



HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU MEMILIH MAKANAN JAJANAN DENGAN STATUS GIZI SISWA KELAS XI SMA NEGERI 3 PALU

Abd Hakim Laenggeng^{*}, Musdalifah Nurdin, Moh Sabran, dan Nur Rahmah Abdullah
Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Tadulako

Abstrak: Perilaku pemilihan makanan jajanan meliputi pengetahuan, sikap, dan praktik / tindakan dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan pemilihan makanan jajanan adalah kemampuan memilih makanan yang disesuaikan dengan kebutuhan zat gizi dan kemampuan dalam memilih makanan yang sehat. Sikap pemilihan makanan jajanan adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup dalam memilih makanan jajanan yang akan dikonsumsi. Sedangkan praktik/tindakan pemilihan makanan jajanan adalah aksi nyata siswa dalam memilih makanan jajanan yang akan dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dan Perilaku Memilih Makanan Jajanan dengan Status Gizi Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Palu. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI di Sekolah SMA Negeri 3 Palu dengan jumlah populasi sebanyak 457 siswa. Sampel penelitian ini berjumlah 115 siswa. Analisa data menggunakan Korelasi Ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi siswa dalam kategori “baik” 13,0%, pengetahuan gizi siswa kategori “sedang” 73,9% dan pengetahuan gizi siswa kategori “kurang” 13,0%. Sikap siswa memilih makanan jajanan dengan kategori “baik” yaitu sebesar 16,5%, sikap siswa memilih makanan dengan kategori “sedang” sebesar 67% dan sikap siswa memilih makanan yang kategori “kurang” sebesar 16,5%. Status gizi siswa yang berstatus gizi “normal” 70%, siswa yang berstatus gizi “gemuk” 11%, siswa yang berstatus gizi “kurus” 16% dan siswa berstatus gizi “obesitas” 5%. Berdasarkan hasil uji *Korelasi Ganda* terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dengan status gizi siswa kelas XI SMA Negeri 3 Palu (Nilai $R=0,114$), hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan karena $F_{hitung} < F_{tabel}$ (0,738) dan F_{tabel} (3,077).

Kata kunci: Pengetahuan gizi, sikap, makanan jajanan, status gizi

Abstract: Snack food selection behavior includes knowledge, attitudes, and practices/actions in choosing snack foods. Knowledge of snack food selection is the ability to choose foods that are tailored to the nutritional needs and the ability to choose healthy foods. The attitude of choosing snacks is the reaction or response of someone who is still closed in choosing the snacks he will consume. While the practice/action of choosing snacks is the real action of students in choosing the snacks to be consumed. This study aims to determine the relationship between the level of nutritional knowledge and behavior in choosing snacks with the nutritional status of students in class XI SMA Negeri 3 Palu. This type of research is descriptive with a cross sectional approach. The subjects of this study were students of class XI at SMA Negeri 3 Palu with a total population of 457 students. The sample of this study amounted to 115 students. Data analysis using Multiple Correlation. The results showed that the level of nutritional knowledge of students in the "good" category was 13.0%, students' nutritional knowledge was in the "moderate" category 73.9% and students' nutritional knowledge was in the "less" category 13.0%. The attitude of students choosing snacks in the "good" category is 16.5%, the attitude of students choosing food in the "medium" category is 67% and the attitude of students choosing food in the "less" category is 16.5%. Nutritional status of students with "normal" nutritional status 70%, students with nutritional status "fat" 11%, students with nutritional status "thin" 16% and students with nutritional status "obese" 5%. Based on the results of the Multiple Correlation test, there is a relationship between nutritional knowledge and attitudes towards choosing snacks with the nutritional status of class XI students at SMA Negeri 3 Palu (R value = 0.114), this indicates that there is no significant relationship because $F_{count} < F_{table}$ (0.738) and F_{table} (3.077)..

Keywords: Knowledge of nutrition, attitudes, snacks, nutritional status.

PENDAHULUAN

Aktivitas siswa secara umum di lingkungan sekolah dapat menghabiskan waktu setengah hingga satu hari penuh dengan berbagai jenis kegiatan. Siswa membutuhkan banyak energi agar dapat menjalankan aktivitasnya dengan baik. Pemenuhan energi di lingkungan sekolah dilakukan pada saat jeda jam pelajaran sekolah dan saat istirahat dengan mengkonsumsi makanan jajanan yang dijual di warung, kantin, kafetaria, serta yang dijual oleh para pedagang makanan jajanan keliling.

