

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN SIKAP ANAK SEKOLAH DENGAN PERILAKU MEMILIH MAKANAN JAJANAN DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP) NEGERI 2 KOTA KUPANG.

Yohakim Dawi, Intje Picauly, Lewi Jutomo

Jurusan Gizi Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Nusa Cendana-Kupang

ABSTRAK, Food such as rice fried cakes of any kind sold in street sides, or henceforth *makanan jajanan*, is one choice of other ones for the school children to consume when there is a break. food as such is very risky to biological or chemical pollution that affects human health. The research is aimed at finding out the relation between the knowledge of nutrition and the attitude of school children with the habit of choosing *makanan jajanan* by the school children of SMP Negeri 2 Kota Kupang. The research is of analytical survey of cross sectional study design. 90 people-school children in SMP Negeri 2 Kota Kupang in this respect, have been randomly sampled. They consist of 39 7th-grade schoolchildren 26 8th- grade school children, and 25 9th-grade school children. Questionnaire has been used to collect data, by all means the respondents themselves fill in questionnaire. Each variable under research is tested according to chi square test. The test is used to find out relation between the knowledge of nutrition and the attitude of school children with the habit of choosing *makanan jajanan*. The research shows no relations between the knowledge of nutrition and the attitude of school children with the habit of choosing *makanan jajanan*; the value of $p = 0,930$ ($>0,05$) is revealed in this case. Similarly, school children attitude on the habit of choosing *makanan jajanan* has no relation either. This can be seen in its value of $p = 0,788$ ($>0,05$). It can be concluded then that there is no relation between the knowledge of nutrition and the attitude of school children with the habit of choosing *makanan jajanan*.

Key words : Knowledge Of Nutrition, Attitude, Habit Of Choosing *Makanan Jajanan*

PENDAHULUAN

Makanan jajanan merupakan salah satu pilihan bagi anak sekolah untuk dikonsumsi pada saat istirahat sekolah. Makanan dan jajanan sekolah sangat berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan. Makanan jajanan yang dikonsumsi anak sekolah perlu mendapat perhatian dari aspek gizi dan keamanannya mengingat anak sekolah masih dalam masa tumbuh kembang, maka keseimbangan gizi dalam tubuh harus diperhatikan supaya tetap sehat (Damayanti, 2005 dalam Rohmah, 2010).

Dampak negatif akibat mengkonsumsi jajanan sekolah dan makanan umum lainnya bisa muncul dalam jangka pendek atau jangka panjang. Contoh bahaya jangka

pendek adalah terjadinya keracunan pangan sebab tercemar mikroorganisme, parasit atau bahan racun kimiawi (pestisida). Dampak yang sering ditemukan adalah muntah dan diare sehabis mengkonsumsi jajanan (Nadesul, 2009). Contoh jangka panjang adalah terjadinya kanker (Hafsah, 2011).

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) menyebutkan, lebih dari 45 persen jajanan anak sekolah tidak aman karena mengandung bahan berbahaya seperti formalin, boraks dan pewarna tekstil (*rhodamin B*) dan juga tercemar mikroba. Survei BPOM tahun 2009 terhadap 4.500 sekolah di 79 Kabupaten/Kota di Indonesia menyatakan hanya 60,1 persen sekolah yang memiliki kantin dan hanya 46 persen di antaranya dalam kondisi bersih. Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) juga pernah melakukan penelitian di 10 provinsi, dari 163 sampel jajanan anak yang diuji, sebanyak 80 sampel (lebih dari 50%) tidak memenuhi baku mutu keamanan. Kebanyakan jajanan yang bermasalah itu mengandung boraks, formalin, zat pengawet, zat pewarna, zat pemanis dan garam yang digunakan tidak beryodium. (Hafsah, 2011)

Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan jajan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian dari budaya keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Susanto, 2003).

Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan anak dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Untuk pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup sedangkan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah. Sikap pemilihan makanan jajanan merupakan hasil perubahan pada anak SMP dan mengalami perubahan terus-menerus menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan dan tingkat budaya tersebut salah satu faktor yang mempengaruhi sikap pemilihan makanan jajanan adalah sikap dalam pemilihan makanan (Solihin, 2005).

