

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Makanan Jajanan

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman siap saji yang disiapkan oleh pedagang kaki lima dan pedagang asongan khususnya di jalan-jalan dan tempat-tempat umum (Fellows dan Hilmi, 2011).

1. Jenis-Jenis Makanan Jajanan

Makanan selingan dapat berfungsi sebagai asupan gizi anak sekolah, menjaga kadar gula darah agar anak sekolah tetap berkonsentrasi, untuk memperhatikan aktivitas fisik anak sekolah. Makanan selingan dapat berupa bekal dari rumah atau berupa Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS).

Jenis makanan jajanan anak sekolah dibedakan menjadi 4 jenis, yaitu (BPOM, 2013):

a. Makanan utama/sepinggan

Kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah "jajanan berat". Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya: mie ayam, bakso, bubur ayam, nasi goreng, gado-gado, soto, lontong isi sayuran atau daging, dan lain-lain.

b. Cemilan/*snack*

Camilan merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 jenis yaitu camilan basah dan camilan kering. Camilan basah contohnya: gorengan, lempeng, kue lapis, donat, dan jelly. Sedangkan camilan kering contohnya : brondong jagung, keripik, biskuit, kue kering, dan permen.

c. Minuman

Minuman dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu minuman yang disajikan dalam gelas dan minuman yang disajikan dalam kemasan. Contoh minuman yang disajikan dalam gelas antara lain : air putih, es teh manis, es jeruk dan berbagai macam minuman campur (es cendol, es campur, es buah, es doger, jus buah, es krim). Minuman yang disajikan dalam kemasan contohnya : minuman ringan dalam kemasan (teh, sari buah, susu, youghurt).

d. Jajanan Buah

Buah yang biasa menjadi jajanan anak sekolah yaitu buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas dan dipotong. Buah utuh contohnya : buah manggis, buah jeruk. Buah potong contohnya : pepaya, nanas, melon, semangka, dan lain-lain.

2. Fungsi Makanan Jajanan

Makanan jajanan selain berfungsi sebagai makanan selingan, berperan juga sebagai sarana peningkatan gizi masyarakat. Makanan jajanan berfungsi untuk menambah zat-zat makanan yang tidak atau kurang pada makanan utama dan lauk pauknya. Makanan jajanan juga berfungsi, antara lain (Febry, 2010):

- a. Sarapan pagi.
- b. Makanan selingan yang dimakan di antara waktu makan makanan utama.
- c. Makan siang terutama bagi mereka yang tidak sempat makan di rumah.
- d. Produk yang mempunyai nilai ekonomi bagi para pedagang.

3. Sumber dan Penyebab Makanan Tidak Aman

Menurut Kemenkes (2011), sumber ketidakamanan makanan dapat berasal dari berbagai cemaran, baik yang merupakan cemaran biologis, cemaran kimia, maupun cemaran fisik. Makanan juga dapat menjadi tidak aman karena kondisi bahan baku, bahan tambahan, dan peralatan yang digunakan dalam proses pengolahan makanan. Lingkungan dan penjamah yang terlibat dalam proses pengelolaan makanan juga dapat turut berperan serta dalam menentukan kondisi keamanan makanan tersebut.

a. Cemaran Biologis

Cemaran biologis pada umumnya disebabkan oleh rendahnya kondisi hygiene dan sanitasi. Contoh cemaran biologis yang umum mencemari makanan, adalah (Kemenkes, 2011):

- 1) *Salmonella* pada unggas. *Salmonella* dapat ditularkan dari kulit telur yang kotor;
- 2) *E.coli O157-H7* pada sayuran mentah, daging cincang (kontaminasi dapat berasal dari kotoran hewan maupun pupuk kandang yang digunakan dalam proses penanaman sayur);
- 3) *Clostridium perfringens* pada umbi-umbian (kontaminasi dapat berasal dari debu dan tanah);
- 4) *Listeria monocytogenes* pada makanan beku.

Cemaran biologis ini dapat mencemari makanan pada berbagai tahapan pengelolaan makanan, mulai dari tahap pemilihan bahan makanan, penyimpanan bahan makanan, persiapan dan pemasakan bahan makanan, pengemasan makanan matang, penyimpanan

makanan matang dan pendistribusiannya serta pada saat makanan dikonsumsi.

b. Cemar Kimia

Cemar kimia dapat berasal dari lingkungan yang tercemar limbah industri, radiasi, dan penyalahgunaan bahan berbahaya yang ditambahkan ke dalam makanan. Contoh bahan yang terkategori bahan berbahaya adalah Formalin, *Rhodamin B*, boraks, dan *methanil yellow*. Cemar kimia dapat juga berasal dari racun alami yang terdapat dalam bahan makanan itu sendiri, seperti (Kemenkes, 2011):

- 1) Singkong atau kentang yang berwarna kehijauan diduga mengandung sianida.
- 2) Ikan buntal mengandung tetradotoksin.
- 3) Logam berat seperti merkuri, arsenik, dan timbal dari tinta, kertas fotocopy, koran, dan limbah industri
- 4) Penyalahgunaan pewarna tekstil untuk makanan
- 5) Residu pestisida pada sayur dan buah
- 6) Perpindahan bahan plastik kemasan ke dalam makanan

