



## FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PREFERENSI JAJANAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR

### *THE FACTOR RELATED TO SNACKS PREFERENCE IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN*

Bondika Ariandani Aprillia<sup>1\*</sup>, Fillah Fithra Dieny<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Student of Nutrition Science Study Program, Medical Faculty of Diponegoro University

<sup>2</sup> Lecturer of Nutrition Science Study Program, Medical Faculty of Diponegoro University

---

**Publish Artikel:**

Cetak:

Online:

---

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Kebiasaan mengonsumsi makanan ringan sangat populer di kalangan masyarakat Indonesia, terutama pada anak usia sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor yang paling berhubungan dengan preferensi jajanan pada anak sekolah dasar.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan sampel sebanyak 73 anak sekolah dasar kelas 4-6 di SDN Pekunden yang dipilih secara acak sederhana. Pengumpulan data meliputi preferensi jajanan, jumlah uang jajan jajanan, pendidikan formal ibu, frekuensi sarapan, frekuensi membawa bekal, ketersediaan jajanan, dan peran media massa yang dikumpulkan berdasarkan hasil wawancara melalui kuesioner.

**Hasil:** Pengetahuan ibu tentang gizi dan makanan jajanan hanya 24,7% yang termasuk dalam kategori baik (45,2%). Pendidikan formal ibu cukup baik, sebagian besar pada tingkat SMA (37%) atau lebih tinggi. Mayoritas jumlah uang jajan berkisar antara Rp 500 - Rp 5000 di sekolah (95,9%) dan Rp 500 - Rp 2500 saat di rumah (52,05%). Anak-anak terbiasa sarapan setiap hari (71,2%), sedangkan frekuensi membawa bekal termasuk dalam kategori kadang-kadang (1-3 kali seminggu) (69,9%). Jajanan sehat banyak tersedia di rumah, sedangkan jajanan tidak sehat seperti jajanan tinggi natrium, jajanan tinggi lemak, jajanan tinggi gula, dan minuman tinggi gula banyak tersedia di luar rumah. Frekuensi membawa bekal makan siang ke sekolah merupakan faktor yang paling berkorelasi dengan konsumsi jajanan.

**Kesimpulan:** Frekuensi membawa bekal ke sekolah merupakan faktor yang paling berkorelasi dengan preferensi jajanan pada anak sekolah dasar.

**Kata kunci:** preferensi jajanan, faktor-faktor, anak sekolah dasar



## ABSTRACT

**Introduction:** Conditions of malnutrition in infants, aged 0-24 months can be caused by improper parenting in the provision of complementary feeding (MP-ASI) in quality and quantity. The objective of this study is to analyze the factors associated with parenting complementary feeding for baby ages 6-11 months in densely populated urban village Environment Cipinang Melayu in East Jakarta.

**Methods:** This research was designed with cross sectional study with sample size was 60 baby ages 6-11 months. This research was conducted at in Densely Populated Urban Village Environment Cipinang Melayu in East Jakarta from January to June 2013. Primary and secondary data were collected in this research.

**Result:** The result showed that significant correlation between mother's education ( $p$ -value=0,020) and per capita income family ( $p$ -value=0,021) with mother's knowledge and parenting complementary feeding in terms of variety of complementary feeding with protein intake ( $p$ -value=0,022). The results showed that there was no significant correlation between maternal knowledge and local eating culture ( $p$ -value>0,05) with parenting complementary feeding.

**Conclusion:** Found that the provision of parenting complementary feeding is not affected by the level of mother knowledge and the local food culture.

**Keyword:** Parenting Complementary Feeding, Baby ages 6-11 months, Densely populated

## 1. PENDAHULUAN

Jenis makanan jajanan yang beragam berkembang pesat di Indonesia sejalan dengan pesatnya pembangunan<sup>[1]</sup>. Pada umumnya, anak sekolah menghabiskan seperempat waktunya setiap hari di sekolah. Data lain menunjukkan bahwa hanya sekitar 5% dari anak-anak tersebut membawa bekal dari rumah, sehingga kemungkinan untuk membeli makanan jajanan lebih tinggi<sup>[2]</sup>.

Makanan jajanan bermanfaat terhadap penganekeagaman makanan sejak kecil dalam rangka peningkatan mutu gizi makanan yang dikonsumsi<sup>[3]</sup>. Salah satu upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada kelompok anak sekolah adalah dengan menyediakan makanan jajanan yang bergizi guna memenuhi kebutuhan tubuh selama mengikuti pelajaran di sekolah<sup>[4]</sup>. Makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9%, dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energi dan protein anak sekolah dasar<sup>[5]</sup>.

Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga

kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis fast food dan soft drink sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas<sup>[6]</sup>. Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan<sup>[7]</sup>.

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah junk food, fast food, dan street food karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan<sup>[8]</sup>.

Pemilihan makanan jajanan merupakan perwujudan perilaku.



Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor intern dan ekstern. Faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan makanan, dan faktor sosial ekonomi<sup>[10]</sup>.

Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan ini khususnya meliputi pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang<sup>[11]</sup>.

Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik. Ibu yang mempunyai pengetahuan luas tentang gizi, maka dapat memilih dan memberi makan anaknya dengan lebih baik. Peran orang tua terutama ibu, untuk mengarahkan anaknya dalam pemilihan makanan jajanan cukup besar<sup>[11,12]</sup>.

Anak sekolah mempunyai banyak aktivitas sehingga sering melupakan waktu makan. Anak yang tidak sarapan pagi cenderung mengkonsumsi energi dan zat gizi lebih sedikit daripada anak yang sarapan pagi. Kebiasaan makan pagi perlu diperhatikan untuk menyediakan energi bagi tubuh dan agar anak lebih mudah menerima pelajaran<sup>[13]</sup>. Kebiasaan membawa bekal makanan pada anak ketika sekolah memberikan beberapa manfaat antara lain dapat menghindarkan dari gangguan rasa lapar dan dari kebiasaan jajan. Hal ini sekaligus menghindarkan anak dari bahaya jajanan yang tidak sehat dan tidak aman<sup>[12]</sup>.

Kebiasaan seseorang berhubungan dengan karakteristik personal dan faktor lingkungan. Dalam hal ini, lingkungan yang paling berpengaruh pada perilaku makan anak adalah keluarga dan sekolah<sup>[14,15]</sup>. Ketersediaan jajanan sehat dan tidak sehat di rumah berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan pada anak-anak. Anak cenderung untuk membeli makanan jajanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya. Oleh sebab itu, jajanan yang sehat

seharusnya tersedia baik di rumah, maupun di lingkungan sekolah agar akses anak terhadap jajanan sehat tetap terjamin. Faktor ketersediaan makanan jajanan yang sehat menjadi salah satu faktor dalam menentukan pemilihan makanan jajanan yang sehat pula<sup>[16,17]</sup>.

