

HUBUNGAN PENGETAHUAN ANAK DAN DUKUNGAN ORANG TUA DENGAN PERILAKU JAJAN AMAN DAN SEHAT PADA ANAK SD

Elvina Safarinda^{1*}, Windi Wulandari²

Fakultas Ilmu Kesehatan. Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Surakarta^{1,2}

**Corresponding Author : sfrinda2308@gmail.com*

ABSTRAK

Kebiasaan jajan anak SD dapat membahayakan kesehatan, terutama jika makanan tersebut mengandung zat senyawa berbahaya, Bahan Tambahan Pangan (BTP), dan tidak higienis. Penelitian ini mengkaji hubungan pengetahuan anak dan dukungan orang tua terhadap kebiasaan jajan yang aman dan sehat pada siswa SD Pucangan Kartasura. Penelitian ini merupakan penelitian observasional, pendekatan kuantitatif, dan desain *cross-sectional* dengan populasi 222 siswa. Penelitian ini melibatkan 156 siswa kelas 5 dan 6. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Faktor yang diteliti meliputi pengetahuan, dukungan orang tua, dan perilaku jajan anak aman dan sehat. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan *uji Chi-Square*. Sebagian besar anak memiliki pengetahuan rendah (50,6%), dukungan orang tua (57,1%), dan perilaku (52,6%). Statistik menunjukkan bahwa kesadaran anak SD (*p-value* 0,053) dan dukungan orang tua (*p-value* 0,678) hasil tersebut tidak memiliki hubungan dan tidak mempengaruhi kebiasaan jajan yang aman dan sehat. Namun, edukasi dan pemantauan pola makan anak tetap penting dilakukan. Peran aktif orang tua dan sekolah dapat membantu anak-anak memilih makanan jajanan yang lebih sehat dan aman dengan mengetahui dan mengawasi pola makan mereka. Untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak tentang makanan yang aman dan sehat dalam memilih makanan yang bergizi, diperlukan pendekatan edukasi pendidikan gizi yang berkelanjutan.

Kata kunci : dukungan orang tua, jajanan sehat, makanan jajanan. pengetahuan

ABSTRACT

*Elementary school children's snacking habits can be harmful to health, especially if the food contains hazardous substances, Food Additives (BTP), and is unhygienic. This study examines the influence of children's knowledge and parental support on safe and healthy snacking habits in elementary school students at Pucangan Kartasura. This study is an observational, quantitative, cross-sectional study of 222 students. This study involved 156 students in grades 5 and 6. Sampling used the proportional random sampling technique. The factors studied included knowledge, parental support, and children's safe and healthy snacking behavior. Data collection was carried out using a questionnaire and analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test. Most children had low knowledge (50.6%), parental support (57.1%), and behavior (52.6%). Statistics show that elementary school children's awareness (*p-value* 0.053) and parental support (*p-value* 0.678) results have no relationship and do not affect safe and healthy snacking habits. However, education and monitoring of children's eating patterns are still important. The active role of parents and schools can help children choose healthier and safer snacks by knowing and monitoring their eating patterns. To improve children's understanding and awareness of safe and healthy foods in choosing nutritious foods, a sustainable nutritional education approach is needed.*

Keywords : parental support, snack food. knowledge, healthy snacks

PENDAHULUAN

Usia Sekolah Dasar (SD) Perkembangan yang sehat sangat penting bagi anak (Fadhilah et al., 2017). Perkembangan anak yang sehat dan aktif memerlukan asupan makanan yang seimbang dan bergizi. Pada dasarnya anak sekolah lebih banyak menghabiskan waktunya di

sekolah dan mereka sangat menyukai jajanan dibandingkan dengan makanan berat, sehingga kemungkinan untuk membeli makanan jajanan lebih besar (Ernina dan Tahlil, 2017). Anak yang berusia dibawah 12 tahun dianggap sebagai konsumen utama yang kritis karena mereka rentan terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Kebiasaan makan anak usia sekolah perlu diperhatikan karena mereka rentan terhadap masalah kesehatan terkait jajanan (Tukiman, et al., 2023).

