



## **Pengaruh antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Siswa dengan Pola Konsumsi Jajan Siswa di SD Negeri 08 Brebes**

Atika Nur Fauziyah, Pudji Astuti, dan Siti Fathonah

Program Studi Pendidikan Tata Boga, Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229

*Corresponding author:* atikanurfauziyah24@gmail.com

**Abstract.** The purpose of the study are: 1) to determine influence between nutritional knowledge and consumption patterns of students snack; 2) to know influence between nutritional attitude with consumption pattern of students' snack "; 3) to know influence between knowledge and nutritional attitude with students' snack consumption pattern; 4) to know the magnitude of the influence between knowledge and nutritional attitude with students' snack consumption pattern. The methods used in this study are documentation and questionnaire. The population is 35 students of the fifth grade. The sampling technique used is the total sampling technique. This study was a survey study using a cross-sectional study design. The data analysis techniques used in this study are the descriptive analysis percentage, the product moment correlation test, the simple regression test, the multiple regression test, the relative donation and the effective contribution. Furthermore, the results are: 1) there is no influence between nutritional knowledge to snack consumption pattern; 2) there is no influence between the nutritional attitude to the snack consumption pattern; 3) there is no influence between knowledge and nutrition attitude to snack consumption pattern; 4) the magnitude of the knowledge level influence and nutritional attitude to the snack consumption pattern is 4.4%. The suggestions are: 1) the students are expected to apply their own nutrition knowledge with more attention to the snack consumption pattern; 2) doing further research to know other factors influence the status of the students' snack consumption pattern.

**Keywords:** Nutrition knowledge, nutritional attitude, snack consumption pattern.

**Abstrak.** Tujuan penelitian: 1) untuk mengetahui pengaruh antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi jajan siswa; 2) untuk mengetahui pengaruh antara sikap gizi dengan pola konsumsi jajan siswa"; 3) untuk mengetahui pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi dengan pola konsumsi jajan siswa; 4) untuk mengetahui besarnya pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi dengan pola konsumsi jajan siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah 35 siswa kelas 5. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Penelitian ini adalah penelitian survei menggunakan rancangan penelitian *cross-sectional*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dokumentasi dan angket. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase, uji korelasi *product moment*, uji regresi sederhana, uji regresi berganda, sumbang relatif dan sumbang efektif. Hasil: 1) tidak ada pengaruh antara pengetahuan gizi terhadap pola konsumsi jajan; 2) tidak ada pengaruh antara sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan ; 3) tidak ada pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan; 4) besarnya pengaruh tingkat pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan adalah 4,4%. Saran: 1) siswa diharapkan dapat menerapkan pengertian gizi yang dimiliki dengan lebih memperhatikan pola konsumsi jajan; 2) melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui faktor-faktor lain yang mempengaruhi status pola konsumsi jajan siswa.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, sikap, pola konsumsi jajan.

## PENDAHULUAN

Kategori anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun. Masa sekolah dasar merupakan masa dimana seorang anak sedang mengalami masa tumbuh kembang yang cepat (Dewi dkk, 2013 : 57). Peningkatan aktifitas mulai dialami pada periode usia sekolah dasar, anak mulai bersekolah menemukan lingkungan baru yang lebih luas (Nuraini, 2007 : 58). Sejalan dengan aktivitas fisik yang meningkat perkembangan pola pikir (kognitif) anak pada usia sekolahpun mengalami peningkatan,(Devi, 2012 : 1).

Peningkatan aktivitas fisik maupun perkembangan kognitif yang dialami anak pada masa sekolah dasar haruslah ditunjang dengan kebutuhan makanan (zat gizi) yang cukup dan seimbang dari segi kuantitas maupun kualitas agar tumbuh kembang anak menjadi optimal. Untuk itu kebutuhan gizi anak sekolah haruslah diperhatikan. Menurut Devi (2012: 52) kebutuhan gizi anak sekolah dasar harus memenuhi zat gizi makro dengan karbohidrat 45-65 persen total energi, protein 10-25 persen total energi dengan perbandingan protein hewani dan nabati = 2 : 1, lemak 25-35 persen total energi. Selain itu harus memenuhi kebutuhan gizi mikro seperti mineral dan vitamin.

Menurut Baliwati dkk (2004 : 116) anak usia sekolah dasar adalah kelompok “rentan gizi”. Disebut rentan gizi karena pada masa sekolah dasar anak sedang mengalami proses tumbuh kembang yang cepat dan kebutuhan akan gizinya wajib terpenuhi namun sayangnya anak sekolah dasar belum paham betul bagaimana cara memenuhi kebutuhan gizinya sehingga rentan dengan masalah gizi. Masalah gizi pada anak sekolah dasar berdampak buruk pada perkembangan fisik dan kecerdasan anak. Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi adalah pola konsumsi makan yang salah. Sebagaimana diketahui anak sekolah dasar mempunyai waktu lebih banyak disekolah, untuk itu pola konsumsi makan anak sekolah dasar adalah konsumsi jajan.

Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang sering menjadi masalah adalah kebiasaan anak jajan di kantin atau di pedagang kaki lima disekitar sekolah dan kebiasaan makan *fast food* (makanan cepat saji). Sebetulnya makanan jajanan dapat melengkapi dan menambah kecukupan gizi seseorang apabila makanan jajanan yang dikonsumsi terjamin kebersihan dan kandungan gizinya (Pudjiadi, 2005 :43). Namun menurut Khomsan (2006 : 42) makanan jajanan sering kali lebih banyak mengandung unsur kabohidrat dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, dan mineral. Menariknya, makanan jajanan menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebesar 36%, protein 29% dan zat besi 52%.

Selain hanya mengandung unsur karbohidrat dan sedikit protein, jajan anak juga rawan akan cemaran kimiawi seperti penambahan Bahan Tambahan Pangan (BTM) yang tidak sesuai dengan takaran. Temuan BPOM (Tempo.co, 2015) menunjukkan bahwa hampir separuh atau 44 persen jajanan anak yang dijual pedagang kaki lima tidak sehat dan mengandung zat aditif atau yang sering kita kenal dengan Bahan Tambahan Makanan (BTM). Jajanan paling berbahaya adalah es, sirup, jeli dan bakso. Keempat jajan itulah yang menjadi favorit dikalangan anak-anak.

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi adalah pola konsumsi jajan yang salah. Pola konsumsi jajan yang salah sering dikaitkan dengan pengetahuan gizi yang rendah. Notoadmodjo (2003) berpendapat bahwa pengetahuan gizi dapat diartikan sebagai kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pada dasarnya anak belum bisa memilih jajanan yang sehat dan aman. Biasanya makanan jajanan yang mereka sukai adalah makanan dengan warna, penampilan, rasa, dan tekstur yang menarik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Suci (2009) di beberapa sekolah di Jakarta menyebutkan bahwa, faktor anak memilih jajanan karena pengaruh teman ada 12 responden (3,0 %), rasa yang enak 336 responde (84,0%), murah harganya 33 responden (8,3%), tampilan yang menarik 2 responden (0,5%). Data tersebut menunjukkan bahwa anak membeli jajan tidak berdasarkan pengetahuan mengenai kandungan gizi yang terdapat pada jajanan, anak juga tidak melihat dari tingkat kebersihan, kesehatan, dan keamanan jajanan.

Pengetahuan gizi kaitannya erat dengan terbentuknya sikap terhadap gizi pada anak. Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek (Notoadmodjo, 2003). Sikap akan sangat berpengaruh bagi seorang anak, karena sikap akan mengarahkan perilaku anak dalam memilih makanan secara langsung. Sikap terdiri dari sikap positif dan sikap negative. Sikap positif terhadap gizi yang dimiliki anak kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif. Sedangkan sikap negatif berdampak langsung dalam kesehatan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoadmodjo, 2010). Pengetahuan gizi yang harus dimiliki meliputi penguasaan anak sekolah dasar tentang makanan, kebersihan dan kesehatan makanan serta penggunaan BTM dalam makanan jajanan.

Penelitian ini bertujuan: 1) untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi jajan siswa; 2) untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara sikap gizi dengan pola konsumsi jajan

siswa”; 3) untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi dengan pola konsumsi jajan siswa; 4) untuk mengetahui besarnya pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi dengan pola konsumsi jajan siswa.

## METODE

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 08 Brebes pada 9 Mei 2017. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah 1) kuesioner untuk mengetahui pengetahuan dan sikap gizi siswa; 2) formulir *food frequency questioner*; 3) dokumentasi untuk mencari data serta sebagai bukti penelitian.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* dengan rincian 35 siswa kelas V Sekolah Dasar. Teknik analisis data yang digunakan adalah 1) analisis deskriptif untuk mengetahui *mean* dan *standar deviasi* pengetahuan, sikap gizi dan pola konsumsi; 2) uji regresi sederhana untuk melihat bentuk pengaruh antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi, dan pengaruh sikap gizi terhadap pola konsumsi; 3) uji regresi ganda untuk melihat bentuk pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan siswa; 4) sumbangan efektif dan sumbangan relatif untuk melihat besarnya pengaruh antara tingkat pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 35 siswa kelas V SDN 08 Brebes diperoleh distribusi responden berdasarkan usia dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Responden Berdaarkan Umur di SDN Brebes 08

Kategori Usia (tahun)	N	%
10	12	34.28
11	21	60
12	2	5.72
Jumlah	35	100

Berdasarkan data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 11 tahun. Jumlah responden pada kelompok usia 10 tahun dua kali lebih sedikit dibandingkan kelompok usia 11 tahun, dan jumlah responden usia 12 tahun adalah yang paling sedikit.

