

## **TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA KONSUMSI JAJANAN SISWA SEKOLAH DASAR DI GUGUS I KECAMATAN PLAMPANG**

Aprillia<sup>1</sup>, Prayogi Dwina Angga<sup>2</sup>, Syaiful Mussadat<sup>3</sup>  
PGSD JIP FKIP Universitas Mataram, Indonesia  
Email : [aaprilliaapril@gmail.com](mailto:aaprilliaapril@gmail.com)<sup>1</sup>, [prayogi.angga@unram.ac.id](mailto:prayogi.angga@unram.ac.id)<sup>2</sup>,  
[syaiful\\_mussadat@unram.ac.id](mailto:syaiful_mussadat@unram.ac.id)<sup>3</sup>

### **ABSTRACT**

*This research aims to determine the level of knowledge and snack consumption patterns of elementary school students in Cluster I, Kecamatan Plampang. This research uses a descriptive quantitative approach with a survey method. The subjects in this research were class IV students of Gugus I Plampang District, totaling 90 students divided into 4 elementary schools. Data collection methods are observation sheets and questionnaires. The observation sheet is used to obtain additional information from what has been provided by respondents which is used to find out children's snack habits at school, the condition of snacks sold outside school, while the questionnaire is used to measure students' level of knowledge and snack consumption patterns using closed questions with Likert measurement. The data obtained was then analyzed using descriptive statistical analysis techniques. Data obtained through questionnaires will be processed quantitatively, while data obtained from observation sheets will be explained analytically and descriptively. The results of the research show that (1) The level of students' snack knowledge is in the quite good category with an average index value of 51.7; (2) The students' snack consumption pattern is in the agree category with an index value of 74; (3) The impact of consumption patterns snacks for students are in the quite good category with an index value of 43.6. Based on the results of the analysis carried out, it can be concluded that (1) students are quite capable of understanding knowledge about snacks, including the definition of snacks, types of snack packaging, the dangers of snacks and the impact of snacks, (2) students consume ready-to-eat food more often, before eating students are used to it. wash hands, check the cleanliness of eating utensils and check expiration dates, (3) students are able to understand enough knowledge about the effects of snacks.*

**Keywords:** Knowledge, Consumption, Snacks, Elementary School.

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pola konsumsi jajanan siswa sekolah dasar di Gugus I Kecamatan Plampang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deksriptif dengan metode survei. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV Gugus I Kecamatan Plampang yang berjumlah 90 siswa yang terbagi dalam 4 SD. Metode pengumpulan data yaitu lembar observasi dan angket. Lembar observasi digunakan untuk memperoleh informasi tambahan dari yang telah diberikan responden yang digunakan untuk mengetahui kebiasaan jajan anak di sekolah, kondisi jajanan yang dijual di luar sekolah, sedangkan angket digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan pola konsumsi jajanan siswa yang menggunakan pertanyaan-pertanyaan tertutup

dengan pengukuran likert. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis statistik deskriptif. Data yang diperoleh melalui angket akan diolah dengan cara kuantitatif, sedangkan data yang diperoleh lembar observasi akan dijabarkan secara analisis dan deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Tingkat pengetahuan jajanan siswa berada pada kategori cukup baik dengan rata-rata nilai indeks sebesar 51,7; (2) Pola konsumsi jajanan siswa berada pada kategori setuju dengan nilai indeks sebesar 74; (3) Dampak pola konsumsi jajanan terhadap siswa berada pada kategori cukup baik dengan nilai indeks 43,6. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa (1) siswa sudah cukup mampu memahami pengetahuan mengenai jajanan, baik itu definisi jajanan, jenis kemasan jajanan, bahaya jajanan serta dampak jajanan; (2) siswa lebih sering mengkonsumsi makanan siap saji, sebelum makan siswa terbiasa cuci tangan, mengecek kebersihan alat makan serta mengecek tanggal kadaluarsa; (3) siswa sudah cukup mampu memahami pengetahuan mengenai dampak jajanan.

**Kata kunci :** Pengetahuan, Konsumsi, Jajanan, Sekolah Dasar.

### **A. Pendahuluan**

Pembangunan kesehatan merupakan bagian integral dan terpenting dari pembangunan nasional. Dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2007 tentang Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJPN) dinyatakan bahwa dalam rangka mewujudkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas dan berdaya saing, maka kesehatan bersama-sama dengan pendidikan dan peningkatan daya beli keluarga/masyarakat adalah tiga pilar utama untuk meningkatkan kualitas SDM dan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Indonesia (Hasibuan, 2018). Untuk itu, menjaga kesehatan sejak usia dini merupakan salah satu upaya yang cukup penting dalam menciptakan sumber daya manusia

yang produktif dan berkualitas di masa yang akan datang (Devriany, 2021). Salah satu upaya untuk mencapai derajat kesehatan yang tinggi serta meningkatkan produktivitas adalah gizi seimbang (Rimbawan, 2015). Asupan gizi pada anak menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangannya sehingga status gizi pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian lebih karena ketika status gizi pada anak buruk hal tersebut dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berfikir sehingga nantinya akan berdampak saat anak menginjak usia dewasa (Santoso et al., 2018).

