



Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Sehat Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Siswa SMP Negeri 3 Air Putih

Annisa Nur Fadila¹, Siti Sutanti²

¹Alumni Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

²Prodi Pendidikan Tata Boga Jurusan PKK, Fakultas Teknik, Univeritas Negeri Medan, Indonesia

E-mail : annisanurfadila28@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) Pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat; (2) Pemilihan makanan jajanan siswa; (3) Hubungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa. Penelitian dilaksanakan pada Januari-Februari 2016. Lokasi penelitian SMP Negeri 3 Air Putih. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dengan jumlah 255 orang. Penentuan sampel dengan cara Probability Sampling, sehingga jumlah sampel penelitian 72 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan menggunakan tes dan pemilihan makanan jajanan siswa dengan menggunakan angket. Analisis data menggunakan deskriptif, persyaratan analisis dengan uji normalitas, uji linieritas, uji hipotesis dengan korelasi product moment. Berdasarkan hasil penelitian uji kecenderungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat cenderung cukup (77,7%) dan hasil pemilihan makanan jajanan siswa cenderung cukup (88,8%). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa, dengan nilai $r_{hitung} = 0,660 > r_{tabel} = 0,235$ pada taraf signifikan 5%. Artinya semakin tinggi pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat, maka semakin baik pemilihan makanan jajanan.

Kata Kunci : Pengetahuan , Makanan Sehat, Makanan jajanan

ABSTRACT

This study aims to determine: (1) Students' knowledge of healthy food; (2) Selection of student snacks; (3) The relationship between students' knowledge of healthy food and the selection of student snacks. The research was conducted in January-February 2016. The research location was SMP Negeri 3 Air Putih. The population in this research were all students of class VII with a total of 255 people. Determination of the sample by means of Probability Sampling, so that the number of research samples 72 people. The instrument used to collect data on students' knowledge about healthy food by using tests and the selection of snacks for students using a questionnaire. Data analysis using descriptive, requirements analysis with normality test, linearity test, hypothesis testing with product moment correlation. Based on the results of the research, the tendency of students' knowledge about healthy food tended to be sufficient (77.7%) and the results of students' snack food selection tended to be sufficient (88.8%). The results of the analysis showed that there was a correlation between students' knowledge of healthy food and the choice of student snacks, with a value of $r_{count} = 0.660 > r_{table} = 0.235$ at a significant level of 5%. This means that the higher the students' knowledge about healthy food, the better the selection of snack foods.

Keywords: Knowledge, Healthy Food, Snack Food

PENDAHULUAN

Dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui

upaya mencerdaskan bangsa khususnya pada Program Pendidikan Dasar, anak usia sekolah merupakan investasi bangsa,

karena anak adalah generasi penerus perjuangan bangsa, seharusnya dipertahankan dan ditingkatkan kualitas sumber daya manusia dari segi kesehatan dan intelektual (Andriyana, 2007).

Masa remaja adalah masa peralihan diantara masa anak-anak dan dewasa. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu usia 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, dan usia 18-21 tahun merupakan masa remaja akhir. Remaja merupakan peralihan pola masa anak, namun pada usia remaja telah mendapatkan berbagai pengarahan dan bimbingan orang tua tentang makanan yang harus dikonsumsi guna pemenuhan kebutuhan yang mulai banyak aktivitasnya baik disekolah maupun dirumah (Isnaini, 2011).

Pengetahuan siswa yang cukup tentang berbagai aspek yang berkaitan tentang makanan yang sehat dan halal serta bagaimana kiat-kiat memilih suatu produk menjadi kunci penting dalam mengatasi masalah gizi pada siswa. Pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat adalah hal yang sangat efektif untuk mencegah terjangkit penyakit menular tertentu yang dapat ditularkan melalui makanan yang dikonsumsi (Heni, 2007).

Menurut Moestue dan Huttly, (2008) anak yang memiliki pengetahuan cukup tentang bahan makanan, akan memilih makanan yang memiliki nutrisi lebih baik, yaitu makanan yang mengandung makronutrein dan mikronutrein yang berguna bagi tubuh.

Jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sangat dikenal dan umum di masyarakat, terutama anak usia sekolah. Jajanan merupakan makanan dan minuman yang disajikan dan diperjual belikan oleh pedagang kaki lima, toko-toko makanan, kantin, swalayan, dijalan dan tempat-tempat keramaian umum lain (Sudarmawan, 2013).

Anak sekolah biasanya membeli makanan jajanan pada pedagang yang menjual makanan jajanan disekitar sekolah atau kantin sekolah. Seperti pedagang

makanan jajanan dipinggir jalan yang rentan terhadap polusi debu maupun knalpot serta banyak pedagang yang menambah bahan kimia berbahaya pada makanan yang dijual. Anak-anak biasanya tidak memperhatikan bahaya makanan yang dijual oleh pedagang seperti pendapat Suci, (2009) menyatakan anak sekolah belum mengerti cara memilih makanan jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri. Anak membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung didalamnya.

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 (Suci, 2009).

Makanan jajanan sekolah yang diproduksi oleh pedagang dalam bentuk industri rumah tangga belum tentu aman. Beberapa diantaranya belum mengetahui cara pengolahan makanan yang sehat. Tidak jarang kita temukan pedagang yang tidak jujur yang hanya mementingkan keuntungan bagi dirinya sendiri tanpa memikirkan kerugian bagi orang lain. Seperti halnya menjual makanan jajanan dengan pewarna yang dapat merugikan orang lain. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bahan kimia seperti zat perasa, pengenyal, pengawet maupun pewarna yang bukan untuk makanan terkandung dalam makanan-makanan jajanan anak yang dibelinya dari penjaja makanan yang berjualan di sekitar sekolah, penambahan bahan kimia tersebut berpotensi memunculkan masalah kesehatan bagi anak (Damayanti, 2013)

Beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan pada anak-anak diantaranya yaitu 1) orang tua, pengawasan yang kurang dari orang tua, ditambah pengaruh lingkungan yang

membuat anak mengkonsumsi segala jenis makanan sesukanya. Tanpa disadari kebiasaan jajan pada anak terkadang dikenalkan oleh orang tua. Misalnya pada orang tua yang bekerja atau tidak sempat membuat makanan selingan (cemilan) untuk anaknya. Alasan kepraktisan membuat orang tua lebih memilih membeli aneka makanan jajanan seperti makanan kemasan atau pun jenis jajanan yang sering dijual oleh pedagang di sekitar rumah. 2) pengetahuan gizi. Menurut Solihin dalam Amalia, (2013) menyatakan bahwa pengetahuan gizi yang dimiliki seorang anak akan mempengaruhi sikap dalam memilih makanan. Semakin baik pengetahuan anak tentang makanan sehat semakin tepat pula sikap dan perilaku anak dalam memilih dan menentukan jenis jajanan. Pengetahuan dapat diperoleh dari orang tua, anggota keluarga terdekat, pengasuh, dan guru di sekolah.

Pemilihan makanan pada anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh orang tua. Orang tua bertanggung jawab terhadap situasi saat makan di rumah, jenis dan jumlah makanan yang disajikan dan waktu makan. Orang tua juga harus membimbing dan memberikan nasehat supaya anak dapat memilih pilihan makanan yang baik dan sehat saat makan diluar rumah (Brown, 2005).

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 pedagang jajan di sekitar sekolah merupakan penjual yang bisa membuat siswa mengkonsumsi jajanan tidak sehat. Biasanya makanan jajanan yang mereka sukai adalah makanan dengan warna, penampilan, tekstur, aroma dan rasa yang menarik. Mereka juga pada umumnya membeli jenis makanan jajanan yang kandungan zat gizinya kurang beragam yaitu hanya terdiri dari karbohidrat saja atau karbohidrat dan lemak (minyak). Kegemaran anak-anak akan hal yang manis

dan gurih dan sering dimanfaatkan oleh para penjual untuk menarik perhatian anak-anak. Makanan jajanan yang ditawarkan belum tentu menyehatkan, karena kebanyakan dari penjual makanan jajanan belum sepenuhnya memperhatikan kebersihan, keamanan dan kandungan gizi makanan yang diujakan. Hasil penelitian Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) menyebutkan bahwa makanan jajanan anak SMP yang berharga murah dan berbentuk makanan basah, siap konsumsi yang dijual pedagang di sekitar lokasi sekolah masih dicampur dengan berbagai zat berbahaya. Makanan dan jajanan sekolah sangat beresiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang (Februharty dan Iswaranti, 2004).

Jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sangat dikenal dan umum di masyarakat, terutama anak usia sekolah. Jajanan merupakan makanan dan minuman yang disajikan dan diperjual belikan oleh pedagang kaki lima, toko-toko makanan, swalayan di jalanan dan tempat-tempat keramaian umum lain. Jajanan tersebut sangat bervariasi, baik dalam bentuk, rasa, aroma, dan harga. Jajanan yang mengandung zat gizi, dikemas dan diolah secara aman memiliki daya tarik tersendiri bagi masyarakat. Anak sekolah biasanya membeli jajanan pada pedagang yang menjual jajanan di sekitar sekolah atau di kantin sekolah. Oleh karena itu, pedagang berperan penting dalam penyediaan pangan jajanan yang sehat dan bergizi serta terjamin keamanannya (Suci, 2009).

Anak sekolah belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri (Suci, 2009). Anak membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung di dalamnya (Judarwanto, 2008). Anak sekolah biasanya mempunyai lebih banyak perhatian, aktivitas di luar rumah, dan sering melupakan waktu makan sehingga mereka membeli jajanan di sekolah untuk sekedar

mengganjal perut (Rakhmawati, 2009). Kebiasaan jajan ini dipengaruhi oleh faktor terkait makanan, karakteristik personal (pengetahuan tentang jajanan, kecerdasan, persepsi, dan emosi), dan faktor lingkungan (Ariandani, 2011). Permasalahan kebiasaan jajan yang tidak sehat pada siswa harus ditangani agar dapat terhindar dari berbagai macam resiko penyakit (Evy, 2008). Anak usia sekolah pada umur 7-13 tahun berada pada tahap perkembangan konkret operasional yang ditandai pikiran yang logis dan terarah serta mampu berfikir dari sudut pandang orang lain membuat anak usia sekolah sangat peka menerima perubahan dan pembaharuan (Wong, 2003).

Data dari Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) pada awal tahun 2011 menyebutkan sekitar 20 persen jajanan anak di Indonesia mengandung zat kimia. Bahan-bahan kimia, seperti boraks, formalin, dan zat pewarna dicampur ke dalam makanan. Penelitian ini melibatkan 4500 sekolah menengah pertama di seluruh Indonesia (www.majalahsekar.com, 2011).

Data dari Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) tidak jauh berbeda dengan BPOM. Dari penelitian semenjak 4 tahun ke belakang di Indonesia, terungkap bahwa masih banyak jajanan anak yang kurang bersih dan mengandung zat kimia. Mayoritas, sekitar 65 persen, jajanan anak memakai pemanis buatan, seperti sakarin dengan kadar yang tinggi (di atas 100 ppm), 18 persen memakai pemanis buatan jenis siklamat, dan 47 persen menggunakan pewarna dilarang seperti Rhodamin B dan Methanil Yellow. Seperti yang kita ketahui, pewarna-pewarna yang telah disebutkan itu kerap dipakai untuk mewarnai pakaian (www.majalahsekar.com, 2011).

Jajanan yang tidak sehat mengakibatkan timbulnya risiko bagi kesehatan dan memiliki dampak negatif jangka panjang terhadap pembentukan generasi bangsa. Meski masalah jajanan anak sekolah tampaknya hanya masalah kecil, namun dampaknya besar terhadap kelangsungan bangsa di masa depan. Bagi

orangtua yang memiliki anak yang masih sekolah, khususnya anak-anak yang suka jajan di sekolah hendaknya harus berhati-hati, karena data yang dirilis Dinas Kesehatan menunjukkan mayoritas jajanan di sekolah mengandung bahan yang tidak baik, bahkan berbahaya bagi tumbuh kembang anak (Sinuaji, 2002).