Salah satu sikap penting dan mendasar sebagai sebab timbulnya masalah gizi kurang adalah adanya sikap pemilihan makanan jajanan individu yang tidak sesuai dengan kaidah gizi, oleh karena itu upaya penyadaran akan gizi pada anak sekolah perlu ditingkatkan sehingga anak sekolah mengetahui makanan jajanan yang baik dan bergizi (Susanto, 2003). Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dan sikap anak Sekolah dengan perilaku memilih makanan jajanan pada anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Kota Kupang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian Survei Analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*, yang bertujuan untuk mempelajari korelasi antara pengetahuan gizi dan sikap dengan perilaku memilih makanan jananan. Lokasi penelitian adalah Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Kota Kupang. Penelitian dilaksanakan selama enam bulan yaitu terhitung dari bulan September 2011-Mei 2012.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa yang bersekolah di SMP Negeri 2 Kota Kupang yang pada Tahun Ajaran 2011/2012 berjumlah 1413 siswa.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2010). Sampel diambil secara *Stratified Random Sampling* yaitu dengan menetapan n (jumlah sampel) tiap strata (kelas) secara proporsional.

Analisis data mengenai pengetahuan gizi dan sikap anak sekolah dengan mendeskripsikan setiap variabel penelitian dan disajikan dalam bentuk tabel kemudian diinterpretasikan. Analisis lanjutan digunakan untuk menguji hipotesis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan uji *Chi-Square* ($\alpha=0,05$) yaitu dengan melihat nilai p. Jika nilai $p < 0,05$ artinya ada hubungan yang signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan

Pengelompokan tingkat pengetahuan gizi responden dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku memilih makanan jajanan. Secara rincinya, distribusi responden berdasarkan tingkatan pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan makanan jajanan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkatan Pengetahuan Gizi dan Perilaku Memilih Makanan Jajanan di SMPN 2 Kota Kupang

Perilaku	Tingkat Pengetahuan						Jumlah Responden	
	Baik		Cukup		Kurang		n	%
	n	%	n	%	n	%		
Ya	82	91	1	1	1	1	84	93
Tidak	6	7	0	0	0	0	6	7
Total	88	98	1	1	1	1	90	100

Sumber : Data Primer Tahun 2012

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Persentase responden yang berperilaku memilih makanan jajanan sebesar 91 % (82 orang) berasal dari responden yang berpengetahuan baik. Hal ini juga dapat dilihat pada responden yang tidak memilih

makanan jajanan dengan berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (7 %). Hasil dari uji korelasi *Chi Square Test* tentang hubungan pengetahuan gizi dengan perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan diperoleh nilai p sebesar 0,930. Dengan demikian nilai p 0,930 lebih besar dari 0,05, maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan di SMPN 2 Kota Kupang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pengetahuan anak mengenai pemilihan makanan jajanan di SMPN 2 Kota Kupang sebagian besar adalah baik. Hal ini dilihat dengan ketepatan responden menentukan jawaban, tetapi pada dasarnya pengetahuan yang baik belum tentu berperilaku baik. Dalam hal ini, kadang berbanding terbalik. Ada beberapa faktor lain yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku adalah ketersediaan makanan jajanan yang dijual di kantin dan sekitar pagar sekolah.

Faktor lain yang mempengaruhi perilaku anak memilih makanan jajanan adalah jumlah uang saku. Uang saku menentukan perilaku memilih makanan jajanan, karena biasanya makanan jajanan yang sehat harganya lebih mahal. Hal ini didukung hasil penelitian oleh Febry (2006) yang menyebutkan bahwa jumlah nominal dan cara orang tua memberikan uang saku merupakan faktor penentu perilaku jajan anak sekolah.

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 memanfaatkannya secara bebas. Pemberian uang saku mempengaruhi kebiasaan jajan pada anak usia sekolah. Menurut Moore (1997) dalam bukunya tentang Pedoman Terapi Diet dan Gizi dikemukakan bahwa semakin anak bertumbuh besar dan mempunyai uang lebih banyak untuk dibelanjakan. Mereka akan mengkonsumsi lebih banyak *snack* dan makanan di luar rumah. *Fast food* menawarkan makanan yang kemungkinan besar akan tinggi lemak, garam dan gula serta rendah dalam vitamin dan mineral.

Perilaku anak memilih makanan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan. Kebiasaan makan merupakan sebagai cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasarkan pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga (Susanto, 2003).

Hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku memilih makanan jajanan ini dikarenakan bahwa pemilihan makanan jajanan anak dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya tentang gizi. Ketidaktahuan dapat menyebabkan kesalahan dalam pemilihan bahan makanan dan konsumsi bahan makanan, meskipun makanan tersebut tersedia (Hermin, 2003 dalam Aidy, 2011).