Faktor lain yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan adalah uang saku. Anak usia sekolah memperoleh uang saku dari orang tuanya. Uang saku tersebut digunakan untuk memenuhi berbagai kebutuhan anak, salah satunya digunakan untuk membeli jajanan<sup>[18]</sup>. Sebuah studi di Jakarta menunjukkan bahwa uang saku anak berkisar antara Rp 1000,00 - Rp 5000,00 sebesar 81,5%, sebanyak 13,3% anak mendapat uang saku Rp 5500,00 - Rp 10.000,00, 2% mendapat uang saku Rp 11.000,00 - Rp 20.000,00 dan 1,8% anak mendapat uang saku >Rp 21.000,00. Hal ini menunjukkan potensi daya beli anak yang cukup tinggi. Sementara di sekitar mereka banyak terpapar oleh makanan jajanan kaki lima yang sebagian besar kurang sehat dan tidak aman dikonsumsi<sup>[19]</sup>.

Media massa berupa radio, surat kabar serta iklan-iklan yang terdapat di papan reklame maupun *billboard* juga berpengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Media massa berisi pesan yang mengandung sugesti yang dapat mempengaruhi pendapat seseorang, gaya hidup, selera, nilai, norma. Anak-anak mendapat paparan iklan dari berbagai media. Iklan merupakan medium untuk sosialisasi dan internalisasi nilai-nilai sosial pada anak. Iklan makanan tidak jarang menonjolkan karakteristik fisik makanan seperti rasa renyah, gurih, atau manis. Hal ini memberikan dorongan bagi anak untuk terpengaruh dengan produk yang ditawarkan, karena karakteristik anak yang cenderung mudah tertarik<sup>[20,21]</sup>. Peningkatan asupan makanan tinggi lemak dan makanan jajanan manis padat energi dapat dipengaruhi oleh iklan. Iklan di media massa mendorong anak-anak untuk mengonsumsi jajanan yang tidak sehat walaupun tidak semua makanan jajanan yang diiklankan adalah jajanan yang tergolong tidak sehat<sup>[21]</sup>.

Lokasi pengambilan data dalam penelitian ini di SD Negeri Pekunden Semarang. Sekolah dasar ini merupakan



sekolah negeri yang terletak di tepi jalan di pusat kota dan banyak terdapat penjual makanan maupun minuman jajanan, serta siswa memiliki karakteristik sosial ekonomi yang bervariasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis berbagai faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar di SDN Pekunden Semarang.

## 2. METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2011. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain cross sectional. Populasi target dalam penelitian ini adalah anak-anak yang mengikuti pendidikan formal Sekolah Dasar, dan populasi terjangkaunya adalah semua siswa dan siswi sekolah dasar yang mengikuti pendidikan formal di SDN Pekunden Semarang.

Subjek diambil dengan metode *simple random sampling* menggunakan tabel angka random yang dilakukan berdasarkan data siswa yang tersedia. Kriteria inklusi yaitu Anak kelas IV-VI di SDN Taman Pekunden Semarang pada tahun ajaran 2011/2012 dan bersedia menjadi subjek penelitian dengan

mengisi *informed consent* dan mengikuti prosedur penelitian. Berdasarkan perhitungan besar sampel, jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini sejumlah 71 orang.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data identitas sampel meliputi nama, jenis kelamin, usia, tanggal lahir, kelas, alamat, nomor telepon, pendidikan ibu, data pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan, ketersediaan jajanan, kebiasaan sarapan pagi, bekal sekolah, uang jajan, peran media massa dan pemilihan makanan jajanan yang diperoleh berdasarkan pengisian kuesioner yang telah disiapkan dan dilakukan uji validitas dan realibilitas sebelumnya. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu lama tahun pendidikan ibu, pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan, ketersediaan jajanan, frekuensi sarapan pagi, frekuensi membawa bekal makanan sekolah, besar uang jajan di rumah dan di sekolah, dan peran media massa, serta pemilihan makanan jajanan sebagai variabel terikat. Tiap variabel diuji normalitas datanya

**Tabel 1.** Nilai Minimum, Maksimum, dan Rerata Variabel Penelitian

Variabel	Minimum	Maksimum	Rerata	SD
Usia Subjek	9 tahun	11 tahun	10,4 tahun	0,64 tahun
Uang Jajan di Sekolah	Rp500	Rp10.000	Rp3.611,10	Rp1.789,14
Uang Jajan di Rumah	Rp500	Rp5.000	Rp1.888,90	Rp1.315,12
Lama Pendidikan Ibu	6 tahun	18 tahun	13 tahun	2,93 tahun
Frekuensi Sarapan Pagi	0 kali/minggu	7 kali/minggu	5,9 kali/minggu	2,03 kali/minggu
Frekuensi Membawa Bekal Makanan	0 kali/minggu	6 kali/minggu	2,4 kali/minggu	1,45 kali/minggu
Skor Pengetahuan Gizi & Makanan Jajanan	29	100	70,8	16,06
Skor T Pemilihan Makanan Jajanan	152	402	278,5	43,8



**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Variabel

Variabel	Laki-laki		Perempuan		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%
Umur						
9 tahun	3	4,10%	3	4,10%	6	8,20%
10 tahun	18	24,65%	14	19,17%	32	43,80%
11 tahun	17	23,28%	18	24,65%	35	47,90%
<b>Pengetahuan Gizi dan Makanan Jajanan</b>	<b>n</b>	<b>%</b>				
Kurang	20	27,40%				
Sedang	33	45,20%				
Baik	20	27,40%				
<b>Pendidikan Ibu</b>						
SD/MI	1	1,40%				
SMP/MTs	12	16,40%				
SMA/MA	27	37,00%				
Akademi	13	17,80%				
<b>Pekerjaan Ibu</b>						
Tidak Bekerja	26	35,6				
Bekerja						
-Pegawai Swasta	19	26				
-Pedagang/Wiraswata	19	26				
-Pegawai negeri/ABRI/POLRI	7	9,7				
-Lain-lain	2	2,7				
<b>Besar Uang Jajan di Rumah</b>						
Rp500 - Rp 5000	70	95,9				
>Rp 5000 - Rp 10.000	2	2,7				
Tidak Jajan	1	1,4				
<b>Frekuensi Sarapan</b>						
Tidak Pernah	2	2,7				
Kadang-kadang	12	16,4				
Sering	7	9,6				
Selalu	52	71,2				



