



PERILAKU JAJAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR

SNACKING BEHAVIOUR OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENT

Siti Qorrotu Aini

Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Pati
Jl. Raya Pati – Kudus Km. 4 Pati. 59163. Jawa Tengah

Naskah Masuk: 2 Oktober 2019

Naskah Revisi: 17 Oktober 2019

Naskah Diterima: 9 November 2019

ABSTRACT

Snacking behavior is very inherent in elementary school pupils. This study aims to describe the behavior of student's snacking in elementary schools in the study location. The type of this research is descriptive one. The samples of this research were students of 5th grade. The research used purposive sampling. The number of samples included 68 students. The data in the research consisted of the habits of children's snacking at school and other habits related to snacking behavior. The data were obtained from survey by using questionnaire. The results showed that the majority of students ate snacks at school. Students had breakfast and they did not bring food to school. The student spends averagely IDR 4,000-IDR 5,000.00 to buy snacks per day. Some students buy snacks in the cafeteria or vendors around the school. The students buy snacks averagely 2 times a day during school breaks. Most students usually washed their hands before eating, however some students ever get sick after consuming snacks. Almost all elementary school students in the study area buy snacks even though they are accustomed to have breakfast. Food snacks are also widely bought by students who did not bring food to school.

Keywords: elementary school student, pocket money, snacks

ABSTRAK

Perilaku jajan sangat melekat pada anak sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku jajan siswa di Sekolah Dasar dilokasi studi. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas 5. Pengambilan sampel dilakukan dengan purposive sampling. Jumlah sampel sebanyak 68 siswa. Data yang dikumpulkan meliputi kebiasaan jajan anak di sekolah dan kebiasaan lain yang berhubungan dengan kebiasaan jajan. Data diperoleh dari hasil pengisian kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengonsumsi jajanan di sekolah. Siswa terbiasa mengonsumsi sarapan dan tidak membawa bekal makanan ke sekolah. Rata-rata siswa menghabiskan uang sebesar Rp4.000,00-Rp5.000,00 per hari untuk membeli makanan jajanan. Sebagian siswa membeli jajanan di kantin atau penjaja di sekitar sekolah. Rata-rata siswa jajan 2 kali dalam sehari pada waktu istirahat sekolah. Sebagian besar siswa terbiasa mencuci tangan sebelum makan, meskipun demikian sebagian siswa pernah sakit setelah mengonsumsi jajanan. Hampir semua Siswa SD di lokasi studi membeli makanan jajanan meskipun terbiasa makan pagi. Makanan jajanan juga banyak dibeli oleh siswa yang tidak membawa bekal makanan ke sekolah.

Kata kunci: anak sekolah dasar, jajanan, uang saku

PENDAHULUAN

Makanan jajanan yang ditawarkan di sekolah-sekolah semakin beragam. Perkembangan tersebut dapat mendorong kebiasaan mengonsumsi makanan jajanan pada anak sekolah, terutama pada jeda jam istirahat. Kondisi di lapangan, masih banyak anak yang belum memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan sehat (Anto, 2017).

Anak sekolah pada umumnya setiap hari menghabiskan sepertiga waktunya di sekolah. Safriana (2012) menyebutkan bahwa anak sekolah dasar berada selama 4–5 jam di sekolah oleh karenanya asupan gizinya harus diperhatikan. Pada kelompok usia 6–12 tahun memerlukan energi sebesar 1.500–2.000 kilokalori per hari. Kebutuhan energi anak sekolah dapat diperoleh melalui makanan yang berasal

dari rumah dan juga dari makanan jajanan yang dibeli oleh anak-anak karena sebagian waktu mereka berada di sekolah. Ketersediaan jajanan sehat dan tidak sehat di sekolah berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan pada anak. Anak cenderung untuk membeli makanan jajanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya. Oleh sebab itu, jajanan yang sehat seharusnya tersedia baik di rumah, maupun di lingkungan sekolah agar akses anak terhadap jajanan sehat tetap terjamin (BPOM, 2010).

Aspek negatif makanan jajanan yaitu bila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis *fast food* dan *soft drink*, sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas (Safriana, 2012). Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan merupakan contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan yang diproduksi. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik hygiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (BPOM, 2007). Menurut data Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang dihimpun oleh Direktorat Surveilans dan Penyuluhan Keamanan Pangan-BPOM RI dari Balai Besar/Balai POM di seluruh Indonesia pada tahun 2008–2010 menunjukkan bahwa 17,26–25,15% kasus terjadi di lingkungan sekolah dengan kelompok tertinggi siswa sekolah dasar. Hal ini didukung oleh data KLB keracunan pangan BPOM RI yang menunjukkan bahwa sebesar 78,57% kejadian tersebut dialami oleh kelompok anak sekolah dasar. Bahan Tambahan Pangan (BTP) dalam jajan sekolah telah melebihi batas aman serta cemaran mikrobiologi. Berdasarkan pengambilan sampel pangan jajanan anak sekolah yang dilakukan di

6 ibu kota provinsi (Jakarta, Serang, Bandung, Semarang, Yogyakarta dan Surabaya), ditemukan 72,08% positif mengandung zat berbahaya (Rifka, 2015).

Keamanan pangan jajan anak sekolah, membutuhkan penanganan serius. Salah satu bentuk usaha menangani permasalahan makanan yang dikonsumsi oleh siswa di sekolah seluruh Indonesia adalah dengan pengawasan makanan jajanan anak, penyebab dominan kasus anak yang keracunan di sekolah adalah makanan yang dijual oleh pedagang jajanan tidak higienis dalam memenuhi standar kebersihan dan kesehatan. Lemahnya pengawasan jajanan berdampak buruk bagi kesehatan siswa, yang berdampak tidak baik bagi kesehatan tubuhnya dimasa mendatang (Setyawan, 2014).

Pemilihan makanan jajanan merupakan perwujudan perilaku. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor internal dan eksternal (Notoatmodjo, 2007). Faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan makanan, dan faktor sosial ekonomi (Gusani dalam Utami & Waladani, 2017).