Responden berdasarkan jenis kelamin yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dilihat dalam Tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SD N Brebes 08

Jenis kelamin	N	%
Laki-laki	17	48.6
Perempuan	18	51.4
Jumlah	35	100

Berkaitan dengan jenis kelamin terlihat pada Tabel 2 bahwa jumlah responden laki-laki dan perempuan hampir seimbang hanya terpaut satu siswa pada kelompok responden jenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada responden berjenis kelamin laki-laki.

Tingkat pengetahuan gizi diukur dengan menggunakan 3 aspek yang terdiri dari zat gizi, keamanan makanan jajanan dan bahan tambahan pangan. Secara umum pengetahuan gizi siswa dapat dilihat pada Tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Gizi

Aspek	N	%	Min	Max	Mean	SD
1. Zat Gizi						
Kurang	1	2.9	66.7	66.7	66.7	0.0
Cukup	27	77.1	73.3	84.4	81.1	3.7
Baik	7	20.0	88.9	97.8	92.1	3.8
Total	35	100.0	67.0	98.0	82.7	6.4
2. Keamanan Makanan Jajan						
Kurang	4	11.4	53.3	66.7	60.8	5.7
Cukup	17	48.6	73.3	86.7	78.6	4.2
Baik	14	40.0	86.7	100.0	89.0	4.0
Total	35	100	53.0	100.0	80.8	9.3
3. Bahan Tambahan Pangan						
Kurang	19	54.3	24.0	68.0	53.9	13.7
Cukup	10	28.6	68.0	84.0	78.0	5.7
Baik	6	17.1	88.0	100.0	95.3	5.3
Total	35	100	44.0	100.0	80.8	9.7
4. Keseluruhan Aspek						
Kurang	2	20	66.0	69.0	67.5	2.1
Cukup	30	45.7	71.1	84.0	78.2	3.6
Baik	3	34.3	86.0	91.0	88.7	2.5
Total	35	100	66	91	78.5	5.3

Hasil penelitian tingkat pengetahuan gizi secara keseluruhan kategori “kurang” berjumlah 7 responden. Untuk kategori “cukup” sebanyak 16 responden, dan kategori “baik” 12 responden. Artinya sebagian siswa memiliki pengetahuan gizi yang cukup dengan prosentase sebesar 45.7%. Meskipun secara umum pengetahuan gizi siswa cukup namun masih ditemukan sebanyak 34.3% responden yang pengetahuan gizinya kurang. Hasil penelitian ini sama dengan yang sudah dilakukan pada siswa Sekolah Dasar yang berusia 8-11 th di perkotaan Nairobi Kenya Afrika menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pengetahuan gizi yang cukup sebesar 51.6%. 65 % siswa tidak perduli pada apa yang mereka makan (Kiragu, *et al*, 2015). Yan, *et al.* (2015) menjelaskan faktor yang mempengaruhi rendahnya tingkat pengetahuan gizi diantaranya adalah jenis kelamin, usia, dan staus kehidupan siswa. Sedangkan Worsley (2002) berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pengalaman, lingkungan, teman sebaya, dan keyakinan. Asumsinya jika seorang anak meyakini bahwa makanan bergizi baik untuk tubuh maka dengan mudah informasi megenai pengetahuan gizi akan diterimanya. Namun pendapat yang berbeda diungkapkan Kiragu, *et al.* (2015) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kebiasaan makan yang baik, serta pengertian yang kurang tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan membuat siswa tidak perduli pada apa yang mereka konsumsi selama berada di sekolah hal akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktifitas. Soekirman (2000:55) menjelaskan peningkatan pengetahuan gizi dapat dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah, program pendidikan gizi dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku anak terhadap pola konsumsinya. Untuk memperkuat teori dari Soekirman, penelitian yang dilakukan oleh Jan, *et al.* (2009) pada anak SD di New Jersey tentang program pendidikan sekolah untuk mempromosikan makanan yang sehat dan olah raga, hasil penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anak SD setelah mendapatkan program pendidikan.

Jika dilihat dari setiap aspek pada pengetahuan gizi, aspek yang paling dipahami responden adalah aspek bahan tambahan pangan, disusul aspek keamanan makanan jajanan, sedangkan aspek zat gizi adalah aspek yang paling tidak dipahami oleh responden, terbukti hanya 22.9% responden masuk dalam kategori “baik”. Hal tersebut disebabkan karena bahan tambahan pangan sering mereka jumpai dalam kehidupan sehari-hari seperti rasa dan warna yang terdapat pada jajanan.