Makanan ringan yang sehat dan aman bebas dari risiko fisik seperti benda asing, bahaya kimia dari racun, dan bahaya biologis dari bakteri patogen yang menyebabkan keracunan makanan. Formalin, boraks, dan pestisida harus digunakan dengan hati-hati sebagai bahan tambahan makanan (BTP) (Witkowski et al., 2022). Makanan aman jika tidak mungkin menyebabkan penyakit bawaan makanan. (Nurdin, 2018). Makanan ringan sekolah berisiko tinggi terhadap kontaminasi kimia dan biologis. Keamanan jangka pendek dan jangka panjang dari makanan ringan sekolah yang diproduksi di rumah tidak jelas. (Miratania & Rahmania, 2019). Makanan dapat terkontaminasi mikroba karena beberapa hal, di antaranya menggunakan lap kotor untuk membersihkan meja, perabotan bersih dan lain-lainnya serta makanan disimpan tanpa tutup sehingga serangga dan tikus dapat menjangkaunya (Leo et al., 2017).

Keracunan makanan dapat terjadi akibat penanganan makanan yang tidak tepat dari persiapan hingga penyajian. Kebersihan diri meliputi membersihkan mata, rambut, mulut, hidung, kulit, gigi, dan area lain yang mungkin menjadi tempat berkumpulnya kotoran atau kuman (Wulandari & Fitrianto., 2023). Bahan tambahan pangan dapat mengubah karakter atau bentuk pangan dan beberapa zat dapat ditambahkan dalam jumlah banyak untuk membantu proses pengolahan, pengemasan, atau penyimpanan (Hidayah, dkk., 2017). Pewarna, perasa, pewangi, pengawet, dan pengental. *Rhodamin B*, *Methanil Yellow*, *Dulsin*, dan *Kalium Bromat* merupakan bahan tambahan pangan yang dilarang. Pewarna, pemanis, pengawet, perasa, antioksidan, penambah aroma, dan pengatur keasaman merupakan bahan tambahan pangan sintetis, sedangkan bahan tambahan pangan alami berasal dari tumbuhan, gula, garam, cabai, dan daun jeruk(Sari dkk, 2018). Pewarna makanan juga banyak ditemui di berbagai makanan jajanan, Efek pewarna makanan pada tubuh manusia dapat menimbulkan beberapa masalah, mulai dari yang ringan hingga berat. Efek ini timbul akibat pemakaian yang sedikit namun sering dan berulang, serta banyak namun dalam satu waktu (Asyfiradayati & Nurrohmah., 2018).

Anak-anak mengonsumsi makanan yang aman dan sehat yang dipengaruhi oleh variabel perilaku internal dan eksternal. Pengetahuan merupakan aspek internal utama dalam pengembangan perilaku. Pengetahuan tentang makanan ringan memungkinkan Anda memilih makanan yang sehat dan yang tidak sehat. Kurangnya pemahaman anak-anak sekolah dasar memengaruhi perilaku ngemil, oleh karena itu lingkungan sekitar dan makanan ringan sekolah sangat memengaruhi perilaku ngemil. Sikap anak juga dapat memengaruhi pilihan makanan ringan, meskipun sikap yang buruk terhadap kesehatan dapat memengaruhi perilaku tersebut. Dukungan orang tua, pengaruh teman sebaya, status sosial ekonomi, dll. dapat memengaruhi perilaku (Tukiman et al., 2023). Orang tua dapat memengaruhi pilihan makanan ringan anak-anak. Sekolah menyediakan beberapa jenis makanan ringan, maka orang tua harus berperan aktif dalam mengendalikan atau mengontrol perilaku anak dalam memilih jajanan makanan yang sehat (Yuni, et al.,2017). Selain itu, teman sebaya memiliki dampak yang signifikan dalam memilih makanan jajanan (Anisah., 2019)

Pengaruh orangtua memengaruhi perilaku ngemil anak karena orangtua memiliki pengetahuan yang baik dan dapat membantu anak memilih camilan tanpa bahan kimia berbahaya (Jelahut et al., 2021). Edukasi gizi orangtua Edukasi gizi orangtua dapat memengaruhi persepsi makanan mereka, yang memengaruhi pilihan makanan anak. Orangtua membantu anak-anak mengembangkan kebiasaan sarapan di rumah dengan makanan sehat.

