

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PENGARUH TEMAN
SEBAYA DENGAN PERILAKU SISWA SISWI
DALAM PEMILIHAN JAJANAN SEHAT
DI SDN 13 PASAR REMAJA KOTA
SAWAHLUNTO**

KARYA TULIS ILMIAH

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
pendidikan Diploma Tiga Gizi Universitas Perintis Indonesia*



OLEH :

OKTA WULAN MAYANTI

NIM:2000232013

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA

2023

**KARYA TULIS ILMIAH , SEPTEMBER 2023
OKTA WULAN MAYANTI
NIM : 2000232013**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PENGARUH TEMAN SEBAYA
DENGAN PERILAKU SISWA SISWI DALAM PEMILIHAN MAKANAN
JAJANAN SEHAT DI SDN 13 PASAR REMAJA KOTA SAWAHLUNTO**

ABSTRAK

Perilaku anak usia sekolah cenderung belum bisa memilih mana jajanan sehat dan tidak sehat. Saat anak disekolah, teman berperan penting dalam pemilihan jajanan. Tujuan untuk mengetahui Hubungan pengetahuan dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku siswa siswi dalam pemilihan makanan jajanan sehat di SDN 13 Pasar Remaja Kota Sawahlunto.

Penelitian ini menggunakan desain *Deskriptif kuantitatif* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak sekolah dasar kelas 3 dan 4 yang bersekolah di SDN 13 Pasar Remaja Kota Sawahlunto yang berjumlah 102 teknik yang digunakan adalah *Random Sampling*. Pengumpulan data melalui kuesioner. Analisa data terdiri dari analisa Univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan analisa Bivariat untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Uji statistik yang digunakan adalah (*Chi-Square*).

Hasil penelitian ini menunjukkan berpengetahuan tinggi 92 % responden , sedangkan persentase responden berperilaku baik 72 % dan terpengaruh teman sebaya 66 %. Bahwa perilaku dalam pemilihan makanan jajanan sehat yang baik lebih tinggi pada siswa yang berpengetahuan tinggi (71,7 %) dibandingkan dengan siswa yang berpengetahuan rendah (50,0 %). Tidak ada hubungan pengetahuan dengan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan sehat pada siswa SDN 13 Pasar Remaja. Hasil Penelitian ini menunjukkan siswa yang mempunyai perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik, lebih banyak pada siswa yang tidak terpengaruh teman (76 %), dibandingkan dengan siswa yang terpengaruh oleh teman sebaya (66%). Tidak ada hubungan signifikan antara teman sebaya dengan perilaku pada makanan jajanan sehat pada siswa SDN 13 Pasar Remaja.

Kantin sekolah setidaknya menyediakan jajanan sehat dan dipantau oleh pihak sekolah maupun guru. Memberlakukan peraturan kepada penjual jajanan di sekeliling sekolah agar menyediakan jajanan yang menyehatkan.

Kata kunci : Pengetahuan, Teman Sebaya, Perilaku, Makanan Jajanan

**HEALTH FACULTY
UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA
SCIENTIFIC WRITING, SEPTEMBER 2023
OKTA WULAN MAYANTI
NIM: 2000232013**

**THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE AND PEER INFLUENCE WITH
STUDENTS' BEHAVIOR IN CHOOSING HEALTHY Snacks AT SDN 13
PASAR REMAJA, SAWAHLUNTO CITY**

ABSTRACT

The behavior of school-aged children tends not to be able to choose between healthy and unhealthy snacks. When children are at school, friends play an important role in choosing snacks. The aim is to determine the relationship between knowledge and peer influence and the behavior of female students in choosing healthy snacks at SDN 13 Pasar Remaja, Sawahlunto City.

This research uses a quantitative descriptive design with a cross sectional approach. The population in this study were all elementary school children in grades 3 and 4 who attended SDN 13 Pasar Remaja Sawahlunto City, totaling 102. The technique used was Random Sampling. Data collection through questionnaires. Data analysis consists of Univariate analysis to describe the frequency distribution and Bivariate analysis to determine the relationship between the two variables. The statistical test used is (Chi-Square).