Maraknya perilaku jajan di kalangan anak menyebar hampir di setiap sekolah dasar, termasuk di sekolah-sekolah dasar di Kabupaten Pati. Berdasarkan observasi dan data di lapangan, beberapa sekolah dasar di Kecamatan Pati belum terdapat pengaturan mengenai makanan jajanan yang jelas, terdapat penjaja makanan yang disekitar sekolah, dan penyediaan fasilitas kantin sekolah dengan kondisi yang berbeda-beda. Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aini (2018) menunjukkan bahwa salah satu kendala pembinaan keamanan pangan jajan anak sekolah dasar di Kabupaten Pati adalah belum adanya peraturan daerah yang mengatur mengenai makanan jajanan sekolah, serta kesadaran akan pentingnya keamanan pangan pada siswa, guru/kepala sekolah, dan penjaja makanan. Hasil penelitian yang dilakukan Kustriyani dkk. (2016) di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al Mukmin Prawoto memberikan gambaran perilaku sebagian besar

berada dalam kategori *guided respon*, artinya mayoritas anak dalam memilih jajanan sehat masih membutuhkan panduan atau pedoman.

Salah satu sekolah di Kecamatan Pati yang terletak di pusat kota dan terdapat banyak penjaja makanan di sekitar sekolah, disamping juga sudah mengelola kantin di sekolah yaitu SDN Pati Kidul. Pertanyaan penelitian yang muncul adalah bagaimana perilaku jajan anak sekolah dasar?. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku jajan anak-anak sekolah dasar di lokasi penelitian.

TINJAUAN PUSTAKA

Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah menurut definisi WHO (*World Health Organization*) yaitu golongan anak yang berusia antara 7–15 tahun, untuk di Indonesia lazimnya anak yang berusia 7–12 tahun. Gunarsa (2008) menyebutkan masa anak usia sekolah adalah masa tenang atau masa laten dimana apa yang telah terjadi dan dipupuk pada masa-masa sebelumnya akan berlangsung terus untuk masa-masa selanjutnya. Tahap usia ini disebut juga sebagai usia kelompok, dimana anak mulai mengalihkan perhatian dan hubungan lekat dalam keluarga, kerjasama antar teman dan sikap-sikap terhadap kerja atau belajar.

Salah satu tugas perkembangan anak usia sekolah yaitu belajar memperoleh kebebasan yang bersifat pribadi (bersifat mandiri). Tugas perkembangan pada masa ini adalah untuk membentuk pribadi yang otonom, tanpa tergantung pada orang lain dalam mengambil atau memilih keputusan yang menyangkut dirinya, maupun peristiwa lain dalam kehidupannya termasuk dalam hal memilih jajanan (Havighurst dalam Hurlock, 2011).

Makanan Jajanan

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Ini mencakup buah-

buah segar dan sayuran yang dijual di luar wewenang daerah pasar untuk konsumsi langsung (WHO, 2015). Istilah makanan jajanan tidak jauh berbeda dari istilah *junk food*, *fast food*, dan *street food* karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan (Aprillia, 2011). Peraturan Pemerintah RI No. 28 Tahun 2004 mendefinisikan pangan siap saji sebagai makanan dan/atau minuman yang sudah diolah dan siap untuk langsung disajikan di tempat usaha atau diluar tempat usaha atas dasar pesanan. Pangan jajanan sangat banyak dijumpai di lingkungan sekitar sekolah dan umumnya rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah (Sukarniati, 2011).

Makanan jajanan sudah menjadi kebiasaan bagi masyarakat. Menurut Muhilal dalam Febry (2006) makanan jajanan juga berfungsi antara lain sebagai sarapan pagi; selingan yang dimakan di antara waktu makan makanan utama; fungsi sosial ekonomi yang penting, dalam arti pengembangan usaha makanan jajanan dapat meningkatkan status sosial ekonomi pedagang makanan jajanan; sebagai makan siang terutama bagi mereka yang tidak sempat makan siang di rumah; dan sebagai penyumbang zat gizi dalam menu sehari-hari terutama bagi mereka yang berada dalam masa pertumbuhan.

Ada 2 jenis makanan jajanan di Indonesia yaitu makanan jajanan tradisional dan makanan jajanan non tradisional (Febry, 2006). Pangan jajanan memiliki jenis yang sangat banyak dan sangat bervariasi dalam bentuk, rasa, dan harga. Nuraida dkk. (2011) dalam bukunya menyatakan bahwa pangan jajanan anak dibagi menjadi empat kelompok, yaitu:

- 1) Makanan sepinggan merupakan kelompok makanan utama yang dapat disiapkan di rumah terlebih dahulu atau disiapkan di kantin, seperti gado-gado, nasi uduk, sio-may, mie ayam, lontong sayur dan lain-lain.
- 2) Makanan camilan adalah makanan yang dikonsumsi diantara dua waktu makan, terdiri dari: a) makanan camilan basah yaitu pisang goreng, lumpia, lempeng, risoles dan lain-lain; b) makanan camilan kering yaitu produk ekstruksi (brondong), keripik,

biskuit, kue kering dan lain-lain.

- 3) Minuman, kelompok minuman yang biasanya dijual di kantin: (a) air putih, baik dalam kemasan maupun yang disiapkan sendiri; (b) minuman ringan, dalam kemasan misalnya teh, minuman sari buah, minuman berkarbonisasi dan lain-lain, atau yang disiapkan sendiri oleh kantin misalnya es sirup dan teh; dan (c) minuman campur, seperti es buah, es campur, es cendol, es doger dan lain-lain.
- 4) Buah merupakan salah satu jenis makanan sumber vitamin dan mineral yang penting untuk anak usia sekolah. Buah-buahan sebaiknya dikonsumsi setiap hari, buah-buahan dapat dijual dalam bentuk: (a) utuh, misalnya pisang, jambu, jeruk dan lain-lain; (b) kupas dan potong, misalnya pepaya, nanas, melon, mangga dan lain-lain.