Salah satu penyebab timbulnya masalah gizi adalah pola konsumsi makanan anak yang salah, hal tersebut dapat terjadi karena

kurangnya pengetahuan tentang makanan bergizi yang berdampak pada pola dan kebiasaan konsumsi makan anak dalam kehidupan sehari-hari (Fauziah et al., 2023). Misalnya saja kebiasaan anak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat yang berimbas pada pertumbuhan dan perkembangannya karena kurangnya asupan gizi anak (Syam & Indriasari, 2018). Dampak buruk lainnya akibat kekurangan gizi yang terjadi pada anak dapat berakibat pada rendahnya prestasi dan produktivitas mereka (Ratnasari & Purniasih, 2019). Selain itu, rendahnya status gizi anak akan menyebabkan mereka mudah terkena penyakit infeksi, hal ini akan berdampak terhadap angka ketidakhadiran anak di sekolah yang cukup tinggi, hal tersebut akan berdampak pada kemampuan anak dalam mengikuti pelajaran dan prestasi belajar yang buruk karena sakit (Hasibuan, 2018).

Sebagaimana diketahui bahwa anak sekolah dasar menghabiskan waktu lebih banyak di sekolah dari pada di rumahnya, hal tersebutlah yang menyebabkan tingkat konsumsi jajanan anak cenderung lebih tinggi di sekolah (Fauziah et al., 2022). Jajanan yang dikonsumsi anak di

sekolah memiliki kontribusi besar dalam memenuhi kebutuhan energi harian anak, yaitu mencapai 20% – 31,1% (Haslina, 2015). Namun, hampir setengah (45%) jajanan yang tersedia di sekolah tidak memenuhi persyaratan kesehatan akibat kandungan bahan berbahaya yang terdapat dalam jajanan (Kristianto et al., 2015). Meskipun jajanan dapat menyumbangkan energi dan protein untuk pemenuhan gizi anak sehari-hari, tetapi di sisi lain jajanan dapat menjadi sumber masalah kesehatan yang menyerang anak dalam kehidupan sehari-hari (Nasution, 2015). Maraknya penggunaan zat-zat bahaya dalam makanannya seperti pemanis dan pewarna buatan yang bukan untuk makanan, penggunaan gula atau pengganti gula yang tinggi (pemanis), serta tinggi lemak (gorengan) dapat berakibat buruk bagi kesehatan anak (Syam & Indriasari, 2018).

Beberapa kejadian akibat dampak buruk konsumsi jajanan di sekolah diantaranya adalah kasus yang terjadi di SDN 1 Muara Kabupaten Cirebon pada tahun 2017 dimana ada sebanyak 33 siswa yang mengalami mual dan sakit kepala dan bahkan ada 4 anak yang mengalami

sesak napas sehingga harus dirawat di rumah sakit setelah menyantap jajanan crepes di depan sekolah (Nur'aini, 2019). Kasus lain akibat konsumsi jajanan yang sembarangan oleh anak sekolah juga terjadi di SDN 9 Kurao Pagang, Kota Padang. Sebanyak 13 siswa mengalami keracunan makanan dan terpaksa dirawat di rumah sakit seusai menyantap jajanan yang dijual di sekolah (Akbar, 2016). Jajanan yang dikonsumsi anak pada saat sekolah bisa berdampak positif kepada anak jika mereka mampu memilih jajanan yang baik, khususnya jajanan sehat yang dapat bermanfaat dan berdampak baik bagi kesehatan tubuhnya seperti anak menjadi tetap aktif karena kadar gula darah tetap terjaga dengan baik (Amalia et al., 2015). Jajanan yang baik akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak (Lait & Baba, 2022). Oleh karena itu, upaya penanaman pengetahuan tentang pentingnya makanan sehat menjadi relevan untuk diberikan kepada anak agar anak menjadi lebih paham mengenai makanan sehat. Pengetahuan mengenai jajanan bergizi kaitannya erat dengan terbentuknya sikap terhadap pemilihan jajanan pada anak (Fauziah et al., 2022).