The results of this research show that respondents 92% have high knowledge, while the percentage of respondents with good behavior is 72% and influenced by peers is 66%. That behavior in choosing good healthy snacks is higher among students with high knowledge (71.7%) compared to students with low knowledge (50.0%). There is no relationship between knowledge and behavior in choosing healthy snacks among students at SDN 13 Pasar Remaja. The results of this research show that students who have good behavior in choosing snacks are more likely to be students who are not influenced by friends (76%), compared to students who are influenced by peers (66%). There is no significant relationship between peers and behavior towards healthy snacks among students at SDN 13 Pasar Remaja.

The school canteen at least provides healthy snacks and is monitored by the school and teachers. Enforce regulations for snack sellers around schools to provide healthy snacks.

Keywords: Knowledge, Peers, Behavior, Snacks

.....67

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan anak merupakan salah satu masalah utama dalam bidang kesehatan yang saat ini terjadi di Negara Indonesia. Anak usia sekolah merupakan investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Usia sekolah merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak menuju masa remaja, maka diperlukan pemberian asupan zat gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik, sehingga makanan jajanan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak sekolah dasar (H Mavidayanti, 2016). Namun, dalam proses pemberian makanan bergizi tersebut mengalami banyak kendala yaitu pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang (Ayuniyah Q, 2015) sehingga anak sekolah berisiko terhadap penyakit gangguan pencernaan seperti diare yang disebabkan oleh mikroorganisme (Angraini, W et al., 2019).

Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang sering menjadi masalah adalah kebiasaan anak jajan dikantin atau dipedagang kaki lima disekitar sekolah dan kebiasaan makan fast food (makanan cepat saji). Sebetulnya makanan jajanan dapat menambah dan melengkapi kecukupan gizi seseorang apabila makanan jajanan yang dikonsumsi terjamin kebersihan dan

kandungan gizinya (Pudjiadi, 2015 : 43). Namun menurut Khomsan (2006 : 42) makanan jajanan sering kali lebih banyak mengandung unsur karbohidrat dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, dan mineral. Menariknya, makanan jajanan terdapat asupan energi bagi anak sekolah sebesar 36%, protein 29% dan zat besi 52%.

Selain hanya mengandung unsur karbohidrat dan sedikit protein, jajanan anak juga rawan akan cemaran kimiawi seperti penambahan Bahan Tambahan Pangan (BTM) yang tidak sesuai dengan takaran. BPOM (2017) menunjukkan bahwa hampir separuh atau 44 persen jajanan anak yang dijual pedangang kaki lima tidak sehat dan mengandung zat aditif atau yang sering kita kenal dengan Bahan Tambahan Pangan (BTM). Jajanan paling berbahaya adalah es, sirup, jeli, dan bakso. Keempat jajan itulah yang menjadi favorit dikalangan anak-anak (Atika Nur Fauziyah et al., 2022).

Anak sekolah menurut defenisi WHO (*World Health Organizaion*) adalah golongan anak yang berusia anantara 7-12 tahun, dimana pada masa ini keseimbangan gizi anak perlu dijaga dan diperhatikan sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Anak usia sekolah merupakan konsumenmakanan yang aktif dan mandiri dalam menentukan makanan dan minuman yang diinginkannya, baik makanan jajanan di sekolah maupun di tempat penjualan lainnya (Iklima, 2017). Safriana (2016) menyatakan kebutuhan gizi anak usia sekolah setiap harinya berkisar 1500 – 2000 kkal dan untuk memenuhi kebutuhan energi

tersebut anak dapat memperoleh makanan yang berasal dari rumah dan dari juga makanan jajanan yang dibeli di sekolah, karena sebagian besar waktu mereka berada di sekolah.

Kebiasaan makanan jajanan yang sehat masih belum dipahami anak-anak sehingga sebesar 78% anak-anak gemar mengonsumsi jajanan dilingkungan sekolah. Dari jenis makanan yang ada sekitar 31,8% jajanan mengandung bahan yang berbahaya (Bella et al., 2019).