<b>Frekuensi Membawa Bekal</b>						
Tidak Pernah	15	20,05				
Kadang-kadang	51	69,9				
Sering	4	5,5				
Selalu	3	4,1				
<b>Sumber Informasi Iklan Jajanan</b>						
Televisi	69	94,4				
Radio	1	1,4				
Media Cetak	1	1,4				
Lainnya	2	2,7				
<b>Ketersediaan Makanan Jajanan Sehat</b>	<b>Di Rumah</b>	<b>Di Sekolah/ Sekitarnya</b>	<b>Di Warung Sekitar Rumah</b>			
<b>Jenis Jajanan</b>	<b>%</b>	<b>%</b>	<b>%</b>			
Susu	90,4	93,2	93,2			
Produk Olahan Susu	41,1	20,5	54,8			
Jus Buah	74	15,1	64,4			
Buah	78,1	5,5	54,8			
Jajanan Cukup Energi	72,6	76,7	74			
Jajanan Cukup Protein	82,2	75,3	80,8			
<b>Ketersediaan Makanan Jajanan Tidak Sehat</b>	<b>Di Rumah</b>	<b>Di Sekolah/ Sekitarnya</b>	<b>Di Warung Sekitar Rumah</b>			
<b>Jenis Jajanan</b>						
Jajanan Tinggi Natrium	58,9	84,9	86,3			
Jajanan Tinggi Gula	53,4	98,6	93,2			
Jajanan Tinggi Lemak	68,5	82,2	78,1			
Minuman Tinggi Gula	27,4	58,9	78,1			
Western Fast Food	47,9	46,6	32,9			
<b>Item Pemilihan Makanan Jajanan</b>	<b>Tidak pernah</b>	<b>Kadang-Kadang</b>	<b>Selalu</b>			
Jajan di Tempat Terbuka	22,6	68,5	8,9			
Jajanan Tinggi Gula	15,1	67,1	17,8			



Jajanan Tinggi Lemak	7,3	70,8	21,9			
Jajanan Tinggi Natrium	34,2	56,2	9,6			
Jajanan dengan Bahan Tambahan Pangan/Bumbu yang Tidak Aman	37	53,4	9,6			
Jajanan Instan dalam Kemasan	17,8	58,9	23,3			
Jajanan Cukup Energi	11	68,5	20,5			
Jajanan Cukup Protein	0	60,3	39,7			
Jajanan Berbahan Dasar Buah (Jus Buah, Buah Segar, Rujak)	6,8	61,6	31,6			
Jajanan Golongan Susu (Susu Cair Kemasan, Susu Segar, Susu Skim)	4,1	42,5	53,4			
Jajanan yang Bersih	4,8	34,9	60,3			
Memilih Memperhatikan Kandungan Gizi dan Tanggal Kadaluarsa	11	43,8	45,2			

kemudian digunakan uji korelasi *r-Pearson* bila data berdistribusi normal dan *Rank Spearman* bila data terdistribusi tidak normal. berikutnya dilakukan analisis multivariat untuk mengetahui faktor yang paling berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan.

### 3. HASIL PENELITIAN

#### A. Karakteristik Subjek

Penentuan dan pengambilan subjek sesuai dengan yang telah ditetapkan secara acak sederhana. Subjek yang diambil sebanyak 73 orang yang terdiri dari kelas IV dan V, karena siswa kelas VI sudah menempuh ujian akhir sehingga sulit ditemui di sekolah. Ringkasan nilai minimum, maksimum, dan rerata variabel penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

#### 1. Usia Subjek

Perbandingan jumlah laki-laki dan perempuan tidak jauh berbeda yaitu 38 (52,1%) laki-laki dan 35 (47,9%) perempuan. Sebagian besar subjek berusia 11 dan 10 tahun dengan rerata  $10,40 \pm 0,64$ .

#### 2. Pengetahuan Gizi dan Makanan Jajanan

Pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan subjek bervariasi. Skor minimum yang diperoleh yaitu 29 dan skor maksimum 100 dengan rerata skor pengetahuan  $70,83 \pm 16,60$ . Pengetahuan subjek tentang gizi dan makanan jajanan yang termasuk dalam kategori baik hanya sebesar 45,2%. Subjek yang masuk kategori kurang dan baik memiliki proporsi yang sama (27,4%).

#### 3. Pendidikan Ibu

Sebagian besar ibu subjek mempunyai latar belakang pendidikan



formal yang cukup. Hal ini dilihat dari mayoritas ibu subjek menempuh pendidikan tingkat SMA (37%), sedangkan ibu yang menempuh pendidikan tingkat sekolah dasar hanya 1 orang (1,4%). Pendidikan formal ibu subjek yang tertinggi adalah perguruan tinggi dengan tingkat S2 dan yang terendah adalah sekolah dasar. Rerata lama tahun pendidikan  $13 \pm 2,93$ .

#### **4. Pekerjaan Ibu**

Pekerjaan ibu subjek dibedakan menjadi ibu yang bekerja dan tidak bekerja. Ibu yang bekerja kemudian dibedakan lagi sesuai dengan kategori profesinya masing-masing. Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu subjek bekerja (65,4%), dimana profesi terbanyak sebagai pegawai swasta (26%) dan pedagang/wiraswasta (26%).

#### **5. Besar Uang Jajan**

##### **a. Uang Jajan di Sekolah**

Besar uang jajan yang digunakan oleh subjek untuk membeli jajanan saja di sekolah bervariasi. Besar uang jajan minimum yaitu Rp 500 dan maksimum sebesar Rp 10.000. Rata-rata subjek menggunakan uang sakunya untuk membeli jajan. Hanya satu dari 73 subjek yang tidak menggunakan uang sakunya untuk jajan. Alokasi uang yang digunakan subjek untuk membeli jajan di sekolah sebagian besar (95,9%) berkisar antara Rp 500 - Rp 5000.

##### **b. Uang Jajan di Rumah**

Sebagian besar subjek membeli jajan di rumah selain jajan di sekolah. Subjek yang memperoleh uang saku ketika di rumah dan mempergunakannya untuk jajan berjumlah 45 subjek dari 73 subjek yang ada. Sebanyak 38 dari 45 subjek (52,1%) menghabiskan uang untuk membeli jajan dengan rentang Rp 500 Rp 2500. Sejumlah 7 subjek (9,6%) menghabiskan Rp 2500 Rp 5000. Sisanya, sebanyak 28 subjek mengaku tidak memperoleh uang jajan atau tidak membeli jajan ketika di rumah.

#### **6. Frekuensi Sarapan Pagi Subjek**

Sebanyak 52 subjek (71,2%) selalu sarapan pagi setiap hari baik pada hari sekolah maupun hari libur dan hanya 2 subjek (2,7%) yang mengaku tidak pernah sarapan pagi setiap hari.

#### **7. Frekuensi Membawa Bekal Makanan Sekolah**

Kebiasaan subjek dalam membawa bekal makanan ke sekolah bervariasi. Kebiasaan membawa bekal subjek diukur dengan tingkat keseringan berupa frekuensi per minggu. Jumlah total subjek yang membawa bekal yaitu 58 subjek dengan frekuensi berbeda. Sebagian besar subjek membawa bekal dengan frekuensi 1-3 kali/minggu yaitu 51 orang (69,9%), sisanya sebanyak 15 subjek (20,05%) mengaku tidak pernah membawa bekal makanan ke sekolah.

#### **8. Peran Media Massa Sumber Informasi**

Hampir seluruh subjek 69 subjek (94,5%) terpapar iklan jajanan melalui media televisi. Melalui media radio dan media cetak masing-masing 1 subjek (1,4%) dan 2 subjek (2,7%) melalui sumber lainnya.

