atas bantuan, motivasi, dan kebersamaannya

Almamater ku Universitas Muhammadiyah Surakarta

Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan kerjasamanya

RIWAYAT HIDUP

Nama : Rachmawati Nila Hapsari
Tempat/Tanggal Lahir : Surakarta, 22 Juli 1990
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Karangturi rt 01/rw 07 Pajang, Laweyan, Surakarta
Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Aisyah Pajang tahun 1996
2. Lulus SD Negeri Bratan 1 Surakarta tahun 2002
3. Lulus SLTP Negeri 9 Surakarta tahun 2005
4. Lulus SMA Batik 1 Surakarta tahun 2008
5. Mahasiswa Gizi S1 Universitas Muhammadiyah
Surakarta tahun 2008

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein Pada Anak Sekolah Yang Mendapat PMT-AS di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta"** sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Strata 1 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Selesaiannya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep, M.Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Muwakhidah, SKM, M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Rustiningsih, SKM, M.Kes, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Dyah Widowati, SKM selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
6. Ibu Eny Purwani, S.Si., M.Si, selaku penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
7. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah diberikan, semoga dapat bermanfaat dunia dan akhirat.
8. Dinas Kesehatan Kota Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian
9. Puskesmas Kratonan yang telah memberikan ijin penelitian

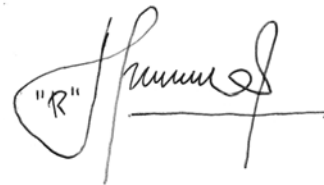
10. Semua subjek penelitian dan keluarga, terima kasih atas kerjasama dan bantuan yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian.
11. Bapak, ibu dan seluruh keluarga besarku yang telah memberikan segala dukungan, do'a, motivasi, semangat dan kasih sayang kepada penulis.
12. Semua sahabatku tercinta (Ima, Siti, Dila, Dega, Tutik, Yuni) yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Semua teman-teman S1 Gizi Angkatan 2008, atas motivasi, kerjasama dan kebersamaannya selama ini.
14. Semua pihak yang terlibat dan telah membantu penulis selama penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, Agustus 2013

Penulis

A handwritten signature in black ink. The signature is stylized and cursive. On the left side of the signature, there is a circled letter 'R'. The signature appears to be 'Rachmawati Nila Hapsari'.

Rachmawati Nila Hapsari

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
HALAMAN JUDUL	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teoritis	
1. Anak Sekolah	5
2. Makanan Jajanan	7
a. Pengertian Makanan Jajanan.....	7
b. Kandungan Zat Gizi dan Zat Kimia Makanan Jajanan ...	12
3. Kebiasaan Jajan	14
4. Asupan Makan dan Asupan Zat Gizi.....	16
a. Pengertian Asupan Makan	16
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Asupan Makan	16
c. Asupan Zat Gizi	17
5. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan pada Anak	21
a. Faktor Eksternal	22
b. Faktor Internal	27
6. Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Protein	29
7. Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS) .	30
a. Pengertian PMT-AS	30
b. Kudapan PMT-AS	34
B. Kerangka Teori	35

BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Jenis Penelitian	36
	B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	36
	1. Waktu Penelitian	36
	2. Lokasi Penelitian.....	36
	C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
	1. Populasi	36
	2. Sampel.....	37
	D. Definisi Operasional	38
	E. Pengumpulan data	38
	1. Jenis Data	38
	2. Cara Pengumpulan Data	39
	F. Langkah-langkah Penelitian	39
	1. Instrumen dan Alat Penelitian	39
	2. Jalannya Penelitian	40
	G. Pengolahan Data	40
	1. <i>Editing</i>	40
	2. <i>Coding</i>	41
	3. <i>Entry</i>	41
	4. <i>Tabulating</i>	42
	H. Analisis Data.....	42
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Umum SD Negeri Plalan I Kota Surakarta.....	43
	B. Karakteristik Subjek Penelitian	44
	C. Jenis Makanan Jajanan dan Kecukupan Zat Gizi Makanan Jajanan di Sekolah	46
	1. Jenis Makanan Jajanan di Sekolah.....	46
	2. Asupan Makanan Jajanan di Sekolah.....	47
	D. Kecukupan Energi dan Protein Sehari.....	49
	1. Kecukupan Energi Sehari	49
	2. Kecukupan Protein Sehari	50
	E. Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Energi dan Protein	52
	1. Distribusi Konsumsi, Kecukupan dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi.....	52
	2. Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Konsumsi Sehari dan Tingkat Kecukupan Gizi.....	53
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	57
	B. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.	Angka Kecukupan Gizi Anak	7
Tabel 2.	Jenis Makanan Jajanan yang Mengandung Sumber Energi dan Protein	11
Tabel 3.	Daftar Kecukupan Gizi (Energi dan Protein) yang dianjurkan bagi Anak Usia Sekolah Dasar di Indonesia	21
Tabel 4.	Definisi Operasional	38
Tabel 5.	<i>Coding</i> untuk Asupan Zat Gizi Energi	41
Tabel 6.	<i>Coding</i> untuk Asupan Zat Gizi Protein	41
Tabel 7.	Usia dan Jenis Kelamin	45
Tabel 8.	Distribusi Asupan Makanan Jajanan	48
Tabel 9.	Distribusi Kecukupan Energi	50
Tabel 10.	Distribusi Kecukupan Protein	51
Tabel 11.	Distribusi Konsumsi, Kecukupan dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi	52
Tabel 12.	Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Konsumsi Sehari dan Tingkat Kecukupan Gizi.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	35
Gambar 2. Jalannya Penelitian	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kesiediaan Menjadi Responden

Lampiran 2. Data Identitas Responden

Lampiran 3. Form Recall

Lampiran 4. Kebiasaan Jajan dan Jenis Jajanan Yang Dikonsumsi anak sekolah
di SD Negeri Plalan 1 Kota Surakarta

Lampiran 5. Data Output SPSS

Lampiran 6. Master Tabel