Perilaku Jajan

Perilaku adalah cara seseorang untuk bertindak. Perilaku dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) (2019) merupakan tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan. Menurut Maulana (2009) perilaku merupakan hasil dari pengalaman dan proses interaksi dengan lingkungan yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan.

Moehji dalam Safriana (2012) mengemukakan anak-anak usia sekolah sudah cenderung dapat memilih makanan yang disukai dan mana yang tidak. Pemilihan makanan didefinisikan sebagai kekuatan kemauan seseorang untuk mengendalikan makanan yang dikonsumsinya (Gibney, 2009). Anak-anak mempunyai sifat yang berubah-ubah terhadap makanan. Seringkali anak memilih makanan yang salah terlebih lagi jika tidak dibimbing oleh orang tuanya. Selain itu anak lebih sering menghabiskan waktu diluar rumah sehingga anak lebih sering menemukan aneka jajanan baik yang dijual disekitar sekolah, lingkungan bermain ataupun pemberian teman. Anak usia sekolah dasar selalu ingin mencoba makanan yang baru dikenalnya. Terdapat beberapa cara untuk memilih jajanan yang sehat, diantaranya

adalah: 1) menghindari jajanan yang dijual di tempat terbuka, kotor dan tercemar, tanpa penutup, dan tanpa kemasan; 2) memilih dan membeli hanya jajanan pangan yang dijual di tempat bersih dan terlindung dari matahari, debu, hujan, angin dan asap kendaraan bermotor; 3) memilih tempat yang bebas dari serangga dan sampah; 4) menghindari pangan yang dibungkus dengan kertas bekas atau koran; 5) membeli pangan yang dikemas dengan kertas, plastik atau kemasan lain yang bersih dan aman; dan 6) menghindari pangan yang mengandung bahan pangan sintesis berlebihan atau bahan tambahan pangan terlarang dan berbahaya (Zein, 2010). Memilih adalah sebuah gambaran perilaku seseorang dalam mengambil keputusan (Aprillia & Dieny, 2011).

Faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dibagi menjadi tiga faktor yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan makanan, dan faktor sosial ekonomi. Anak telah memiliki urutan atribut produk yang penting dalam pembelian makanan. Atribut-atribut tersebut adalah rasa, harga, merek, dan promosi (Triwijayati, Armanu & Solimun, 2011).

Proses keputusan pembelian, konsumen melewati lima tahap untuk mendapatkan keputusan memilih, yaitu pengenalan kebutuhan, pencarian informasi, evaluasi alternatif, keputusan pembelian dan perilaku pasca pembelian (Kotler & Keller, 2013). Beberapa kebutuhan yang bersifat biogenis yaitu kebutuhan yang muncul dari tekanan biologis seperti rasa lapar, haus dan tidak nyaman. Kebutuhan lain yang bersifat psikogenis yaitu kebutuhan yang muncul dari tekanan psikologis seperti kebutuhan akan pengakuan, penghargaan, atau rasa keanggotaan kelompok. Khususnya pada anak usia 9–12 tahun yang telah menempati tahap perkembangan kognitif operasional konkret dimana anak telah menggunakan logika yang memadai dan dapat menarik kesimpulan dari informasi yang ada (Kozier, 2010). Anak dapat mengambil keputusan antara lain pada saat dan pada apa yang mereka inginkan untuk dimakan (Triwijayati, Armanu & Solimun, 2011).

Susanto dalam Febry (2006) mengamati alasan mengapa anak-anak sekolah senang mengonsumsi makanan jajanan dan menemukan jawaban, diantaranya: 1) anak sekolah tidak sempat makan pagi di rumah, keadaan ini berkaitan dengan kesibukan ibu yang tidak sempat menyediakan makan pagi ataupun karena jarak sekolah yang jauh dari rumah atau mereka tergesa-gesa berangkat ke sekolah; 2) anak tidak punya nafsu makan/ lebih suka jajanan daripada makanan di rumah; 3) alasan psikologis pada anak, jika anak tidak jajan di sekolah, anak ini merasa tidak punya kawan dan merasa malu; 4) anak biasanya mendapatkan uang saku dari orang tua yang dapat digunakan untuk membeli makanan jajanan; dan 5) walaupun di rumah sudah makan tetapi tambahan makanan dari jajan tetap masih diperlukan oleh karena kegiatan fisik di sekolah yang memerlukan tambahan energi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kasus dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan di SDN Pati Kidul pada bulan Juni–September 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SDN Pati Kidul. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDN Pati Kidul. Alasan pemilihan siswa kelas 5 adalah siswa kelas 5 dianggap telah mengenal lingkungan sekolahnya cukup lama dan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan, serta tidak dalam persiapan ujian. Pengambilan sampel dilakukan dengan *purposive sampling*. Besar sampel sebanyak 68 siswa. Data yang dikumpulkan berupa data primer dengan kuesioner dan data sekunder yang berasal dari literatur dan dokumen yang terkait. Pengolahan data dan analisis dilakukan dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) 16 for Windows*. Analisis univariat dilakukan dengan memasukkan data dalam tabel distribusi frekuensi untuk mendeskripsikan data yang diperoleh berupa distribusi dan persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Responden

Responden penelitian berjumlah 68 siswa. Responden dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin, usia, status pekerjaan ibu, dan pendidikan ibu. Data responden secara rinci disajikan pada Tabel 1. Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa perbandingan jumlah siswa laki-laki dan perempuan tidak jauh berbeda yaitu 36 (52,9%) siswa laki-laki dan 32 (47,1%) siswa perempuan.