#### **9. Ketersediaan Makanan Jajanan**

Pada penelitian ini, diperoleh data ketersediaan makanan jajanan yang dibagi menjadi ketersediaan jajanan sehat dan tidak sehat yang dibedakan dalam tiga tempat yaitu di kantin/pedagang sekitar sekolah, di warung sekitar rumah, dan di dalam rumah.

Ketersediaan jajanan golongan susu dan cukup protein hampir sama baik di rumah, di sekolah/sekitar sekolah dan warung sekitar rumah. Jajanan golongan buah, jus buah, dan jajanan cukup energi paling banyak tersedia di rumah dengan persentase 78,1%, 74%, dan 82,2%, sedangkan produk olahan susu paling banyak terdapat di warung sekitar rumah (54,8%).

Jajanan tidak sehat hampir selalu ditemukan di luar rumah. Sebagian besar jajanan tidak sehat seperti jajanan tinggi natrium, tinggi gula, dan tinggi lemak paling banyak tersedia di sekolah/sekitar sekolah, jajanan golongan minuman tinggi gula paling banyak tersedia di warung sekitar rumah, sedangkan jajanan golongan *Western fast food* paling banyak tersedia di rumah.

#### **10. Pemilihan Makanan Jajanan**

Pemilihan makanan jajanan diukur dengan jawaban yang menyatakan tingkat keseringan terhadap item pertanyaan yang tersedia. Tingkat keseringan tersebut yaitu tidak pernah,



kadang-kadang, sering, dan selalu. Pemilihan makanan dan minuman jajanan pada 73 subjek yang diteliti menunjukkan hasil yang beragam. Pemilihan makanan jajanan meliputi pertanyaan *favorable* dan *unfavorable*.

Pemilihan makanan jajanan pada anak-anak sangat beragam. Hal ini menunjukkan bahwa anak belum dapat membedakan makanan jajanan yang baik dan tidak baik. Sebagian besar subjek termasuk dalam kategori kadang-kadang dalam memilih berbagai jenis jajanan. Namun, mayoritas subjek selalu memilih jajanan golongan susu (53,4%), jajanan yang bersih (60,3%),

serta memperhatikan kandungan gizi dan tanggal kadaluarsa (45,2%). Subjek kadang-kadang memilih jajanan golongan lemak (70,8%), dan hanya 7,3% yang tidak pernah mengkonsumsinya. Selain itu, tidak ada (0%) subjek yang tidak pernah mengonsumsi jajanan golongan protein.

### **B. Hubungan Beberapa Variabel dengan Pemilihan Makanan Jajanan**

Ringkasan hasil uji hubungan beberapa variabel dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3.** Analisis Bivariat Hubungan Beberapa Variabel dengan Pemilihan Makanan Jajanan

Variabel	r	p
Besar Uang Jajan di Sekolah	-0,140	0,237*
Besar Uang Jajan di Rumah	-0,057	0,632*
Lama Tahun Pendidikan Ibu	0,161	0,173*
Total Ketersediaan Jajanan Sehat	0,200	0,090*
Total Ketersediaan Jajanan Tidak Sehat	0,108	0,364*
Frekuensi Sarapan Pagi	0,041	0,730*
Frekuensi Membawa Bekal Makanan ke Sekolah	0,303	0,009*
Pengetahuan Gizi dan Makanan Jajanan	0,212	0,072**

\*Uji Korelasi *Rank Spearman*

\*\*Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara besar uang jajan, baik di sekolah ( $r = -0,140$ ,  $p = 0,237$ ) maupun di rumah ( $r = -0,057$ ,  $p = 0,632$ ) dengan pemilihan makanan jajanan. Demikian

Analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara ketersediaan makanan jajanan sehat ( $r = 0,200$ ,  $p = 0,09$ ) dan tidak sehat ( $r = 0,108$ ,  $p = 0,364$ ) dengan pemilihan makanan jajanan, demikian pula pada variabel lama tahun pendidikan ibu ( $r = 0,161$ ,  $p = 0,173$ ).

Hasil analisis variabel frekuensi sarapan pagi ( $r = 0,041$ ,  $p = 0,730$ ) dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan tidak ada hubungan yang

pula pada hasil analisis pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan ( $r = 0,212$ ,  $p = 0,072$ ) dengan pemilihan makanan jajanan tidak menunjukkan hubungan bermakna.

bermakna. Namun, analisis bivariat frekuensi membawa bekal makanan dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan adanya hubungan yang bermakna ( $r = 0,303$ ;  $p = 0,009$ ). Hal ini berarti bahwa semakin sering frekuensi membawa bekal makanan sekolah maka pemilihan makanan jajanan semakin baik.

### **C. Variabel yang Paling Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan**



Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa frekuensi membawa bekal makanan memiliki hubungan yang paling dekat dengan pemilihan makanan jajan. Pada uji Anova diperoleh nilai  $p = 0,009$ . Hal ini menunjukkan persamaan regresi yang diperoleh layak untuk digunakan. Hasil analisis data regresi linier didapatkan angka Adjusted  $R^2 = 0,116$  yang dapat diartikan bahwa 11,6% pemilihan makanan jajan dapat dipengaruhi oleh besar uang jajan di sekolah, besar uang jajan di rumah, pengetahuan gizi dan makanan jajan, pendidikan ibu, frekuensi sarapan pagi, frekuensi membawa bekal makanan sekolah, dan peran media massa, sedangkan 88,4% dipengaruhi oleh variabel lain. Persamaan regresi yang didapatkan Pemilihan makanan jajan =  $24,437 + 0,875$  (frekuensi membawa bekal makanan sekolah). Hal ini berarti setiap peningkatan frekuensi membawa bekal sebesar 1 kali akan memperbaiki pemilihan makanan jajan pada anak sekolah dasar sebesar 0,896. Nilai signifikansi korelasi yaitu  $p = 0,009$  menunjukkan bahwa frekuensi membawa bekal makanan berhubungan secara signifikan dengan pemilihan makanan jajan.

#### 4. PEMBAHASAN

Makanan jajan memegang peranan penting dalam memberikan kontribusi tambahan untuk kecukupan gizi, khususnya energi dan protein. Kebiasaan jajan di sekolah terjadi karena 3-4 jam setelah makan pagi perut akan terasa lapar kembali<sup>[27]</sup>. Rendahnya sumbangan zat gizi dari makanan jajan yang disebabkan sebagian besar anak sekolah dasar mengonsumsi makanan jajan yang kandungan zat gizinya kurang bervariasi karena hanya terdiri dari 1 atau 2 jenis zat gizi saja<sup>[28]</sup>.

Makanan jajan sebaiknya tidak dikonsumsi pada waktu makan utama. Konsumsi jajan dapat menjaga kecukupan energi anak sebelum waktu makan utama tiba. Namun, konsumsi jajan yang berlebihan juga dapat menyebabkan peningkatan berat badan apabila pilihan jajan berupa makanan yang tinggi kalori, lemak, gula, dan rendah zat gizi yang dibutuhkan oleh anak-anak. Banyak iklan makanan yang

menawarkan jajan seperti keripik, kue kering, permen, dan minuman soda yang tidak termasuk pilihan jajan yang baik<sup>[29]</sup>.