Boleh dikatakan bahwa anak adalah pembeli yang potensial, keinginan seorang anak bisa memaksa orang tua untuk membelikan sesuatu yang diinginkan meski terkadang tidak sesuai dengan yang dikehendaki orang tua. Termasuk juga dalam soal jajanan (snack). Para produsen makanan ringan turut menjadikan anak sebagai sasaran produk yang dihasilkan karena anak-anak memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu. Dengan landasan inilah para pedagang berusaha menjual aneka jajanan dengan berbagai cara dari cara paling cerdik bahkan tega untuk berbuat curang. Baik melalui iming-iming hadiah, kemasan menarik, rasa yang menggoda selera, termasuk pula lewat tayangan iklan-iklan di televisi yang begitu menggoda (Azwan, 2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi siswa dalam pemilihan makanan jajanan antara lain: 1) Anak yang tidak sarapan pagi. Sarapan pagi merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan energi karena aktivitas fisik di sekolah yang tinggi. 2) Pengenalan jenis makanan jajanan. Pengenalan berbagai jenis makanan jajanan akan menumbuhkan kebiasaan penganekaragaman makanan sejak kecil. 3) Pengaruh teman-teman. Lingkungan sekitar anak seperti teman-teman sekolah dan teman main akan memberikan perasaan meningkatnya gengsi anak di mata teman-temannya di sekolah. Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih jajanan. Sikap merupakan respon evaluatif yang dapat berbentuk positif maupun negatif (Azwar, 2011). Dari pengertian sikap oleh Azwar, maka 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.

Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan pada tanggal 28 September 2015 dengan wawancara kepada 35 orang siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Air Putih diperoleh keterangan bahwa sebanyak 20 orang (60%) siswa tersebut tidak paham dengan pengetahuan makanan dan pemilihan jajanan yang sehat di sekolah. Hal ini disebabkan karena tingkat ekonomi dan tingkat pengetahuan tentang makanan yang sehat dari orang tua siswa tidak sama. Selain itu pihak sekolah tidak menekankan pada penjual makanan di kantin sekolah untuk menjual makanan yang sehat dan bergizi. Maka siswa membeli makanan jajanan tanpa memikirkan kebersihan, gizi, dan kesehatan dari makanan jajanan yang dibeli.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah metode *deskriptif korelatif* dimana dalam penelitian ini menerangkan sejauh mana dua variabel atau lebih variabel berkorelasi, sedangkan dalam penelitian generalisasi hipotesis koefisien korelasi menunjukkan tingkat signifikan terbukti tidaknya hipotesis (Arikunto, 2006). Penelitian ini dilaksanakan pada kelas VII di SMP Negeri 3 Air Putih yang beralamat Jln. Datuk Umar Palanki-Desa Tanah Merah, Kecamatan Air Putih, Kabupaten Batu Bara Provinsi Sumatera Utara. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan September-Februari 2016.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang didalamnya terdapat sejumlah objek data yang diharapkan dapat memberikan data-data yang dibutuhkan oleh seseorang peneliti (Arikunto, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII-1 sampai VII-8 di SMP Negeri 3 Air Putih dengan jumlah siswa seluruhnya adalah 255 siswa.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *Probability Sampling* yang artinya setiap unsur populasi

mempunyai kemungkinan yang sama untuk dipilih melalui perhitungan secara sistematis. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Proposional Statified Sampling*, karena sampel yang diambil berdasarkan starta kelas. Alasan penulis menggunakan teknik *Proposional Statified Sampling* karena populasi siswa SMP Negeri 3 Air Putih terbagi menjadi beberapa kelas (Arikunto, 2008).

Penentuan jumlah sampel dapat dilakukan dengan cara perhitungan statistik yaitu menggunakan *Rumus Slovin*. *Rumus Slovin* digunakan untuk menentukan ukuran sampel dari populasi yang telah diketahui jumlahnya yaitu sebanyak 255 siswa. Untuk tingkat presisi yang ditetapkan dalam penentuan sampel adalah 10%. Alasan peneliti menggunakan tingkat presisi 10% karena jumlah populasi kurang dari 1000 (Arikunto, 2008).

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, sampel yang didapat berjumlah 72 siswa. Jumlah sampel yang telah didapat selanjutnya dibagi menjadi 8 kelas sesuai dengan strata agar penentuan jumlah sampel dalam masing-masing kelas mempunyai proporsi yang sama.