Perkembangan makanan jajanan (*street foods*) di Indonesia yang berbasis *home industry* maupun produksi pabrik mengalami kemajuan yang pesat, tak terkecuali yang dijual di sekolah-sekolah. Hal tersebut dapat dilihat dari semakin beragamnya makanan jajanan yang ditawarkan di sekolah-sekolah dengan berbagai variasi jenis, bentuk, rasa, dan warna. Banyaknya jumlah pedagang makanan jajanan akan mendorong timbulnya kebiasaan pola konsumsi pada siswa. Makanan jajanan yang dijual di sekolah-sekolah belum tentu sehat untuk dikonsumsi oleh siswa. Selain itu, belum banyak siswa yang memiliki kesadaran untuk mengkonsumsi makanan jajanan yang sehat. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya atau rendahnya pengetahuan siswa tentang kandungan zat gizi makanan jajanan. Makanan jajanan sekolah merupakan masalah yang perlu menjadi perhatian masyarakat, khususnya orang tua, pendidik, dan pengelola sekolah. Makanan dan jajanan sekolah sangat beresiko terhadap cemaran biologis, kimiawi maupun fisik yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Februhartanty dan Iswaranti, 2004).

Data Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2014 (seluruh Indonesia), menunjukkan adanya jajanan yang tidak memenuhi syarat dengan ditemukannya dari 2.984 sampel yang diuji, 60% diantaranya tidak memenuhi syarat karena mengandung Bahan Tambahan Pangan (BTP) yang dilarang seperti boraks, formalin, rhodamin B, methanil yellow, serta BTP yang diperbolehkan seperti benzoat, sakarin, dan siklamat namun penggunaannya melebihi batas. Selain itu, ditemukan pula kandungan bakteri *Escherichia coli* pada sampel makanan jajanan yang diuji. Boraks biasanya digunakan untuk mendapatkan efek kenyal, padat, dan tahan lama pada makanan jenis bakso, mie, dan tahu. Formalin biasa digunakan untuk membunuh bakteri pembusuk atau untuk mengawetkan jasad makhluk hidup, sedangkan rhodamin B digunakan sebagai pewarna merah pada tekstil. Bakteri *E. coli* merupakan bakteri yang menyebabkan keracunan, diare, demam dan typhus.

Selama ini masih banyak jajanan sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dan berpotensi menyebabkan keracunan. Dengan banyaknya makanan yang mengandung bahan kimia berbahaya di pasaran, kantin-kantin sekolah, dan penjaja makanan di sekitar sekolah merupakan agen penting yang bisa membuat siswa mengkonsumsi makanan tidak sehat. Sebuah survei di 220 Kabupaten dan kota di Indonesia menemukan hanya 16% sekolah yang memenuhi syarat pengelolaan kantin sehat (Suci, 2009).

Kebiasaan makan merupakan cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Susanto, 2006).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan meliputi faktor *intern* dan faktor *ekstern*. Faktor *intern* mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kemampuan dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan (Notoatmodjo, 2003). Sikap positif anak terhadap kesehatan kemungkinan tidak

berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak pada perilakunya (Notoatmodjo, 2003).

Data Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan, BPOM pada bulan Mei tahun 2011 menunjukkan setiap tahun selalu terjadi keracunan di sekolah. Hal ini merupakan akibat dari mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat. Oleh karena itu, keberadaan makanan jajanan di sekolah perlu mendapat perhatian serius baik dari orang tua siswa, guru maupun dari siswa itu sendiri. Kebutuhan gizi siswa tidak selalu terpenuhi dalam penyelenggaraan makanan di rumah, sehingga untuk memenuhi kebutuhan energinya, siswa memilih jajan di kantin, warung, kafetaria, atau pedagang makanan jajanan di sekitar sekolah, terutama saat jam istirahat.

METODE

Penilaian status gizi adalah interpretasi dari data yang didapatkan dengan menggunakan berbagai metode untuk mengidentifikasi populasi atau individu yang berisiko atau dengan status gizi buruk (Susanto, 2006). Menurut Supriasa (2002), Penilaian status gizi dibagi kedalam dua penilaian yaitu penilaian status gizi secara langsung dan penilaian tidak langsung. Penilaian status gizi secara langsung dapat digunakan antara lain:

- 1) Antropometri, pengukuran status gizi menggunakan indeks antropometri sebagai berikut:
 - a. Indeks berat badan menurut umur (BB/U),
 - b. Indeks berat badan menurut panjang atau tinggi badan (BB/PB atau BB/TB),
 - c. Indeks panjang atau tinggi badan menurut umur (PB/U atau TB/U),
 - d. Indeks gabungan (BB/U ; BB/TB ; TB/U),
 - e. Indeks Lingkar Lengan Atas (LILA),
 - f. Indeks Lingkar Kepala menurut Umur (LK/U),
 - g. Tebal Lipatan Lemak di Bawah Kulit (TLBK).