Mereka mempromosikan makan sehat dan membantu anak-anak untuk memilih dengan hati-hati (Shofa et al., 2023). Dukungan orang-orang terkasih dan pendidikan dini di rumah dan sekolah membentuk pengetahuan dan perilaku anak-anak, yang memengaruhi kebiasaan makan mereka sebagai orang dewasa. Kurangnya pengetahuan tentang camilan memengaruhi perilaku makan anak-anak, sehingga mereka tidak dapat membedakan camilan yang baik dan yang buruk. Ketidaktahuan tentang pilihan makanan yang tepat meningkatkan risiko gizi anak-anak. Dengan demikian, anak-anak harus belajar tentang gizi dan kesehatan untuk menjadikan perilaku dan gizi yang sehat sebagai kebiasaan sehari-hari. Edukasi gizi meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan makan, mendukung gizi yang sehat. (Fadhilah, et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di seluruh SD Negeri Wilayah Pucangan Kartasura Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah menunjukkan bahwa dari masing sekolah tersebut masih terdapat penjual makanan yang bervariasi dalam menjual jenis jajanan makanan seperti jajanan yang mengandung pewarna, pengawet, pemanis buatan, pengenyal. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah dari masing-masing SD di Wilayah Pucangan Kartasura dapat disimpulkan bahwa dari masing-masing sekolah tersebut belum pernah melaksanakan penyuluhan dan belum adanya program edukasi mengenai jajanan yang sehat kepada siswa nya. Wawancara terhadap 10 siswa secara acak diperoleh 6 dari 10 siswa-siswi nya belum memahami tentang jajanan yang sehat dan aman serta kurangnya dukungan dari orang tua mengenai jajanan yang sehat itu seperti apa dan tidak ada pesan larangan mengenai jajan yang mengandung pengawet dan pewarna bahaya pada makanan itu seperti apa kepada putra putri nya, Dari hasil tersebut peneliti mengharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk memberikan pengetahuan berkelanjutan dan menerapkan secara bertahap mengenai informasi penting serta memilih jajanan makanan yang sehat dan aman dari pihak sekolah dan orang tua.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif dan desain *cross sectional* yang menghubungkan pengetahuan anak dan dukungan orang tua dengan perilaku jajan aman dan sehat anak. Penelitian ini berlangsung pada bulan Januari 2025 di Sekolah Dasar wilayah Pucangan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah. Populasi dalam penelitian ini mencakup Siswa SD kelas 5 dan 6 di Wilayah Pucangan Kartasura dengan total keseluruhan sebanyak 222 siswa dengan jumlah siswa kelas 5 yaitu 107 siswa dan siswa kelas 6 yaitu 115 siswa yang kemudian perhitungan sampel minimal menggunakan rumus *Lemeshow* yang diperoleh 156 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan *Proportional random sampling* pada penelitian ini diperoleh jumlah sampel pada kelas 5 yaitu 75 siswa dan kelas 6 yaitu 81 siswa. Variabel yang dianalisis meliputi variabel pengetahuan dengan kategori baik dan kurang baik, variabel dukungan orang tua dengan kategori baik dan kurang baik, dan variabel perilaku dengan kategori baik dan kurang baik. Teknik Pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan menemui siswa di sekolah setelah itu mengisi kuesioner dengan didampingi oleh peneliti yang nantinya peneliti mengarahkan dan menjelaskan yang perlu dipahami oleh siswa.

Kuesioner sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, yang terdiri dari tiga kelompok kuesioner Pengetahuan terdiri dari 13 soal dengan jawaban “Benar” “Salah”, Kusioner Dukungan orang tua yang terdiri dari 11 soal dengan jawaban “Ya” “Tidak”, Kusioner Perilaku terdiri dari 11 soal dengan jawaban “Ya” “Tidak”. Data pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji univariat dan bivariat. Untuk analisis bivariat digunakan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Uji statistik *Pearson Chi Square* menjadi alternatif, jika table lebih dari 2x2. Hipotesis penelitian ini diambil berdasarkan tingkat

signifikan (nilai p). Hipotesis diterima jika nilai p kurang dari 0,05 dan ditolak jika nilai p lebih dari 0,05.