Cemar kimia ini dapat berasal dari bahan makanan, BTP, peralatan, lingkungan, bahan kimia, pembasmi hama dan bahan pengemas. Cemar biologis, cemar kimia dapat mencemari makanan pada saat pemilihan bahan baku, penyimpanan bahan, persiapan dan pemasakan, pengemasan, penyimpanan makanan jadi, pendistribusian serta pada saat makanan dikonsumsi.

c. Cemarannya Fisik

Cemaran fisik dapat berupa: rambut yang berasal dari penjamah makanan yang tidak menutup kepala saat bekerja, potongan kayu, potongan bagian tubuh serangga, pasir, batu, pecahan kaca, isi staples, dan lainnya. (Kemenkes, 2011)

Cemaran fisik ini dapat berasal dari bahan makanan, dari penjamah makanan (pakaian dan perhiasan), dan dari fasilitas yang tersedia pada saat pengolahan, seperti peralatan yang dipergunakan (alat yang terbuat dari bahan besi), hama, dan lingkungan (dapat diakibatkan dari pembangunan di sekitar pengolahan bahan makanan). Cemarannya fisik ini dapat mencemari makanan pada tahapan: pemilihan, penyimpanan, persiapan, dan pemasakan bahan makanan, pengemasan, penyimpanan dan pendistribusian makanan matang serta pada saat makanan dikonsumsi (Kemenkes, 2011).

d. Cemarannya Radiasi

Radiasi nuklir sangat berbahaya apabila langsung mengenai tubuh manusia. Daerah yang terpapar radiasi secara langsung maka efeknya akan turut mengenai segala hal yang ada di sekitar wilayah paparan radiasi misalnya tanaman pertanian, ternak, perikanan, air, maupun yang sudah berupa produk makanan dan bahkan manusia itu sendiri. Proses pengolahan makanan, radiasi sebenarnya digunakan juga yaitu pada saat pengemasan. Kegiatan dengan menggunakan teknik radiasi/radiasi makanan sebenarnya masih diperkenankan jika dilakukan dengan prosedur yang ketat sehingga produk makanan yang dihasilkan tetap aman (Kemenkes, 2011).

4. Tanda atau Ciri Makanan Tidak Aman

Makanan yang aman adalah makanan dan minuman yang bebas kuman (mikroba patogen), bahan kimia dan bahan berbahaya yang bila dikonsumsi menimbulkan gangguan kesehatan manusia. Sebaliknya makanan yang tidak aman adalah makanan yang mengandung kuman (mikroba patogen), bahan kimia dan bahan lain berbahaya yang bila dikonsumsi menimbulkan gangguan kesehatan manusia (Kemenkes, 2011).

Kantin dan di sekitar sekolah seringkali banyak makanan dan minuman jajanan yang dijual bagi anak sekolah. Menurut hasil pengawasan BPOM dalam beberapa tahun terakhir, ada empat jenis bahan berbahaya yang sering disalahgunakan dalam makanan, yakni formalin, boraks, pewarna *Rhodamin B*, dan *Methanyl Yellow* (pewarna tekstil). Cara sederhana mengetahui bahwa makanan jajanan basah dan kering berisiko tidak aman karena diduga mengandung zat berbahaya tersebut adalah sebagai berikut (Kemenkes, 2011):

a. Tanda makanan jajanan berformalin

Bakso berformalin memiliki tekstur sangat kenyal dan tidak rusak (berlendir) sampai dua hari pada suhu ruang. Mie basah berformalin biasanya lebih mengkilap, tidak lengket satu sama lain, tidak rusak (basi) sampai dua hari pada suhu ruang, dan bertahan lebih dari 15 hari pada suhu lemari es. Tahu yang berformalin memiliki tekstur keras, kenyal tetapi tidak padat, tidak rusak sampai tiga hari dalam suhu ruang dan bisa tahan 15 hari dalam lemari es. Daging ayam dan

daging ikan goreng atau nugget goreng yang berformalin juga memiliki tekstur yang kenyal dan tidak busuk sampai dua hari pada suhu ruang.

b. Tanda makanan jajanan mengandung boraks

Bakso yang mengandung boraks tampak berwarna agak putih (seharusnya berwarna abu kecoklatan dan bertekstur sangat kenyal), ketika bakso digigit amat kenyal dan jika dipantulkan ke dinding atau lantai memantul seperti bola karet. Mie basah yang mengandung boraks tampak lebih mengkilap, tidak lengket satu sama lain, tidak gampang putus dan kenyal. Lontong dan buras yang mengandung boraks mempunyai tekstur sangat kenyal, berasa tajam dan memberikan rasa getir. Kerupuk yang mengandung boraks bertekstur renyah dan menimbulkan rasa getir.

c. Tanda makanan jajanan mengandung pewarna *Rhodamin B* dan *Methanyl Yellow*

Makanan dan minuman berwarna merah atau kuning yang mengandung pewarna *Rhodamin B* dan *Methanyl Yellow* biasanya menampilkan warna yang mencolok (merah sekali atau kuning sekali), produknya tampak mengkilap, pada makanan kadang warna tidak merata (tidak homogen karena ada yang menggumpal), dan setelah mengkonsumsinya terasa sedikit rasa pahit dan gatal di tenggorokan. Saos cabe atau saos tomat warnanya membekas di tangan kemungkinan pewarna yang digunakan adalah *Rhodamin B*.