Instrumen adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Arikunto, 2006). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif korelasional yaitu, cara atau teknik yang mengungkapkan fakta yang jelas tentang gejala-gejala hubungan yang ada pada suatu objek penelitian. Instrumen atau alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan angket.

1. Instrumen Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Sehat (X)

Adapun tes yang diberikan berupa tes pilihan berganda sebanyak 40 soal yang terdiri dari 4 *option*. Dalam penskoran siswa yang menjawab benar diberi skor 1 dan siswa yang menjawab salah diberi skor

0. Tes Uji coba instrumen dilakukan kepada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih.

2. Instrumen Pemilihan Makanan Jajanan (Y)

Alat yang digunakan untuk menjaring data pemilihan makanan jajanan siswa di SMP Negeri 3 Air Putih dengan menggunakan angket. Angket adalah penyebaran pertanyaan berbentuk tulisan kepada seluruh sampel dalam penelitian, dengan maksud agar orang yang diberi tersebut bersedia memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna (Arikunto, 2009). Angket diberikan kepada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Air Putih. Untuk menjaring data pemilihan makanan jajanan dengan menggunakan angket empat alternatif pilihan jawaban: “selalu” diberi skor 4 dimana responden melakukannya lebih dari 4 kali dalam seminggu, “sering” diberi skor 3 dimana responden melakukannya 3-4 kali dalam seminggu, “kadang-kadang” diberi skor 2 dimana responden melakukannya 1-2 kali dalam seminggu, “tidak pernah” diberi skor 1 dimana responden tidak pernah melakukannya. Jumlah item angket yang digunakan untuk menjaring data pemilihan makanan jajanan berjumlah 42 butir.

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa SMP Negeri 3 Air Putih. Penelitian ini dilakukan kepada 72 siswa di kelas VII. Pengumpulan data dalam penelitian menggunakan tes Pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat yang berjumlah 40 butir tes yang telah diuji validitas dan menggunakan angket untuk mengetahui pemilihan makanan jajanan siswa yang berjumlah 42 butir angket. Hasil penelitian yang diperoleh dimasukkan dalam tabulasi data untuk mencari rata-rata dan standar deviasi untuk dianalisis dalam bentuk deskripsi data, identifikasi tingkat kecenderungan masing-

masing variabel penelitian, pengujian persyaratan analisis dan pengujian hipotesis penelitian.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan analisis korelasi product moment yaitu untuk melihat hubungan antara variabel pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat (X) dengan pemilihan makanan jajanan (Y) pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih. Ringkasan hasil pengujian hipotesis dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis

Variabel	r_{xy}	r_{tabel}	Ket
Hubungan Variabel X dengan Variabel Y	0,660	0,235	Ha diterima

Berdasarkan hasil perhitungan korelasi product moment diperoleh nilai r_{xy} adalah sebesar 0,660 yang berarti terdapat hubungan yang kuat antara pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih dapat diterima atau teruji kebenarannya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan pengetahuan yang baik tentang makanan yang sehat, maka pemilihan makanan jajanan yang dilakukan siswa akan lebih baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan tentang makanan yang sehat pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih cenderung cukup dengan persentase 77,7% dengan nilai rata-rata 28,38. Pengetahuan siswa tentang

makanan yang sehat masih tergolong cukup dikarenakan minimnya informasi yang diperoleh siswa berkaitan dengan berbagai jenis dan kandungan gizi maupun jenis makanan-makanan yang sehat untuk di konsumsi. Selain itu, masih kurangnya pembelajaran yang disampaikan oleh guru tentang makanan sehat. Maka, untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat, guru perlu meningkatkan perhatian dan memberikan informasi secara menyeluruh serta membuat informasi-informasi yang menarik perhatian siswa tentang bagaimana memilih makanan yang sehat dan baik untuk dikonsumsi serta bergizi bagi tubuh. Karena dengan informasi yang menarik, siswa dapat tertarik dan benar-benar ingin mengetahui dan memahami tentang makanan yang sehat yang bisa di konsumsi untuk dirinya dan dapat melakukan pemilihan makanan jajanan yang sehat dan baik bagi dirinya sendiri.