HASIL

Karakteristik responden mencakup berbagai informasi penting yang relevan dengan penelitian. Karakteristik responden mencakup karakteristik demografis diantaranya usia, jenis kelamin dan kelas. Hasil analisis univariat ditampilkan dalam tabel yang berdistribusi frekuensi (n) dan persentase (%) untuk setiap variabel yang dianalisis, seperti yang diperlihatkan pada tabel berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Kelas

Variabel	Frekuensi N = (156)	Persentase (%)
Usia		
10-11 Tahun	102	65,4
12-13 Tahun	54	34,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	84	53,8
Perempuan	72	46,2
Kelas		
Kelas 5	75	48,1
Kelas 6	81	51,9
Total	156	100

Berdasarkan tabel karakteristik responden tersebut, memperlihatkan mayoritas usia responden berusia 10-11 tahun, yaitu sebanyak 102 responden (65,4%). Untuk jenis kelamin responden sebagian besar Laki-laki yaitu sebanyak 84 (53,8%). Sebagian besar responden kelas 6, yaitu sebanyak 81 responden (51,9%). Hasil analisis univariat ditampilkan dalam tabel yang berdistribusi frekuensi dan persentase (%) untuk setiap variabel yang dianalisis, yaitu pengetahuan, dukungan orang tua dan perilaku yang dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan, Dukungan Orang Tua dan Perilaku

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Pengetahuan		
Kurang Baik	79	50,6
Baik	77	49,4
Dukungan Orangtua		
Kurang Baik	89	57,1
Baik	67	42,9
Perilaku		
Kurang Baik	82	52,6
Baik	74	47,4
Total	156	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi tersebut bahwa Pengetahuan responden yang memiliki kategori baik sebanyak 77 responden (49,4%) sedangkan yang memiliki kategori kurang Baik sebanyak 79 responden (50,6%). Berdasarkan Dukungan Orang Tua yang memiliki kategori Baik sebanyak 67 responden (42,9) sedangkan yang memiliki kategori kurang baik sebanyak 89 responden (57,1%). Berdasarkan Perilaku yang memiliki kategori baik sebanyak 74 responden (47,4%), sedangkan yang memiliki perilaku kategori kurang baik sebanyak 82 responden (52,6%)

Karakteristik responden penelitian ini mencakup hubungan pengetahuan, dukungan orang tua maupun perilaku jajan aman serta sehat anak. Hasil analisis bivariat ditampilkan dalam tabel yang berdistribusi frekuensi (n) dan persentase (%) untuk setiap variabel yang dianalisis pada tabel berikut,

Tabel 3. Analisis Hubungan antara Pengetahuan dan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat Anak

Variabel Independen	Perilaku Jajan Aman dan Sehat				Total	<i>p-value</i>		
	Kurang Baik		Baik					
	n	%	n	%				
Pengetahuan								
Kurang Baik	35	44,3	44	55,7	79	100		
Baik	47	61,0	30	39,0	77	100		
Dukungan Orang Tua								
Kurang Baik	45	50,6	44	49,4	89	100		
Baik	37	55,2	30	44,8	67	100		

Berdasarkan hasil analisis bivariat uji *Chi-square* tersebut, diketahui responden yang memiliki pengetahuan kurang baik yang memiliki perilaku jajan aman dan sehat kurang baik yaitu sebanyak 35 responden (44,3%). sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik yang memiliki perilaku jajan aman dan sehat kurang baik yaitu sebanyak 47 responden (61,0%). Hasil penelitian setelah dilakukan uji *Chi Square* Test mendapatkan p-value sebesar 0.053 sehingga p-value > 0,05. Responden yang memiliki Dukungan Orang Tua kurang baik yang memiliki perilaku jajan aman dan sehat kurang baik yaitu sebanyak 45 responden (50,6%). Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik yang memiliki perilaku jajan aman dan sehat kurang baik yaitu sebanyak 37 responden (55,2%). Hasil penelitian setelah dilakukan uji *Chi Square* Test mendapatkan p-value sebesar 0.678 sehingga p-value > 0,05. Berdasarkan hasil uji statistik dapat ditemukan bahwa tidak ada nya hubungan yang signifikan antara Pengetahuan dan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat Anak di SD Wilayah Pucangan Kartasura.