Di Indonesia ambang batas IMT ditentukan dengan merujuk ketentuan FAO/ WHO yang membedakan batas ambang laki-laki dan perempuan dan di Indonesia batas ambang batas dimodifikasi lagi berdasarkan pengalaman klinis dan hasil penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia

KATEGORI	IMT	Keterangan
KURUS	<17,0	Kekurangan Berat Badan Tingkat Berat
	17,0 - 18,5	Kekurangan Berat Badan Tingkat Ringan
NORMAL	>18,5 - 25,0	Berat Badan dan Tinggi Badan Ideal
GEMUK	> 25,0 -27,0	Kelebihan Berat Badan Tingkat Ringan
	> 27,0	Kelebihan Berat Badan Tingkat Berat

- 2) Klinis,
- 3) Biokimia, dan
- 4) Biofisik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Karakteristik Umum Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah 457 siswa dan sampelnya adalah 115 siswa yang diambil secara random pada kelas XI. Jumlah terdiri dari siswa laki-laki berjumlah 63 siswa (54,7%) dan perempuan 52 siswa (45,2%). Dari distribusi umur dapat dilihat pada Gambar 1.

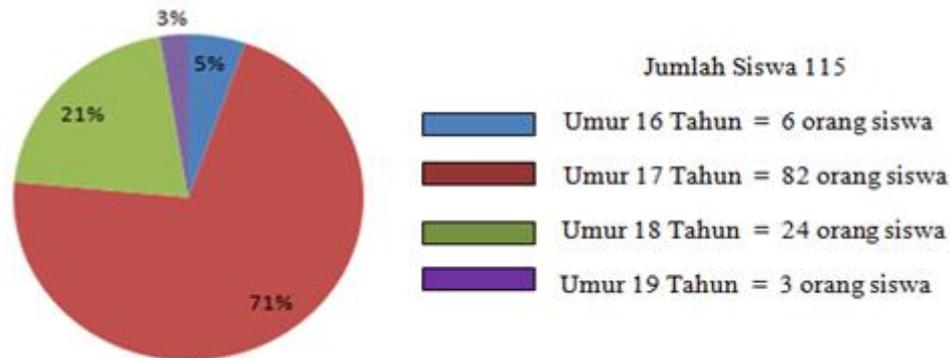


Diagram 1. Distribusi siswa berdasarkan umur

Distribusi Siswa Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi merupakan kepandaian dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu.

Tabel 2. Distribusi Siswa Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi	Kisaran Kriteria	Jumlah	%
Baik	55,117	15	13%
Sedang	47,323-55,117	85	73,9%
Kurang	< 47,323	15	13%
Jumlah		115	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebanyak 15 siswa (13%) memiliki pengetahuan gizi baik, 85 siswa (73,9%) memiliki pengetahuan gizi sedang dan 15 orang siswa (13%) memiliki pengetahuan gizi kurang. Para siswa kelas XI SMA Negeri 3 Palu mempunyai pengetahuan yang sedang, tentang makanan jajanan yang ada di kantin sekolah. Mereka juga memperhatikan bagaimana makanan jajanan tersebut, baik dari rasa, bentuk, kemasan, penyajian, kandungan gizi dan teknik olahan makanan jajanan tersebut.

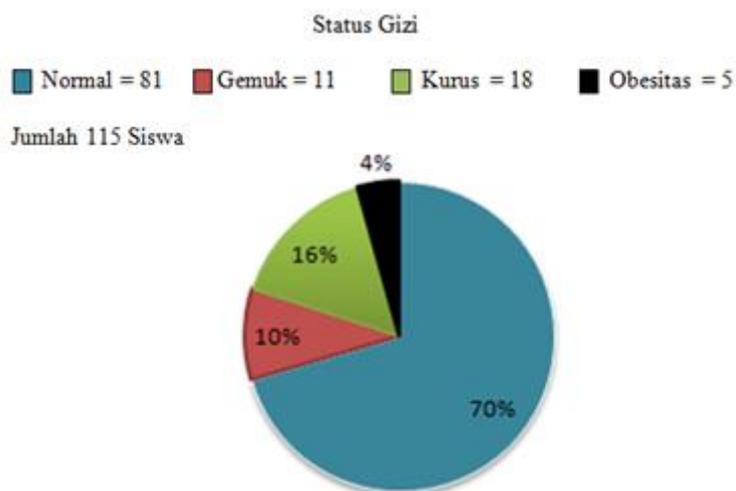
Distribusi Siswa Berdasarkan Sikap Memilih Makanan Jajanan