Berdasarkan hasil observasi awal di sekolah dasar yang ada di kecamatan Plampang siswa sehari-hari mengkonsumsi makanan yang tidak baik bagi kesehatan mereka. Jajanan yang dibeli di kantin sekolah biasanya hanya berupa mie gelas, minuman es, serta jajanan-jajanan yang sebagian besar menimbulkan resiko yang berdampak kurang baik pada kesehatan siswa. Selain itu lokasi sekolah yang terletak tepat dipinggir jalan raya membuat anak-anak kerap jajan di luar gerbang sekolah misalnya saja cilok, kembang gula, telur gulung, dan lain sebagainya. Konsumsi jajanan anak yang ada di luar sekolah seperti ini menyulitkan guru untuk memantau kebersihan serta makanan yang dikonsumsi anak.

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan dengan apa adanya dan tidak ada maksud untuk membuat kesimpulan yang berlaku secara umum (Sugiyono, 2018). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah

metode survei. Survei digunakan untuk mengukur suatu gejala tanpa menyelidiki penyebab gejala tersebut.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November semester ganjil tahun ajaran 2023/2024. Tempat penelitian dilaksanakan di Gugus I Kecamatan Plampang, Kabupaten Sumbawa Besar. Dimana Gugus I Kecamatan Plampang terdiri dari, SDN 1 Plampang, SDN 2 Plampang, SDN 3 Plampang, dan SDN Selante. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV sekolah dasar Gugus I Kecamatan Plampang. Pada penelitian ini menggunakan sampel 90 sampel yang diambil dari siswa kelas IV. Adapun rincian jumlah dari setiap SD adalah, 25 siswa dari SDN 1 Plampang, 22 siswa dari SDN 2 Plampang, 23 siswa dari SDN 3 Plampang, dan 20 siswa daari SDN Selante.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini ialah metode observasi dan angket. (1) Lembar observasi, digunakan untuk memahami kebiasaan jajan anak di sekolah, dan untuk mengetahui kondisi jajanan yang di jual di luar sekolah. (2) Angket, angket yang digunakan ada dua macam yaitu, angket tingkat

pengetahuan siswa dalam memilih jajanan dan angket pola konsumsi.

Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini adalah, (metabulasi data, menyajikan data, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah). (1) Metabulasi data. (2) Menyajikan data. (3) Melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dengan menggunakan rumus dibawah ini.

$$\text{Nilai Indeks} = \frac{(F1x1)+(F2x2)+(F3x3)+(F4x4)+(F5x5)}{5}$$

Keterangan:

F1 = Frekuensi responden yang menjawab 1 (Tidak Pernah/Tidak Setuju)

F2 = Frekuensi responden yang menjawab 2 (Jarang/Kurang Setuju)

F3 = Frekuensi responden yang menjawab 3 (Kadang-kadang/Cukup Setuju)

F4 = Frekuensi responden yang menjawab 4 (Sering/Setuju)

F5 = Frekuensi responden yang menjawab 5 (Selalu/Sangat Setuju)

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

### **a. Hasil Penelitian**

### 1) Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Jajanan

Berdasarkan angket yang telah dibagikan dan diisi oleh siswa sebanyak 90 siswa yang ada di Gugus I Kecamatan Plampang dengan rincian sebanyak 25 siswa dari SDN 1 Plampang, 22 siswa dari SDN 2 Plampang, 23 siswa dari SDN 3 Plampang dan 20 siswa dari SDN Selante diperoleh skor hasil tingkat pengetahuan siswa mengenai jajanan di sekolah dasar sebagai berikut.

**Tabel 1. Hasil Tingkat Pengetahuan Jajanan Siswa**

No	Indikator	Nilai Indeks	Kategori
1	Definisi Jajanan	46,8	Cukup Baik
2	Kemasan Jajanan	51	Cukup Baik
3	Bahaya Jajanan	46,4	Cukup Baik
4	Dampak Jajanan	43,7	Cukup Baik
<b>Rata-rata Indeks</b>	<b>Nilai</b>	<b>47</b>	<b>Cukup Baik</b>

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa mengenai jajanan berada dalam kategori cukup baik dengan nilai indeks sebesar 47. Hasil tersebut dinilai berdasarkan indikator definisi jajanan, kemasan jajanan, bahaya jajanan, serta dampak jajanan.