Pemilihan makanan jajan merupakan salah satu bentuk perilaku kesehatan. Perilaku kesehatan merupakan hal-hal yang berkaitan dengan tindakan atau kegiatan seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Perilaku sendiri dibentuk melalui suatu proses dan berlangsung dalam interaksi manusia dengan lingkungannya. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku dibedakan menjadi dua, yaitu faktor intern dan ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan, kecerdasan, persepsi, emosi, motivasi, dan sebagainya yang berfungsi mengolah rangsang dari luar. Sedangkan faktor ekstern meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik seperti iklim, manusia, sosial ekonomi, kebudayaan, dan sebagainya.<sup>[30]</sup>

Pemilihan makanan jajan merupakan perwujudan perilaku<sup>[9]</sup>. Faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal, dan faktor sosial ekonomi dalam konteks pemilihan makanan. Faktor terkait makanan meliputi kandungan gizi, serta komponen kimia dan fisik makanan. Faktor personal meliputi persepsi sensori seperti aroma, rasa, dan tekstur, sedangkan faktor sosial ekonomi meliputi harga, merk, ketersediaan, serta budaya<sup>[10]</sup>.

Uang saku yang rutin diberikan pada anak dapat membentuk sikap dan persepsi anak bahwa uang saku adalah hak mereka dan mereka bisa menuntutnya. Kurangnya nasihat dan arahan dari orang tua tentang pemanfaatan uang saku akan mendorong anak untuk mememanfaatkannya secara bebas<sup>[31]</sup>. Pemberian uang saku mempengaruhi kebiasaan jajan pada anak usia sekolah<sup>[32]</sup>.

Sebanyak 70 subjek menghabiskan uang saku Rp 500 - Rp 5000 untuk membeli jajan di sekolah, hanya 1 subjek di antaranya menyatakan tidak pernah jajan di sekolah. Besar uang jajan yang tertinggi yaitu Rp 10.000.



Variasi uang jajan dapat berkaitan dengan tingkat sosial ekonomi keluarga subjek yang berbeda-beda. Rerata uang jajan subjek dalam sehari di sekolah yaitu Rp 3611,1. Penelitian sebelumnya di Semarang menyatakan bahwa rata-rata siswa menghabiskan uang saku sebesar Rp 5.090,91 per hari untuk membeli makanan jajanan<sup>[33]</sup>. Rerata ini lebih tinggi dibandingkan dengan hasil rerata pada penelitian ini. Perbedaan angka rerata tersebut dapat berkaitan dengan perbedaan karakteristik lokasi penelitian dan karakteristik subjek. Subjek menyatakan bahwa tidak seluruh uang saku yang diperoleh dipergunakan untuk membeli jajanan. Sebagian besar subjek menyatakan bahwa sisa uang saku yang tidak digunakan untuk jajan tetapi ditabung.

Hasil uji hubungan antara besar uang saku di sekolah dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna di antara keduanya. Hal ini dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor dukungan (support) dari pihak lain dapat mendukung perwujudan suatu tindakan dalam hal ini pemilihan makanan jajanan. Karakteristik anak sekolah dasar yaitu suka meniru orang-orang di sekitarnya termasuk orang tua, guru, dan teman sebaya. Perilaku yang kerap muncul adalah meniru teman sebayanya meskipun tidak sesuai dengan dirinya<sup>[30]</sup>. Anak sekolah dasar menganggap rasa lebih penting daripada kandungan gizi dalam membeli jajanan dan mereka lebih sering membeli jajanan manis<sup>[34]</sup>. Selain itu, ketersediaan makanan jajanan yang sehat menjadi salah satu faktor penting dalam menentukan pemilihan makanan jajanan yang sehat pula<sup>[16,17]</sup>.

Besar uang jajan yang diterima subjek di sekolah dan di rumah berbeda. Rerata besar uang jajan subjek di rumah sebesar Rp 1888,9 lebih kecil daripada rerata besar uang jajan di sekolah. Tidak seluruh subjek memperoleh uang jajan di rumah. Subjek yang tidak memperoleh uang jajan di rumah sebanyak 28 subjek (38,4%). Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua orang tua memberikan kelonggaran kepada anaknya untuk membeli jajan. Sosialisasi konsumen masa kanak-kanak (*childhood consumer*

*socialization*) mengacu pada proses di mana anak memperoleh kedewasaan, pengetahuan, dan sikap yang relevan dengan fungsi mereka sebagai konsumen, dalam hal ini konsumen makanan jajanan. Agen sosialisasi anak sebagai konsumen yaitu orang tua yang memiliki kontak langsung dengan anak. Orang tua bertanggung jawab atas kegiatan anak sebagai konsumen, salah satunya melalui pemberian uang saku. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi proses sosialisasi anak menjadi konsumen dalam mempergunakan uang jajan yaitu teman sebaya, media massa, dan lingkungan tempat tinggal anak<sup>[35]</sup>.

Hasil uji hubungan antara besar uang jajan di rumah dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna di antara keduanya. Hal ini berkaitan dengan faktor ekologi antara lain pengetahuan ibu, kebiasaan makan ibu, durasi menonton televisi, dan frekuensi mengkonsumsi jajanan. Sebuah penelitian di Korea menunjukkan bahwa faktor ekologi berhubungan dengan frekuensi anak dalam membeli makanan<sup>[34]</sup>. Hal ini berkaitan dengan faktor dalam keluarga dimana kebiasaan makan yang baik dimulai di rumah atas bimbingan orang tua. Peranan ibu yang paling banyak berpengaruh terhadap pembentukan kebiasaan makan anak-anak di dalam rumah<sup>[12]</sup>.

Faktor lain yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan adalah sarapan pagi. Sarapan pagi pada umumnya menyumbang gizi sekitar 25% dari angka kebutuhan gizi sehari. Anak yang tidak sarapan pagi cenderung mengkonsumsi energi dan zat gizi lebih sedikit daripada anak yang sarapan pagi<sup>[36]</sup>. Hasil uji hubungan antara frekuensi sarapan pagi dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan angka  $p = 0,730$  berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek (71,2%) selalu sarapan pagi setiap hari. Frekuensi sarapan pagi pada subjek tidak berkaitan dengan kebiasaan jajan di sekolah. Hal ini ditunjukkan dengan hasil bahwa terdapat 50 subjek yang tetap membeli jajan di sekolah walaupun sudah



sarapan pagi. Hal ini dapat berkaitan dengan banyaknya jam istirahat di sekolah, dimana dalam sehari terdapat 2-3 kali jam istirahat. Pada penelitian lain disebutkan bahwa anak-anak membeli makanan jajanan pada saat jam istirahat sekolah (92,2%) dengan alasan untuk mengurangi rasa lapar setelah beberapa jam belajar di kelas<sup>[33]</sup>.