Data mengenai pengetahuan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Palu dalam memilih makanan jajanan di sekolah diperoleh melalui pengisian instrumen yang terdiri dari 15 item soal. Data yang dikumpulkan menghasilkan skor nilai terbesar 60 dan skor nilai terkecil adalah 42. Sikap memilih makanan jajanan merupakan hasil perubahan perilaku pada anak dan mengalami perubahan terus menerus menyesuaikan dengan kondisi lingkungan, tingkat budaya dan pengaruh dari beberapa aspek. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 3 Palu.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebanyak 19 siswa (16,5%) dengan sikap memilih makanan jajanan dengan kategori baik, 77 siswa (67%) dengan sikap memilih makanan jajanan dengan kategori sedang, dan 19 orang siswa (16,5%) dengan sikap memilih makanan jajanan dengan kategori kurang.

Disrtibusi Siswa Berdasarkan Status Gizi

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi untuk anak yang diindikasikan oleh tinggi badan dan berat badan, serta status gizi juga dapat didefinisikan sebagai status kesehatan yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi yang dikosumsinya sehari-hari. Dalam hal ini status gizi dikategorikan berdasarkan standar baku *World Health Organization* (WHO), dan distribusi status gizi siswa dapat dilihat dalam Gambar 2.



Gambar 2. Distribusi siswa berdasarkan status gizi

Sebanyak 81 (70%) siswa termasuk dalam kategori dengan status gizi normal, 11 (10%) siswa termasuk dalam kategori dengan status gizi gemuk, 18 (16%) siswa termasuk dalam kategori dengan status gizi kurus dan 5 (4%) siswa termasuk dalam kategori siswa dengan status gizi obesitas. Riyadi (2004) mengungkapkan bahwa status gizi seseorang dapat dipengaruhi oleh asupan makanan serta ketahanan pangan di keluarga dan lingkungan kesehatan yang tepat.

Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Kelas XI SMA Negeri 3 Palu

Suhardjo (2008) mengemukakan bahwa pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi yang bersangkutan. Secara tak langsung dapat dikatakan bahwa pengetahuan gizi bisa berdampak pada status gizi dan pola konsumsi pangan seseorang.

Tabel 3. Distribusi Siswa Berdasarkan Tabulasi Silang antara Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Kelas XI SMA Negeri 3 Palu

Pengetahuan Gizi	Status Gizi								Total	
	Normal	%	Gemuk	%	Kurus	%	Obesitas	%	N	%
Baik	11	9,6	1	0,9	3	2,6	-	-	15	13,0
Sedang	58	50,4	8	7,0	14	12,2	5	4,3	85	73,9
Kurang	12	10,4	2	1,7	1	0,9	-	-	15	13,0
Jumlah	81	70	11	9,6	18	16	5	4,3	115	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa tabulasi silang antara pengetahuan gizi dengan status gizi siswa. Terdapat 11 (9,6%) siswa yang berstatus gizi normal berasal dari siswa yang mempunyai pengetahuan gizi yang baik, siswa yang pengetahuan baik dari kategori status gizinya gemuk sebanyak 1 (0,9%), siswa yang pengetahuan gizinya baik dari kategori kurus 3 (2,6%) dan untuk pengetahuan gizi baik dari kategori obesitas tidak ditemukan. Terdapat 58 (50%) siswa yang berstatus gizi normal berasal dari siswa yang mempunyai pengetahuan gizi yang sedang, siswa yang pengetahuan sedang dari kategori status gizinya gemuk sebanyak 8 (7,0%), siswa yang pengetahuannya sedang dari kategori kurus 14 siswa (12,2%) dan untuk pengetahuan gizi baik dari kategori obesitas 5 (4,3%). Terdapat 12 (10,4%) siswa yang berstatus gizi normal berasal dari siswa yang mempunyai pengetahuan gizi yang kurang siswa yang pengetahuan kurang dari kategori status gizinya gemuk sebanyak 2 (1,7%), siswa yang pengetahuannya kurang dari kategori kurus 1 (0,9%) dan untuk pengetahuan gizi kurang dari kategori obesitas tidak ditemukan.