Tingkat sikap gizi diukur dengan menggunakan 3 aspek yang terdiri dari zat gizi, keamanan makanan jajanan dan bahan tambahan pangan. Jawaban responden diberikan skor dan hasilnya dibagi menjadi 3 kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Berdasarkan hasil penelitian tingkat sikap gizi secara umum dapat dilihat pada Tabel 4 sebagai berikut.

Tabel 4. Tingkat Sikap Gizi

Aspek	N	%	Min	Max	Mean	SD
<b>1. Zat Gizi</b>						
Kurang	1	2.9	66.7	66.7	66.7	0.0
Cukup	27	77.1	73.3	84.4	81.1	3.7
Baik	7	20.0	88.9	97.8	92.1	3.8
Total	35	100.0	67.0	98.0	82.7	6.4
<b>2. Keamanan Makanan Jajan</b>						
Kurang	4	11.4	53.3	66.7	60.8	5.7
Cukup	17	48.6	73.3	86.7	78.6	4.2
Baik	14	40.0	86.7	100.0	89.0	4.0
Total	35	100	53.0	100.0	80.8	9.3
<b>3. Bahan Tambahan Pangan</b>						
Kurang	19	54.3	24.0	68.0	53.9	13.7
Cukup	10	28.6	68.0	84.0	78.0	5.7
Baik	6	17.1	88.0	100.0	95.3	5.3
Total	35	100	44.0	100.0	80.8	9.7
<b>4. Keseluruhan Aspek</b>						
Kurang	2	20	66.0	69.0	67.5	2.1
Cukup	30	45.7	71.1	84.0	78.2	3.6
Baik	3	34.3	86.0	91.0	88.7	2.5
Total	35	100	66	91	78.5	5.3

Berdasarkan Tabel 4. menunjukkan bahwa pada aspek zat gizi jumlah responden pada kategori kurang dan cukup hampir sama, namun jumlah responden yang masuk dalam kategori baik lebih sedikit yaitu sebesar 22.9%. Aspek keamanan makanan jajanan diketahui jumlah responden dalam kategori kurang, cukup, dan baik hampir sama hanya terpaut 1-2 angka. Sedangkan aspek bahan tambahan pangan adalah aspek yang paling dikuasai responden terbukti dengan mayoritas responden masuk dalam kategori baik, lebih dari separuh jumlah responden yakni 60%. Secara umum jika dilihat dari keseluruhan aspek yang diujikan responden masuk dalam kategori cukup, hanya 20% responden yang masuk dalam katgori kurang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai sikap gizi yang sedang. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Laenggeng, dan Yance (2015) sebagian besar sampel memiliki sikap yang baik dalam hal pemilihan makanan jajanan. Menurut Azwar (2004) sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pegaruh kebudayaan, media massa, serta lembaga pendidikan.

Pada Tabel 5. Pola konsumsi jajan siswa diukur dengan menggunakan FFQ (Food Frequency Quitioner) dimana FFQ tersebut berisi sub indikator macam dan jenis makanan jajanan yang sering dikonsumsi responden pada saat berada di sekolah dan banyaknya frekuensi konsumsi dalam satu minggu.

Tabel 5. Deskripsi Pola Konsumsi Siswa

No	Kode Responden	Jenis Makanan					Jumlah FF yang dikonsumsi dalam satu minggu	%	Kategori
		Sepinggan	Camilan basah	Camilan kering	Minuman	Buah			
1	R-01	24	17	22	21	85	97.5	37.5	Kurang
2	R-02	16	9	15.5	4.5	47	46	17.7	Kurang
3	R-03	16.5	20	17.5	15	72	73.5	28.3	Kurang
4	R-04	37.5	7	21.5	8.5	78.5	76.5	29.4	Kurang
5	R-05	31	4.5	28	12.5	81	78	30.0	Kurang
6	R-06	28.5	10	15	2.5	62	59	22.7	Kurang