d. Tanda roti dan kue basah tercemar kuman patogen

Roti dan kue basah yang tercemar kuman patogen ketika dilihat bentuknya sudah tidak utuh lagi; di bagian tertentu dari roti atau kue tampak berjamur (seperti kapas halus berwarna putih dan abu-abu); kemasan tampak tidak utuh (robek atau rusak). Ketika dicium aroma khas roti atau kue sudah berubah, bahkan muncul bau tengik atau tak sedap; jika diraba keras; dan jika dimakan terasa pahit atau tidak enak.

e. Tanda buah yang tercemar kuman patogen

Buah yang utuh seperti pisang, jeruk dan apel tampak ada bagian yang mulai rusak (hitam bekas memar); atau sudah ada bagian yang mulai busuk; atau berdebu pada bagian luarnya. Ketika memilih buah potong, jangan membeli buah potong pada penjual yang tidak bersih dan alat yang digunakan untuk memotong dan menyimpan buah potong juga tidak bersih. Buah potong yang sudah berubah warna, bentuk dan aroma berisiko tidak aman.

f. Tanda minuman yang tidak aman

Minuman yang tercemar kuman patogen akan menimbulkan perubahan aroma dan rasa; misalnya susu dan jus terasa menjadi asam. Kemasan minuman yang sudah rusak dan bocor berisiko tidak aman. Minum susu dan jus harus segera dihabiskan, bila tidak akan dihindangi kuman yang berisiko tidak aman atau dapat menyebabkan penyakit. Minuman yang terbuka pada suhu ruang berisiko terpapar kuman dan tidak aman.

B. Perilaku Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan

Perilaku dalam pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu aktivitas dari manusia itu sendiri (Notoatmodjo, 2011).

Menurut Skinner (1983) dalam Notoatmodjo (2011), perilaku adalah respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Perilaku manusia terjadi melalui proses: Stimulus – Organisme – Respons, sehingga teori Skinner ini disebut teori “S-O-R” (Stimulus-Organisme-Respons). Teori Skinner menjelaskan adanya dua jenis respons, yaitu:

1. *Respondent respons* atau *reflexive*, merupakan respon yang ditimbulkan oleh rangsangan-rangsangan (stimulus) tertentu yang disebut *eliciting stimulus*, karena menimbulkan respons-respons yang relatif tetap. Respondent respon juga mencakup perilaku emosional.
2. *Operant respons* atau *instrumental respons*, merupakan respons yang timbul dan berkembang, yang kemudian diikuti oleh stimulus atau rangsangan yang lain. Perangsang yang terakhir ini disebut *reinforcing stimuli* atau *reinforce*, karena berfungsi untuk memperkuat respons.

Berdasarkan teori “S-O-R” tersebut, maka perilaku manusia dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu:

1. Perilaku tertutup (*Covert behavior*)

Perilaku tertutup terjadi apabila respons terhadap stimulus tersebut belum dapat diamati oleh orang lain dari luar secara jelas. Respons seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, persepsi, pengetahuan dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan.

2. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Perilaku terbuka ini terjadi apabila respons terhadap stimulus tersebut sudah berupa tindakan atau praktik ini dapat diamati oleh orang lain dari luar atau "*observable behavior*".

Perilaku terhadap makanan (*nutrition behaviour*) yakni respons seseorang terhadap makanan sebagai kebutuhan vital bagi kehidupan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap, dan praktik kita terhadap makanan serta unsur-unsur yang terkandung di dalamnya (gizi, vitamin), dan pengelolaan makanan dan sebagainya, sehubungan kebutuhan tubuh kita (Notoatmodjo, 2011).

Anak usia sekolah memiliki kebiasaan memilih makanan apa yang ingin ia makan. Anak sudah dapat menentukan makanan apa saja yang disukainya karena sudah mengenal lingkungan. Seperempat dari waktu anak dihabiskan dan mungkin lebih sering makan di sekolah (Fikawati, Syafiq, dan Veratamala, 2017). Pada dasarnya anak sekolah dasar menyukai jajanan dibandingkan dengan makanan berat. Mereka menghabiskan uang sakunya untuk membeli makanan di kantin dan pedagang kaki lima di sekitar sekolah (Setiawan, 2010 dalam Safriana, 2012).

C. Faktor Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar

Pemilihan makanan merupakan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis, dan sosiologis. Tujuan fisiologis adalah upaya untuk memperoleh zat-zat gizi yang diperlukan tubuh. Tujuan psikologis adalah untuk memenuhi kepuasan emosional atau selera, sedangkan tujuan sosiologis

adalah untuk memelihara hubungan manusia dalam keluarga dan masyarakat (Sediaoetama, 2000).

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan individu maupun keluarga, secara garis besar dikelompokkan faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan menjadi tiga determinan, yaitu karakteristik individu, makanan dan lingkungan (Randall dan Sanjur, 1981).