Secara umum diketahui bahwa, seseorang yang memiliki pengetahuan gizinya baik sebagian besar memiliki status gizi yang baik pula. Suhardjo (1996) menyatakan bahwa status gizi seseorang juga dipengaruhi oleh asupan makanan serta ada faktor lain yaitu pekerjaan, pendidikan, pengetahuan gizi dan budaya serta kondisi fisik dari orang tersebut. Pengetahuan gizi sangat berperan di dalam penggunaan dan pemilihan makanan dengan baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang seimbang.

Hasil analisis korelasi dengan *Product Moment Pearson* dengan menggunakan program komputer. Hasil uji korelasi tersebut menunjukkan $-0,073$, artinya korelasi yang sangat rendah antara pengetahuan gizi dengan status gizi dengan interpretasi nilai tersebut berada pada interval $0,000 - 0,199$. Pengetahuan gizi seseorang yang baik dapat mendukung dalam hal pemilihan makanan terutama pemilihan makanan jajanan di kantin sekolah dan dapat berdampak langsung pada status gizi seseorang.

Hasil Uji F Pengetahuan Gizi dan Sikap Memilih Makanan dengan Status Gizi Siswa SMA Negeri 3 Palu

Hasil uji f untuk menguji signifikansi koefisien korelasi dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji F Pengetahuan Gizi dan Sikap Memilih Makanan dengan Status Gizi Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Palu

Perhitungan Statistika				
Koefisien de-terminasi	F Hitung	Derajat bebas 1	Derajat bebas 2	Nilai Signifikan. F Hitung
0,013	0,738	2	112	0,480

Tabel 4 menunjukkan nilai F_{Hitung} adalah $0,738$ apabila dibandingkan dengan F_{tabel} dengan probabilita ($\alpha = 0,05$) didapatkan nilai $F_{tabel(\alpha 0,05;2;112)} 3,077$ karena $F_{Hitung} < F_{tabel}$. Maka H_a ditolak dan H_o diterima yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dengan status gizi siswa kelas XI SMA Negeri 3 Palu.

Pembahasan

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat (Notoatmodjo, 2003).

Menurut (Almatsier, 2002) pengetahuan gizi adalah sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi meliputi pengetahuan tentang pemilihan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang

dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh. Dalam memilih makanan, banyak hal yang dipertimbangkan sebelum memilih makanan. Hal tersebut antara lain: rasa, warna, bentuk, penilaian siswa tentang makanan dan rasa ketertarikan mereka akan makanan tersebut. Dengan pengetahuan yang dimiliki oleh siswa akan menilai makanan tersebut mengandung bahan pengawet, kandungan gizi yang ada didalam makanan tersebut, tanggal kadaluarsanya, hal ini dilakukan karena adanya keinginan untuk hidup sehat. Sikap dalam memilih makanan jajanan yang baik dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang karena dia mampu menerima dan merespon atau menyenangi makanan yang sehat dan bergizi.

Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat energi gizi dan kemampuan dalam memilih makanan yang baik. Menurut Yusuf (2008) pengetahuan gizi sendiri sangat perlu dimiliki oleh setiap orang, karena pengetahuan dalam memilih makanan akan berdampak buruk pada kesehatan. Dampak kesehatan tersebut tidak hanya dirasakan seketika setelah mengkonsumsi makanan tertentu, namun bisa juga dampak tersebut muncul setelah mengkonsumsi makanan dalam jangka waktu yang lama. Secara tak langsung apabila pengetahuan gizi baik maka sikap dalam pemilihan makanan yang baik dan dapat berpengaruh terhadap status gizi karena pemilihan makanan yang baik.

Hasil uji korelasi dalam penelitian ini antara pengetahuan gizi dengan status gizi menunjukkan hubungan dengan nilai korelasi -0.073 , meskipun kategori hubungannya sangat rendah, dalam hal ini seseorang siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang baik dapat memilih dan mengkonsumsi makanan yang baik pula untuk kesehatan serta aktivitas tubuh mereka, hal ini dapat ditunjukkan oleh status gizi siswa tersebut.

Solihin (2005) mengungkapkan bahwa pengetahuan anak atau remaja dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal, untuk pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan berasal dari diri sendiri berdasarkan hasil belajarnya maupun pengalamannya, sedangkan secara eksternal merupakan pengetahuan yang berasal dari luar atau berasal dari orang lain atau informasi yang didapatkan dari media massa maupun berasal dari lingkungan yang secara tidak langsung dapat berpengaruh kepada pengetahuan anak itu sendiri.