Adanya pengetahuan yang baik merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan sifat dan perilaku seseorang terhadap makanan selain itu pengetahuan mempunyai peranan penting untuk dapat membuat manusia hidup sejahtera dan berkualitas. Semakin banyak pengetahuan gizi atau makanan semakin di perhitungkan jenis dan berkualitas makanan yang akan dipilih dan dikonsumsi (sediaotomo, 2000 dalam Aidy, 2011)

Pengetahuan tentang kandungan zat gizi dalam berbagai bahan makanan, kegunaan makanan bagi kesehatan dapat membantu memilih bahan makanan yang harganya tidak begitu mahal akan tetapi nilai gizinya tinggi (Moehji, 2003). Hal ini tidak sesuai dengan teori Solihin (2005) dalam Yulianingsih (2009) yang menyatakan bahwa pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan, di mana pengetahuan gizi anak sekolah merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sikap anak sekolah dalam memilih makanan jajanan.

Hubungan Sikap Anak Sekolah dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan

Perilaku memilih makanan jajanan yang dimaksud ialah, responden melakukan tindakan memakan makanan jajanan. Dalam kuesioner ditanyakan beberapa jenis makanan jajanan yang tersedia dan disukai atau dipilih responden. Apabila responden pernah memilih dan memakannya maka akan dimasukkan pada kriteria ya, begitupun sebaliknya, apabila responden tidak memilih dan tidak memakan makanan jajanan akan dimasukkan pada kategori tidak. Hasil analisis hubungan antara sikap mengenai pemilihan makanan jajanan dengan perilaku anak memilih makanan Secara rincinya, dilihat pada Tabel 2.

Data hasil penelitian dalam tabel di atas menunjukkan bahwa Persentase responden yang berperilaku memilih makanan jajanan sebesar 91 % (82 orang) berasal dari responden yang menunjukkan sikap positif. Hal ini juga dapat dilihat pada responden yang tidak memilih makanan jajanan dengan sikap positif sebanyak 6 orang (7 %).

Persentase yang sangat berbeda jauh ini menunjukkan bahwa tidak ada pola kecenderungan hubungan antara sikap dengan perilaku responden memilih makanan

jajanan. Rata-rata responden yang bersikap positif mempunyai perilaku memilih makanan jajanan. Hasil dari uji korelasi *Chi Square Test* tentang hubungan sikap anak sekolah dengan perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan diperoleh nilai p sebesar 0,788. Dengan demikian nilai p 0,788 lebih besar dari 0,05, maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan di SMPN 2 Kota Kupang.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Sikap dan Perilaku Memilih Makanan Jajanan di SMPN 2 Kota Kupang

Perilaku	Kategori Sikap				Jumlah Responden	
	Positif		Negatif		n	%
	n	%	n	%		
Ya	83	92	1	1	84	93
Tidak	6	7	0	0	6	7
Total	89	99	1	1	90	100

Sumber : Data Primer Tahun 2012

Hasil penelitian ini menunjukkan sikap anak yang mendukung lebih banyak yang berperilaku tidak baik. Hal ini disebabkan anak yang mempunyai sikap mendukung terpengaruh oleh lingkungan terutama teman sebayanya. Sikapnya mendukung dalam pemilihan makanan jajanan tetapi timbul keinginan ingin mencicipi makanan yang di makan temannya. Perilaku yang muncul adalah meniru teman meskipun tidak sesuai dengan sikap yang dimilikinya. Hal ini sesuai dengan karakteristik anak sekolah yaitu suka meniru orang-orang disekitarnya termasuk orang tua, guru dan teman sebaya (Notoatmodjo, 2003).

Sikap anak sudah terbentuk dan menjadi konsep mendasar berasal dari budaya dalam keluarga. Latar belakang keluarga anak di SMP Negeri 2 Kota Kupang kebanyakan menengah ke atas. Status sosial ekonomi dan pendidikan orang tua kebanyakan baik sehingga budaya yang diterapkan juga baik dan membentuk sikap anak menjadi baik. Terlepas dari itu, berbagai faktor yang mempengaruhi timbulnya sikap juga memberikan andil besar. Kurang selektifnya siswa dalam menerima dan mengolah pengaruh-pengaruh dari luar menjadikannya sebagai faktor internal yang berpengaruh terhadap sikap siswa itu sendiri. Faktor eksternal yang mempengaruhinya bisa berupa, sifat objek yang dijadikan sasaran. Jajanan dengan tekstur, warna dan bentuk bisa mempengaruhi atau membuat siswa tergiur untuk memilihnya.

Pengalaman pribadi adalah apa yang telah ada yang sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan anak dalam memilih makanan jajanan. Anak sekolah akan cenderung mengkonsumsi makanan yang dianggapnya enak, walaupun

secara sadar mereka telah mengetahui bahwa makanan yang dikonsumsi bisa berpengaruh negatif terhadap kesehatan dirinya sendiri. Selain itu, kurang bertanggungjawabnya kemampuan seseorang untuk menerapkan pengetahuan gizi ke dalam memilih makanan jajanan dan pengembangan cara pemanfaatan pangan yang sesuai. Hal ini karena dipengaruhi oleh kebiasaan atau budaya yang telah mengakar dalam diri setiap individu.