7	R-07	36	7	31.5	9.5	91	84	32.3	Kurang
8	R-08	40	13	41	8.5	110.5	102.5	39.4	Kurang
9	R-09	27	10	32	5	83	75	28.8	Kurang
10	R-10	12.5	15	12.5	20	70	77.5	29.8	Kurang
11	R-11	19	6.5	20	7	63.5	53.5	20.6	Kurang
12	R-12	30	12.5	22.5	20	97	100	38.5	Kurang
13	R-13	27.5	7	18	5.5	71	59	22.7	Kurang
14	R-14	29	24	17.5	19	103.5	101.5	39.0	Kurang
15	R-15	14	13	22	10	74	71.5	27.5	Kurang
16	R-16	14.5	14.5	21	32.5	98.5	93.5	36.0	Kurang
17	R-17	16	17.5	22.5	11.5	84.5	82.5	31.7	Kurang
18	R-18	10	11	14	15.5	68.5	58.5	22.5	Kurang
19	R-19	22	21	19.5	34.5	116	114.5	44.0	Kurang
20	R-20	22.5	16.5	28.5	27	114.5	105	40.4	Kurang
21	R-21	8.5	17	8	4	58.5	47.5	18.3	Kurang
22	R-22	27	20	30	27	126	120	46.2	Kurang
23	R-23	17.5	12.5	20	20	93	85	32.7	Kurang
24	R-24	10.5	12	23	19	88.5	71.5	27.5	Kurang
25	R-25	27.5	7	18.5	8.5	86.5	61.5	23.7	Kurang
26	R-26	23.5	20	24.5	20	114	88	33.8	Kurang
27	R-27	7.5	20	13.5	12.5	80.5	56	21.5	Kurang
28	R-28	22.5	11	20	15.5	97	78.5	30.2	Kurang
29	R-29	27.5	7	19.5	9.5	92.5	64.5	24.8	Kurang
30	R-30	30	3.5	17.5	8.5	89.5	61.5	23.7	Kurang
31	R-31	12.5	15.5	29.5	22	110.5	91.5	35.2	Kurang
32	R-32	27.5	7	18	6	90.5	58.5	22.5	Kurang
33	R-33	22	4	20	12.5	91.5	58.5	22.5	Kurang
34	R-34	22.5	15	22.5	22.5	116.5	98.5	37.9	Kurang
35	R-35	22	20	27.5	18.5	123	94.5	36.3	Kurang

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa hasil perhitungan pola konsumsi makanan jajanan siswa termasuk dalam kategori kurang. keseluruhan responden mempunyai prosentase dibawah 65 persen yang artinya tingkat frekuensi konsumsi jajan siswa disekolah adalah rendah.

Pada kelompok makanan sepinggan, rerata skor frekuensi dalam satu minggu tertinggi adalah siomay, roti selai, dan cilor yang dikonsumsi 1 kali dalam sehari dan masuk dalam kategori sering dikonsumsi. Hasil penelitian yang sama pernah oleh dilakukan Rodrigo et al, (2003) di Spanyol yang menyatakan bahwa anak-anak di Spanyol

cenderung menyukai sepinggan yaitu makanan sumber karbohidrat dan protein hewani dibandingkan makanan sumber serat. Penelitian di SD Makasar yg dilakukan oleh Ayu, et al. (2011) tidak jauh berbeda yang menyatakan bahwa siswa lebih menyukai jajanan yang mengenyangkan. Kemudian Pratap dan Booluck (2005) pada penelitiannya di Mauritus menjelaskan bahwa makanan jajanan yang dibeli anak umumnya mengenyangkan, kaya energi dan lemak tetapi sangat kurang akan zat gizi makro. Pola konsumsi jajanan sepinggan responden dalam penelitian ini lebih sering dibandingkan hasil penelitian Syafitri (2009) yang menunjukkan frekuensi konsumsi jajanan sepinggan siswa SD di Lawanggintung, Kota Bogor adalah hanya 3-6 kali perminggu. Lebih seringnya anak mengkonsumsi jajanan sepinggan diduga responden cenderung tidak sarapan di rumahnya. Hasil penelitian Anzarkusuma, et al. (2014) di Tangerang menyebutkan bahwa 94.4% siswa sekolah dasar melakukan sarapan tetapi sarapan yang mereka lakukan yaitu dengan membeli jajanan disekolah. Hal ini sangat jelas bahwa makanan sepinggan berkontribusi banyak terhadap asupan anak ketika di sekolah.

Pada kelompok makanan camilan basah, makanan yang digoreng seperti pisang goreng, tempe goreng, tahu goreng merupakan makanan yang paling sering dikonsumsi responden dalam satu minggu, yaitu rata-rata responden mengkonsumsi satu kali dalam sehari. Menurut Amalia, et al, (2012) siswa SD menyukai makanan yang digoreng karena rasa yang sesuai dengan selera. Gorengan merupakan makanan yang gurih, umumnya dikonsumsi dengan tambahan cabai atau saos sambal.

Pada konsumsi makanan camilan kering rerata konsumsi dalam satu minggu terbesar adalah kripik, wafer dan chiki yang rata-rata dikonsumsi responden 3-6 kali dalam seminggu. Ini artinya frekuensi makanan camilan ringan responden rata-rata masuk dalam kategori biasa dikonsumsi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Semarang

oleh Putra (2009) makanan camilan kering yang paling sering dikonsumsi oleh siswa SD adalah chiki, wafer dan permen. Di Italia siswa lebih cenderung menyukai jajanan camilan yang rasanya asin (Losasso, *et al.*, 2015). Sedangkan menurut Fathonah, *et al.* (2014) anak-anak di awal masa kecil suka mengkonsumsi biskuit dan praktis digunakan sebagai makan siang di sekolah.