Sikap seseorang dapat diartikan mampu merespon ketika dia mampu menjawab saat diberikan pertanyaan dan mengerjakan tugas yang diberikan namun, sikap sendiri dapat berubah-ubah karena berkenan dengan suatu objek tertentu yang dapat

dimasukkan dengan jelas, atau dengan kata lain sikap dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, tingkat budaya dan berdasarkan apa yang diketahui dan mendapat pengaruh dari beberapa aspek tertentu. Sejalan dengan sikapnya meskipun faktor pendidikan yang baik belum tentu sejalan dengan sikapnya meskipun faktor pendidikan seseorang berpengaruh terhadap sikap seseorang atau belum tentu sikap secara prakteknya sama dengan apa yang diketahuinya.

Sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa serta lembaga pendidikan (Azwar, 2004 *dalam* Anonimous, 2008). Sikap dalam memilih makanan sendiri menurut Suhardjo (1996) dapat dipengaruhi oleh kebudayaan dan lembaga pendidikan. Lembaga pendidikan dalam hal ini SMA Negeri 3 Palu, sebagai sekolah pembina adiwiyata tingkat nasional di propinsi Sulawesi Tengah ini memiliki tanggung jawab yang besar dalam hal ini meletakkan pembentuk sikap terkhusus dalam hal ini sikap memilih makanan jajanan agar siswa mampu memiliki konsep yang baik dalam hal memilih makanan jajanan yang secara langsung juga berpengaruh terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak didik di sekolah tersebut.

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan, meskipun hubungannya sangat rendah yaitu nilai korelasinya sebesar -0.113 . Pengetahuan gizi yang baik dapat berpengaruh terhadap sikap dalam pemilihan makanan yang baik dan bermanfaat serta berdampak langsung terhadap pemenuhan gizi yang seimbang dan kondisi kesehatan siswa, karena konsumsi

makanan merupakan salah satu faktor penentu penilaian status gizi seseorang yang dapat berasal dari makanan utama dan makanan jajanan. Makanan jajanan sendiri yang ada di sekolah dapat berdampak positif terhadap penganekaragaman makanan, yang pada akhirnya akan meningkatkan status gizi mereka, juga makanan jajanan memberikan kontribusi terhadap tingkat kecukupan energi dan protein, namun tidak ditemukan hubungan antara kecukupan energi dan protein serta antara kontribusi energi dan protein makanan jajanan dengan status gizi anak (Hakiono dalam Muklis, 2011).

Faktor pergaulan, faktor ekonomi seperti uang jajan yang diberikan, media massa, kebiasaan yang tumbuh dalam keluarga berupa kebiasaan jajan, jenis-jenis makanan yang di sekolah, jenis makanan yang dikonsumsi baik di sekolah maupun di rumah. Mengonsumsi pangan, anak tergantung pada tiga motivasi yaitu kebutuhan biologis, psikologis dan sosial yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sekolah dalam hal ini, apabila siswa mengetahui bahwa makanan jajanan tersebut tidak mempunyai nilai gizi yang baik, namun karena dorongan biologis dan faktor psikologis sehingga menyebabkan siswa membeli makanan tersebut. Hal ini juga dari dorongan sosial berupa pergaulan di sekolah juga menyebabkan siswa dalam hal ini sikap memilih makanan jajanan dapat dipengaruhi oleh teman-temannya.

Nuraini (2007) menyebutkan bahwa makanan atau minuman yang disukai anak-anak adalah makanan dan minuman yang mempunyai cita rasa manis, enak dengan warna-warni yang menarik dan berstektur lembut. Jenis makanan seperti coklat, permen, jeli, biscuit dan makanan ringan (*snack*) merupakan makanan produk makanan favorit sebagian besar anak-anak. Untuk kelompok produk minuman yakni yang berwarna-warni (air minuman dalam kemasan maupun es sirup tanpa label), minuman jeli es, es susu, minuman ringan dan hanya sedikitnya siswa yang membawa bekal ke sekolah.