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	36	52,9
Perempuan	32	47,1
Jumlah	68	100
Usia		
9 tahun	1	1,5
10 tahun	43	63,2
11 tahun	18	26,5
12 tahun	2	2,9
13 tahun	1	1,5
Tidak menjawab	3	4,4
Jumlah	68	100
Status Pekerjaan Ibu		
Ibu tidak bekerja	26	38,2
Ibu bekerja	41	60,3
Tidak menjawab	1	1,5
Jumlah	68	100
Pendidikan Ibu		
SD/Sederajat	4	5,9
SMP/ sederajat	11	16,2
SMA/ sederajat	28	41,2
D3/S1/S2	16	23,5
Tidak menjawab	9	13,2
Jumlah	68	100

Pada Tabel 1 juga dijelaskan mengenai rentang usia responden, yaitu antara 9 tahun sampai dengan 13 tahun. Sebagian besar (63,2%) responden berusia 10 tahun dan 26,5% berusia 11 tahun. Pekerjaan ibu responden dibedakan menjadi ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Sebagian besar (60,3%) ibu responden merupakan ibu bekerja dan sisanya sebesar 38,2% tidak bekerja. Jenis pekerjaan ibu bermacam-macam, seperti PNS, wiraswasta, guru, karyawan swasta, pedagang dan lain sebagainya.

Berdasarkan latar belakang pendidikan, ibu responden memiliki latar belakang pendidikan formal yang cukup. Hal ini dapat dilihat dari sebagian besar ibu responden menempuh pendidikan jenjang SMA/Sederajat (41,2%), sedangkan ibu berpendidikan tingkat SD/Sederajat hanya 5,9%. Pendidikan formal ibu responden yang terendah adalah SD/Sederajat dan jenjang tertinggi adalah jenjang perguruan tinggi D3/S1/S2 (23,5%).

Kebiasaan Sarapan

Sarapan merupakan aktifitas makan di pagi hari yang dibutuhkan oleh manusia. Manfaat sarapan diantaranya dapat menyumbang sekitar 15–30% kebutuhan gizi per hari, menjadi faktor penting dalam pengaturan energi, memelihara ketahanan fisik, dan meningkatkan produktivitas kerja (Hardinsyah & Aries, 2012). Kebiasaan sarapan bagi anak sekolah dasar perlu diperhatikan untuk menyediakan energi bagi tubuh dan agar anak lebih mudah menerima pelajaran (Aprilia & Dieny, 2011).

Peran orang tua terutama ibu, paling berpengaruh terhadap pembentukan kebiasaan makan anak-anak di dalam rumah (Handayani dalam Aprilia & Dieny, 2011). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mustika & Wahini (2015) menyatakan bahwa status pekerjaan ibu dapat berpengaruh pada baik atau buruknya pola asuh makan yang diberikan ibu kepada anaknya. Hasil penelitian Gemily, Aruben, & Suyatno, (2015) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu dengan kebiasaan sarapan, sejalan dengan hasil penelitian

yang dilakukan pada anak sekolah di Pondok Labu yang menyatakan bahwa kebiasaan sarapan dipengaruhi oleh ketersediaan sarapan yang juga dipengaruhi oleh pekerjaan ibu (Ristina & Siska, 2009). Ibu yang tidak bekerja cenderung memiliki waktu yang banyak untuk menyiapkan sarapan dibandingkan dengan ibu yang bekerja di pagi hari. Ibu yang bekerja di pagi hari cenderung tidak sempat menyiapkan sarapan untuk anak di pagi hari sehingga akan mempengaruhi kebiasaan sarapan anak. Hasil penelitian ini menunjukkan hampir seluruh responden terbiasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah, meskipun sebagian besar responden mempunyai ibu yang bekerja (60,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran ibu bekerja akan pentingnya sarapan pagi bagi anak sekolah masih tinggi meskipun pada Ibu bekerja. Hal ini bisa dipengaruhi faktor pendidikan ibu yang sebagian besar adalah lulusan SMA/Sederajat (41,3%) sampai dengan perguruan tinggi (D3/S1/S2) (23,5%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di pelayanan kesehatan mahasiswa (SHS/Student Health Service), subjek dengan orang tua yang kurang berpendidikan lebih beresiko untuk tidak sarapan dibandingkan dengan orang tua yang berpendidikan tinggi (Quigley dalam Gemily dkk., 2015). Hasil penelitian Gemily dkk. (2015) menyatakan bahwa responden dengan pendidikan terakhir ibu sekolah menengah lebih sering sarapan.

Sebanyak 61 responden (89,7%) selalu sarapan dalam seminggu. Hasil ini lebih tinggi dari penelitian sebelumnya di SDN Taman Pekunden Semarang dimana 71,2% responden selalu sarapan setiap pagi (Aprilia & Dieny, 2011). Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan kesadaran orang tua akan pentingnya sarapan pagi bagi anak sekolah. Peningkatan serupa juga terjadi di SDN Kalibeji 2 Sempor dimana 98,7% responden sarapan sebelum berangkat ke sekolah (Utami & Waladani, 2017). Sebagian besar responden selalu sarapan dalam seminggu dengan susunan menu dari yang paling sederhana (nasi goreng) sampai susunan menu lengkap yang terdiri dari makanan pokok, lauk, sayur, buah, dan susu.

Semakin lengkap dan bervariasi makanan yang dikonsumsi, semakin lengkap juga zat-zat gizi yang dapat dimanfaatkan oleh tubuh. Makanan pokok yang biasa dikonsumsi untuk sarapan diantaranya nasi putih, nasi goreng, mie dan roti. Lauk yang biasa dikonsumsi diantaranya daging ayam, telur, ikan, sosis, *nugget*, tahu, dan tempe. Sayur yang biasa dikonsumsi diantaranya sayur tumis dan sup. Sebagian responden melengkapi sarapan berupa buah dan minuman berupa air putih, teh atau susu. Hasil penelitian Hardinsyah & Aries (2012) menyatakan bahwa sarapan yang baik adalah sarapan yang terdiri dari pangan karbohidrat, pangan lauk-pauk, sayuran atau buah-buahan dan minuman.