Hasil penelitian lain yang dilakukan Puriantini (2010) tentang hubungan pengetahuan dan sikap mengenai pemilihan makanan jajanan dengan perilaku anak memilih makanan juga menunjukkan tidak ada hubungan antara sikap dan perilaku memilih makanan jajanan dengan nilai signifikansinya 0,460 ($p > 0.05$). Hasil penelitian ini, berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sekarsari (2003), dengan judul penelitian Studi Perilaku Siswa Sekolah Terhadap Keamanan Makanan Jajanan, dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku memilih makanan jajanan dengan nilai signifikansi 0,01 artinya $p < 0,05$. Hal yang sama juga ditemukan dalam hasil penelitian Chuslah (2002), dengan judul perilaku remaja terhadap aspek keamanan makanan jajanan, terhadap 80 responden didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara sikap dan perilaku memilih makanan jajanan.

Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan atau perilaku. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Sikap yang baik belum tentu memunculkan tindakan atau membentuk perilaku yang baik (Susanto, 2003).

PENUTUP

Simpulan

1. Sebagian besar (98%) anak sekolah mempunyai pengetahuan gizi baik.
2. Sebagian besar (99%) anak sekolah memiliki sikap Positif dalam memilih makanan jajanan.
3. Pengetahuan gizi dan sikap tidak berpengaruh nyata terhadap perilaku anak sekolah dalam memilih makanan jajanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidy, M. Rizwan. 2011. *hubungan pengetahuan gizi, tingkat pemberian uang saku dengan pemilihan jajanan di SDN Sungai Besar 8 Banjarbaru tahun 2011*. Skripsi. Undip Semarang.
- <http://aidy-data.blogspot.com/2011/12/hubungan-pengetahuan-gizi-dengan.html> (diakses pada tanggal 05 Mei 2012 pukul 12 :56 wita)

- Chuslah, Raudoh. 2002. *Perilaku Remaja Terhadap Aspek Keamanan Makanan Jajanan. Skripsi*. Institut Pertanian Bogor.
- Febry, Fatmalina. 2006. *Penentuan Kombinasi Makanan Jajanan Tradisional Harapan Untuk Memenuhi Kecukupan Energi dan Protein Anak Sekolah Dasar di Kota Palembang*. Tesis. Universitas Diponegoro Semarang
- Hafsah, Athfal Nabila. 2011. *Awat Jajanan Berbahaya Bagi Anak*. Artikel. <http://nabilahafsah.blogspot.com/2011/02/awat-jajanan-berbahaya-bagi-anak.html> (diakses pada tanggal 09 April 2011 pukul 05 :56 wita)
- Moore, Mary Courtney. 1997. *Pedoman Terapi Diet dan Gizi*. Jakarta: Hipokrates
- Moehji, S. 2003. *Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Bhatara karya Aksara
- Notoatmodjo, S. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Purtiantini. 2010. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Perilaku Anak Memilih Makanan Di SDIT Muhammadiyah Al Kautsar Gumpang Kartasura*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta <http://etd.eprints.ums.ac.id/9535/2/J310080049.pdf> (di akses pada tanggal 26 februari 2012 pukul 15:45 Wita)
- Rohmah. 2010. *Haccp dan Keamanan Jajanan Anak Sekolah*. Artikel. <http://educlub.wordpress.com/2010/04/05/3/> (di akses pada tanggal : 2 Maret 2011 pukul 19 : 11 wita)
- Sekarsari, Indah. 2003. *Studi Perilaku Siswa Sekolah Terhadap Keamanan Makanan Jajanan*. Skripsi. Institut Pertanian Bogor <http://etd.eprints.ipb.ac.id/9535/2/M6384682442.pdf> (di akses pada tanggal 4 Maret 2012 Pukul 17:18 wita)
- Susanto, 2003. *Gizi dan Kesehatan*. Malang: Bayu media
- Yulianingsih, Pratiwi. 2009. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Sikap Anak Sekolah Dasar Dalam Memilih Makanan Jajanan Di Madrasah Ibtidaiyah Tanjunganom, Kecamatan Baturetno, Kabupaten wonogiri*. Karya tulis ilmiah Universitas Muhammadiyah Surakarta <http://www.docstoc.com/docs/25212711/hubungan-pengetahuan-gizi-dengan-sikap-anak-sekolah-dasar-dalam> (diakses pada tanggal 09 April 2011 pukul 06 :16 wita)