1. Karakteristik Individu

Karakteristik individu dalam pemilihan makanan yang mempengaruhi perilaku makan terdiri dari jenis kelamin, pengetahuan, uang saku, kebiasaan sarapan dan kebiasaan membawa bekal: (Randall dan Sanjur, 1981)

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor internal kebutuhan gizi seseorang. Kebutuhan gizi antara laki-laki dan perempuan sangat berbeda, hal ini disebabkan pertumbuhan dan perkembangan laki-laki dan perempuan juga berbeda. Berdasarkan hasil penelitian Worhington, dkk. (2006) dalam Putri (2015) mengatakan bahwa anak laki-laki usia sekolah mengkonsumsi asupan energi dan zat gizi lebih besar dibandingkan dengan anak perempuan, karena nafsu makan pada anak laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Hasil penelitian Norhasanah, dkk. (2018) menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi siswa laki-laki lebih banyak dibandingkan siswa perempuan karena aktivitas yang dilakukan oleh siswa laki-laki lebih banyak, sehingga siswa laki-laki lebih banyak mengkonsumsi makanan yang mengenyangkan. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian Suci

(2009) yang menyatakan anak perempuan cenderung jajan yang bersifat pengakuan sosial atau gengsi sedangkan laki-laki jajan karena mereka lapar.

b. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu subjek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu penglihatan, penciuman, pendengaran dan raba (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan yang dimiliki tentang makanan jajanan yang sehat, seseorang akan tahu risiko apabila mengkonsumsi makanan yang tidak sehat akan mengalami keracunan makanan (Alhidayati, Efendi & Hakim., 2018).

Pengetahuan anak dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup. Pengetahuan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah (Solihin, 2005).

Pengetahuan anak tentang makanan jajanan merupakan kemampuan anak dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kemampuan anak dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi pada anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan mereka (Notoatmodjo, 2005).

Penelitian Yusnira (2018) menyebutkan tingkat pengetahuan anak sekolah dasar pada kategori kurang berhubungan dengan praktik anak dalam pemilihan makanan jajanan yang sebagian besar tidak

baik. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Tambunan, Asriwati dan Syamsul (2019) bahwa tidak memiliki pengetahuan tentang jajanan yang sehat menyebabkan siswa tidak mempunyai kemampuan untuk menerapkan informasi dalam memilih makanan jajanan yang merupakan sumber-sumber zat gizi, sehat dan aman dikonsumsi.

c. Uang Saku

Uang jajan adalah sejumlah uang yang diberikan orang tua atau pengasuh kepada anak-anaknya. Uang jajan dapat dikategorikan menurut waktu pemberiannya, yaitu uang jajan harian, mingguan, bulanan, dan tahunan. Biasanya anak usia sekolah diberikan uang saku untuk keperluan jajan di sekolah. Perolehan uang saku sering menjadi kebiasaan, anak diharapkan untuk belajar mengelola dan bertanggung jawab atas uang saku yang dimiliki (Napitu, 1994 dalam Safriana, 2012).

Uang jajan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kebiasaan anak untuk mengkonsumsi makanan jajanan (Norhasanah, dkk., 2018). Alasan seorang anak mengkonsumsi makanan yang beragam salah satunya karena uang jajan, dengan semakin besar uang saku maka kecenderungan anak mempunyai frekuensi jajan yang besar (Moehiji, 2003).

Penelitian Norhasanah, dkk (2018) menyebutkan bahwa jumlah uang saku yang lebih besar membuat anak sekolah sering mengkonsumsi makanan jajanan yang mereka sukai tanpa menghiraukan kandungan gizinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Rosyidah (2015), anak sekolah memiliki kebebasan untuk memilih

sendiri makanannya dan cenderung membeli makanan yang menarik tanpa memperhatikan kandungan gizi dalam makanan, pemilihan makanan yang salah pada akhirnya dapat mempengaruhi status gizi anak.

d. Kebiasaan Sarapan

Sarapan adalah suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik. Manfaat yang dapat diambil dari kebiasaan ini adalah sarapan pagi dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula dalam darah dan dapat memberikan kontribusi penting akan beberapa zat gizi yang diperlukan tubuh seperti protein, lemak, vitamin dan mineral (Khomsan, 2002).

Anak yang tidak sarapan cenderung lebih sering mengonsumsi makanan jajanan untuk kebutuhan energinya. Makanan yang dikonsumsinya tidak memperhatikan nilai gizi, keamanan, dan kebersihannya maka ini akan berpengaruh pada kesehatan (Khomsan 2003).

Penelitian Norhasanah, dkk (2018) menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan memiliki hubungan dengan perilaku memilih makanan jajanan, sarapan pagi sebelum berangkat sekolah sangat penting untuk dilakukan karena berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan anak di sekolah. Sarapan pagi akan membuat anak dapat menahan diri untuk tidak jajan karena sudah kenyang akibat sarapan.

Manfaat lain dari sarapan adalah untuk memelihara ketahanan tubuh, agar dapat bekerja atau belajar dengan baik, membantu

memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran, serta membantu mencukupi zat gizi (Hartoyo, dkk., 2015).

e. Kebiasaan Membawa Bekal

Bekal merupakan makanan yang dipersiapkan orang tua di rumah untuk dibawa dan dikonsumsi anak di sekolah. Bekal yang dibawa oleh anak dapat lebih mudah diawasi terutama dalam hal kandungan gizi, kebersihan serta dapat mengurangi kebiasaan jajan di sekolah (Safriana, 2012).

Penelitian Norhasanah, dkk (2018) menunjukkan hasil yang cukup baik karena membiasakan membawa bekal akan mengurangi kebiasaan anak jajan di sekolah.