Kebiasaan Membawa Bekal Makanan

Maraknya penggunaan zat kimia berbahaya dalam makanan jajanan, seperti pewarna, penyedap rasa, hingga pengawet perlu diwaspadai. Salah satu cara agar anak terhindar dari makanan jajanan tersebut adalah dengan membawa makanan bekal dari rumah. Susunan bekal makanan yang paling banyak dibawa oleh responden terdiri dari makanan pokok, sayur, dan lauk. Makanan pokok yang biasa dikonsumsi yaitu nasi putih dan roti. Lauk yang biasa dikonsumsi diantaranya telur, ikan, daging, ayam. Sayur yang biasa dikonsumsi adalah sayur sup. Kebiasaan membawa bekal makanan tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2.
Kebiasaan Membawa Bekal Makanan

Kebiasaan	Jumlah	%
Bekal	18	26,5
Tidak Bekal	50	73,5
Alasan tidak membawa bekal		
Terburu-buru	10	14,7
Orang tua sibuk	5	7,4
Membawa uang saku	18	26,5
Tidak suka	6	8,8
Sudah sarapan di rumah	5	7,4
Tidak menjawab	6	8,8
	50	100

Sebagian besar responden (73,5%) tidak membawa bekal ke sekolah. Kondisi ini hampir sama dengan hasil penelitian Putra & Subagio (2009) bahwa 61,5% responden tidak membawa bekal ke sekolah. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya pada siswa SDN Taman Pekunden Semarang bahwa Frekuensi membawa bekal sebagian besar termasuk dalam kategori kadang-kadang (1-3 kali/minggu) (69,9%) (Aprilia & Dieny, 2011). Salah satu alasan responden tidak membawa bekal makanan adalah karena membawa uang saku sebanyak 26,5% responden. Makanan jajanan lebih banyak dikonsumsi oleh anak sekolah yang tidak membawa bekal dari rumah (Suci, 2009). Alasan lain responden tidak membawa bekal makanan adalah karena terburu-buru, orang tua sibuk, tidak suka dibawakan makanan, dan sudah sarapan dirumah.

Kebiasaan Menerima Uang Saku

Pemberian uang saku mempengaruhi kebiasaan jajan pada anak sekolah. Jumlah uang saku yang lebih besar membuat anak sekolah sering mengonsumsi makanan jajanan yang mereka sukai tanpa menghiraukan kandungan gizinya. Mereka memiliki kebebasan untuk memilih sendiri makanannya dan cenderung membeli makanan yang menarik tanpa memperhatikan apakah makanan tersebut bergizi seimbang atau tidak. Pemilihan makanan yang salah pada akhirnya dapat mempengaruhi status gizi anak (Rosyidah & Andrias, 2015). Beberapa penelitian menunjukkan rata-rata besar uang saku anak sekolah dasar di Jawa cukup beragam, antara lain Rp 7.715,58 pada siswa SD Hj Isriati di Semarang (Putra & Subagio, 2009), Rp500,00–Rp10.000,00 di SDN Taman Pekunden Semarang (Aprilia & Dieny, 2011), Rp2.175,00 pada siswa SD di Kota Batu (Kristianto dkk., 2013).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden menerima uang saku dari orang tua. Sebanyak 67 responden (98,5%) menerima uang saku setiap harinya. Sebanyak 53,73% responden memperoleh uang

saku dari ibu. Sumber uang saku lainnya dari ayah atau nenek. Bahkan beberapa responden memperoleh uang saku lebih dari 1 sumber, misalnya ayah dan ibu, ayah dan nenek, atau ibu dan nenek. Besarnya nominal uang saku yang diterima bervariasi antara Rp2.000,00–Rp10.000,00. Sebanyak 39,7% responden menerima uang saku Rp4.000,00–Rp5.000,00 per hari. Hasil penelitian di SDN Kalibeji 2 Sempor Kebumen tahun 2017 menunjukkan bahwa 51,3% anak memiliki besaran uang saku lebih dari Rp5.000 per hari (Utami & Waladani, 2017).

Tabel 3.
Kebiasaan Menerima Uang Saku

Kebiasaan Uang Saku	Jumlah	%
Menerima uang saku	67	98,5
Tidak menerima	0	0
Tidak menjawab	1	1,5
	68	100
Frekuensi		
Setiap hari	64	94,1
Tidak setiap hari	1	1,5
Tidak menjawab	3	4,4
	68	100
Sumber uang saku		
Ibu	36	53,73
Ayah	12	17,65
Nenek	2	2,94
Ibu dan ayah	7	10,30
Ayah dan nenek	2	2,94
Ibu dan nenek	2	2,94
Tidak menjawab	6	8,82
	67	100
Jumlah		
Rp2.000,00-3.000,00	3	4,4
Rp4.000,00-5.000,00	27	39,7
Rp6.000,00-7000,00	11	16,2
Lebih dari Rp8.000,00-10.000	17	25,0
Tidak menjawab	10	14,7
	68	100
Peruntukan		
Sebagian untuk jajan, sebagian di tabung	54	79,4
Jajan makanan semua	9	13,2
Ditabung semua	1	1,5
Tidak menjawab	4	5,9
	68	100

Besarnya uang saku memungkinkan anak untuk membeli jajan lebih sering dan memilih jajan sesuai dengan yang mereka sukai tanpa memperhatikan aspek kesehatan. Semakin besar uang saku, maka kecenderungan anak mempunyai frekuensi jajan yang besar (Safriana, 2012). Kebiasaan menerima uang saku disajikan pada Tabel 3. Responden menyatakan bahwa uang saku tidak seluruhnya dipergunakan untuk membeli makanan jajanan. Sebagian dari uang saku dipergunakan oleh responden untuk berbagai keperluan, diantaranya dipergunakan untuk menabung.

Kebiasaan Jajan Makanan di Sekolah

Pada dasarnya anak sekolah dasar menyukai jajanan di bandingkan dengan makanan berat. Mereka menghabiskan uang sakunya untuk membeli makanan di kantin dan pedagang kaki lima di sekitar sekolah (Setiawan, 2010). Kebiasaan jajan makanan di sekolah tidak selalu disebabkan karena siswa belum sarapan/tidak membawa bekal dari rumah. Hal ini berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden (98,5%) mempunyai kebiasaan membeli makanan jajanan di sekolah setiap harinya, dengan frekuensi terbanyak dua kali dalam sehari (58,8%).