Kategori minuman rata-rata frekuensi konsumsi miuman terbesar adalah air putih yaitu satu kali dalam sehari responden mengkonsumsi air mineral. Minuman bersoda, es doger, es buah, es gosrok, es sirup, minuman kemasan rasa buah, minuman kemasan rasa coklat adalah kelompok minuman yang rata-rata frekuensi konsumsi permungginya terkecil. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan di Australia, Jensen, *et al.* (2012) mayoritas anak usia 11-12 tahun mengkonsumsi minuman manis setiap harinya. Di Amerika anak usia 9 sampai 13 tahun lebih banyak mengkonsumsi minuman manis disela-sela waktu ngemilnya (Wang, *et al.*, 2016) Sedangkan menurut Fathonah, *et al.* (2014) dalam penelitiannya menyebutkan camilan yang paling banyak dikonsumsi anak usia dini adalah susu rata-rata 2,2 botol/hari. Konsumsi air kemasan, soda, teh dan kopi meningkat seiring berjalannya usia sedangkan konsumsi susu menurun menurut Vieux, *et al.* (2017).

Kelompok jajanan yang paling jarang dikonsumsi adalah buah, yaitu rata-tata konsumsi 1-2 kali dalam seminggu atau kadang-kadang dikonsumsi. Menurut Amalia, *et al.* (2012) alasan kurangnya siswa sekolah dasar mengkonsumsi buah-buahan mayoritas adalah rasanya yang kurang enak. Hanya sedikit responden yang memberikan alasan harga yang mahal.

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian pengetahuan gizi dengan pola konsumsi jajan siswa telah menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan ( $r_{xy} = 0.120$ ) antara pengetahuan gizi dengan pola konsumsi jajan siswa. Artinya tinggi rendahnya tingkat pengetahuan gizi tidak berkaitan dengan pola konsumsi jajan siswa. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan Erry, *et al.* (2014) di SDN GU 12 Pagi Jakarta menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dan perilaku gizi seimbang dengan P-value sebesar  $0.010 < 0.05$ . Penelitian Kigaru, *et al.* (2015) di sekolah dasar Kenya Afrika, menunjukkan tidak adanya hubungan antara pengetahuan gizi dan praktik. Hasil penelitian lain tidak jauh berbeda dilakukan oleh Sudarmawan (2013) di SDN Sambikerep II/480 Surabaya, penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap gizi anak tidak mempunyai hubungan yang sangat kuat terhadap perilaku anak memilih jajanan di SDN Sambikerep II/480 Surabaya.

Hasil perhitungan antara sikap gizi dan pola konsumsi jajan telah menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan ( $r_{xy} = 0.198$ ) antara sikap gizi dan pola konsumsi jajan siswa. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani, dkk (2014) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan positif antara sikap dan perilaku gizi seimbang dengan P-value 0.264. namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Kigaru, *et al.* (2015) bahwa adanya hubungan yang signifikan dengan praktik konsumsi jajanan.

Adapun hasil persamaan regresi linier pada masing-masing variable (pengetahuan dan sikap gizi) menunjukkan bahwa tidak adanya pengaruh terhadap pola konsumsi jajan siswa. Ini artinya tinggi rendahnya tingkat pengetahuan dan sikap gizi tidak ada pengaruhnya terhadap pola konsumsi jajan siswa. Hasil yang tidak jauh berbeda didapatkan pada analisis regresi berganda bahwa tidak terdapat pengaruh antara variabel pengetahuan dan sikap dengan variabel pola konsumsi. Hal ini juga bermakna secara simultan (bersama-sama) pengetahuan dan sikap gizi tidak berpengaruh terhadap pola konsumsi siswa. Besarnya pengaruh tingkat pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan siswa di sekolah diperoleh sebesar sumbangan relative secara berganda dengan predikator tingkat pengetahuan gizi siswa sebesar 11.3 %, sikap gizi sebesar 88.7%. Efektifitas garis regresi sebesar 4.4% yang berarti bahwa variabel pengetahuan dan sikap gizi secara bersamaan memberikan sumbangan sebesar 4.4% terhadap pola konsumsi. untuk sumbangan efektif diperoleh hasil untuk predikator tingkat pengetahuan gizi sebesar 50.3 %, sikap gizi sebesar 39.1%. itu berarti 10.6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Para peneliti diberbagai Negara telah menunjukkan bahwa terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi pola konsumsi jajan siswa. Di Amerika Murimi, *et al.* (2016) mengatakan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan pada anak termasuk rasa, penampilan makanan, dan presepsi keamanan makanan. Selain itu hasil penelitian Shimizu, *et al.* (2010) di Jepang menjelaskan bahwa lingkungan dan kondisi makanan dapat mempengaruhi pola konsumsi makanan seseorang secara keseluruhan. Penelitian di Belgia yang dilakukan oleh R Pacific dan C Hoefkins, (2014) menunjukkan bahwa penyediaan informasi yang memadai akan berguna dalam meningkatkan kesadaran, mengubah sikap dan pola konsumsi. Kemudian Baliwati, *et al.* (2004) dalam teorinya menyebutkan faktor-faktor pengaruh pola konsumsi seseorang atau kelompok diantaranya faktor ekonomi dan harga, faktor sosia-budaya dan religi. Penelitian di Malang yang dilakukan Kristanto *et al.* (2013) menyebutkan bahwa harga murah, ada hadiah, porsi besar, aroma enak, kebebasan memilih, peran teman, rasa asin, warna menarik, tekstur empuk, dan rasa gurih mempengaruhi dalam pemilihan makanan jajanan di sekolah. Darwish *et al.* (2014) pada penelitiannya di Arab Saudi menyebutkan bahwa kebiasaan makan orang tua sangat berperan penting terbentuknya pola makan yang sehat pada anak. Sedangkan