Pada penelitian ini, subjek dengan ibu yang bekerja lebih banyak daripada ibu yang tidak bekerja. Ibu yang tidak bekerja lebih berkesempatan untuk menyediakan sarapan pagi bagi anaknya, sedangkan ibu yang bekerja tidak memiliki banyak waktu sebagaimana ibu yang tidak bekerja. Hal ini berkaitan dengan adanya hubungan antara jenis pekerjaan ibu, pengetahuan ibu, dan kesempatan sarapan, dengan kebiasaan sarapan<sup>[37]</sup>.

Selain sarapan pagi, frekuensi membawa bekal makanan pada anak ketika sekolah memberikan beberapa manfaat antara lain anak-anak dapat dihindarkan dari gangguan rasa lapar<sup>[12]</sup>. Pada penelitian ini, sebanyak 58 subjek (79,45%) membawa bekal ke sekolah sedangkan sisanya sebanyak 15 subjek mengaku tidak pernah membawa bekal makanan ke sekolah. Di antara 58 subjek tersebut, sebagian besar subjek (69,9%) membawa bekal dengan frekuensi 1-3 kali/minggu (kadang-kadang). Frekuensi ini berhubungan dengan kegiatan subjek di sekolah. Subjek menyatakan bahwa mereka membawa bekal makanan terutama pada hari Senin - Rabu, karena pada hari tersebut, subjek menghabiskan banyak waktu di sekolah berkaitan dengan adanya jam tambahan pelajaran di sekolah (les). Bekal makanan dapat menjadi makanan tambahan karena kebutuhan gizi anak yang semakin meningkat sedangkan kemampuan saluran cerna anak masih terbatas<sup>[38]</sup>.

Hasil uji hubungan frekuensi membawa bekal makanan dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hubungan yang diperoleh yaitu semakin sering frekuensi membawa bekal makanan ke sekolah, maka pemilihan makanan jajanan semakin baik. Dalam penelitian ini, bekal

makanan yang dibawa ke sekolah adalah bekal makanan yang dibawa dan dipersiapkan dari rumah. Kebiasaan membawa bekal makanan merupakan salah satu faktor pemudah yang mendorong terwujudnya pemilihan makanan jajanan yang baik<sup>[30]</sup>. Ketersediaan jajanan tidak sehat seperti jenis jajanan tinggi lemak, tinggi natrium, tinggi gula, dan minuman bersoda banyak tersedia di kantin sekolah, dan gerai jajanan<sup>[39]</sup>. Ketika anak sudah membawa bekal makanan ke sekolah, maka anak cenderung mengkonsumsi bekal makanan yang dibawa dari rumah. Oleh karena itu, bekal sekolah dapat menghindarkan anak dari kebiasaan membeli jajan yang sekaligus menghindarkan anak dari bahaya jajanan yang tidak sehat dan tidak aman<sup>[12]</sup>.

Pengetahuan juga salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan adalah hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). Hal ini didasarkan pada pengalaman berbagai penelitian yang menyatakan bahwa perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih tahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan termasuk di dalamnya pengetahuan gizi, jajan, dan makanan jajanan dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun informal<sup>[30]</sup>.

Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa sebagian besar subjek yaitu sebanyak 33 subjek (45,2%) memiliki pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan dengan kategori sedang dan masih ada subjek yang masuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 20 subjek (27,4%). Masih kurangnya pengetahuan anak tentang gizi dan makanan jajanan dapat disebabkan oleh kurangnya sumber internal atau pengalaman yang diperoleh dari berbagai sumber misalnya media massa, media elektronik, buku, maupun dari sumber eksternal yaitu yang berasal dari orang lain, misalnya pendidikan gizi



yang dapat menambah pengetahuan anak<sup>[40]</sup>.

Hasil uji hubungan antara pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan angka signifikansi 0,072 yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara kedua variabel tersebut. Hal ini karena pengetahuan yang baik belum tentu diwujudkan dalam perilaku yang baik. Terbentuknya suatu perilaku baru dimulai pada domain kognitif. Dalam arti, subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi atau objek di luarnya sehingga menimbulkan pengetahuan baru pada subjek tersebut dan selanjutnya menimbulkan respons batin dalam bentuk sikap terhadap objek yang diketahui tersebut. Namun, seseorang dapat bertindak atau berperilaku tanpa mengetahui dahulu makna stimulus yang diterimanya. Dengan kata lain, tindakan (*practice*) seseorang tidak harus didasari oleh pengetahuan atau sikap<sup>[30]</sup>.

Pengetahuan tidak terlepas dari pendidikan. Pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan<sup>[41]</sup>. Peran orang tua terutama ibu untuk mengarahkan anak dalam pemilihan makanan jajanan cukup besar. Pendidikan gizi bertujuan untuk mengarahkan anak kepada pembiasaan dan cara makan yang baik. Ibu dengan pengetahuan luas tentang gizi dan ditunjang dengan pendidikan yang tinggi, maka dalam memilih maupun memberikan makanan kepada anaknya semakin baik<sup>[12]</sup>.

Mayoritas ibu subjek telah menempuh pendidikan formal yang cukup. Hal ini dapat dilihat dari jenjang pendidikan yang paling banyak ditempuh oleh ibu subjek yaitu SMA/MA sebanyak 27 subjek (37,0%) dan yang menempuh pendidikan sekolah dasar hanya 1 subjek (1,4%). Distribusi pendidikan ibu subjek yang diperoleh dari hasil penelitian ini cukup beragam mulai dari jenjang sekolah dasar hingga pendidikan tinggi strata dua (S2). Keragaman pendidikan ibu ini dapat dipengaruhi oleh faktor latar belakang

sosial dan ekonomi yang bervariasi pada masing-masing keluarga subjek.

Hasil analisis bivariat antara pendidikan ibu dengan pemilihan makanan jajanan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu dengan pemilihan makanan jajanan. Hubungan yang tidak bermakna tersebut dapat disebabkan oleh proses adopsi perilaku yang belum sempurna. Pendidikan sebagai sumber informasi pengetahuan. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*behaviour*). Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran, maka perilaku tersebut tidak dapat berlangsung lama atau bersifat langgeng (*long lasting*). Kepercayaan, ide, dan konsep terhadap suatu objek, kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu objek, dan kecenderungan untuk bertindak merupakan komponen yang secara bersama-sama membentuk sikap yang utuh (*total attitude*). Namun, suatu sikap belum tentu terwujud dalam suatu tindakan (*overt behaviour*). Untuk mewujudkan suatu sikap, diperlukan faktor pendukung atau suatu kondisi yang memungkinkan, antara lain adalah fasilitas. Di samping faktor fasilitas, faktor dukungan (*support*) dari pihak lain penting untuk mendukung terbentuknya suatu tindakan<sup>[30]</sup>.

Media massa merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Media massa sebagai media komunikasi massa berperan untuk menyampaikan informasi. Sumber informasi iklan jajanan yang paling banyak diakses oleh subjek adalah melalui media elektronik berupa televisi. Hampir seluruh subjek yaitu sebanyak 69 subjek (94,4%) menggunakan televisi sebagai sumber informasi iklan jajanan. Hal ini karena, sebagai sumber pesan, televisi merupakan media audio visual yang paling luas jangkauannya. Pada media ini terdapat visualisasi, figur, serta bentuk yang menarik sehingga sasaran dapat lebih mudah dalam menyerap informasi yang disampaikan. Menonton televisi juga tidak memerlukan keterampilan khusus sebagaimana internet dan relatif lebih murah dibandingkan media sejenisnya<sup>[30]</sup>.