Hasil serupa ditunjukkan di SD Hj Isriyati Semarang tahun 2009 bahwa hampir seluruh responden (98,7%) mempunyai kebiasaan jajan membeli makanan jajanan disekolah, dengan frekuensi 2 kali dalam sehari (Putra & Subagio, 2009). Hasil penelitian lain yang serupa yang dilakukan oleh Utami & Waladani (2017) menunjukkan sebesar 97,4% responden jajan setiap harinya. Menurut Susanto (1986) dalam Safriana (2012), banyak alasan yang melatarbelakangi kebiasaan jajanan anak sekolah diantaranya adalah faktor psikologis anak melihat temanya jajan, faktor kebutuhan biologis anak yang perlu dipenuhi, walaupun di rumah sudah makan. Besarnya uang saku yang digunakan untuk membeli makanan jajanan oleh responden dalam seharinya bervariasi. Hal ini terkait kondisi sosial ekonomi masing-masing keluarga yang sangat beragam.

Tabel 4.
Kebiasaan Jajan di Sekolah

Kebiasaan Jajan di Sekolah	Jumlah	%
Ya.	67	98,5
Tidak menjawab	1	1,5
	68	100
Frekuensi		
Satu kali	14	20,6
Dua kali	40	58,8
Tiga kali	9	13,2
Tidak menjawab	5	7,3
	68	100
Waktu Jajan		
Istirahat	42	61,8
Pulang	1	1,5
Istirahat dan Pulang	23	33,8
Tidak menjawab	2	2,9
	68	100
Tempat Jajan		
Kantin/Warung Sekolah	51	75
Pedagang diluar sekolah	1	1,5
Kantin dan pedagang diluar sekolah	9	12,3
Tidak menjawab	7	10,3
	68	100
Alasan Jajan		
Rasa enak (gurih, manis, pedas)	43	63,2
Aroma sedap	7	10,3
Kenyal	5	7,4
Ada hadiah	1	1,5
Kemasan/bungkusnya bagus	1	1,5
Tidak ada jajan lain	3	4,4
Bergizi	3	4,4
Bersih dan sehat	1	1,5
Lainnya	2	2,9
Tidak menjawab	2	2,9
	68	100

Sebanyak 61,8% responden membeli makanan jajanan pada saat jam istirahat sekolah, dengan alasan bahwa makanan jajanan tersebut enak untuk dinikmati setelah mengikuti beberapa jam mata pelajaran di kelas. Penelitian Putra & Subagio (2009) juga memberikan hasil yang sama bahwa sebanyak 92,2% responden di SD Hj Isriyati tahun 2009 membeli makanan pada saat jam istirahat. Selain jam istirahat, responden juga memanfaatkan waktu ketika pulang untuk membeli jajan yang kedua atau ketiga kalinya.

Sebagian besar anak sekolah menyukai makanan jajanan dalam bentuk camilan (*snack*).

Sebagian responden membeli makanan jajanan karena rasanya yang enak (63,2%). Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Suci (2009) tentang pemilihan jajanan terkait rasa menyatakan bahwa 84% responden anak membeli jajanan karena enak rasanya. Anak sekolah dasar menganggap rasa lebih penting daripada kandungan gizi dalam membeli jajanan (Iklima, 2017). Hal ini membutuhkan perhatian lebih lanjut karena rasa enak untuk anak sekolah dapat dijadikan alasan penjaja makanan untuk memberi bumbu penyedap makanan, agar makanan yang dijajakan laku tanpa memperhatikan faktor kesehatan. Salah satu bumbu penyedap makanan adalah MSG (*monosodium glutamate*) dalam membangkitkan cita rasa adalah menstimulasi reseptor cita rasa pada sel pengecap yang terdapat di permukaan lidah manusia.

Pada penelitian ini juga diketahui bahwa sebanyak 75% responden membeli makanan jajanan di kantin sekolah. Hasil penelitian yang serupa juga ditunjukkan pada SD Hj Isriyati bahwa 93,5% responden membeli makanan jajan di kantin sekolah (Putra & Subagio, 2009). Kantin atau warung sekolah mempunyai peran penting sebagai salah satu tempat untuk jajan anak sekolah. Ada kantin sekolah yang menyediakan makanan sehat dan bergizi, namun ada juga yang belum layak. Selain itu, sebagian responden juga membeli makanan jajanan di luar sekolah.

Makanan Jajanan

Makanan jajanan yang biasa dikonsumsi siswa adalah sebagai berikut: (1) makanan mengenyangkan, contohnya: mie, nasi goreng, dan lain-lain; (2) makanan ringan, contohnya: chiki, sosis goreng, wafer, permen, dan lain-lain; dan (3) minuman, contohnya: es teh manis, es jeruk, teh kemasan, susu, sirup, dan lain-lain. Makanan yang biasanya dibeli bervariasi, mulai dari es, makanan dalam kemasan, hingga makanan yang diolah di tempat oleh penjual jajan. Sebagian besar anak sekolah menyukai makanan jajanan dalam bentuk camilan (*snack*), seperti yang ditampilkan pada Tabel 5.