2. Karakteristik Makanan

Karakteristik makanan dalam pemilihan makanan yang mempengaruhi perilaku makan terdiri dari jenis makanan dan kantin sehat: (Randall & Sanjur, 1981)

a. Jenis Makanan

Banyak jenis makanan jajanan yang dijual di kantin sekolah. Makanan jajanan (*Street food*) lebih dikenal sebagai *snack*, didefinisikan sebagai makanan atau kudapan, baik yang diproduksi sendiri pada tingkat rumah tangga maupun yang dipersiapkan untuk konsumsi langsung di lokasi penjualan yang terdapat dipinggir jalan atau di tempat-tempat umum, dan bisa dijajakan dengan cara berkeliling (Judarwanto, 2008).

Anak-anak dan makanan jajanan merupakan dua hal yang sulit untuk dipisahkan. Anak-anak memiliki kegemaran untuk

mengonsumsi jenis makanan jajanan secara berlebihan, khususnya anak-anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) (Sugiyantoro, 2008 dalam Robert dan Sudarti 2014).

Dalam keseharian banyak dijumpai anak-anak yang selalu dikelilingi penjual makanan jajanan, baik yang ada di rumah, di lingkungan tempat tinggal hingga di sekolah. Jenis makanan jajanan yang disukai oleh anak usia sekolah dasar adalah makanan yang berwarna mencolok, rasanya gurih, dikemas menarik, belum pernah dicoba oleh anak dan memberikan hadiah di dalamnya. Minuman yang disukai anak usia sekolah dasar adalah yang warnanya mencolok, rasanya manis, menyegarkan dan juga memberikan hadiah (Robert dan Sudarti, 2014).

Makanan jajanan dapat dibedakan menjadi 3 macam, yaitu: makanan jajanan yang berbentuk makanan (seperti, kue kecil-kecil dan pisang goreng), makanan jajanan seponggan (menu utama), dan makanan jajanan yang berbentuk minuman (Damayanti, 2010).

Penelitian Sari (2017), menunjukkan faktor jenis makanan jajanan dalam kategori 'sedang' yaitu dengan rata-rata angka 7,5016, jika dilihat dari presentase sebanyak 200 orang atau 50,4% sehingga disimpulkan faktor kebiasaan membeli makanan jajanan disebabkan oleh faktor jenis makanan jajanan.

b. Kantin Sehat

Kantin sekolah memberikan peluang untuk mengembangkan tingkah laku dan kebiasaan positif dikalangan siswa. Keberadaan kantin di sekolah tidak hanya sekedar untuk memenuhi kebutuhan

makan dan minum siswa namun juga dapat dijadikan sebagai sarana untuk mendidik siswa tentang kesehatan dan kebersihan (Roe, 2011 dalam Alhidayati, Efendi, dan Hakim., 2018).

Penelitian Alhidayati, Efendi, dan Hakim (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kantin sehat terhadap pemilihan makanan jajanan sehat. Sarana fasilitas kantin sangat diperlukan dan berpengaruh pada perilaku dalam pemilihan makanan jajanan sehat, untuk menunjang agar siswa tidak jajan sembarangan.

3. Karakteristik Lingkungan

Karakteristik lingkungan dalam pemilihan makanan yang mempengaruhi perilaku makan terdiri dari iklan jajanan di TV, media sosial, peran teman, peran guru, peran orang tua (Randall & Sanjur, 1981):

a. Iklan Jajanan di TV

Di banyak negara, termasuk Indonesia, iklan yang paling sering muncul pada acara ditujukan untuk anak-anak adalah kategori makanan. Kenyataan ini perlu dicermati secara kritis karena iklan bisa membentuk pola makan yang buruk pada anak-anak. Sementara itu makanan yang dikonsumsi pada masa anak-anak ini akan menjadi dasar bagi kondisi kesehatan di masa dewasa dan tua nanti. Efek paling disoroti adalah munculnya gejala obesitas (kegemukan) yang dikaitkan dengan intensitas menonton TV (Fikawati, Syafiq, dan Veratamala, 2017).

Media televisi merupakan media yang besar pengaruhnya terhadap perilaku makan anak. Pemilihan media televisi merupakan yang paling tepat untuk mempengaruhi anak dalam perilaku membeli.

Dampak media ini kadang menguntungkan tetapi tidak jarang juga merugikan. Iklan TV efektif dalam kegiatan komunikasi pemasaran. Hal ini karena iklan TV memiliki daya tarik kuat yang disebabkan oleh unsur kata-kata, music, dan *sound effect*. TV baik jika digunakan untuk mempromosikan makanan yang sehat dan bergizi, akan tetapi TV juga memiliki dampak yang kurang baik. Hal ini diperkuat oleh penelitian Subardjo, dkk. (2013) menunjukkan bahwa iklan makanan di televisi berpengaruh terhadap pemilihan makanan dan asupan energi anak.

Menurut Fikawati, Syafiq, dan Veratamala (2017), mengatakan bahwa penonjolan dari berbagai produk makanan yang hanya padat energi, membuat anak malas mengkonsumsi makanan kaya gizi lainnya. Berbagai jenis makanan ringan (*snack*) dan makanan manis-manis cenderung miskin gizi tetapi lebih disukai anak-anak karena iklannya dikemas dalam tayangan menarik.

Di Australia, iklan makanan tinggi lemak atau tinggi gula yang disiarkan selama program anak sebanyak 65,9% dari semua iklan makanan. Anak berusia 5-12 tahun terpapar 96 iklan makanan termasuk 63 iklan tinggi lemak atau tinggi gula perminggu (Kelly, dkk., 2007).