Dari keempat indikator yang terkait dengan tingkat pengetahuan siswa mengenai jajanan diperoleh rata-rata nilai indeks pada indikator definisi jajanan yaitu sebesar 46,8 dengan kategori cukup baik, hal ini menunjukkan sebagian siswa sudah memahami dan mengerti bahwa jajanan merupakan makanan selingan dan jajanan yang dikonsumsi hanya untuk menganjak rasa lapar sementara setelah beraktivitas, kemudian siswa sudah mengetahui bahwa jajanan yang aman ialah jajanan yang bebas dari kuman dan bakteri. Rata-rata nilai indeks pada kemasan jajanan yaitu sebesar 51 dengan kategori cukup baik, hal ini mengindikasikan bahwa sebagian siswa sudah mengetahui bahwa jajanan yang terbungkus lebih terjamin dan jajanan yang bungkusya sudah rusak tidak layak untuk dimakan. Namun, ada beberapa siswa yang tidak bisa atau belum mengetahui bahwa sebelum membeli jajanan memeriksa komposisi jajanan yang akan dikonsumsi. Rata-rata nilai indeks pada bahaya jajanan adalah 46,4 dengan kategori cukup baik, hal ini menjelaskan bahwa sebagian siswa sudah bisa memilih jajanan yang akan di konsumsi secara hati-hati, namun sebagian siswa tidak mengetahui

dampak dari jajanan yang kurang baik dapat mengganggu konsentrasi dalam menerima pelajaran. Kemudian rata-rata nilai indeks yang terendah yaitu pada indikator dampak jajanan dengan nilai indeks 43,7 dalam kategori cukup baik, hal ini menyatakan siswa sudah mengetahui dan memahami bahwa dampak jajanan yang tidak sehat dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing hingga diare. Tetapi hanya ada sebagian kecil siswa yang memahami bahwa mengkonsumsi jajanan sembarangan dapat mengakibatkan gangguan pencernaan dan jajanan *fast food* dapat mengakibatkan obesitas.

## 2) Pola Konsumsi Jajanan Siswa di Sekolah

**Tabel 2. Pola Konsumsi Jajanan Siswa**

No.	Indikator	Nilai Indeks	Kategori
1	Jenis Jajanan	64,4	Setuju
2	Cara Mengonsumsi Jajanan	71,3	Setuju
3	Frekuensi Konsumsi Jajanan	65	Setuju
<b>Rata-rata Nilai Indeks</b>		<b>67</b>	<b>Setuju</b>

Berdasarkan tabel diketahui bahwa rata-rata nilai indeks pola konsumsi jajanan siswa berada

dalam kategori setuju dengan nilai indeks mencapai 67. Dari ketiga indikator yang terkait dengan pola konsumsi siswa terhadap jajanan diperoleh rata-rata nilai pada indikator jenis jajanan yaitu sebesar 64,4 dengan kategori setuju, hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan siswa lebih suka mengkonsumsi minuman berasa, membeli jajanan yang tidak terbungkus, dan mengkonsumsi makanan siap saji seperti mie, nugget, dan burger. Namun, ada beberapa siswa yang tidak membeli jajanan dengan warna mencolok, tidak membeli minuman yang mengandung pemanis buatan. Rata-rata indeks pada frekuensi konsumsi jajanan adalah 65 dalam kategori setuju, hal ini mengindikasikan sebagian besar siswa selalu sarapan pagi sebelum ke sekolah. Akan tetapi, siswa tidak terbiasa atau tidak pernah membawa bekal ke sekolah dan lebih sering membeli berbagai macam jajanan yang murah dan enak di kantin maupun di luar sekolah pada saat jam istirahat. Kemudian rata-rata nilai indeks yang tertinggi yaitu pada indikator cara mengkonsumsi jajanan yaitu dengan nilai indeks 71,3 dalam kategori setuju, hal ini menyatakan

sebagian besar siswa sudah memperhatikan kebersihan alat makan, terbiasa mencuci tangan sebelum makan, memperhatikan tanggal kadaluarsa jajanan, dan tidak mengonsumsi jajanan yang sudah bau dan busuk.

### **3) Hasil Observasi Pola Konsumsi Jajanan Siswa**

Sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan di SDN 1 Plampang, SDN 2 Plampang, SDN 3 Plampang, dan SDN Selante diketahui bahwa setiap sekolah yang ada di Gugus I Kecamatan Plampang telah memiliki kantin. Namun, setelah dianalisis terdapat temuan bahwa pada SDN 2 dan SDN 3 Plampang memiliki kantin yang terpisah antara kantin jajanan dan minuman. Kemudian, pada seluruh kantin yang ada pada Gugus I Kecamatan Plampang ditemukan bahwasanya mereka tidak menjual makanan atau jajanan yang sehat seperti, sayur dan buah-buahan. Selain itu, berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwasanya anak lebih memilih untuk membeli jajanan di kantin yang ada di sekolah. Namun, hasil observasi juga menemukan bahwa masih terdapat

