

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak sekolah mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cenderung stabil sesuai dengan usianya, baik secara psikologis maupun kognitif sehingga memudahkan anak untuk mengeksplorasi dunia di sekitarnya. Pemenuhan gizi yang optimal sangat dibutuhkan untuk proses tumbuh kembangnya, karena pada usia tersebut pertumbuhan sel masih sangat aktif guna membentuk pemecahan sel. Masa tumbuh kembang menjadikan anak peka terhadap stimulus yang akan memudahkannya untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan baik (Utama & Demu, 2021). Proses tumbuh kembang yang dilalui oleh anak akan mempengaruhi status kesehatannya di masa depan. Status kesehatan yang baik berasal dari asupan makanan yang bergizi, sehingga diperlukannya pemilihan yang tepat untuk memperoleh asupan gizi yang optimal (Septikasari, 2018).

Makanan bergizi merupakan makanan yang mencukupi pemenuhan zat gizi dalam tubuh. Sumber zat gizi yang dibutuhkan oleh anak diantaranya energi berupa karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Energi yang dibutuhkan anak sekolah setiap harinya sebesar 1500-2000 kkal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Kebutuhan energi dapat diperoleh dari makanan di rumah maupun di sekolah berupa makanan jajanan, karena sebagian besar waktunya berada di sekolah. Pemilihan waktu yang tepat akan

membuat anak melakukan pola makan sehat dan seimbang, oleh sebab itu peran orang tua maupun guru diperlukan untuk menjadi pengingat saat waktu makan tiba (Safriana, 2012).

Pemenuhan kebutuhan gizi dan energi yang dibutuhkan oleh anak sekolah bisa didapatkan melalui makanan utama (sarapan, makan siang, dan makan malam). Sebelum mengawali aktivitasnya, sarapan sangat diperlukan untuk memenuhi kebutuhan energi. Saat waktu makan siang, orang tua bisa mengkalinya dengan membawakan bekal. Membawa bekal pangan dari rumah membuat orang tua dapat mengendalikan asupan harian yang dibutuhkan anak, sedangkan makan malam akan melengkapi semua zat gizi yang belum dikonsumsi oleh anak (Damayanti, 2011).

Anak yang sudah mengonsumsi makanan utama terkadang masih merasakan lapar akibat aktivitasnya di sekolah, maka makanan selingan maupun makanan jajanan dapat menjadi solusi yang sering dipilih oleh anak-anak. Rasa lapar akibat dari tidak dibawakannya bekal juga dapat menyebabkan anak jajan di sekolah. Perilaku ini sulit dihilangkan karena pada dasarnya pengaruh teman sebaya pun dapat menjadi penyebab anak jajan di sekolah (Damayanti, 2011).

Anak sekolah dasar rentan mengalami berbagai masalah gizi, kerentanan tersebut dikarenakan rendahnya pengetahuan tentang gizi dan tingginya perilaku jajan anak. Mempunyai pengetahuan yang baik tentang pemilihan makanan yang sehat dan bergizi sangat penting dimiliki karena dapat meningkatkan status gizi. Fungsi dari pengetahuan ini akan mengontrol

beberapa perilaku negatif seperti perilaku jajan yang tidak sehat, sehingga anak bisa mengendalikan perilaku tersebut ke arah yang lebih baik (Damayanti, 2011).

Pengetahuan yang dimiliki oleh anak sekolah bersumber dari pemahaman dan penguasaan bahasa yang telah diperolehnya. Perkembangan bahasa pada anak sekolah dasar telah meningkat dari bahasa lisan menuju ke bahasa tulis, kemampuan menggunakan bahasa tersebut akan terus berkembang. Usia sekolah dasar disebut juga masa intelektual, dimana anak bersifat terbuka dan memiliki keinginan untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman baru. Karakteristik yang dimiliki anak usia 6-9 tahun cenderung mengabaikan pertanyaan yang sulit untuk diselesaikan dan menganggapnya tidak penting, sedangkan usia 10-12 tahun anak memiliki rasa ingin tahu dan belajar yang tinggi serta bersifat reliastik. Usia 11 tahun walaupun masih membutuhkan bimbingan dari orang terdekatnya, tetapi berusaha untuk menyelesaikan tugasnya sendiri (Utama & Demu, 2021).