PEMBAHASAN

Hubungan antara Pengetahuan Jajan Anak dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat di Sekolah

Kesadaran gizi memengaruhi pilihan camilan anak-anak. Sikap anak-anak memengaruhi pilihan camilan. Sikap kesehatan yang positif tidak selalu memengaruhi perilaku anak-anak, tetapi sikap negatif dapat memengaruhi. Ghaffari dkk. (2017). Kebiasaan ngemil yang sehat di masa kanak-kanak dapat membantu menghindari obesitas, diabetes, dan penyakit kronis lainnya di masa dewasa. Pendidikan gizi dan sikap makan siswa juga memengaruhi asupan makanan. Seperti perilaku siswa, keluarga, dan masyarakat lainnya, perilaku konsumsi dipengaruhi oleh pemahaman, perspektif, dan elemen tindakan relevan lainnya (Sari, & Rachmawati, 2020). Pengetahuan anak-anak tentang memilih camilan sehat sudah baik, tetapi lingkungan mereka dan faktor-faktor lain memengaruhi mereka dan tidak memengaruhi kebiasaan dan perilaku siswa dalam memilih camilan sehat. Pengetahuan tentang ngemil juga merupakan kemampuan untuk memilih camilan bergizi. Pengetahuan kognitif sangat penting untuk perilaku terbuka (Fauziyah, dkk., 2022). Penelitian ini tidak menemukan korelasi antara pengetahuan anak-anak dan camilan sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 77 anak

yang berpengetahuan tinggi, sebanyak 47 (61,0%) memiliki perilaku jajan yang kurang aman dan sehat. Hal ini disebabkan karena sekolah belum melakukan sosialisasi kepada anak tentang jajanan yang aman dan sehat, serta belum semua sekolah memiliki kantin, sehingga banyak pedagang luar yang menjual jajanan dengan pewarna, pengawet, dan pemanis buatan yang disukai anak.

Seuai Anjani dkk tidak ada keterkaitan diantara pengetahuan makanan sehat dengan perilaku jajan siswa kelas IV SD Negeri Talun. Pemberian pengetahuan tentang makanan sehat oleh pihak sekolah serta pemahaman siswa sudah baik, tetapi perilaku jajan siswa belum sepenuhnya baik dikarenakan masih banyak responden yang tidak membawa bekal ke sekolah dan frekuensi sering jajan lebih tinggi, dibandingkan dengan frekuensi tidak sering jajan. Banyaknya jenis makanan jajanan yang dijual di luar sekolah sehingga keinginan anak untuk mencoba jajanan tersebut masih tinggi (Anjani, et al., 2021). Dalam pemilihan makanan jajanan berperan penting dalam membentuk individu yang sehat. Faktor utama yang mempengaruhi hal ini adalah lingkungan sekitar, termasuk teman sebaya yang juga memiliki kebiasaan serupa. Anak-anak usia sekolah dasar cenderung meniru apa yang mereka lihat dan lakukan di sekitar mereka (Arifusin, & Musfirah, 2021).

Kementerian Kesehatan RI mendeteksi jajanan sekolah yang tidak sehat. Kondisi jajanan yang tidak higienis, peralatan masak yang kotor, orang yang terkontaminasi bakteri, serta bahan-bahan yang bersifat toksik seperti boraks, formalin, rhodamin B, dan metanol kuning menjadi penyebabnya (Ariga, dkk., 2020). Memberikan penyuluhan kepada anak merupakan salah satu cara untuk mengubah pengetahuan dan sikap dengan menumbuhkan kesadaran bahwa sikap seseorang akan sesuai dengan pengetahuannya dan memberikan informasi yang cukup kuat untuk mengubah perilaku. (Zahra, et al., 2016)

Hubungan antara Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman dan Sehat di Sekolah

Dukungan orangtua sangat mempengaruhi kebiasaan jajan anak karena orangtua memiliki pengetahuan yang sangat baik dan dapat membantu anak memilih camilan tanpa bahan kimia berbahaya (Handriana, & Aysant., 2020). Orangtua yang mengetahui tentang makanan ringan dapat membantu anak-anak mereka memilih camilan dan mengubah pola makan mereka agar sesuai dengan kebutuhan gizi mereka. Karena beberapa orangtua terlalu sibuk untuk menyediakan makanan bagi anak-anak mereka, mereka lebih suka memberi mereka uang saku untuk membeli camilan (elahut, et al.. 2021). Banyak orangtua yang tidak menyadari bahan-bahan berbahaya dalam makanan ringan yang dimakan anak-anak sangat berbahaya (Afni, & Nelly, 2017).