Makanan jajanan anak sekolah memang perlu diperhatikan karena berbagai factor yang bisa menyebabkan agen penyakit bagi anak. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014, sekitar 40-44% makanan jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat. Faktor-faktor yang menyebabkannya adalah kondisi makananyang tidak hygiene, alat yang digunakan untuk mengelola tidak bersih, penjamah makanan jajanan yang tidak sehat, makanan yang terkontaminasi bakteri, hingga penggunaan yang berbahaya seperti boraks, formalin, rhodamin B, dan methanil yellow (BPOM, 2014 dalam Febriyanto,2016).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) secara Nasional Tahun 2018, menunjukkan bahwa anak-anak lebih gemar mengonsumsi makanan jajanan manis asin, dan berlemak. Persentase direntang usia 10-14 tahun di dapatkan yang mengonsumsi makanan manis 50.4%, di makanan asin 31.4% dan dimakanan berlemak 44.2%.

Dari data diatas bahwa anak-anak cukup tinggi dimakanan manis (Risksedas,2018).

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi perilaku adalah pengetahuan. Pengetahuan ini khususnya meliputi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak lepas dari pendidikan. Pengetahuan yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan yang baik. Ibu yang mempunyai pengetahuan luas, maka dapat memilih dan memberi pengarahan kepada anaknya untuk memilih makanan jajanan yang baik. Pengetahuan juga sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, khususnya dalam memilih makanan yang tepat, sehat, seimbang dan memberikan dasar bagi perilaku yang baik dan benar yang menyangkut kebiasaan makan seseorang (Febryanto, M. A. B. (2016)).

Pengetahuan seorang anak dapat dipengaruhi oleh teman sebayanya. Teman sebaya (peer group) adalah komunitas sosial yang mempunyai kemiripan ciri dan usia yang sama. Adanya hubungan baik diantara teman sebaya ini memiliki makna kuat dan penting dalam mendukung perkembangan dan kognitif pada anak-anak. Teman sebaya juga memberi pengaruh besar dalam dalam memilih makanan jajanan.

Saat anak berada di sekolah cenderung memiliki keinginan untuk makan jajanan sangat kuat sekali, terlebih ada pengaruh dari teman sebaya, maka perlunya memperhatikan kesediaan makanan jajanan yang aman, supaya tidak menimbulkan masalah pada kesehatan anak. Hal ini penting karena kebiasaan mengkonsumsi Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang tidaksehat dapat menimbulkan gangguan khususnya bagi kesehatan anak sekolah. Teman sebaya bisa mempengaruhi pola konsumsi makanan disekolah, kebiasaan jajan mereka karena tidak mampu menolak teman yang mengajak jajan, atau melihat teman jajan akhirnya timbul keinginan juga untuk membeli makanan di sekolah (Widianingtyas & Dinda, 2022).

SDN 13 Pasar Remaja Kota Sawahlunto merupakan salah satu SD yang menjadi sasaran bagi penjual makanan. Dari survey yang telah dilakukan dilingkungan sekolah beberapa pedagang yang menjual beranekaragam makanan dan minuman jajanan antara lain bakso bakar, batagor, es sirup, makanan dan minuman kemasan. Hasil observasi dan wawancara kepada guru, siswa dan pedagang pada kantin di SDN 13 Pasar Remaja, didapatkan tingkat pengkonsumsian makanan jajanan di SDN 13 Pasar Remaja didapatkan 80% anak-anak mengkonsumsi makanan jajanan dikantin sekolah saat jam istirahat. Makanan yang dijual pada kantin sekolah antara lain : nasi goreng, mie goreng, jelly, es susu, es jasjus, gorengan, roti, ciki-ciki, bakso tusuk. Berdasarkan hasil wawancara dengan penjual di kantin sekolah tersebut diketahui bahwa beberapa

jajanan yang dijual dibuat dengan pemanis buatan dan mengandung bahan penyedap. Beberapa makanan yang ada di kantin sekolah tidak terbungkus atau tertutup sehingga lalat bisa hinggap pada makanan tersebut.