Almatsier (2009) menjelaskan pola konsumsi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan. Fitriani dan Andriyani (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Peningkatan pengetahuan, sikap dan ketrampilan saling berinteraksi membentuk pola yang khas. Namun pada penelitian kali ini rata-rata pengetahuan dan sikap gizi yang masuk dalam kategori sedang yang dimiliki siswa tidak berpengaruh kepada pola konsumsi jajan siswa yang semuanya masuk dalam kategori kurang. Hasil pengujian hipotesis ketiga membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap gizi terhadap pola konsumsi jajan siswa. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi pola konsumsi jajan siswa Sekolah Dasar juga perlu untuk diteliti pada penelitian selanjutnya.

Saran dari penelitian ini adalah: 1) berdasarkan pengetahuan yang telah dimiliki siswa diharapkan dapat menerapkannya dengan lebih memperhatikan pola konsumsi jajan di sekolah agar tidak jajan sembarangan; 2) kepada pihak sekolah untuk memberikan arahan kepada kantin agar menjual makanan yang sehat dan bergizi serta memberikan arahan lebih lanjut kepada siswa agar tidak jajan sembarangan.; 3) hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya bahwa pengetahuan dan sikap gizi tidak berpengaruh terhadap pola konsumsi. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi pola konsumsi jajan siswa Sekolah Dasar juga perlu untuk diteliti pada penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia
2. Amalia, L., O. P. Endro, dan M. R. M. Damanik. 2012. Preferensi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar di Keecamatan Cijeruk Kabupaten Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. ISSN : 1978-1059. 7 (2): 119-126
3. Ayu, T, E, T., V. Hadju., A. Syam. 2003. Pola Jajanan Sehat dan Konsumsi Buah dan Sayur Siswa SD Islam Athira Kota Makassar. Makassar : Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin.
4. Azwar, Saifuddin. 2013. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar Offset
5. Baliwati, Yayuk F, Khomsan, Ali, dan Dwiriani, C Meti. 2004. *Pengantar Pangan Dan Gizi*. Jakarta : Penebar Swadaya
6. BPOM. 2013. *Pedoman Pangan Jajan Anak Sekolah Untuk Pencapaian Gizi Seimbang : pengawas/penyuluhan*. Jakarta: Direktorat Standarisasi Pangan.
7. Cooke, L, J, and J. Wardle. 2004. Age and Gender Differences in Children's Food Preferences. *British Journal of Nutrition*. 93, 741-746
8. Darwish, M. A., G. Al-saif., S. Albahrani, and A. A. Sabra. 2014. Lifestyle and Dietary Behaviors among Saudi Preschool Children Attending Primary Health Care Centers, Eastern Saudi Arabia. *International Journal of Family Medicine*. Vol 2014. ID 432732
9. Dewi, Ayu Bulan; Pujiastuti, Nurul, dan Fajar, Ibnu. 2013. *Ilmu Gizi Untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
10. Devi, Nirmala. 2012. *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta : Penerbit Buku Kompas
11. Fathonah, S., Rosidah, dan Sarwi. 2014. Nutritioanal Adequacy Level of Snack Toward Nutritional Status of Early Childhood. *Greener Journal of Epidemiology and Public Health*. ISSN: 2354-2381. Vol. 2 (2), pp. 037-044, September 2014.
12. Jan, S., C. Bellman., J. Barone., L. Jessen., M. Arnold. 2009. Shape It Up: School-Based Education Program To Promote Healthy Eating and Exercise Developed By A Health Plan in Collaboration With A Collage of Pharmacy. *Journal of Managed Care Pharmacy*. Vol. 15 No.5.
13. Jensen, B, W., M. Nichols., S. Allender., A. S. Sanigorski., L. Millar., P. Kremer., K. Lacy, and B. Swinburn. 2012. Consumption Patterns of Sweet Drinks in A Population of Australian Children and Adolescents (2003–2008). *BMC Public Health*. 12.771
14. Khomsan, Ali. 2006. *Solusi Makanan Sehat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
15. . 2010. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*. Jakarta : Rajawali Pers
16. Kigaru, D, M, D., C. Loechl., T. Moleah., C.W. Macharia-Mutie., dan Z.W. Ndungu. 2015. Nutrition Knowledge, Attitude And Practices Among Urban Primary School Children In Nairobi City, Kenya: A KAP Study. *BMC Public Health* 2015. 1:44
17. Kristanto, Y., B. D. Riyadi., A. Mustafa. 2013. Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. Vol. 7. No. 11