Penjualan makanan tinggi lemak, tinggi gula dan tinggi kalori dan minuman memiliki sasaran target anak dan remaja yang semakin meningkat. Iklan makanan tersebut akhirnya akan mempengaruhi kesukaan, permintaan, dan konsumsi makanan dan minuman (Veugeler & Fitzgerald, 2005).

Anak yang paling banyak menonton televisi berhubungan secara signifikan dengan lebih banyak mengonsumsi makanan yang biasa diiklankan di TV seperti *soft drink*, minuman buah kemasan, beberapa permen dan *snack*, dan beberapa *fast food* sehingga diperoleh kesimpulan bahwa penggunaan TV berhubungan positif dengan konsumsi *soft drink*, minuman buah kemasan keripik kentang, coklat manis, biskuit, *hamburger*, dan *French fries*, namun berhubungan negatif dengan konsumsi sayur dan buah (Utter, Scragg & Schraaf, 2005).

Paparan iklan *junk food* ≥ 49 iklan/hari menunjukkan hubungan yang signifikan terjadinya risiko obesitas dengan OR sebesar 1,7 dan jika paparan iklan *junk food* meningkat menjadi > 60 iklan/hari, maka risiko obesitas akan meningkat 2,19 kali (Nurwanti, Hadi & Julia, 2013).

Paparan iklan makanan dengan nilai 1,8 menit per hari di Belanda dan 11,5 menit per hari di Amerika memiliki kontribusi terhadap prevalensi obesitas anak 16-40% di Amerika, 10-28% di Australia dan Italia, dan 4-8% di Inggris, Swedia, dan Belanda (Goris, dkk., 2009)

Iklan sebagai *antecedence* terencana dalam hal ini adalah paparan media berupa iklan produk makanan dan minuman ringan di televisi. *Antecedence* adalah peristiwa lingkungan yang menciptakan tahap pemicu perilaku manusia (Kholid, 2012). Paparan iklan sebagai *antecedence* tersebut mendorong anak usia sekolah untuk memilih dan membeli jajanan seperti yang ada pada iklan (Agustiningsasi, Ririanty & Hartanto., 2017).

b. Media Sosial

Di *era modern* seperti sekarang ini, selain media massa berpengaruh dalam kehidupan seseorang media sosial juga turut ikut andil. Berbagai kalangan dapat mengakses media sosial hanya dengan telepon genggam. Beragam informasi yang bisa didapatkan dan disebarkan melalui media sosial. Informasi dapat berupa gambar, artikel, berita, dan lain-lain. Hal ini dapat mengubah perilaku konsumen (Kusumaningrum, Wachyuni, dan Nathania., 2019).

Penelitian yang dilakukan *We Are Social* – perusahaan media asal Inggris yang bekerjasama dengan *Hootsuite* menyatakan rata-rata orang Indonesia menghabiskan 3 jam 23 menit dalam sehari untuk mengakses media sosial. Media sosial yang digunakan adalah *youtube* dengan angka penggunaan sebanyak 43% lalu diikuti *facebook* 41%, *whatsApp* 40%, dan *instagram* 38% (Putlia dan Thionanda, 2020).

Iklan mempunyai empat fungsi utama, yaitu: fungsi *precipitation*: fungsi mempercepat berubahnya suatu kondisi dari keadaan yang semula tidak bisa mengambil keputusan menjadi bisa mengambil keputusan, fungsi *persuasion*: membangkitkan keinginan dari khalayak sesuai pesan yang diinginkan, fungsi *reinforcement*: iklan mampu meneguhkan keputusan yang telah diambil oleh konsumen, dan fungsi *reminder*: iklan mampu mengingatkan dan makin meneguhkan terhadap produk yang diiklankan (Rotzoill, 1986 dalam Widyatama, 2005).

Penelitian Putlia dan Thionanda (2020) tentang perubahan pola perilaku konsumen modern melalui media sosial menyebutkan bahwa

munculnya *Digital Influencer* merubah perilaku konsumen pada promosi produk dan keputusan pembelian generasi milenial adalah positif.

c. Peran Teman

Di sekolah, teman dapat membawa pengaruh besar pada anak. Jajan di sekolah bukan hanya sebuah kebutuhan karena lapar, tetapi juga dapat menjadi suatu cara untuk bersosialisasi dengan teman (Fikawati, Syafiq, dan Veratamala, 2017).

Saat berada di sekolah, teman dapat membawa pengaruh yang sangat penting, meski di rumah sudah tersedia makanan yang enak dan bersih, bukan tidak mungkin anak tetap ingin jajan. Hal ini karena semua temannya juga jajan. Bisa dipastikan anak akan lebih suka jajan karena rasa makanan yang dijual umumnya lebih enak dan gurih dibandingkan sajian makanan di rumah. Mereka sama sekali tidak peduli kalau rasa yang enak dan gurih tersebut berasal dari bumbu penyedap maupun kandungan garam atau lemak yang tinggi. Bagi anak-anak, jajan bersama teman memberikan suasana yang berbeda dibandingkan rumah sehingga terasa lebih menyenangkan (Fikawati, Syafiq, dan Veratamala, 2017).

Pengaruh teman sebaya (*peer group*) pada anak akan semakin besar dengan adanya keinginan atau hasrat yang besar dari dalam diri anak untuk dapat diterima sebagai anggota tertentu, sehingga ia memutuskan untuk menyesuaikan tingkah lakunya dengan aturan kelompok tersebut. tentunya ini juga merupakan faktor munculnya kebiasaan jajan pada anak (Tambunan, Asriwati & Syamsul., 2019).