penjual jajanan yang berada di luar sekolah. Namun, hasil observasi juga ditemukan bahwasanya siswa selalu membeli jajanan di luar sekolah kecuali di SDN Selante tidak terdapat penjual jajanan di luar sekolah. Kemudian berdasarkan hasil observasi juga menemukan bahwasanya siswa tidak membeli jajanan yang tertutup. Selanjutnya berdasarkan hasil observasi ternyata ditemukan bahwasanya siswa sangat menyukai dan selalu membeli minuman yang manis dan berwarna seperti, *pop ice*, nutrisari, marimas, jasjus. Selain itu, siswa juga senang sekali mengonsumsi makanan yang mengandung banyak zat pewarna dan penyedap contohnya, sempol, sosis, corndog, cilok, permen, *jelly*, gula-gula, telur gulung.

### **4) Dampak Pola Konsumsi Jajanan Siswa di Sekolah**

**Tabel 3. Dampak Pola Konsumsi Jajanan terhadap Siswa**

No.	Pertanyaan	Nilai Indeks	Kategori
1	Konsumsi jajan yang sembarangan	29,6	Kurang Baik
2	Jajanan fast food dapat mengakibatkan kelebihan berat badan atau obesitas	36,2	Kurang Baik
3	Dampak jajan yang berlebihan adalah selain boros juga dapat menimbulkan efek obesitas	38,6	Kurang Baik
4	Dampak jajanan yang tidak sehat atau kurang baik adalah dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing, hingga diare	70,6	Baik
<b>Rata-Rata Nilai Indeks</b>		<b>43,7</b>	<b>Cukup Baik</b>

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ada beberapa dampak konsumsi jajanan yang tidak baik bagi anak. Hasil tersebut didasarkan pada angket tingkat pengetahuan pada indikator dampak jajanan dengan menggunakan empat pernyataan.

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa rata-rata nilai indeks tingkat pengetahuan yang didapatkan siswa pada indikator dampak jajanan sebesar 43,7 dengan kategori cukup

baik. Dari keempat pernyataan yang ada terkait dengan dampak jajanan diperoleh nilai yang terendah adalah pada pernyataan pertama, nilai indeks yang diperoleh sebesar 29,6 dengan kategori kurang baik, hal tersebut menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang memahami bahwa mengkonsumsi jajanan secara sembarangan dapat mengakibatkan gangguan pencernaan. Pada pernyataan kedua nilai indeks yang diperoleh 36,2 dengan kategori kurang baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang memahami bahwa jajanan *fast food* dapat mengakibatkan kelebihan berat badan atau obesitas. Pada pernyataan ketiga nilai indeks yang diperoleh sebesar 38,6 dengan kategori kurang baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang memahami bahwa dampak jajan yang berlebihan adalah selain boros juga dapat menimbulkan efek obesitas. Pada pernyataan keempat diperoleh nilai indeks yang tertinggi yaitu sebesar 70,6 dengan kategori baik, hal tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa sudah mampu memahami bahwa dampak jajanan

yang tidak sehat atau kurang baik adalah dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing, hingga diare.

## **b. Pembahasan**

### **1) Tingkat Pengetahuan Siswa Terhadap Jajanan**

Pengetahuan tentang jajanan pada anak sekolah dasar memiliki dampak penting terhadap pola makan dan kesehatan mereka. Dalam konteks ini, penelitian menunjukkan bahwa nilai indeks pengetahuan sebesar 47 pada siswa kelas IV SD di Gugus 1 Kecamatan Plampang telah dicapai dengan kategori cukup baik. Dalam pembahasan ini, akan diuraikan temuan-temuan kunci yang melibatkan pemahaman siswa terhadap definisi jajanan, kemasan jajanan, bahaya jajanan, dan dampak jajanan. dengan penelitian sebelumnya oleh (Briawan, 2016) yang menemukan bahwa kesadaran akan keamanan makanan berkorelasi

positif dengan pengetahuan konsumen.