Tabel 5.
Kebiasaan Jajan di Sekolah

Makanan Jajanan Sekolah	Jumlah	%
Jenis makanan/minuman		
Minuman es	14	20,6
Bakso/Siomay	13	19,1
Sosis	8	11,8
Jelly dan agar-agar	2	2,9
Makanan ringan kemasan	4	5,9
Nasi goreng	3	4,4
Bakso dan sosis	1	1,5
Bakso dan makanan ringan	1	1,5
Sosis dan jelly	1	1,5
Gorengan	3	4,4
Nasi	10	14,7
Eskrim	1	1,5
Lainnya	7	10,3
	68	100
Bahan Kemasan		
Kemasan dari pabrik	36	52,9
Plastik	23	33,8
Gelas	1	1,5
Mika	1	1,5
Mangkok/piring	2	2,9
Daun	1	1,5
Tidak menjawab	4	5,9
	68	100
Pelengkap (saus merah,cabe bubuk, kecap)		
Tidak menggunakan	47	69,1
Kadang-kadang	2	2,9
Tidak menjawab	1	1,5
	68	100

Sebagian besar responden memilih jajanan kemasan pabrik (52,9%), seperti chiki, wafer, permen, biskuit, choki-choki, dan lain-lain. Makanan jajanan kemasan pabrik belum tentu aman dari segi bahan tambahan pangan yang digunakan. Penelitian Eritrina (2008) di SD Negeri Banyumanik 01/02 dan SD Srandol 02 Semarang menunjukkan bahwa tidak seluruh makanan jajanan pabrik mencantumkan dengan benar jenis zat pewarna yang digunakan sesuai label. Adapun zat pewarna sintesis yang boleh digunakan dan diizinkan menurut Permenkes RI No.722/Menkes/Per/IX/1988 yaitu *sunset yellow, brilliant blue, ponceau 4R, tartrazine, chocolate anato, chocolate brown, eritrosin, anato, carmoisin*. Penyajian makanan jajanan menggunakan plastik perlu

diperhatikan. Kemasan plastik dari bahan polietilen (PE) dan polipropilen (PP) diketahui tidak berbahaya. Plastik PE umumnya berwarna bening, baik lemas atau kaku seperti plastik kemasan air mineral (gelas dan botol). Sedangkan yang berbahaya adalah plastik polistirena (PS) dan polivinil klorida (PVC). PS yang berbentuk *styrofoam* (gabus putih seperti untuk pembungkus peralatan elektronik) sekarang banyak digunakan untuk pembungkus produk *fastfood*. Perlu diwaspadai kemungkinan terjadinya migrasi *monomer stirena* ke dalam pangan yang dapat menimbulkan risiko kesehatan jangka panjang, seperti gangguan saraf pusat dan kanker. Plastik yang mengandung PVC adalah plastik yang bening dan kaku, plastik *wrapper* yang sangat tipis yang biasanya digunakan untuk mengemas sayur dan buah (BPOM, 2008).

Kebiasaan Makan dan Informasi Berkaitan dengan Jajanan

Pada penelitian ini, sebagian responden kadang-kadang mencuci tangan, dan sebagian besar sudah terbiasa mencuci tangan sebelum mengkonsumsi makanan jajanan. Sebagian besar responden mengkonsumsi makanan jajanan menggunakan tangan langsung (57,4%). Kebiasaan mencuci tangan merupakan bagian dari hygiene perseorangan agar makanan tidak tercemar. Mikroorganisme yang hidup di tubuh manusia dapat menyebabkan penyakit yang ditularkan melalui makanan (*foodborne illness*) seperti diare dan tifus. Kejadian *foodborne illness* di Indonesia cukup besar. Pada penelitian ini, sebanyak 50% responden mengaku pernah sakit setelah mengonsumsi makanan jajanan. Gejala yang pernah dirasakan oleh sebagian responden adalah sakit perut (26,9%), gejala lain diantaranya adalah pusing dan muntah meskipun dalam jumlah yang relatif sedikit. Sebanyak 94,1% responden pernah mendapat Informasi mengenai jajanan sehat, yaitu sebanyak 26,5% responden mendapatkan informasi dari lainnya dan guru (25%). Hal ini disajikan lengkap pada Tabel 6.

Tabel 6.
Kebiasaan Makan dan Informasi
Seputar Jajanan

Kebiasaan Makan	Jumlah	%
Cara makan		
Tangan langsung	39	57,4
Sendok	19	27,9
Membungkus tangan dengan plastik	5	7,4
lainnya	3	4,4
Tidak menjawab	2	2,9
	68	100
Cuci tangan		
ya	46	67,6
kadang	19	27,9
tidak	2	2,9
Tidak menjawab	1	1,5
	68	100
Kejadian sakit setelah makan jajan		
Tidak menjawab	1	1,5
Tidak pernah sakit	33	48,5
Pernah sakit	34	50
	68	100
Gejala sakit		
Muntah	2	3
Sakit perut	18	26,9
Pusing	8	11,9
Mual dan sakit perut	1	1,5
Muntah dan pusing	1	1,5
Tidak menjawab	1	1,5
	34	100
Informasi		
Tidak menjawab	1	1,5
Tidak dapat	3	4,4
Dapat	64	94,1
	68	100
Sumber Informasi		
Orang tua	5	7,4
Guru	17	25
Televisi	12	17,6
Membaca	5	7,4
Orangtua dan guru	1	1,5
Guru dan televisi	1	1,5
Lainnya	18	26,5
Tidak menjawab	8	11,8

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Siswa sekolah dasar membeli makanan jajanan meskipun terbiasa mengkonsumsi sara-pan. Makanan jajanan banyak dibeli oleh siswa yang tidak membawa bekal makanan ke

sekolah. Sebagian besar siswa membeli ma-kanan jajanan yang dijual di kantin sekolah dari pada sekitar sekolah. Siswa menerima uang sa-ku sebagian besar antara Rp2.000,00–Rp.5.000,00. Sebagian uang saku untuk mem-beri makanan jajanan dan sebagian ditabung. Siswa membeli jajanan dua kali dalam sehari, pada waktu istirahat. Siswa sudah terbiasa mencuci tangan sebelum makan, meskipun demikian sebagian Siswa pernah sakit setelah mengonsumsi jajanan, dengan gejala sakit pe-rut.

