



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig1151>

POLA KONSUMSI JAJANAN DAN KEJADIAN OBESITAS REMAJA DI SMP NEGERI 3 SUKAWATI

Made Dwi Riski Wulansari¹, Hertog Nursanyoto¹, I Putu Suiraoaka¹

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar

email Penulis Korespondensi (K): riskiwulansari59@gmail.com

ABSTRACT

Obesity is one of the nutritional problems that is still commonly found in Indonesia. Eating habit is one the factor of over nutrition or obesity in adolescents, especially from the pattern of snacks consumption. This study aims to find a description of patterns of snacks consumption and the proportion of adolescent obesity in SMP Negeri 3 Sukawati. The type of research used is Observational and cross sectional study design with 83 samples consisting of classes VII E and VIII C at SMP Negeri 3 Sukawati. The data collected is processed according to each category and presented in the form of distribution tables and cross tables. The results of this study found 21 samples (25.3%) with nutritional status overweight/obesity and 62 samples (74.7%) with normal nutritional status. And based on the type of snacks obtained that the highest distribution of 4 types of snacks (39.7%). It is recommended that the school canteen sell food that more varied and according to health requirements and good nutritional content such as the provision of snacks that are sold should pay attention to the expiration date and have a marketing authorization.

Keywords: Patterns of snacks consumption., obesity, adolescents

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian nasional maupun global. Data WHO 2008 menunjukkan bahwa dari 57 juta kematian yang terjadi, 36 juta atau hampir dua pertiganya disebabkan oleh PTM. Di negara dengan tingkat ekonomi rendah sampai menengah, 29% kematian yang terjadi pada penduduk berusia kurang dari 60 tahun disebabkan oleh PTM ⁽¹⁾. Obesitas adalah suatu penyakit serius yang dapat memicu masalah emosional dan sosial. Seseorang disebut obesitas apabila kelebihan berat badan mencapai lebih 20% dari berat normal. Menurut Data Estimasi Sasaran Program Kesehatan dan Departemen Kesehatan RI prevalensi obesitas 2014 mencapai 20.5% ⁽²⁾. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar sejak 2007 hingga 2018 kegemukan atau obesitas pada anak dan dewasa terus meningkat.

Data Rikesdas 2013 menunjukkan prevalensi gizi lebih secara nasional di Indonesia remaja umur 13-15 tahun 10.8% terdiri dari gemuk 8.3% dan 2.5% obesitas ⁽³⁾. Berdasarkan Laporan Hasil Pemantauan Status Gizi 2016, prevalensi gemuk pada remaja terdapat kecenderungan remaja mengalami kegemukan paling banyak dijumpai di Denpasar (16%) dan Tabanan (14.8%). Disamping kedua wilayah yang sudah disebut ini, bila prevalensi Bali sebesar 10.5% dijadikan sebagai acuan patokan, maka terdapat dua wilayah lagi yang prevalensi kegemukannya masih diatas angka provinsi yaitu Buleleng (12.5%) dan Gianyar (10,8%) ⁽⁴⁾. Persentase pengunjung puskesmas dan jaringannya berusia >15 tahun yang dilakukan pemeriksaan obesitas pada 2017 sasaran yang harus di deteksi adalah sebanyak 212.789 orang penduduk >15 tahun dan cakupan pemeriksaan obesitas pada UPT Kesmas Sukawati I yaitu 3.91% ⁽⁵⁾.

Menurut penelitian Mariza dan Aryu (2012), menyatakan bahwa anak yang memiliki kebiasaan jajan beresiko lebih besar mengalami overweight/obesitas dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki kebiasaan jajan⁽⁶⁾. Makanan ringan atau aneka jajanan merupakan panganan yang sangat akrab bagi anak-anak maupun remaja. Biasanya pada jam-jam pulang sekolah atau jam istirahat, dimanfaatkan untuk membeli aneka makanan kecil sebagai camilan. Makanan jajanan sangat beragam jenisnya dan berkembang pesat di Indonesia. Penelitian Ulya (2003), menyatakan bahwa kontribusi makanan jajanan terhadap konsumsi sehari berkisar antara 10%-20%, yaitu energi dari makanan jajanan memberikan kontribusi energi sebesar 17.36% dan protein 12.4%, 15.1% karbohidrat, dan lemak 21.1% terhadap konsumsi sehari.