Perilaku siswa/i dalam mengkonsumsi makanan jajanan adalah karena dipengaruhi oleh temannya. Mereka jajan dengan alasan melihat teman mereka yang jajan di sekolah, ada juga yang merasa tidak bisa menolak ajakan temannya, terkadang ketika tidak memiliki uang temannya selalu membelikan jajan. Hal ini membuat mereka menjadi terbiasa untuk jajan dan akan merasa malu apabila tidak bisa ikut jajan dengan temannya walaupun sebenarnya tidak ada teman-temannya yang mengejek apabila mereka tidak jajan (Afni, 2017).

Penelitian Wowor, Engkeng & Kalaseran (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi jajanan pada pelajar di sekolah dasar, terdapat hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku konsumsi jajanan di sekolah dasar.

d. Peran Guru

Peranan guru sebagai komunikator yang dapat memberikan nasihat, sebagai motivator, memberi dorongan dan membimbing anak didik dalam pengembangan sikap dan tingkah laku. Peran profesional guru dalam keseluruhan program pendidikan di sekolah diwujudkan untuk mencapai tujuan pendidikan yang berupa perkembangan peserta didik secara optimal, dengan demikian peran guru sangat penting dalam mengubah tingkah laku kepada peserta didik dalam kegiatan belajar (Prey Katz, 2012 dalam Alhidayati, Efendi & Hakim, 2018).

Guru berperan mengajarkan siswa agar tidak salah dalam memilih dan mengkonsumsi makanan jajanan, guru selalu memberikan informasi bahaya dari jajan sembarangan, mengawasi siswa dalam

pembelian makanan jajanan serta selalu menyarankan siswa untuk membawa bekal dari rumah ke sekolah (Alhidayati, Efendi & Hakim., 2018). Guru memiliki peran yang sangat besar di sekolah. Peran guru sebagai *role model* perilaku, guru juga dapat menjadi sosok yang berpengaruh terutama dalam memberikan informasi tentang bahaya jajanan anak sekolah, penerapan sanksi atau larangan jajan sembarangan (Fitriani, 2016). Guru memiliki peran dalam perilaku siswa yaitu guru sebagai fasilitator, pembimbing, penyedia lingkungan, model (contoh), motivator, agen perkembangan kognitif, manajer (Sukma, 2018).

Penelitian Warlenda dan Desnovianti (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan praktek pemilihan makanan jajanan di sekolah dasar, terdapat hubungan bermakna antara peran guru dengan praktek pemilihan jajanan sehingga peran guru mempengaruhi praktik pemilihan jajanan di sekolah. Peran guru sangatlah penting terhadap praktik pemilihan jajanan pada siswa, karena akan mempengaruhi sikap negatif siswa terhadap praktik pemilihan jajanan.

e. Peran Orang Tua

Perilaku jajan anak juga dipengaruhi oleh orang tua atau orang terdekat yang berada di lingkungan keluarga yang kerap kali melakukan jajan. Keluarga yang jarang menyediakan makanan tetapi lebih sering membeli makanan siap makan untuk keluarga. Anak kerap diberikan uang lebih dengan alasan lebih praktis untuk membeli makanan di sekolah ketimbang membawa bekal (Safriana, 2012).

Peran orang tua sangat dibutuhkan dalam perkembangan anak, terutama dalam memberikan pengetahuan dan pengawasan kepada anaknya terhadap pemilihan makanan jajanan di sekolah. Proses pembentukan perilaku diharapkan adanya perhatian dari orang tua baik dari waktu serta kemampuan dalam mengajarkan dan membimbing anak tidak jajan sembarangan dengan memilih makanan yang bersih dan tertutup (Alhidayati, Efendi & Hakim., 2018).

Peran orang tua dalam kebiasaan konsumsi makanan jajanan anak, dalam hal ini yaitu berupa kebiasaan orang tua untuk mengajak anaknya makan atau jajan di luar rumah. Kebiasaan orang tua mengajak anak makan di luar rumah setiap akhir pekan juga mendorong kebiasaan anak senang jajan (Tambunan, Asriwati & Syamsul., 2019).

Orang tua yang tidak membiasakan anak untuk jajan maka anak tidak akan suka membeli jajan sembarangan. Pemilihan makanan jajanan sehat sudah harus dimulai sejak dini dengan membiasakan anak mengkonsumsi makanan sehat, membawa bekal sehat dari rumah dan tidak membiarkan anak jajan sembarangan (Alhidayati, Efendi & Hakim., 2018).