Peran orang tua sangat dibutuhkan dalam peningkatan pengetahuan yang dimiliki oleh anak yaitu dengan cara memperkenalkan jenis jajanan yang boleh dikonsumsi dan yang tidak boleh dikonsumsi untuk anak usia sekolah dasar, serta melakukan beberapa hal untuk menghindari dampak negatif yaitu dengan membatasi perilaku jajan anak seperti menentukan pemberian uang jajan yang tidak berlebihan, membawakan bekal pada anak, serta mengamati jajanan yang berada di kantin sekolah ataupun sekitaran sekolah dan memadukannya dengan bekal sekolah. Kebiasaan jajan pada

anak didasari pada beberapa pengetahuan yang didapatkan saat berada di rumah maupun di sekolah oleh lingkungan dan orang terdekatnya (Damayanti, 2011).

FAO (*Food and Agriculture Organization*), menyatakan bahwa makanan jajanan atau *street food* sebagai makanan dan minuman dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi, dijual oleh pedagang kaki lima maupun sarana lainnya dan diproduksi secara menarik supaya dapat memikat hati para pengunjung, khususnya anak sekolah (Dewi & Masruhim, 2016). Kebiasaan jajan sangat sulit dihilangkan karena banyak varian jajanan yang sangat menarik dan populer di kalangan anak sekolah. Faktor yang melandasi hal tersebut yaitu harga jajanan yang murah, mempunyai rasa enak dan citra rasa sesuai dengan lidah orang Indonesia. Rasa manis, gurih, dan asam adalah rasa yang paling disukai oleh anak. Sebenarnya, mengonsumsi jajanan tidak berdampak buruk jika masih bisa ditoleransi jumlahnya. Saat kebutuhan gizi anak di rumah masih belum bisa terpenuhi, zat gizi yang terkandung didalam makanan jajanan tersebut akan menyempurnakannya (Hariyati & Budiyanto, 2018).

Hal tersebut diperkuat dalam hasil penelitian dari Vera, et al (2015) menyatakan bahwa kontribusi energi yang terdapat pada makanan jajanan adalah 33 % - 47 %, sedangkan menurut Hapsari (2013) asupan energi didalam makanan jajanan sehat dapat menjaga sumber energi dan menekankan rasa lapar saat sebelum waktu makan utama tiba. Asupan energi tersebut sebesar 233,11 kkal, serta protein sebesar 6,21 gr. Terdapat beberapa

anjuan yang sudah sesuai dari program PMT-AS (Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah) yaitu rata-rata asupan energi makanan jajan yang dimiliki oleh responden sebesar 233,11 kkal dari 200 – 300 kkal, dan asupan proteinnya sebesar 6,21 g dari 5 – 7 gr.

Walaupun begitu, mengonsumsi makanan jajanan secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai masalah serius, seperti anak menjadi susah dan tidak nafsu makan sehingga mengakibatkan peningkatan berat badan dan risiko obesitas jika jajanan yang dimakan tersebut memiliki jumlah kalori, lemak, dan gula yang tinggi, serta rendah akan zat gizi. Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan tahun 2014 pada anak sekolah dasar menunjukkan bahwa 25,53% KLB disebabkan oleh pangan jajanan dan 10,62% karena pangan olahan (BPOM, 2013). Dampak lain dari mengonsumsi jajanan sembarangan dapat menimbulkan status gizi rendah dan peningkatan angka kesakitan. Terdapat banyak jenis makanan jajanan yang tidak termasuk pilihan jajanan yang baik bagi tubuh dan dijual beredar di sekitaran wilayah sekolah seperti keripik, gorengan, permen, serta minuman kemasan (Hariyati & Budiyanto, 2018).