Saran

Peran orang tua siswa, dengan mendidik anaknya dalam memberikan arahan dan infor-masi terkait memilih makanan jajanan yang sehat dan aman, serta membawakan bekal sehat dari rumah. Peran sekolah, yaitu kepala sekolah dan guru, juga dapat membantu menga-tasi masalah makanan jajan anak sekolah dengan cara memberikan arahan kepada anak didiknya dalam memilih makanan jajanan serta penjaja makanan baik di kantin maupun di seki-tar sekolah. Pihak pemerintah melalui dinas terkait untuk melakukan pembinaan dan pengawasan terhadap keamanan jajan anak sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, S. Q. (2018). Peran Pemerintah Daerah da-lam Pembinaan Keamanan Jajan Pangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Litbang: Me-dia Informasi Penelitian, Pengembangan, dan IPTEK*, XIV(2), 119-130.

Anto, Sudarman, S., Yetti, E. R., & Manggabarani, S. (2017). The Effect of Counseling to Modification the Lifestyle on Prevention of Obesity in Adolescents. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2).

Aprillia, B. A., & Dieny, F. F. (2011). *Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar* (Skripsi). Semarang: Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2007). *Jajanan Anak sekolah. Sistem Keamanan Pangan Terpadu*.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2008). *Kemasan polistirena foam (styrofoam)*. Jakarta: BPOM RI
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM). (2010). *Jajanan Anak sekolah. Sistem Keamanan Pangan Terpadu*. Diakses September 2019. <http://www.pom.go.id/>
- Eritrina, E. E. (2008). *Studi Jenis Zat Pewarna pada Makanan Jajanan Anak Sekolah di SDN Banyumanik 01/02 dan SD Sronol 02 A.B.C.D Kecamatan Banyumanik, Semarang* (Skripsi). Semarang: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.
- Febry, F. (2006). *Penentuan Kombinasi Makanan Jajanan Tradisional Harapan untuk Memenuhi Kecukupan Energi dan Protein Anak Sekolah Dasar di Kota Palembang* (Tesis). Semarang: Universitas Diponegoro.
- Gemily, S. C., Aruben, R., & Suyatno. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan dan Kualitas Sarapan Siswa Kelas V di SDN Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang Tahun 2015. *JKM: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3), 246-256.
- Gunarsa, S. D . (2008). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hardinsyah, & Aries, M. (2012). Jenis Pangan Sarapan dan Perannya dalam Asupan Gizi Harian Anak Usia 6-12 Tahun di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 7(2), 89-96.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2013). *Manajemen Pemasaran*. Jakarta: PT. Indeks.
- Kozier, Erb, Berman, & Snyder. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik*. Jakarta: EGC.
- Kristianto, Y., Bastianus, D. R., & Annasari, M. (2013). Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(11), 489-494.
- Kustriyani, M., Widyaningsih, T. S., & Prasetyo, A. (2016). *Hubungan Peer Group Support dengan Perilaku Memilih Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah (MI) Al Mukmin Prawoto Kota Pati*. Prosiding Implementasi Penelitian pada Pengabdian Menuju Masyarakat Mandiri Berkemajuan. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang 25 Februari 2017.
- Maulana, H. D. J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Mustika, T. D., & Wahini, M. (2015). Pola Asuh Makan antara Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja dan Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tata Boga*, 4(1), 162-166.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Prinsip-Prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraida, L., dkk. (2011). *Pedoman Menuju Kantin Sehat*. Jakarta: Dirjen Pendas Kemendiknas.
- Putra, A. E., & Subagio, H. W. (2010). *Gambaran Kebiasaan Jajan Siswa di Sekolah* (Skripsi, Universitas Diponegoro, Semarang). Diakses tanggal 12 Agustus 2019. <http://eprints.undip.ac.id/24807/>
- Rifka, T. (2015). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Jajanan Aman Dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung* (Skripsi). Depok: Universitas Indonesia.
- Ristiana, & Siska M. (2009). *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tindakan Sarapan dengan Status Gizi dan Indeks Prestasi Anak Sekolah Dasar di SD Negeri No. 101835 Bingkawan Kecamatan Sibolangit Tahun 2009* (Skripsi). Medan: Universitas Sumatera Utara.

- Rosyidah, Z., & Andrias, D. R. (2015). Hubungan antara Jumlah Uang Saku, Kebiasaan Sarapan, dan Pola Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Lebih Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*, 10 (1), 1-6.
- Safriana. (2012). *Perilaku memilih jajanan pada siswa sekolah dasar di SDN Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar* (Skripsi). Jakarta: FKM UI.
- Setyawan, T. (2014). Satu Persepsi Pengawasan Jajanan Makanan Sehat di Sekolah. Diakses tanggal 5 September 2019. <http://www.kpai.go.id/artikel/satu-persepsi-pengawasan-jajananmakanan-sehat-di-sekolah/>.
- Suci, E. S. T. (2009). Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. *Psikobuana*, 1(1):29-38.
- Sukarniati. (2011). *Gambaran Kualitas Minuman Jajanan di SD Kompleks Sudirman Kota Makassar 2011* (Skripsi). Makassar: FIK UIN Alauddin.
- Triwijayati, A, Armanu, D. H. W, & Solimun. (2011). Kompetensi Anak dalam Mengambil Keputusan Konsumsi Serta Regulasi dan Pemberdayaan Konsumen Anak dalam Mengonsumsi Makanan Jajanan. *Jurnal*, 10(2), 318-328. Diakses tanggal 12 Agustus 2019. <http://jurnaljam.ub.ac.id/index.php/jam/article/view/423>.
- Utami, W., & Waladani, B. (2018). *Pengenalan Jajanan Sehat dan Jajanan Berbahaya di SDN 2 Kalibeji Kecamatan Sempor*. Prosidings URECOL. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Zein, U. 2010. *Ilmu Kesehatan Umum*. Medan: Katalog Dalam Terbitan (KDT).

BIODATA PENULIS

Siti Qorrotu Aini, lahir pada tanggal 5 Agustus 1985 di Kabupaten Pati. Sarjana Psikologi dari Universitas Diponegoro Semarang. Bekerja di Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Pati sebagai Peneliti Muda.