18. Laenggang, A, H., dan Y. Lumalang. 2015. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Sikap Memilih Makanan Jajanan Dengan Status Gizi Siswa SMP Negeri 1 Palu. *Healthy Tadulako jurnal*. Vol. 1 No.1. 49-57
19. Losasso, C., V. Cappa1., M. L. Neuhoiser., V. Giaccone., I. Andrijhetto, and A. Ricci. 2015. Students' Consumption of Beverages and Snacks at School and Away From School: A Case Study in The North East of Italy. *Frontiers in Nutrition*. Vol. 2. 30
20. Murimi, M, W., M. Chrisman., H. R. McCollum, and O. McDonald. 2015. A Qualitative Study on Factors that Influence Students' Food Choices. *Journal of Nutrition and Health*. ISSN: 2469-4185. Vol. 2 : 6
21. Notoadmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku kesehatan*. Jakarta :Rineka Cipta
22. Nuraini, Henry. 2007. *Memilih dan Membuat Jajanan Anak yang Sehat dan Halal*. Jakarta : Qultum Media
23. Nurgiyanto, Burhan; Gunawan, dan Marzuki. 2002. *Statistik Terapan : Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Yogyakarta : UGM Press
24. Pacific, R., Hoefkins C. 2014. Consumption pattern, Attitudes and Nutrition Knowledge on Soft Drinks Among Belgian Adults. *Tanzania Journal of Agricultural Science (2014)*. Vol. 13 No. 1, 55-56
25. Patrick, Heather, and T. A. Nicklas. 2005. A review of Family and Social Determinants of Children's Eating Patterns and Diet Quality. *Journal of the American of Nutrition*. Vol. 24. No. 2, 83-92
26. Rodrigo, P., L. Ribas, S. Li, dan J. Arnceta. Food Preference of Spanish Children and Young People: The End Kid Study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 57. Suppl 1. 2003. 545—548
27. Pratap, B, O, dan B. J. H Boocluck. Children's Consumption of Snack at School in Mau-ritus. *Nutrition and Food Science*. 35. 15-19
28. Putra, A, E. 2009. Gambaran Kebiasaan Jajan Siswa di Sekolah : Studi di Sekolah Dasar H.J. Isriati Semarang. Semarang: Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
29. Pudjiadi, S. 2005. *Ilmu Gizis Klinis Pada Anak*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
30. Shimizu, M., R.P Collin, and W. Brian. 2010. When Snacks Become Meals: How Hunger and Environmental Cues Bias Food Intake. *International Jurnal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 7:63
31. Suci, Eunike. 2009. *Gambaran Periaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta*. Jakarta : Universitas Katolik Atmajaya
32. Sulistyoningih, Haryani. 2012. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
33. Syafitri, Yunita., H. Syariefl, dan Y. F. Baliwati. Kebiasaan Jajan Siswa Sekolah Dasar : Studi Kasus di SDN Lawanggintung 01 Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, Nopember 2009 4(3): 167 – 175
34. Vieux, F., M. Maillot., F. Constant, and A. Drewnowski. 2017. Water and Beverage Consumption Patterns Among 4 to 13 Year Old Children in The United Kingdom. *BMC Public Health*. 17: 479
35. Widajanti, Laksmi. 2009. *Survei Konsumsi Gizi*. Semarang : BP Undip
36. Winkjosastro, Hanifa. 2006. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
37. Wang, Youfa., H. Xuel., H. Chen, dan T. Igusa. Examining Social Norm Impacts on Obesity and Eating Behaviors Among US School Children Based on Agent-based Model. *BMC Public Health* 2014, 14:923
38. Wawan, A, dan M, Dewi. 2010 *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
39. Worsley, Anthony. 2002. Nutrition Knowledge and Food Consumption: Can Nutrition Knowledge Change Food Behavior?. *Asia Pacific J Clin Nutr* 2002 11 (suppl). S579-S585
40. Yan, Pingping., J. Luo., X. Sun., T. Zhang., C.Qin., dan J. Song. 2016. Nutrition Knowledge, Attitude, Behavior and Influencing Factors Of Secondary School Students In Southwest China. *Advance Journal Of Food Science and Technology* 11(4) 2016. 286-292