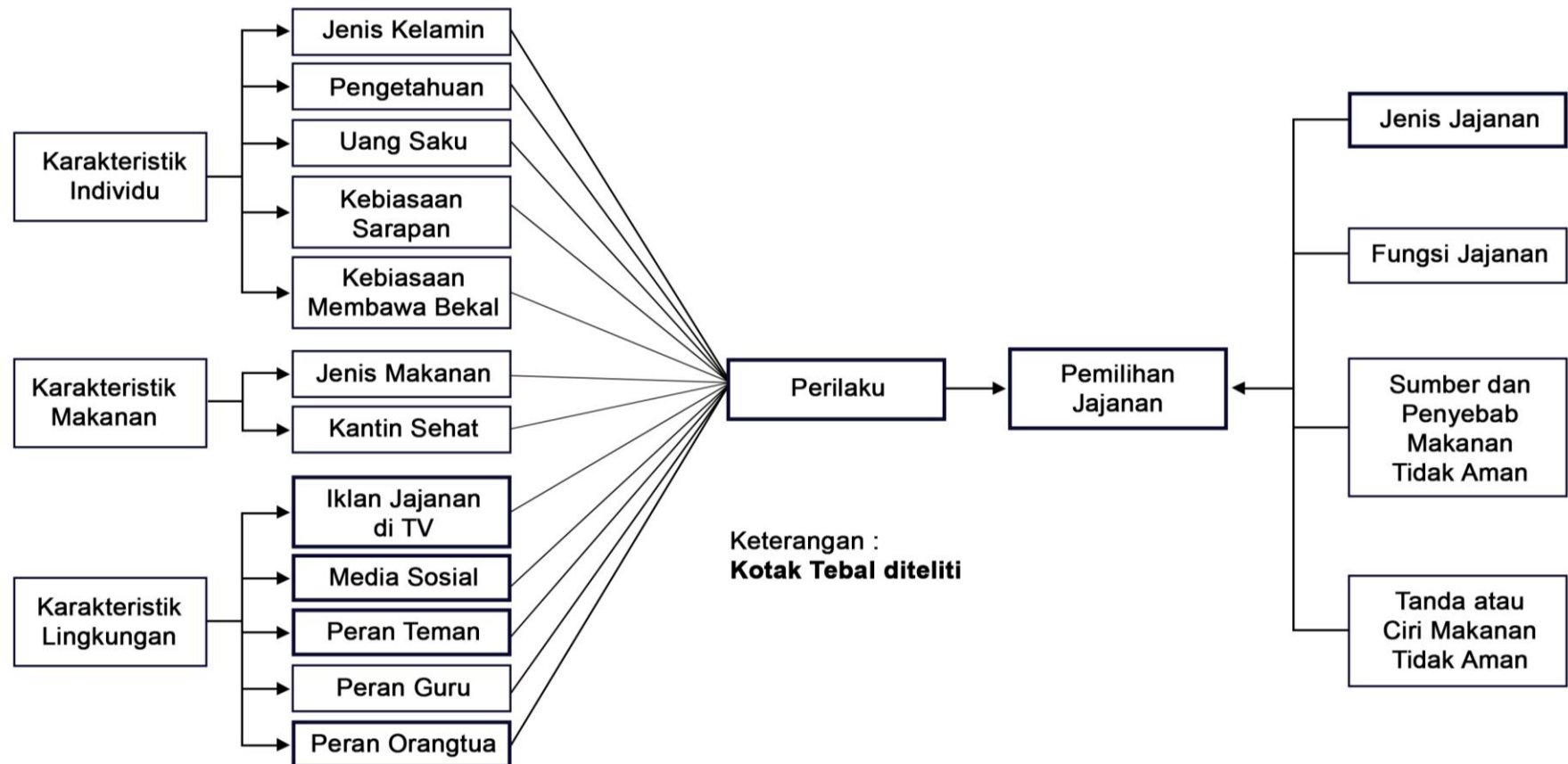
Dukungan jajan juga dapat berupa anak tidak dibiasakan sarapan pagi dan dengan alasan lebih praktis terkadang orang tua hanya memberikan uang jajan kepada anak untuk sarapan dan makan siang di sekolah, padahal jajanan sekolah belum tentu baik dari segi gizi, kebersihan maupun keamanannya (Safriana, 2012).

Perilaku jajan anak juga dipengaruhi oleh perilaku orang tua memberikan jajanan pada anaknya dengan alasan iba apabila anak menangis menginginkan jajan, padahal belum tentu jajanan tersebut baik, sehingga dengan demikian timbul pemikiran pada anak bahwa orang tuanya memperbolehkan mengkonsumsi makanan tersebut, bahkan ada yang membujuk anak dengan jajanan tertentu apabila anak sedang tidak ingin makan (Safriana, 2012).

Orangtua sangat berperan dalam membentuk kebiasaan makan anak. Orang tua juga perlu untuk mulai mengedukasi anak tentang makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi serta manfaat mengkonsumsi makanan sehat bergizi seimbang kepada anak (Fikawati, Syafiq, dan Veratamala, 2017).

Penelitian Alhidayati, Efendi & Hakim (2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan sehat pada siswa sekolah dasar, terdapat hubungan antara peran orang tua terhadap pemilihan makanan jajanan sehat. Orang tua yang tidak membiasakan anak untuk jajan maka anak tidak akan suka membeli jajan sembarangan, tetapi apabila anak sudah dibiasakan jajan di luar maka mereka akan mempunyai kebiasaan jajan sembarangan. Pemilihan makanan jajanan sehat sudah harus dimulai sejak dini dengan membiasakan anak mengkonsumsi makanan sehat, membawa bekal sehat dari rumah dan tidak membiarkan anak jajan sembarangan.

D. Kerangka Teori



Gambar 2. 1
Kerangka Teori Penelitian

Modifikasi dari BPOM (2013), Febry (2013), Kemenkes (2011), Notoatmodjo (2011), Fikawati, Syafiq, dan Veratamala (2017), Safriana (2012), Randall dan Sanjur (1981)