SMP Negeri 3 Sukawati merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri yang ada di Sukawati. Sekolah ini tidak jauh dari pusat kota Sukawati. Di sekolah ini terdapat 4 kantin dimana untuk kantin di dalam sekolah terdapat 1 kantin dan untuk kantin luar sekolah terdapat 3 kantin. Kantin tersebut menjual berbagai jenis jajanan dan banyak siswa yang membeli jajanan di kantin tersebut baik pada jam istirahat dan jam pulang sekolah. Menurut penelitian S.Bo, et al., 2014 menunjukkan bahwa ada hubungan antara frekuensi makan jajanan dengan overweight/obesitas pada anak remaja usia 11 sampai 13 tahun⁽⁶⁾. Remaja yang terlalu sering mengkonsumsi aneka jajanan tidak menutup kemungkinan mengalami permasalahan kesehatan salah satunya masalah obesitas.

Tujuan

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui gambaran pola konsumsi jajanan dan kejadian obesitas pada remaja di SMP Negeri 3 Sukawati. Sedangkan tujuan khusus pada penelitian ini yaitu menilai status gizi remaja, mengidentifikasi jenis konsumsi jajanan, mengidentifikasi jumlah konsumsi jajanan, mengidentifikasi frekuensi konsumsi jajanan, dan menggambarkan kecenderungan pola sebaran kejadian obesitas berdasarkan pola konsumsi jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Sukawati, pada pada Januari sampai April 2020. Jenis penelitian ini adalah observasional yaitu penelitian yang dilakukan dengan pengamatan terhadap subjek penelitian tanpa ada pemberian intervensi pada subyek apapun dan subyek diamati apa adanya dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berada di SMP Negeri 3 Sukawati yang berjumlah 1297 siswa, sedangkan populasi sasaran yang ditetapkan hanya siswa yang berada di kelas VII E berjumlah 42 siswa dan kelas VIII C berjumlah 41 siswa dan total keseluruhan populasi sasaran yaitu 83 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu teknik Multistage Sampling. Jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan sekunder. Data Primer merupakan data yang dikumpulkan secara langsung, yang meliputi: identitas sampel, konsumsi makanan jajanan, berat badan, tinggi badan. Data sekunder merupakan data yang dikumpulkan secara tidak langsung oleh peneliti dan diperoleh lewat pihak sekolah yaitu data profil umum sekolah. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara langsung menggunakan form identitas sampel dan form SQ-FFQ, dan untuk berat badan ditimbang dengan menggunakan timbangan digital dan tinggi badan diukur dengan *microtoice*. Pengolahan data identitas sampel diolah dengan menggunakan tabel frekuensi yang dibedakan berdasarkan umur dan jenis kelamin, data berat badan dan tinggi badan diolah menggunakan indeks IMT/U, data pola konsumsi jajanan dibedakan menjadi 3 yaitu jenis, jumlah, frekuensi. Pada pengolahan data jenis jajanan ditentukan dari konsumsi jajanan perhari, pada jumlah konsumsi jajanan dihitung sumbangan energi yang terdapat pada jajanan yang dikonsumsi sehari dan pada frekuensi konsumsi jajanan dikonversi menjadi hari dan dihitung berapa kali konsumsi jajanan dalam seminggu. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan keterkaitan antar variabel dianalisis menggunakan tabel silang.

HASIL

Gambaran Umum Sekolah

SMP Negeri 3 Sukawati dipimpin oleh seorang Kepala Sekolah dengan tenaga pengajar berjumlah 24 orang yang terdiri dari 18 guru PNS dan 6 orang guru honorer. Adapun bangunan yang terdapat di SMP Negeri 3 Sukawati yaitu 22 ruang kelas, 2 laboratorium, 1 perpustakaan, 4 kamar mandi, 1 gudang, 1 ruang BP/BK, 1 ruang guru, 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang UKS. SMP Negeri 3 Sukawati memiliki 1 kantin yang berada di lingkungan sekolah dan 3 kantin yang berada diluar lingkungan sekolah. Kantin sekolah tersebut menyediakan aneka makanan, jajanan dan minuman. Kantin sekolah SMP Negeri 3 Sukawati ini dalam keadaan hygiene sanitasi yang baik.

Karakteristik Subyek Penelitian

Sampel pada penelitian ini berjumlah 83 sampel yang terdiri dari 43 sampel laki-laki (51.8%) dan 40 sampel perempuan (48.2%). Kisaran umur sampel yaitu antara 13-15 tahun. Jumlah terbanyak umur sampel adalah 13 tahun yaitu 57 sampel (68.7%) dan yang paling sedikit adalah umur 15 tahun yaitu 2 sampel (2.4%).