Faktor lain yang berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan adalah faktor ketersediaan. Ketersediaan makanan jajanan dapat diartikan apakah jajanan tersedia di lingkungan anak-anak dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dijual di pertokoan dekat rumah, lingkungan sekolah, terdapat di rumah, dan dibeli oleh anak-anak<sup>[16]</sup>. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa jajanan sehat banyak tersedia di rumah dan sebaliknya, jajanan tidak sehat banyak dijumpai baik di lingkungan rumah maupun di sekolah/sekitar sekolah. Konsumsi jajanan tidak sehat dipengaruhi oleh ketersediaan makanan dan kesempatan untuk membeli<sup>[16]</sup>. Ketersediaan makanan jajanan di rumah dapat menjadi faktor protektif agar anak terhindar dari mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat. Oleh sebab itu, jajanan sehat sebaiknya tersedia di semua tempat terutama di rumah, agar akses anak terhadap jajanan sehat terjamin.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara ketersediaan jajanan baik sehat maupun tidak sehat dengan pemilihan makanan jajanan. Hal ini karena membentuk pola makan yang lebih sehat pada anak-anak membutuhkan keterlibatan banyak pihak seperti orang tua, keluarga, dan sekolah. Keluarga, terutama orang tua berperan penting terhadap perkembangan pola makan anak dan kualitas diet<sup>[42]</sup>. Apabila jajanan sehat tidak tersedia di rumah, maka anak akan mencari jajanan di luar rumah yang sebagian besar merupakan jajanan yang tidak sehat. Anak-anak belum dapat membedakan makanan yang sehat dan tidak sehat dengan baik, sehingga membutuhkan pendampingan orang tua dalam memilih makanan jajanan di luar rumah. Pengaruh teman sebaya merupakan faktor sosial yang juga mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Meniru atau mempelajari kebiasaan teman sebaya mempengaruhi pengambilan keputusan dalam memilih jajanan<sup>[43]</sup>.

#### **Faktor yang Paling Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan**

Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa frekuensi

membawa bekal makanan memiliki hubungan yang paling dekat dengan pemilihan makanan jajanan. Persamaan regresi yang didapatkan sebagai berikut: Pemilihan makanan jajanan =  $24,437 + 0,875$  (frekuensi membawa bekal makanan sekolah). Hal ini berarti setiap peningkatan frekuensi membawa bekal makanan sebesar 1 kali akan memperbaiki pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar sebesar 0,875. Hal ini karena pemilihan makanan jajanan merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan<sup>[44]</sup>. Anak-anak yang membawa bekal makanan sehat dari rumah dapat menyediakan waktu lebih banyak untuk makan tanpa meningkatkan tingkat konsumsi mereka, sehingga anak juga dapat meluangkan waktu lebih banyak untuk memperhatikan makanannya<sup>[36]</sup>. Kebiasaan makan merupakan cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi, dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasarkan pada latar belakang sosial budaya<sup>[44]</sup>. Kebiasaan membawa bekal makanan yang baik merupakan salah satu penerapan kebiasaan makan yang baik yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi saat di sekolah sekaligus mengajarkan contoh makanan yang sehat<sup>[45]</sup>. Oleh karena itu, kebiasaan membawa bekal makanan sehat dapat mengurangi kebiasaan jajan sekaligus mengurangi pemilihan jajanan yang tidak sehat.

Hasil analisis data regresi linier didapatkan angka *Adjusted R<sup>2</sup>* = 0,116 yang dapat diartikan bahwa 11,6% pemilihan makanan jajanan dapat dipengaruhi oleh variabel dalam penelitian ini, sedangkan 88,6% dipengaruhi oleh variabel lain. Hal ini karena pemilihan makanan di tingkat individu bersifat kompleks. Pengalaman dan perjalanan hidup seseorang akan mempengaruhi faktor-faktor utama yang berpengaruh terhadap pemilihan makanan. Faktor utama mencakup idealisme, faktor personal, sumber daya, konteks sosial, dan konteks makanan. Pengaruh tersebut menginformasikan pengembangan berbagai sistem personal untuk memilih makanan dengan menggunakan nilai-nilai dan strategi perilaku<sup>[46]</sup>. Pemilihan makanan tidak hanya ditentukan oleh kebutuhan



psikologis dan kebutuhan gizi saja. Beberapa faktor yang mempengaruhi pilihan makanan meliputi faktor biologis, faktor ekonomi, faktor fisik, faktor sosial, faktor psikologis, sikap, kepercayaan, dan pengetahuan tentang makanan<sup>[43]</sup>.

Frekuensi membawa bekal makanan adalah kebiasaan yang berkaitan dengan faktor biologis sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan. Faktor biologis dalam hal ini yaitu rasa lapar. Sistem saraf pusat berperan dalam mengontrol keseimbangan antara rasa lapar, stimulasi nafsu makan, dan asupan makanan.<sup>[47]</sup> Ketika berada di sekolah, anak berada di antara waktu makan pagi dan waktu makan siang sehingga sering timbul rasa lapar yang mendorong anak untuk mengonsumsi jajanan. Akibatnya, anak jajan di sekolah sekadar untuk menghilangkan rasa lapar tanpa mempertimbangkan mutu dan keseimbangan asupan gizi. Kebiasaan membawa bekal ini juga terkait dengan faktor ketersediaan, apabila anak sudah membawa bekal makanan, maka akses anak terhadap makanan menjadi lebih mudah sehingga kemungkinan untuk membeli jajan menjadi lebih kecil. Selain itu, orang tua sebagai bagian dari lingkungan sosial budaya dapat memperkenalkan kebiasaan makan pada anak tentang apa, kapan, dan dimana sebaiknya makan. Bekal makanan yang dibawa dari rumah ke sekolah merupakan makanan yang dipilih oleh ibu, sedangkan jajanan yang diperoleh di luar rumah merupakan makanan yang dipilih sendiri oleh anak. Dengan demikian frekuensi membawa bekal makanan dapat mengurangi kebiasaan jajan sehingga membantu mengurangi kemungkinan mengonsumsi jajanan yang tidak sehat yang banyak tersedia di luar rumah. Selain itu, Oleh karena itu, kebiasaan membawa bekal makanan hendaknya selalu dipertahankan dan ditekankan oleh orang tua dalam setiap keluarga<sup>[12,22,48]</sup>.