Dukungan orangtua untuk pilihan makan yang tidak sehat dan tidak aman tinggi. Survei menemukan 45 (50,6%) responden dengan dukungan orangtua yang tidak memadai dan ngemil yang tidak aman dan tidak sehat. 37 responden (55,2%) memiliki pengetahuan yang kuat tetapi perilaku ngemil yang aman dan sehat tidak memadai. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan orangtua tidak mempengaruhi perilaku ngemil anak karena orangtua tidak memberikan informasi jajanan yang aman dan bergizi. Dari pihak sekolah juga masih kurangnya pengawasan kepada siswa mengenai makanan berbahaya yang dibeli dan dikonsumsi siswa dan tidak terdapat aturan untuk siswa wajib membawa bekal dari rumah sehingga siswa lebih memilih jajanan di sekitar sekolah. Studi ini mendukung temuan Tamanampo dkk. yang menyatakan bahwa peran orangtua dalam camilan sehat tidak mempengaruhi sikap atau kebiasaan anak dalam ngemil, karena orangtua kurang memperhatikan anaknya dan lebih memilih memberi uang saku daripada bekal (Tamanampo, et al., 2023)

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Akhmad dan Musfirah (2021) yang menyatakan tidak memiliki hubungan yang spesifik. Orang tua berperan dalam memberikan pengetahuan

dasar kepada anak-anak Mengenai dampak negatif atau akibat yang timbul apabila jajan sembarangan. Orang tua sebaiknya membekali anaknya untuk membiasakan jajan jajanan yang sehat (Hateriah., 2021). Selain pengaruh dari peran orang tua, terdapat faktor lain yang memengaruhi dalam pemilihan jajanan. Identifikasi responden menunjukkan bahwa sebagian besar anak membeli makanan untuk alasan pribadi. Budaya, psikologi, media massa, dan pendidikan juga memengaruhi. (Akhmad, dan Musfirah, 2021). Dukungan orang tua mencakup bagaimana orang tua menerapkan peraturan, mendidik nilai/norma, menawarkan perhatian serta menjadi contoh perilaku dan sikap positif bagi anak-anak mereka. Gaya pengasuhan keluarga mencakup interaksi orang tua-anak (Pramawati, & Hartati, 2022).

Keterlibatan dan dukungan orang tua membentuk keyakinan, emosi, dan perilaku anak lebih dari yang lain. Keterlibatan orang tua yang substansial menunjukkan bahwa mereka memengaruhi kebiasaan mengemil anak sekolah (Akbar, dkk., 2019). Lingkungan memengaruhi pandangan anak-anak, kata para ahli. Anak-anak dengan orang tua yang paham camilan cenderung memiliki keterampilan memilih camilan yang sebanding. Dengan demikian, orang tua sangat penting dalam membantu anak-anak memilih makanan bergizi. Faktor eksternal seperti teman sebaya yang mengajak mereka membeli camilan, media massa yang beriklan di TV atau ponsel, dan lembaga seperti sekolah yang mendidik anak-anak tentang camilan sehat dan menawarkan pilihan camilan sehat juga memengaruhi sikap anak-anak. Pemilihan jajanan di sekolah dapat disarankan dan diawasi oleh orang tua.

Menurut peneliti, sikap anak dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Anak yang tinggal bersama orang tua dengan pemahaman luas mengenai pemilihan jajanan cenderung memiliki pengetahuan serupa dalam memilih jajanan. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam membimbing anak untuk memilih jajanan yang sehat. Namun, faktor di luar keluarga juga turut memengaruhi sikap anak, seperti pengaruh teman sebaya yang mengajak membeli jajanan, media massa yang menampilkan iklan melalui televisi atau handphone, serta lembaga pendidikan seperti sekolah yang memberikan edukasi tentang jajanan sehat dan menyediakan pilihan jajanan yang layak dikonsumsi. Orang tua dapat memberikan nasihat serta mengawasi pilihan jajanan anak di sekolah. Dengan memberikan contoh kebiasaan makan yang baik, orang tua dapat membentuk gaya hidup sehat pada anak, yang berpengaruh terhadap status gizinya. Dalam penelitian ini, persepsi terhadap jajanan merujuk pada penilaian terhadap karakteristik jajanan, seperti warna, bentuk, rasa, dan tampilan, yang dapat menarik minat anak untuk mengonsumsinya. Semakin tinggi persepsi terhadap jajanan, semakin besar daya tarik untuk mengonsumsinya. Namun, persepsi yang terlalu tinggi justru kurang baik, karena menunjukkan ketertarikan terhadap aspek visual dan rasa tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya. (Taufiq, S., et al., 2024).