Cara memilih makanan yang baik dilakukan seseorang melalui beberapa ranah, yaitu dimulai dengan seseorang mengetahui tentang makanan yang akan dipilih, kemudian akan diikuti dengan sikap orang tersebut dalam menentukan pilihannya terhadap makanan tersebut, selanjutnya akan diakhiri dengan tindakan membeli makanan tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Tingkat pengetahuan gizi dengan status gizi baik dalam kategori status gizi normal (9,6%), kategori status gizi gemuk (0,9%), kategori status gizi kurus (2,6%) dan kategori status gizi obesitas tidak terdapat. Pengetahuan gizi dengan status gizi sedang dalam kategori status gizi normal (50%), kategori status gizi gemuk (70%), kategori status gizi kurus (12,2%) dan kategori status gizi obesitas (4,3%). Pengetahuan gizi dengan status gizi kurang dalam kategori status gizi normal (10,4%), kategori status gizi gemuk (1,7%), kategori status gizi kurus (0,9%) dan kategori status gizi obesitas tidak terdapat.

2. Sikap memilih makanan dengan status gizi baik dalam kategori status gizi normal (13,9%), ketegori status gizi gemuk (0,9%), kategori status gizi kurus (1,7%) dan kategori status gizi obesitas tidak terdapat. Sikap memilih makanan dengan status gizi sedang dalam kategori status gizi normal (43,5%), ketegori status gizi gemuk (7,0%), kategori status gizi kurus (13,%) dan kategori status gizi obesitas (3,5%). Sikap memilih makanan dengan status gizi kurang dalam kategori status gizi normal (13,0%), ketegori status gizi gemuk (1,7%), kategori status gizi kurus (0,9%) dan kategori status gizi obesitas tidak terdapat.

3. Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan dengan status gizi nilai ($R = 0,114$) serta uji signifikansi terhadap nilai korelasi didapatkan, nilai $F_{hitung} = 0,738$ dan $F_{tabel} = 3,077$ terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan dengan status gizi siswa $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_a ditolak dan H_o diterima.

Saran

Pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dari hasil penelitian ini menunjukkan hal yang sebagian besar baik, diharapkan kualitas dan kuantitas makanan jajanan siswa juga harus tetap diperhatikan, agar masalah gangguan kesehatan tidak muncul pada siswa dan juga perhatian terhadap konsumsi makanan jajanan baik di sekolah maupun di rumah haruslah cukup dan memenuhi kebutuhan gizi anak didik atau siswa itu sendiri. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pengembangan untuk penelitian selanjutnya agar mendapatkan data yang lebih akurat dan menambah variabel lain yang ingin diuji dari penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Adriani, M., Wirjatmadi, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta. Kencana.
- Adriani, M., Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta. Kencana.
- Almatsier, S. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama
- Almatsier. S. (2012). *Gizi Keluarga*. Jakarta: Rajawali.
- Almatsier. S. (2012). *Penilaian Status Gizi*. Yogyakarta: PT. Graha Ilmu.
- Anonimous. (2008). *Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip-prinsip Dasar)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aprillia, B. Apriandani. (2011). "Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar". *Skripsi*. Semarang. Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Arikunto, (2002). *Metodologi Penelitian*. Edisi revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. dan Jabar. (2004). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto. (2003). *Peranan Gizi dalam Pembangunan Nasional*. Jakarta: Rajawali.
- Arisman, MB. (2004). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta.
- Azwar. S. (2004). *Teori Sikap Manusia & Pengukurannya*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan. (1996). *Undang-undang No. 7 Tahun 1996 tentang Pangan*. Jakarta. Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan. (2014). *Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia Nomor HK.00.06.1.52. 4011 tentang Penetapan batas Maksimum Cemaran Mikroba dan Kimia dalam Makanan*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Baliwati, Y. F., Khomsan A. dan Dwiriani, C. M. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta. Penebar Swadaya.
- BIN RI. (2012). *Jajanan Makanan Sekolah*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- BPOM RI. (2012). *Situasi Pangan Jajanan Anak Sekolah*. Jakarta Selatan: Pusat Data dan Informasi.
- Budiman, C., (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. EGC.
- Cahyadi, Wisnu. (2006). *Analisis dan Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Pangan*. Jakarta. Bumi Aksara.
- D. Sanjur. (2005). *Social and Cultural Perpektives in Nutrition*. Washington DC: Prentice Hall, Inc. New York, USA.
- Departemen Kesehatan RI. (2005). *Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- Departemen Kesehatan RI. (1985). *Permenkes RI. Nomor 239/MENKES/PER/V /1985 tentang Zat Warna Tertentu yang Dinyatakan sebagai Bahan Berbahaya*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Departemen Kesehatan RI. (2002). *Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS)*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- Departemen Kesehatan RI. (2003). *KEPMENKES RI. Nomor 942/MENKES/SK/ VII/2003*