Perilaku tersebut masih diwajarkan oleh lingkungan sekitar dengan alasan bahwa anak masih mengeksplorasi dunianya dan jajan adalah hal yang biasa dilakukan oleh anak sekolah. Sikap acuh tak acuh yang dimiliki oleh orang tua dan masyarakat pada permasalahan kehygienisan makanan jajanan anak sekolah masih tinggi di beberapa lingkungan tempat tinggal, padahal hal itu sangat berisiko menimbulkan gangguan kesehatan seperti diare dan

keracunan. Kerentanan anak sekolah terhadap dampak itu disebabkan oleh tidak mengertinya cara memilih jajanan yang sehat. Bahkan beberapa diantara mereka lebih memilih membeli jajanan di sekolah tanpa memikirkan bahan yang terdapat didalam jajanan itu apakah baik bagi kesehatan tubuhnya, daripada sarapan dari rumah sebelum berangkat ke sekolah (Nurbiyati & Wibowo, 2014).

BPOM telah melakukan uji sampel di beberapa makanan jajanan yang beredar di sekolah, ditemukan hasil 45% dari jajanan tersebut sangat berbahaya bagi tubuh dikarenakan telah terkontaminasi oleh bakteri *Escherichia coli*. Buruknya higienitas pedagang sebesar 47,8%, 62,5% pedagang memiliki sanitasi peralatan yang buruk, 30,4% pedagang menjual makanan yang tidak sehat, dan 47,8% pedagang mempunyai sarana yang buruk. Tingkat keamanan PJAS (Pangan Jajanan Anak Sekolah) sangat rendah dari data pengawasan yang dilakukan oleh Badan POM RI Direktorat Inspeksi dan Sertifikasi Pangan, serta sekitar 45% PJAS tidak memenuhi syarat karena mengandung bahan kimia berbahaya seperti formalin, boraks, rhodamin, serta mengandung bahan tambahan pangan (BTP) seperti siklamat dan benzoat dengan melebihi batas aman, dan telah tercemar oleh agen mikrobiologi (Rosyidah, 2015). Syarat PJAS yang baik yaitu PJAS yang bergizi, bermutu, dan aman terhindar dari bahaya biologis, kimia, serta benda lain, tidak berwarna mencolok, tidak memiliki rasa yang terlalu kuat, juga tidak berbau atau beraroma tajam (BPOM, 2013).

Menurut Notoatmodjo (2012) faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang diantaranya meliputi faktor pemahaman dan pertimbangan (*thoughts and feeling*) yang terdiri dari pengetahuan, kepercayaan, dan sikap, orang penting sebagai referensi (*personal reference*), sumber (*resources*), serta kebudayaan. Faktor pengetahuan terdiri dari pengetahuan gizi, serta makanan jajanan yang dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun non formal (Notoatmodjo, 2012) dalam (Aisyah, 2015). Tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki oleh anak akan berpengaruh dalam pemilihan makanan jajanan, jika pengetahuan tentang gizi tersebut baik, maka anak dapat memilih jajanan yang tinggi akan kandungan gizi, sedangkan jika sumber pengetahuan yang didapatkan anak buruk, maka pemenuhan kebutuhan gizi tersebut tidak dapat terpenuhi dalam makanan jajanan yang dipilihnya (Rosyidah, 2015).

Studi pendahuluan dilakukan di SD Negeri Sukaraja I dan II Kecamatan Sumedang Selatan pada tanggal 12 – 15 Maret 2022 pada 16 siswa kelas 4 dan 5 mengatakan bahwa 12 anak setiap hari membeli jajanan dan 3 anak lainnya mengatakan kadang-kadang membeli jajanan di sekolah dengan rasio 9 anak 1x sehari, 5 anak 2-3x sehari, dan 1 anak lebih dari 3x sehari. Alasan yang menjadi penyebab anak membeli jajanan di sekolah yaitu 9 anak mengatakan karena lapar saat istirahat/bermain, 2 anak karena rasa jajanan sangat enak, dan 4 anak masing-masing mengatakan karena mengikuti teman, ingin makan makanan lain serta untuk berbagi makanan. Jenis jajanan yang paling sering dibeli oleh anak yaitu makanan ringan/*snack* seperti gorengan, kue, makanan kemasan, dan sebagainya dengan jumlah 11 anak, 2 anak

membeli minuman jajanan seperti aneka jenis es, air kemasan, dan sebagainya, serta 2 anak membeli jajanan berjenis makanan berat seperti lontong sayur, nasi uduk, batagor, mie, dan lain-lain.