Lingkungan memengaruhi kebiasaan jajan anak-anak. Karena anak-anak belum dapat membedakan antara camilan yang baik dan yang buruk, faktor lingkungan seperti kondisi camilan yang tidak higienis, peralatan memasak yang tidak bersih, keberadaan orang yang menjual atau membuat camilan yang tidak sehat, terkontaminasi bakteri, dan penggunaan zat berbahaya seperti boraks, formalin, rhodamin B, dan metanil yellow memengaruhi perilaku jajan mereka. Pengaruh orang tua terhadap kebiasaan jajan anak-anak cukup signifikan (Lonto, et al., 2019). Untuk mengurangi kebiasaan jajan anak-anak yang sering, orang tua dan guru harus mendidik siswa tentang makanan yang tidak bergizi dan membuat makanan ringan mereka sendiri ke sekolah untuk memastikan kebersihan dan nilai gizinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui hasil pengetahuan kurang baik sebanyak 50,6%, Dukungan ortu kurang baik 57,1%, dan perilaku kurang baik yaitu 52,6%. Tidak ada hubungan antara Pengetahuan Anak dan Dukungan Orang Tua dengan Perilaku Jajan Aman

dan Sehat. Karena semakin baik pengetahuan anak tidak mempengaruhi perilaku yang baik dan dukungan orang tua yang semakin kurang baik maka perilaku anak dalam pemilihan jajan anak juga kurang baik. Meskipun demikian, peran edukasi dari orang tua dan sekolah tetap penting untuk membentuk kebiasaan makan sehat pada anak. Strategi edukasi gizi yang berkelanjutan diperlukan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak dalam memilih jajanan yang aman dan bergizi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis berterimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta, Allah SWT, dan seluruh SD di wilayah Pucangan atas bantuan selama berlangsungnya penelitian ini dilaksanakan. Penelitian ini tidak akan tercapai tanpa bantuan dari pihak-pihak yang bersangkutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afni, N. (2017). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan di sdn Natam kecamatan Badar tahun 2017. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 3(2), 59-66.
- Akbar, H., Alexander, N., Paundanan, M., & Agustin, A. (2021). Hubungan pengetahuan dengan sikap orang tua dalam memilih jajanan sehat pada siswa di SDN 1 Upai Kecamatan Kotamobagu Utara. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 24-29.
- Anjani, D., Noviati, P. R., & Rohimat, M. (2021). Hubungan Pemilihan Jajanan Sehat dalam Mengembangkan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar*, 8(2), 98-106
- Arifudin, A. I., Musfirah. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan di MI ASY-SYAFI' TIYAH 02 Jatibarang Brebes. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*. 35-43
- Ariga, R. A., Astuti, S. B., Ariga, F. A., & Ariga, S. (2020). *Improved knowledge and attitude about healthy snack at school through peer education. International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 10(4), 1662-1668.
- Fadhilah, D., Hartini, T. N. S., & Gunawan, I. M. A. (2017). Efektifitas penyuluhan tentang sayuran menggunakan media “kartu sayuran” terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar. *Jurnal Nutrisia*, 19(2), 100-105.
- Fadhilah, T. M., Sari, R. P., Masinambow, B. G., Andriana, D. S., & Arifiana, W. L. (2024). Edukasi Pendidikan Gizi Terkait Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 91-102.
- Fauziyah, A. N., Astuti, P., & Fathonah, S. (2022). Pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi siswa dengan pola konsumsi jajan siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education Journal*, 11(1), 22-30.
- Ghaffari, M., Hatami, H., Rakhshanderou, S., & Karimi, H. (2017). *Effectiveness of snack-centered nutrition education on promoting knowledge, attitude, and nutritional behaviors in elementary students. International Journal of Pediatrics*, 5(12), 6495-6502.
- Hidayah, R., Asterina, A., & Afriwardi, A. (2017). Hubungan tingkat pendidikan dan pengetahuan penjual es campur tentang zat pewarna berbahaya dengan kandungan rhodamin b dalam buah kolang kaling di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), 283-288.
- Jelahut, H. G., Paulus, A. Y., & Nahak, M. P. M. (2021). Gambaran Pengetahuan dan Peran Orang Tua Tentang Perilaku Konsumsi Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SD GMIT Manumuti Tahun 2020. *CHMK Health Journal*, 5(1), 263-268