- Tentang Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Devi Nirmala. (2012). *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Emilia, E. (2008). Pengetahuan, Sikap dan Praktek Gizi pada Remaja. *Tesis Megister* pada Pasca Sarjana IPB Bogor: tidak diterbitkan.
- Februhartanty, J, & Iswarawanti,D.N. 2004. *Amankah Makanan Jajanan Anak Sekolah di Indonesia?*. Diakses : 25 Mei 2004. <http://www.gizi.net/cgi-bin/berita/fullnews.cgi/newsid>.
- Februhartanty, J dan Iswaranti. (2004). *Jajanan di Indonesia*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Hardiansyah, Suhardjo, Muchlis dan Moh. Nazir. (2007). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Khomsan, A. (2003). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Khomsan, A. (2006). *Solusi Makanan Sehat*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Kosman. (2010). *Pengetahuan Makanan Indonesia*. Yogyakarta: Adicita Karya Nusa.
- Laode Abdul Malik. (2008). Tingkat Pengetahuan Gizi Seseorang Berpengaruh Terhadap Sikap dan Perilaku dalam Pemilihan Makanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 2009; 3; 254-8.
- Muchlis. (2011). *Antisipasi Perilaku Makan Anak Sekolah dan Kontribusi Makanan Jajanan dengan Status Gizi*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Notoadmodjo.S. (2003). Pengembangan dan Aplikasi Sistem Informasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Keshatan Masyarakat Nasional* 2008 : 2, 226-33.
- Notoadmodjo. S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Nuraini. (2007). *Memilih dan Membuat Jajanan Anak yang Sehat dan Halal*. Jakarta: Qultum Media.
- Nuryati, Wahyu. (2005). "Hubungan antara Frekuensi Jajan di Sekolah dan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Wonotingal 01-02 Candisari Semarang". *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat, Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Purtiantini. (2010). "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan dengan Perilaku Anak Memilih Makanan di SDIT Muhammadiyah Al Kautsar Gumpang Kartasura". *Skripsi*. Surakarta. Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ridwan. (2003). *Perilaku Konsumen*. Jakarta: Gramedia Utama.
- Riyadi, Hadi dan Mudanijah. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Bogor: IPB.
- Sediaoetama. (1996). *Ilmu Gizi*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Sediaoetama. (2000). *Pengetahuan Makanan Indonesia*. Yogyakarta: Adicita Karya Nusa.
- Solihin. (2005). *Ilmu Gizi pada Anak*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Suci, Euinike Sri Tyas. (2009). *Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta*. Jakarta: Psikobuana. Vol. 1. No. 1.29-38.
- Sugiono. (2002). *Status Gizi Sekolah*. Jakarta: PT. Graha Ilmu.
- Suhardjo dan Kusharto, C.M. (1999). *Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta. Kanisius.
- Suhardjo. (1996). *Pengetahuan Gizi Siswa*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Suhardjo. (2008). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Suhardjo. (2003). *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Sukanto, (2000). *Organisasi Perusahaan, Teori Struktur dan Perilaku*. Yogyakarta. Badan Penerbitan Fakultas Ekonomi UGM. Edisi 2.
- Sukardi. (2013). *Metode Penelitian ExPoxst Facto*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sumiati. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia.

- Sunaryo, (2004). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta. EGC.
- Supariasa I D. Nyoman . (2008). *Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: PT. Graha Ilmu.
- Supariasa I D. Nyoman. (2009). *Klasifikasi Status Gizi*. Yogyakarta: PT. Graha Ilmu.
- Supariasa, I. D., Bakri, B & Fajar. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Susanto, (2006). *Gizi dan Kesehatan*. Malang. Bayu Media. Yogyakarta: UNY Press.
- Tim Kashiko. (2004). *Sosialisasi Makanan Jajanan Tradisional pada Anak Usia Sekolah Dasar di Desa Donokerto Kecamatan Turi Kab. Sleman* Fakultas Teknik. UNY.
- Waryana. (2010). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Yulianingsih, Pratiwi. (2009). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan di Madrasah Ibtidaiyah Tanjunganom, Kecamatan Baturetno, Wonogiri. *Karya Tulis Ilmiah*. Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Zulaekah, S. (2007). Efek Supplementasi Besi, Vitamin C dan Pendidikan Gizi terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Anak Sekolah Dasar yang Anemia di Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. *Tesis*. Semarang Program Pascasarjana Universitas Diponegoro.