Sebaran Status Gizi Sampel

Sebaran status gizi sampel berdasarkan indeks IMT/U, tidak dijumpai sampel dengan status gizi kurus dan sebagian besar sampel yaitu 62 sampel (74.7%) dengan status gizinya normal. Sisanya sebanyak 21 sampel (25.3%) dengan status gizi gemuk/obesitas.

Jenis Konsumsi Jajanan Sampel

Dari hasil penelitian diperoleh data bahwa frekuensi tertinggi yaitu kelompok sampel yang mengonsumsi 4 jenis jajanan yaitu 33 sampel (39.8%) dan terendah pada kelompok sampel yang mengonsumsi 1 jenis jajanan yaitu 14 sampel (16.8%). Data lebih rinci dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Sebaran Jenis Jajanan Sampel

Jenis Jajanan	Hasil Pengamatan	
	f	%
1 jenis	14	16.8
2 jenis	18	21.7
3 jenis	18	21.7
4 jenis	33	39.8
Jumlah	83	100.0

Jumlah Sumbangan Energi Jajanan

Dari hasil pengamatan yang dilakukan diperoleh bahwa sumbangan energi tertinggi yaitu 1439.38 kkal dan sumbangan energi terendah yaitu 119.50 kkal dengan rata-rata sumbangan energi seluruh sampel yaitu 870.06 kkal. Sebagian besar sampel yaitu 74 (89.2%) termasuk dalam kategori tidak sesuai anjuran dan 9 sampel (10.8%) dalam kategori sesuai anjuran. Lebih rinci dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Sebaran Jumlah Konsumsi Jajanan Sampel

Jumlah Konsumsi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Tidak sesuai anjuran	74	89.2
Sesuai anjuran	9	10.8
Jumlah	83	100.0

Frekuensi Konsumsi Jajanan Sampel

Dari hasil pengamatan diperoleh data bahwa sebagian besar sampel 66 (79.5%) termasuk kategori jarang dan 17 sampel (20.5 %) termasuk kategori sering. Lebih rinci dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3
Sebaran Frekuensi Konsumsi Jajanan Sampel

Frekuensi Konsumsi	Hasil Pengamatan	
	f	%
Sering	17	20.5
Jarang	66	79.5
Jumlah	83	100.0

Sebaran status gizi berdasarkan jenis makanan jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok sampel yang berstatus gizi normal terdapat sebanyak 23 sampel (37.1%) yang mengkonsumsi hingga 4 jenis jajanan dalam sehari. Sedangkan pada kelompok sampel yang gemuk/*obese* terdapat sebanyak 10 sampel (47.6%) yang mengkonsumsi hingga 4 jenis jajanan dalam sehari. Dengan demikian ada kecenderungan bahwa mereka yang mengkonsumsi jajanan hingga 4 jenis dalam sehari lebih banyak yang mengalami kegemukan/*obese* dibanding yang normal. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Jenis Jajanan Sampel

No	Jenis Jajanan	Status Gizi			
		Normal		Gemuk/Obese	
		f	%	f	%
1	1 jenis	11	17.7	3	14.3
2	2 jenis	15	24.2	3	14.3
3	3 jenis	13	21.0	5	23.8
4	4 jenis	23	37.1	10	47.6
	Jumlah	62	100.0	21	100.0

Sebaran status gizi berdasarkan jumlah konsumsi makanan jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 83 sampel didapat hasil bahwa pada kelompok sampel yang berstatus gizi normal terdapat sebanyak 54 sampel (87.1%) yang mengkonsumsi jajanan dengan kategori tidak sesuai anjuran. Sedangkan pada kelompok sampel yang gemuk/*obese* terdapat sebanyak 20 sampel (95.2%) yang mengkonsumsi jajanan dengan kategori tidak sesuai anjuran. Dengan demikian ada kecenderungan bahwa yang mengkonsumsi jajanan dengan kategori tidak sesuai anjuran ≥ 300 kkal/hari lebih banyak yang mengalami kegemukan/*obese* dibanding yang normal. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Jumlah Konsumsi Makanan Jajanan Sampel