Ada beberapa siswa yang belum mengetahui bahwa sebelum membeli jajanan, perlu memeriksa komposisi jajanan yang akan dikonsumsi. Namun, sebagian siswa sudah bisa memilih jajanan secara hati-hati. Faktanya bahwa ada siswa yang belum memahami pentingnya memeriksa komposisi jajanan menunjukkan adanya kesenjangan dalam pengetahuan. Temuan bahwa beberapa siswa belum bisa atau tidak mengetahui cara memeriksa komposisi jajanan menunjukkan adanya area yang perlu diperhatikan dalam program edukasi. Penelitian (Puspita, 2015) juga menyoroti keterbatasan pengetahuan pada aspek edukasi dalam memperhatikan komposisi jajanan, seperti siswa yang kurang mendapatkan edukasi tentang memperhatikan label kemasan

sebelum membeli jajanan dan kurangnya memperhatikan kualitas jajanan di sekolah. Siswa sudah mengetahui bahwa dampak dari jajanan yang kurang baik dapat mengganggu konsentrasi dalam menerima pelajaran. Mereka juga memahami bahwa jajanan tidak sehat dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing hingga diare. Namun, hanya sebagian kecil siswa yang memahami bahwa mengonsumsi jajanan sembarangan dapat mengakibatkan gangguan pencernaan dan jajanan *fast food* dapat menyebabkan obesitas. Siswa yang memahami bahwa jajanan tidak sehat dapat mengganggu konsentrasi dan menimbulkan gejala tertentu menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sumarni et al., 2020) menemukan bahwa hasil dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan didapatkan adanya

peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat.

Namun, untuk memahami lebih lanjut aspek-aspek yang mempengaruhi pengetahuan ini, diperlukan analisis lebih mendalam terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan siswa sekolah dasar tentang jajanan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa tingkat pendidikan formal dapat mempengaruhi pengetahuan siswa (Haerullah & Elihami, 2023). Media massa, termasuk televisi dan internet, dapat memainkan peran besar dalam membentuk pengetahuan anak-anak (Habibie, 2018). Faktor budaya dan lingkungan tempat tinggal juga dapat memainkan peran dalam membentuk pengetahuan siswa tentang jajanan (Suasthi & Suadnyana, 2020).

Dalam konteks Gugus 1 Kecamatan Plampang, penelitian ini menyoroti pentingnya pendidikan formal, media massa, pola makan keluarga, dan faktor lingkungan dalam membentuk pengetahuan siswa tentang jajanan. Meskipun telah mencapai kategori cukup baik, terus menerus upaya pendidikan gizi, pengawasan media, dan keterlibatan keluarga dapat lebih meningkatkan pemahaman siswa tentang jajanan. Dengan demikian, intervensi yang lebih luas dan berkelanjutan dapat mendukung peningkatan pengetahuan anak-anak tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat.

## **2) Pola Konsumsi Jajanan Siswa**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum, nilai indeks pola konsumsi jajanan siswa berada dalam kategori setuju, dengan nilai indeks mencapai 67. Nilai ini mencerminkan tingkat persetujuan siswa terhadap

pola konsumsi jajanan yang umumnya positif. Penilaian ini didasarkan pada indikator penilaian yang melibatkan jenis jajanan, cara mengkonsumsi jajanan, dan frekuensi konsumsi jajanan siswa.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan siswa lebih suka mengkonsumsi minuman berasa, membeli jajanan yang tidak terbungkus, dan mengkonsumsi makanan siap saji seperti mie, nugget, dan burger. Hal ini mungkin mencerminkan preferensi rasa dan kemudahan konsumsi yang menjadi faktor penentu dalam pemilihan jajanan siswa (Dewanti, 2022).

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa selalu sarapan pagi sebelum ke sekolah. Namun, sebagian besar siswa tidak terbiasa atau tidak pernah membawa bekal ke sekolah dan lebih sering

membeli berbagai macam jajanan yang murah dan enak di kantin maupun di luar sekolah pada saat jam istirahat. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan siswa mengandalkan sumber makanan di luar rumah selama jam istirahat, yang dapat mempengaruhi kualitas gizi dan keberagaman menu yang mereka konsumsi. Temuan bahwa sebagian besar siswa selalu sarapan pagi sebelum ke sekolah sejalan dengan teori gizi yang menekankan pentingnya sarapan sebagai langkah awal dalam mencapai pola makan sehat. Namun, rendahnya kebiasaan membawa bekal dan lebih sering membeli jajanan di luar sekolah dapat dikaitkan dengan teori perilaku konsumen yang menyoroti faktor ketersediaan dan aksesibilitas. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Helmerts et al., 2015) yang menyatakan bahwa faktor lingkungan mencerminkan dari segi ketersediaan

dan aksesibilitas jajanan. Anak-anak lebih nyaman dengan lingkungan yang dekat karena aksesnya lebih mudah dan menghemat waktu sehingga mereka memilih atau mengkonsumsi jajanan yang tersedia di dekatnya.