- J. Zahra, N. Arezoo, T. Reza, *The evaluation of the effects of educational intervention based on the planned behavior theory on the reduction of unhealthy snack consumption among Kermanshah elementary school students*, 2015-2016. *International Journal of Medical Research and Health Sciences*, vol. 5, pp 67 – 75, June 2016
- Lee, J., S. Jeong, G. Park, H. Park, “*Development of a food safety and nutrition education program for adolescents by applying social cognitive theory*” *Osong Public Health and Research Perspectives*, 7 (4), 248–260, 2017 [17]
- Lonto, J. S. (2019). Hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku jajan anak usia sekolah (9-12 tahun) di SD Sendang Sonder. ejurnal Keperawatan,4-5.
- Novitry, F., & Heryanto, E. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan di Kantin Sekolah. Lentera Perawat, 5(1).
- Nur Anisah, I., Kep, I. S., & Ns, M. (2019). Hubungan Kebiasaan Anak Jajan Diluar Dengan Kejadian Diare Pada Siswa Sd Negeri 3 Mudal Boyolal (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rahmawati, L. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Konsumsi Jajanan Tinggi Energi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Rizana, N., & Wahyuni, L. (2021). Hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku jajan anak usia sekolah (9-12 tahun) di Gampong Kapa Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. *Jurnal Assyifa: Jurnal Ilmu Kesehatan Lhokseumawe*, 6(1).
- Sari IP. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi Anak Balita di Desa Lawe Hijo Kecamatan Bambel Kabupaten Aceh Tenggara. *J Ners Nurul Hasanah*. 2020;8(2):8–15.
- Sari, Y. D. & Rachmawati, R., 2020. Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan terhadap Asupan Energi Sehari di Indonesia (Analisis Data Survey Konsumsi Makanan Individu 2014). *Penelitian Gizi dan Makanan*, 29-40.
- Shofa, S., PENI, T., & LAILI, S. I. (2023). Hubungan Pengetahuan Anak Tentang Jajanan Sehat Dengan Perilaku Jajan Anak (Doctoral dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat).
- Tamanampo, K., Renteng, S., & Simak, V. F. (2023). Hubungan Peran Orang Tua Mengenai Jajanan Sehat Dengan Sikap Dan Kebiasaan Jajan Anak Di SD Negeri Kalasey Kecamatan Pineleng. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(2), 6-11.
- Taufiq, S., Agustina, F., & Fauzi, M. J. (2024). Hubungan Peran Orang Tua Teman Sebaya dan Ketersediaan Makanan dengan Pemilihan Jajanan Siswa Sd (Kecamatan Blang Mangat Kota Lhokseumawe). *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (online)*, 5(2), 814-822.
- Tukiman, Jayusman, D. D. K. dan Mauliddina, S. (2023) ‘Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Pada Siswa di SDN 101774 Desa Sampali Tahun 2023’, *Exellent Midwifery Journal*, 6(2), pp. 29–39.
- Vollmer, R. L. (2021). *The relationship between parental food parenting practices & child eating behavior: A comparison of mothers and fathers*. *Appetite*, 162, 105193.
- Wulan, S. N. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Jajan Anak Sekolah Dasar Di Sdn Jember Lor 03 Kecamatan Patrang Kabupaten Jember (Doctoral dissertation, Politeknik Negeri Jember).
- Yuni, Haikal. (2017). “Hubungan Pengetahuan Dan Keyakinan Pedagang Makanan Jajanan Dengan Perilaku Penggunaan Sakarin (Studi Pada Pedagang Makanan Takjil Di Kelurahan Tlogosari Kecamatan Pedurungan Kota Semarang.” Repository Universitas Muhammadiyah Semarang 53(9):287.