No	Jumlah Konsumsi Jajanan	Status Gizi			
		Normal		Gemuk/Obese	
		f	%	f	%
1	Tidak sesuai anjuran (≥ 300 kkal/hari)	54	87.1	20	95.2
2	Sesuai anjuran (< 300 kkal/hari)	8	12.9	1	4.8
	Jumlah	62	100.0	21	100.0

Sebaran status gizi berdasarkan frekuensi konsumsi makanan jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 83 sampel didapat hasil bahwa pada kelompok sampel yang berstatus gizi normal terdapat sebanyak 11 sampel (17.7%) yang mengkonsumsi jajanan dengan frekuensi sering, sedangkan pada kelompok sampel yang gemuk/*obese* terdapat sebanyak 6 sampel (28.6%) yang mengkonsumsi jajanan dengan frekuensi sering. Dengan demikian ada kecenderungan bahwa yang mengkonsumsi jajanan dengan frekuensi sering lebih banyak yang mengalami kegemukan/*obese* dibanding yang normal. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6

Tabel 6
Sebaran Status Gizi Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Sampel

No	Frekuensi Konsumsi Jajanan	Status Gizi			
		Normal		Gemuk/Obese	
		f	%	f	%
1	Jarang ($\leq 7x/mg$)	51	82.3	15	71.4
2	Sering ($\geq 7x/mg$)	11	17.7	6	28.6
	Jumlah	62	100.0	21	100.0

PEMBAHASAN

Jenis-jenis makanan jajanan dibagi menjadi 4, yaitu makanan utama/sepingsan, camilan, minuman, jajanan buah ⁽⁷⁾. Golongan makanan utama/sepingsan yang paling sering dikonsumsi sampel yaitu bakso, mie ayam, soto ayam, nasi kuning dan gado-gado. Golongan snack/camilan yang paling sering dikonsumsi sampel yaitu donat, lumpia, kripik, roti, biscuit, kentang goreng, tempe goreng, tahu goreng, pisang goreng, sosis, coklat, krupuk, martabak dan terang bulan. Golongan minuman yang paling sering dikonsumsi sampel yaitu teh gelas, minuman bersoda, es jeruk. Golongan terakhir yaitu jajanan buah yang sering dikonsumsi sampel yaitu pepaya, melon, semangka, apel, pisang, rambutan dan mangga. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian Nisak (2017) bahwa makanan jajanan yang mengandung tinggi lemak, tinggi gula dan tinggi garam seperti coklat, keripik dapat berkontribusi terjadinya overweight atau obesitas. Keterkaitan antara jenis makanan jajanan dan status gizi ini dapat menunjukkan seberapa besar pengaruh konsumsi makanan jajanan yang beragam terhadap pertumbuhan remaja. Berdasarkan hasil analisis secara deskriptif dapat dilihat bahwa ada kecenderungan keterkaitan antara jenis jajanan dengan status gizi remaja.

Hasil penelitian mengenai jumlah konsumsi jajanan yang diamati berdasarkan sumbangan energi pada jajanan yang dikonsumsi menunjukkan bahwa sampel sudah mengonsumsi makanan jajanan dengan nilai gizi yang baik. Energi rata-rata yang dikonsumsi sampel sebesar 870.06 kkal. Hasil penelitian sesuai dengan penelitian Wiraningrum, Pudjirahaju dan Setyobudi (2012) yang menunjukkan bahwa sebesar 89.2% sampel mengonsumsi makanan jajanan yang memiliki kandungan energi ≥ 300 kkal dan dapat dilihat bahwa ada kecenderungan keterkaitan antara jumlah konsumsi makanan jajanan dan status gizi remaja ⁽⁸⁾. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian menurut Sulchan M (2014) bahwa remaja dengan kontribusi makanan jajan ≥ 300 kkal/hari dan aktivitas fisik ringan, masing-masing mempunyai resiko 3.2 kali dan 5.1 kali lebih besar untuk mengalami obesitas dibandingkan remaja yang mengonsumsi makanan jajanan < 300 kkal/hari dan melakukan aktivitas sedang. Menurut penelitian Mariza dan Aryu (2012) menyatakan bahwa anak yang memiliki kebiasaan jajan beresiko lebih besar mengalami overweight/obesitas dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki kebiasaan jajan.