Hasil penelitian mencerminkan bahwa sebagian besar siswa sudah memperhatikan kebersihan alat makan, terbiasa mencuci tangan sebelum makan, memperhatikan tanggal kadaluarsa jajanan, dan tidak mengkonsumsi jajanan yang sudah bau dan busuk. Fakta ini positif karena menunjukkan kesadaran siswa terhadap praktik kebersihan dan keselamatan pangan, yang dapat mendukung kesehatan mereka. Fakta bahwa sebagian besar siswa sudah memperhatikan kebersihan dan kewaspadaan konsumsi mencerminkan tingkat pengetahuan yang baik. Ini sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya oleh

(Febriyanto, 2016) yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang kebersihan dan kewaspadaan konsumsi dapat diwariskan melalui pendidikan dan lingkungan keluarga.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya memilih jajanan yang sehat, serta memberikan edukasi mengenai nilai gizi makanan. Pendidikan gizi yang terintegrasi dalam kurikulum sekolah dan program-program kampanye kesehatan dapat membantu meningkatkan pemahaman siswa terhadap dampak kesehatan dari pola konsumsi jajanan mereka. Selain itu, perlu dilakukan upaya untuk menyediakan opsi jajanan yang sehat dan bergizi di lingkungan sekolah, serta mengedukasi siswa mengenai pentingnya membawa bekal dari rumah. Melalui pendekatan ini, dapat diharapkan bahwa pola konsumsi

jajanan siswa dapat lebih mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

### **3) Dampak Pola Konsumsi Jajanan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum, nilai indeks dampak jajanan siswa berada pada kategori cukup baik dengan nilai indeks 43,7. Nilai ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa terhadap dampak jajanan yang umumnya positif siswa terhadap dampak jajanan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah mengetahui dampak dari mengkonsumsi jajanan yang kandungan bahannya tidak sehat dapat berakibat mengganggu konsentrasi siswa dalam menerima pelajaran. Mereka juga telah memahami bahwa mengkonsumsi jajanan tidak sehat dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing hingga diare. Hal ini

menunjukkan bahwa siswa sudah memahami dan berhati-hati dalam membeli atau mengonsumsi jajanan yang ada di sekitarnya. Sejalan dengan penelitian sebelumnya (Putri et al., 2023) yang menyatakan bahwa siswa mampu membedakan jajanan sehat dan tidak sehat. Siswa juga mampu menjawab pertanyaan yang diberikan mengenai pentingnya mengonsumsi jajanan sehat dan dampak dari mengonsumsi jajanan tidak sehat.

Akan tetapi, hanya sebagian kecil siswa yang memahami bahwa mengonsumsi jajanan *fast food* dapat menyebabkan obesitas. Pengetahuan gizi makanan jajanan yang sehat pada siswa termasuk kategori rendah hingga sedang, belum banyak memiliki pengetahuan gizi jajanan yang baik (Welis et al., 2021). Pengetahuan siswa tentang bahan tambahan makanan jajanan masih rendah sehingga masih banyak yang masih berperilaku membeli jajanan yang diproduksi

dengan bahan tambahan makanan jajanan yang tidak sehat, seperti pemanis, pengawet, pewarna, penyedap rasa. Kemudian diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap dampak jangka panjang, seperti gangguan pencernaan dan resiko obesitas. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya oleh (Muzakir et al., 2023) menyatakan bahwa salah satu upaya meningkatkan pemahaman siswa terhadap jangka panjang konsumsi jajanan yaitu dengan cara memberikan edukasi tentang makanan dan jajanan sehat pada siswa yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang zat yang terkandung dalam makanan dan jajanan, seperti setelah diberikannya edukasi, meningkatnya pemahaman dan kesadaran siswa untuk pentingnya memilih jajanan sehat dan menghindari zat berbahaya yang terkandung dalam jajanan.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab sebelumnya tentang tingkat pengetahuan dan pola konsumsi jajanan siswa di Gugus I Kecamatan Plampang, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan jajanan siswa berada pada kategori cukup baik dengan rata-rata nilai indeks sebesar 47. Hal tersebut mengindikasikan bahwa siswa sudah cukup mampu memahami pengetahuan mengenai jajanan, baik itu definisi jajanan, jenis kemasan jajanan, bahaya jajanan, serta dampak jajanan. Pola konsumsi jajanan siswa berada pada kategori setuju dengan nilai indeks sebesar 67. Hal tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa setuju dengan pernyataan yang ada pada angket pola konsumsi yang sudah diisi. Dampak pola konsumsi jajanan terhadap siswa berada pada kategori cukup baik dengan nilai indeks sebesar 43,7. Hal