Ada kalanya anak tidak membeli jajanan di sekolah dengan alasan 5 anak mengatakan telah sarapan terlebih dahulu, dan 4 anak mengatakan membawa bekal dari rumah. Anak yang membawa bekal dari rumah terhitung sedikit dengan total 8 anak yang tidak setiap saat membawa bekal. Begitupun halnya dengan sarapan, masih ada 6 anak yang kadang tidak melakukan sarapan terlebih dahulu dengan alasan 2 orang mengatakan takut terlambat, 2 orang mengatakan tidak biasa sarapan, serta 2 orang mengatakan tidak mau sarapan. Setelah dilakukan survei lebih lanjut, SD Negeri Sukaraja I dan II tidak mempunyai kantin ataupun koperasi makanan dikarenakan tindakan pencegahan penyebaran virus Covid-19, sehingga sudah 3 tahun pihak sekolah telah meniadakannya. Maka dari itu, jika siswa ingin membeli jajanan terkadang membelinya di pedagang depan sekolah.

Hasil dari survei yang telah dilakukan oleh peneliti menyatakan bahwa pihak sekolah telah menerapkan *full day school* tetapi masih dalam batasan untuk menghindari penyebaran virus Covid-19. Walaupun begitu, terlihat banyak dijumpai penjual jajanan di depan sekolah seperti, gorengan, snack, minuman kemasan plastik, dan lain-lain. Terlihat banyak siswa yang membeli jajanan tersebut pada waktu jam istirahat dan pulang sekolah tanpa mempedulikan kandungan gizinya. Kebanyakan jajanan tersebut hanya mengandung karbohidrat, garam, dan gula yang membuat anak menjadi lebih

cepat kenyang. Hal itu akan menyebabkan rendahnya nafsu makan serta anak akan menerima sumber energi yang lebih rendah dari jumlah seharusnya.

Pengawasan yang lebih ketat sangat diperlukan perihal ke higienisan yang terdapat pada jajanan sebab telah terkontaminasi oleh bakteri, debu, serta polusi jalanan. Ada banyak jajanan yang menggunakan saus bertekstur encer dengan warna merah mencolok, serta minuman berkemasan dengan pemanis buatan yang akan menyebabkan dampak buruk bagi tubuh jika dikonsumsi secara berlebihan. Akibat dari mengonsumsi jajanan di sekolah menyebabkan 9 anak pernah sakit perut, 5 anak menjadi batuk, serta 2 anak menjadi flu. Hal itu dikarenakan siswa tidak mengetahui jenis makanan sehat serta sumber zat gizi yang baik dikonsumsi pada anak usia sekolah. Dari 16 siswa didapatkan pengetahuan mengenai pemilihan jajanan yang sehat yaitu 8 siswa berpengetahuan baik, 5 siswa berpengetahuan cukup, serta 3 siswa berpengetahuan kurang. Ketiga siswa tersebut tidak mengetahui tentang kandungan gizi pada makanan sehat, jenis jajanan yang aman dikonsumsi, serta cara pemilihan jajanan yang baik.