Berdasarkan hasil survey di SDN 13 Pasar Remaja dari observasi 16 siswa, ditemukan sekitar 31 % orang yang mengetahui dan memahami dengan baik jenis-jenis jajanan yang layak dikonsumsi yang di jual di SD tersebut sehingga dalam pembelian mereka memilih jenis jajanan yang sehat. Sedangkan 69 % anak membeli jajanan yang tidak sehat di luar sekolah. Dari hasil wawancara ke 16 anak menyatakan karena rasanya enak sehingga suka, dan setiap hari membeli makanan tersebut. Dari latar belakang tersebut, dipandang penting bagi penelitian untuk melakukan penelitian terkait dengan pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah melalui pendidikan kesehatan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti melakukan penelitian tentang **“Hubungan Pengetahuan dan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Perilaku Siswa Siswi Dalam Pemilihan Makanan Jajanan Sehat di SDN 13 Pasar Remaja Kota Sawahlunto”**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut di rumuskan masalah yaitu apakah terdapat hubungan pengetahuan dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku siswa siswi dalam pemilihan makanan jajanan di SDN 13 Pasar Remaja.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku siswa siswi dalam memilih makanan jajanan sehat di SDN 13 Pasar Remaja.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi perilaku anak dalam memilih makanan jajanan sehat.
2. Diketahui distribusi frekuensi pengetahuan anak memilih makanan jajanan sehat.
3. Diketahui distribusi frekuensi pengaruh teman sebaya pemilihan makanan jajanan sehat.
4. Diketahui hubungan pengetahuan dengan perilaku pemilihan makanan jajanan sehat.
5. Diketahui hubungan teman sebaya dengan perilaku pemilihan makanan jajanan sehat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman dan pengetahuan dalam pelaksanaan penelitian dan merealisasikan teori yang telah di dapat dibangku kuliah. Khususnya mengenai tindakan siswa siswi sekolah dasar dalam pemilihan jajanan.

1.4.2 Bagi Institusi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada kepala sekolah dan para guru dalam menghimbau atau menetapkan peraturan mengenai makanan jajanan yang sehat bagi para anak didiknya dan dapat memberikan masukan pengelola makanan jajanan dari pihak sekolah dalam melakukan intervensi dan pemantauan terhadap penjual makanan jajanan dilingkungan sekolah.

1.4.3 Bagi Responden

Karya tulis ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada responden akan pentingnya melakukan tindakan yang benar dalam memilih makanan jajanan berkualitas aman baik untuk kesehatan.

1.4.4 Bagi Pendidikan

Karya tulis ini dapat digunakan sebagai tambahan bacaan di perpustakaan untuk menambah pengetahuan mahasiswa yang lain khususnya pembaca.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku siswa siswi dalam pemilihan jajanan sehat di SDN 13 Pasar Remaja tahun 2023 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih separuh responden berperilaku baik (70 %).
2. Sebagian besar responden (92 %) berpengetahuan tinggi.
3. Sebagian besar teman sebaya terpengaruh (66 %)
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SDN 13 Pasar Remaja tahun 2023.
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara teman sebaya dengan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SDN 13 Pasar Remaja tahun 2023.

5.2 Saran

1. Bagi peneliti

Diharapkan peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan Hubungan pengetahuan dan teman sebaya dengan perilaku pemilihan makanan jajanan sehat pada sekolah dasar.

2. Bagi pihak sekolah

Kantin sekolah setidaknya menyediakan jajanan sehat dan dipantau oleh pihak sekolah maupun guru. Memberlakukan peraturan kepada penjual jajanan di sekeliling sekolah agar menyediakan jajanan yang menyehatkan.

3. Bagi akademik

Diharapkan hasil peneliti ini dapat memberikan informasi, pengetahuan dan juga dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa Universitas Perintis Indonesia