tersebut menunjukkan bahwa siswa sudah cukup mampu memahami pengetahuan mengenai dampak jajanan, namun sebagian siswa belum memahami bahwa mengonsumsi jajanan *fast food* dapat menyebabkan obesitas.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Akbar. (2016, May 16). *Siswa SD Keracunan Massal Usai Santap Jajanan di Depan Sekolah*. Okenews.
- Amalia, L., Endro, O. P., & Damanik, R. M. (2012). Preferensi dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Cijeruk, Kabupaten Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 7(2), 119–126.
- Devriany, A. (2021). Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar tentang Dampak Jajan Sembarangan Bagi Kesehatan. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 35–41.
- Briawan, D. (2016). Perubahan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajanan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(3), 201–210.
- Dewanti, R. (2022). *Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap dan Perilaku Konsumsi Gula, Garam*.

- Fauziah, 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.
- Fauziah, A., Kasmiasi, K., & Jambormias, J. L. (2023). Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(9), 953–960.
- Febriyanto, M. A. B. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat di MI Sulaimaniyah Mojoagung Jombang. *Resma*, 3(2), 13–22.
- Habibie, D. K. (2018). Dwi Fungsi Media Massa. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(2), 79. <https://doi.org/10.14710/interaksi.7.2.79-86>
- Haerullah, & Elihami. (2023). Tren Perkembangan Pendidikan Non-Formal. *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, 7(2), 76–82. <https://doi.org/10.26740/jp.v7n2.p76-82>
- Handayani, R. (2019). Pengaruh Lingkungan Tempat Tinggal dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(1), 15–26.
- Hasibuan, R. (2018). Pengaturan Hak Atas Lingkungan Hidup terhadap Kesehatan. *Jurnal Ilmiah Advokasi*, 6(2), 93–101.
- Haslina, H. S. (2015). Sumbangan makanan jajanan anak sekolah dasar terhadap asupan energi dan protein di SDN Lamper Kidul 02 Semarang. *Jurnal Pengembangan Rekayasa Teknologi*, 14(2), 132–140.
- Helmers, S. L., Thurman, D. J., Durgin, T. L., Pai, A. K., & Faught, E. (2015). Descriptive epidemiology of epilepsy in the U.S. population: A different approach. *Epilepsia*, 56(6), 942–948. <https://doi.org/10.1111/epi.13001>
- Lait, D. M., & Baba, W. N. (2022). Hubungan Pola Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Siswa-Siswi Kelas V SDK Napungliti Desa Hepang Kecamatan Lela Kabupaten Sikka. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 8(2).
- Lidiawati, M., Lumongga, N., & Anto. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan Pada Remaja Obesitas di SMA Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Mdedika*, 4(1), 52–62. <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/acehmedik>
- Kristianto, Y., Riyadi, B. D., & Mustafa, A. (2015). Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 7(11), 489–494.

- Muzakir, H., Ashari, C. R., & Listiowaty, E. (2023). Edukasi Zat Aditif Makanan dan Jajanan Sehat Pada Pelajar. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 103–108.  
<https://doi.org/10.34312/ljpm.v2i2.19692>
- Nasution, A. S. (201r). *Kandungan Zat Pewarna Sintetis pada Makanan dan Minuman Jajanan di SDN I-X Kelurahan Ciputat Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan Tahun 2014*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Puspitasari, R. L. (2015). Kualitas Jajanan Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI*, 2(1), 52–56.
- Putri, D. A., Sari, I. P., Afifah, I., Fahriza, M. G., Asthiningsih, N. W. W., & Mufilihatin, S. K. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2, 2.  
<http://jurnalpkm.org/index.php/jpn/article/view/12%0Ahttp://jurnalpkm.org/index.php/jpn/article/download/12/12>
- Rimbawan. (2015). *Sehat dengan Gizi Seimbang*.
- Suasthi, I. G. A., & Suadnyana, I. B. P. E. (2020). Membangun Karakter “Genius” Anak Tetap Belajar Dari Rumah Selama Pandemi Covid-19 Pada Sekolah Suta Dharma Ubud Gianyar. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 431–452
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, CV.
- Sumarni, N., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2020). Penguatan Kapasitas Siswa SD Jati III Tarogong dalam Upaya Meningkatkan Kewaspadaan Pada Jajanan Tidak Sehat. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 289.  
<https://doi.org/10.24198/kumawula.v3i2.28026>
- Syam, A., & Indriasari, R. (2018). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Siswa Terhadap Makanan Jajanan Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Kartu Kwartet Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Makassar. *JURNAL TEPAT: Teknologi Terapan Untuk Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 127–136.