Studi pendahuluan serupa dilakukan di SDN Gudang Kopi I dan II Sumedang, dengan hasil bahwa saat di sekolah anak terkadang membeli jajanan di pedagang kaki lima depan sekolah dikarenakan tidak terdapat kantin di sekolah. Meskipun begitu, lokasi SDN Sukaraja I dan II Sumedang terletak di pusat kota serta dekat dengan Alun-Alun, maka pedagang yang berjualan di depan sekolah terlihat lebih banyak dibandingkan di SDN

Gudang Kopi I dan II Sumedang, mengakibatkan banyaknya aneka ragam jenis jajanan yang bisa dibeli oleh anak sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, perlu dikaji tentang seberapa besar tingkat pengetahuan gizi dan perilaku anak sekolah dasar pada kelas 4 dan 5 dalam hal pemilihan makanan jajanan, serta apakah kedua variabel tersebut berhubungan atau tidak. Kelas 4 dan 5 dipilih oleh peneliti dikarenakan hasil dari studi pendahuluan menyatakan bahwa anak sudah mempunyai hal dasar mengenai makanan yang bergizi, dan tidak memerlukan bantuan siapapun dalam menjawab beberapa pertanyaan yang akan ditanyakan oleh peneliti. Peneliti ingin meneliti hal tersebut dikarenakan hasil dari penelitian sebelumnya bersifat ambigu dan membingungkan yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pemilihan jajanan (Fentia, 2021) dan (Febriyanto, 2016), sedangkan menurut penelitian dari Safriana (2012) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi dan jajanan dengan perilaku memilih jajanan, serta terdapat beberapa perbedaan diantaranya menggunakan desain penelitian *cross sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan *disproportionate stratified random sampling* menggunakan rumus *lameshow*, serta sasaran sampel kelas 4 dan 5 SD. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi dengan Perilaku Pemilihan Jajanan pada Anak Sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penelitian ini dirumuskan masalah yaitu “Apakah Terdapat Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi dengan Perilaku Pemilihan Jajanan pada Anak Sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang ?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Gizi dengan Perilaku Pemilihan Jajanan pada Anak Sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan gizi pada anak sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang.
2. Mengidentifikasi perilaku dalam pemilihan jajanan pada anak sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan anak tentang gizi dengan perilaku dalam pemilihan jajanan pada anak sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Hasil dari penelitian ini memberikan informasi kepada pihak sekolah di SDN Sukaraja I dan II Sumedang mengenai tingkat

pengetahuan anak tentang gizi dan perilaku pemilihan jajanan yang sering terjadi pada anak sekolah, sehingga diharapkan pihak sekolah dapat membuka kembali kantin yang terdapat di sekolah dan mengedukasi kepada para pedagang untuk menjual jajanan dengan nilai gizi yang tinggi, serta memberikan informasi dan edukasi kepada para siswa mengenai pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan jajanan yang baik.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai data dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan gizi, dan perilaku pemilihan jajanan pada anak sekolah. Penelitian yang berkesinambungan dan berkelanjutan dalam bidang keperawatan sangat diperlukan supaya dapat memberikan keakuratan intervensi guna menangani permasalahan tersebut.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan bidang ilmu keperawatan anak dan komunitas, dilakukan untuk mengetahui faktor hubungan sebab-akibat antara dua variabel, yaitu tingkat pengetahuan anak tentang gizi dan perilaku pemilihan jajanan pada anak sekolah.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif analitik dan desain penelitian *cross sectional* dengan cara dua variabel, variabel independen dan dependen diukur secara bersamaan. Variabel independen

adalah tingkat pengetahuan gizi, sedangkan variabel dependen adalah perilaku pemilihan jajanan.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari – Juli tahun 2022, menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer berasal dari hasil angket terhadap karakteristik anak (kelas, sekolah, jenis kelamin, usia dan uang saku per hari), pengetahuan anak tentang gizi, dan perilaku dalam pemilihan jajanan, serta wawancara dengan pihak sekolah untuk mengetahui data demografis sekolah dan jumlah siswa. Data sekunder dari buku, jurnal, dan penelitian terdahulu untuk membandingkan hasil yang dimiliki oleh peneliti. Sasaran sampel penelitian ini yaitu anak sekolah kelas 4 dan 5 di SDN Sukaraja I dan II Sumedang.