## 5. SIMPULAN

Pada berbagai item pemilihan makanan jajanan, sebagian besar subjek termasuk dalam kategori kadang-kadang. Pengetahuan anak mengenai gizi dan makanan jajanan

yang masuk kategori baik hanya sebesar 24,7%, sebagian besar masuk dalam kategori sedang (45,2%). Seluruh ibu berpendidikan cukup dengan sebagian besar menempuh pendidikan tingkat SMA (37%). Besar uang jajan di sekolah mayoritas (95,9%) berkisar antara Rp 500 - Rp 5000 dengan rerata Rp 3611,1 ± 1789,136. Besar uang jajan di rumah sebagian besar berkisar antara Rp 500 - Rp 2500. Frekuensi sarapan pagi setiap hari terdapat pada sebagian besar anak (71,2%), sedangkan frekuensi membawa bekal sebagian besar (69,9%) termasuk dalam kategori kadang-kadang (1-3 kali/minggu). Jajanan sehat banyak ditemukan di rumah, sedangkan jajanan tidak sehat banyak ditemukan di luar rumah terutama di sekitar sekolah. Frekuensi membawa bekal makanan ke sekolah merupakan faktor yang paling berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar.

## 6. SARAN

Peran orang tua murid dalam mendidik dan memberikan pendidikan gizi di luar pendidikan formal sekolah perlu ditingkatkan agar anak dapat memilih dan membedakan antara makanan jajanan sehat dan tidak sehat. Orang tua hendaknya menyediakan jajanan sehat di rumah agar anak terhindar dari mengonsumsi jajanan tidak sehat yang banyak terdapat di luar rumah. Kebiasaan membawa bekal makanan sekolah dan sarapan pagi juga perlu dibiasakan setiap hari untuk mengurangi kemungkinan membeli jajanan. Peran pihak sekolah dapat melalui penyampaian informasi mengenai pemilihan makanan jajanan, pemasangan poster-poster kesehatan dan pengawasan yang lebih intensif terhadap penjaja makanan di lingkungan sekolah. Penelitian selanjutnya mengenai pemilihan makanan jajanan perlu melakukan observasi lebih lanjut tentang hubungan masing-masing faktor agar diperoleh hasil yang lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Winarno FG. *Makanan Jajanan*. Laporan Akhir Proyek Makanan



- jajanan. Bogor: Institut pertanian Bogor; 1993.
2. Februhartanti J. *Amankah makanan jajanan anak sekolah di Indonesia?*. [serial online] 2004 [Diakses 21 Januari 2011]. Tersedia dari: URL: <http://www.gizi.net>.
  3. Winarno FG. *Potensi dan masalah makanan jajanan*. Dalam: Keamanan pangan. Naskah akademis. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 1997. Hal. 98.
  4. Hidayat TS, Mujiyanto TT, Susanto D. *Pola kebiasaan jajan murid Sekolah Dasar dan ketersediaan makanan jajanan tradisional di lingkungan sekolah di Propinsi Jawa Tengah dan D. I. Yogyakarta*. Widyakarya Nasional Khasiat Makanan Tradisional. Jakarta: Kantor Menteri Negara Urusan Pangan Republik Indonesia; 1995.hal.597-602.
  5. Rahmi AA, Muis SF. *Kontribusi makanan jajanan terhadap tingkat kecukupan energi dan protein serta status gizi anak Sekolah Dasar Siliwangi Semarang*. Media Medika Muda 2005;1: 55-59.
  6. Adair LS, Popkin BM. *Are child eating patterns being transformed globally?*. Obesity Research. 2005; 13. p. 1281-1299.
  7. Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. *Jajanan Anak sekolah*. Sistem Keamanan Pangan Terpadu 2007; 1.
  8. FAO. *Street foods (FAO food and nutrition paper) - Alimentation de rue (etude FAO alimentation et nutrition) Ahmentos que se venden en lavia publica (Estudio FAO alimentaciony nutricion)*. Report of An FAO Technical Meeting On Street Food. India-Roma. 1997.
  9. Notoatmodjo S. *Prinsip-prinsip dasar ilmu kesehatan masyarakat*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2003. Hal. 205.
  10. Shepherd R, Sparks P. *Modelling food choice*. In: MacFie HJH, Thomson DMH. *Measurement of Food Preferences*. Gaithersburg, MD: Aspen, 1999.
  11. Mahfoedz I, Suryani S. *Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya, 2007. Hal. 8-73.
  12. Handayani N. *Peran orang tua, sekolah, dan pedagang pada makanan jajanan anak* [serial online]. 19 Jan 2009 [Diakses 2 Apr 2011]. Tersedia dari: URL: <http://www.jurnal.pdii.lipi.go.id>.
  13. Almatsier S, editor. *Penuntun diit anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2003. Hal. 18-19.
  14. Bandura A. *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs NJ: Prentice Hall, 1986.
  15. Simon, Morton BC, Coates TJ, Saylor KE, Seroghy E, Barofsky 1. *Great sensation: A program to encourage heart healthy snacking by high school students*. J School Health: 1984;54:280-291.
  16. Hang CM, Lin W, Yang HC, Pan WH. *The relationship between snack intake and its availability of 4th-6th graders in Taiwan*. Asia Pac J Clin Nutr 2007;16. p. 547-553.
  17. PeiLin H. *Factors influencing students' decisions to choose healthy or unhealthy snacks at the University of Newcastle, Australia*. Journal of Nursing Research 2004; 12(2). p. 83-91.
  18. Budiyanto FX. *Perilaku konsumen*. Edisi 6. Jakarta: Binarupa Aksara, 1994.
  19. Tyas ES. *Gambaran perilaku jajan murid sekolah dasar di Jakarta*. Jurnal Psikobuana Fakultas Atmajaya Jakarta 2009;1:29-38.
  20. Rahayu TP. *Politik identitas anak-anak dalam iklan anak-anak*. Ilmu komunikasi FISIP Unair Surabaya [serial online] 2003 [Diakses 17April



- 2011]. Tersedia dari: URL: <http://www.jurnal.unair.ac.id>.
21. Halford JCG, Boyland EJ, Hughes GM, Stacey L, Kean SM, Dovey TM. *Beyond-brand effect of television food advertisement on food choice in children: the effect of weight status*. Public Health Nutrition; 2007;11(9). p. 897-904.
  22. Khomsan A. *Teknik pengukuran pengetahuan*. Bogor: Institut Pertanian Bogor, 2000. Hal.30-35.
  23. Department of Nutrition Services, The Ohio State University University Medical center. *Heart healthy diet: low fat, low cholesterol, low sodium diet* [serial online] Sept 30 2010 [Diakses pada Aug 8 2011]. Tersedia dari URL:<http://www.ohio.edu>
  24. Whitney E, Rolfes SR. *Understanding nutrition*. 11th Ed. United States of America: Thomson Wadsworth; 2005. p.111,121,157,411-412.
  25. Marliyati SA. *Formulasi Makanan Kudapan PMT-AS, Pelatihan Pengembangan Teknologi dan keamanan makanan kudapan*, Bogor. 1999.
  26. *The British Dietetic Association. Food Fact Sheet: Sugar* [serial online] May 2010 [Diakses Aug 8 2011]. Tersedia: URL:<http://www.bda.uk.com/foodfacts>
  27. Sihadi. *Makanan jajanan bagi Anak sekolah*. Jurnal Yarsi; 2004:12 (2).