Mengidentifikasi keterkaitan frekuensi konsumsi makanan jajanan dan status gizi dilakukan untuk mengetahui seberapa sering remaja mengonsumsi makanan jajanan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa rata-rata frekuensi konsumsi makanan jajanan di SMP Negeri 3 Sukawati termasuk kategori jarang. Hal ini disebabkan karena sebagian besar sampel dengan konsumsi jajanan jarang mengonsumsi < 4 jenis jajanan dalam sehari dan terdapat kecenderungan bahwa yang sampel yang frekuensi konsumsi makanan jajanan sering adalah sampel yang memiliki status gizi normal. Hal tersebut terjadi karena selera makan remaja berbeda-beda dan rata-rata sampel yang frekuensi konsumsi makanan jajanan sering termasuk dalam kategori nilai gizi yang baik dan juga dapat disebabkan karena lingkungan sekolah terletak dipinggir jalan sehingga banyak penjual makanan jajanan yang berada di sekitaran sekolah. Lingkungan sekolah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi asupan makan yang diperoleh dari konsumsi makanan jajanan di sekolah. Konsumsi makanan jajanan yang berlebihan juga dapat menyebabkan peningkatan berat badan apabila pilihan jajanan berupa makanan yang tinggi energi, lemak, gula dan rendah zat gizi ⁽⁹⁾. Adanya responden

yang jenis makanan jajanannya tidak baik dengan status gizinya normal dapat disebabkan karena responden mengimbangi dengan aktivitas fisik yang tinggi. Adanya sampel dengan jenis makanan jajanannya baik dan status gizinya obesitas. Sampel yang mengonsumsi makanan jajanan dengan jenis yang baik tetapi dengan frekuensi makan sering. Jadi ketika sampel mengonsumsi makanan dengan jenis yang kurang tetapi frekuensi makannya sering dapat menjadi salah satu penyebab obesitas.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan pada penelitian ini adalah status gizi sampel di SMP Negeri 3 Sukawati sebagian besar sampel yaitu 62 sampel (74.7%) dengan status gizinya normal dan 21 sampel (25.3%) dengan status gizi gemuk/obesitas, sebagian besar sampel di SMP Negeri 3 Sukawati mengonsumsi makanan yang bervariasi karena rata-rata sampel mengonsumsi 4 jenis jajanan, sebagian besar sampel di SMP Negeri 3 Sukawati mengonsumsi makanan jajanan yang tidak sesuai anjuran yaitu sebanyak 74 sampel (89,2%), berdasarkan frekuensi konsumsi jajanan terdapat kecenderungan bahwa sampel lebih banyak konsumsi jajanan dengan kategori jarang yaitu sebanyak 66 sampel (79.5%), ada kecenderungan pola sebaran status gizi berdasarkan jenis jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati, ada kecenderungan pola sebaran status gizi berdasarkan jumlah konsumsi jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati, ada kecenderungan pola sebaran status gizi berdasarkan frekuensi konsumsi jajanan remaja di SMP Negeri 3 Sukawati.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes sebagai pembimbing utama yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penyusunan dalam tugas akhir ini dan Bapak Dr. I Putu Suiraoqa, SST.M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penyusunan dalam tugas akhir ini. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini. Para dosen penguji yang memberikan koreksi dan saran pada tugas akhir ini. Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Sukawati yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang turut memberikan masukan yang berguna bagi penulis. Keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan semangat, serta membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Efrida Warganegara, Nida Nabilah Nur. (2007). Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular , 88.
2. Riswanti Septiani, Bambang Budi Rahajo . (2017). Pola Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik dan Faktor Keturunan Terhadap Kejadian Obesitas (Studi Kasus pada Siswa SD Negeri 01 Tonjong Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes) . *Public Health Perspective Journal*, 263-264.
3. Riskesdas. (2013). Hasil Riskesdas 2013. Retrieved 12 5, 2019, from www.depkes.go.id
4. Pusat Kajian Pangan (2016). Laporan Hasil Pemantauan Status Gizi. Denpasar: Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar.
5. Dinas Kesehatan Bali . (2017). Profil Kesehatan Kabupaten Gianyar Tahun 2017. Denpasar: Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
6. Nisak, A. J. (2017). Kebiasaan Jajanan. Pola Konsumsi Jajanan di Sekolah Dapat Meningkatkan Resiko Overweight, 312.
7. Badan POM RI. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang . Jakarta: Direktorat SPP.

8. Wiraningrum EA, P. A. (2012). Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS). Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar, 25-33.
9. Steiner-Asiedu M., Jantuah, J E., Anderson, A K. 2012. The Snacking Habits in Junior High School Students: The Nutritional Implication-a Short Report. *Asian J Med Sci.*, 4(1):42-6