Hasil angket pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih cenderung cukup dengan persentase 88,8% dan rata-rata sebesar 124,01. Hal ini berarti pemilihan makanan jajanan yang dilakukan siswa masih belum berdasarkan pengetahuannya tentang makanan yang sehat. Makanan jajanan banyak disukai berbagai kalangan masyarakat mulai dari anak-anak hingga orang tua karena harganya relatif murah, mudah diperoleh, tampilannya menarik dan bervariasi. Jenis makanan jajanan yang biasa dijual dilingkungan sekolah adalah bakso bakar, bakwan, gorengan, somay dan batagor.

Hasil analisis kolerasi diperoleh nilai r_{xy} sebesar 0,660 yang berarti terdapat hubungan yang kuat antara pengetahuan tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih. Harga $r_{xy} > r_{tabel}$ ($0,660 > 0,235$), sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang

makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih dapat diterima atau teruji kebenarannya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan pengetahuan yang baik tentang makanan yang sehat, maka pemilihan makanan jajanan yang dilakukan siswa akan lebih baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan tentang makanan yang sehat pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih cenderung cukup sebesar 77,7%.
2. Pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih cenderung cukup sebesar 88,8%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Air Putih dengan harga $r_{xy} > r_{tabel}$ ($0,660 > 0,235$).

REFERENSI

- Aninom. 2002. *Foodborne Disease*. <http://www.deptan.go.id/bbkptgpriok/admin/rb/foodborne.pdf>. Diakses pada tanggal 30 September 2015.
- Ariandani, Bondika A. 2011. *Faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar*. <http://eprints.undip.ac.id/32606/1/403_Bondika_Ariandani_apri lia_G2C007016.pdf>. Diakses 30 September 2015.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2007. *Managemen Penelitian Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Barasi, Mary E. 2007. *Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga.
- Damayanti, Diana. 2013. *Makanan Dan Kegiatan Sekolah Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Dep.Kes RI. 2008. *Kandungan Makanan Sehat*. <http://www.com.dep.kes.id>. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Departemen Kesehatan RI .2008. *Keputusan Menteri kesehatan RI, No:920/Menkes/sk/VIII/2002 tentang Klasifikasi Status Gizi Anak*. Jakarta.
- Deta, Yadison. 2013. *Makalah Makanan Sehat*. (Online) dalam <http://sepengatahuanaku.blogspot.com/2012/10/makalah-tentang-makanan-sehat> (diakses 29 September 2015).
- Diktorat Gizi Masyarakat. 2011. *Makanan Sehat*. <Http://www.com.dep.kes.id>. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. 2011. *Rencana Aksi Pembinaan Gizi Masyarakat (RAPGM) Tahun 2011 – 2014*. Jakarta. Diakses 30 September 2015.
- Eddy Setyo Mudjajanto. 2005. *Kemanan Makanan jajanan Tradisional*
- Evy. 2008. *Keamanan pangan di sekolah rendah*. <<http://www.pena-pendidikan.com/keamanan-pangan-di-sekolah-rendah/>>. Diakses pada tanggal 30 september 2015.
- Februhartanty, J, & Iswarawanti, D.N. Tanpa tahun. *Amankah Makanan Jajanan Anak Sekolah di Indonesia?*. <http://www.gizi.net/cgi-bin/berita/fullnews.cgi/n>. Diakses 30 September 2015.
- Februhartanty. 2004. *Amankah Makanan Jajanan Anak Sekolah Di Indonesia*. www.Gizi.Net (Diakses 4 April 2015).
- Haryati, N.S., Irawan, R., dan Hidayat, B. 2006. *Obesitas pada Anak*. Tersedia di: <http://www.pediatrik.com/>. Diakses tanggal 8 Februari 2015.
- Heni. 2007. *10 Tips Bentuk Membentuk Makanan Sehat*. <http://www.frisianflag.co.id> diakses tanggal 10 Maret 2010
- <http://www.gizi.net/?show=detailnews&code=956&tbl>. Diakses 10 Desember 2015.
- <http://www.majalahsekar.com/BPOM/index.php/2011/03/makananjajanan>. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- <http://www.majalahsekar.com/YLKI/index.php/2011/03/makananjajanan>. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Irianto, Kus. 2007. *Gizi Dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: Cvyrama Widya.
- Isnaini. 2011. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Judarwanto, W. 2008. *Perilaku makan anak sekolah*, <<http://gizi.depkes.go.id/makalah/download/perilaku%20makanan%20anak%20sekolah.pdf>>. Diakses 30 September 2015.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001. Jakarta: Bumi Aksara.

- Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2003. Jakarta: Bumi Aksara.
- Khomsan, A. 2002. *Peranan Pangan dan Gizi untuk Kualitas Hidup*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Moerhjipto. 2003. *Berbagai cara pendidikan gizi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Moerhjipto. 2009. *Persatuan Ahli Gizi*. Jakarta: Pustaka Gramedia.
- Moestue, Huttly. 2008. *Makanan Sehat*. [Http://www.info-kia.com](http://www.info-kia.com). diakses pada tanggal 3 Agustus 2015.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan edisi revisi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2003. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nurheti, W. 2007. Hubungan Antara Frekuensi Jajan di Sekolah dan Status Gizi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Wonotingal 01-02 Candisari Semarang Tahun Ajaran 2004/2005. Skripsi. Universitas Negeri Semarang, Semarang. Diakses 25 September 2015.
- Oktavia, Lila. 2013. *Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Menggunakan Alat Permainan Edukatif Ular Tangga*. Skripsi. Universitas Negeri Diponegoro, Semarang. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- PERSAGI . 2009. *Kamus Gizi*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara.
- Persatuan Ahli Gizi RS Cipto Mangunkusumo. 2008. *Gizi*. Jakarta: RS Cipto Mangunkusumo.
- Prasetyono. 2009. *Pemenuhan Bahan Makanan Sehat*. Jakarta: Bina Pustaka Pemda, 2010. UMR Kabupaten Madiun
- Pudjiadi S. 2000. *Ilmu gizi klinis pada anak*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Putra, Andhika Eka. 2009. *Gambaran Kebiasaan Jajan Siswa di Sekolah Studi di Sekolah Dasar Hj. Isriati Semarang*. Skripsi. Universitas Diponegoro (Online) dalam 271_Andhika_Eka_P_G2C005256.pdf. Diakses 29 September 2015.
- Rakhmawati, L. 2009. *Kontribusi makanan di sekolah dan tingkat kecukupan energi dan zat gizi pada anak usia sekolah dasar di kota Bogor*. Bogor. Diakses 30 September 2015.
- Republika. 2004. *Kalau Mau Sehat, Jangan Tinggalkan Kebiasaan Sarapan*. www.google.com. Diakses pada 8 Februari 2015.
- Sinuai. 2002. *Kesehatan Keluarga*. Yogyakarta : Oriza. (Pusdat Nasional, 2009). <http://www.balipost.co.id/mediadet ail.php?module=detailberitaminggu &kid=24&id=59>.
- Solihin, P. Amalia. 2013. *Ilmu Gizi Pada Anak*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Solihin. 2005. *Mengenal Makanan Dan Kesehatan*. Bandung: PT Kiblat Buku Utama.
- Suci, Euinike Sri Tyas. 2009. *Gambaran Prilaku Jajan Murid Sekolah Dasar Di Jakarta*. Jakarta: Dalam Jurnal Psikobuana. Vol. 1. No. 1.29-38.

- Sudarman. 2004. *Pengetahuan Makanan yang Sehat*. (Online) dalam <http://kumpulantugaskita.blogspot.com/2012/07/contoh-makalah-tentang-makanan>. Diakses 29 September 2015.
- Sudarmawan. 2013. *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Pemilihan Jajanan Dengan Perilaku Anak Memilih Jajanan Di SDN Sambikerep II/480 Surabaya*. Skripsi. Universitas Negeri Surabaya, Surabaya. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Sudjana. 2005. *Desain dan Analisis Ekaperimen*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2005. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfa Beta.
- Sulistyoningsih. 2011. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Perilaku Anak Memilih Makanan Di SDIT Muhammadiyah Al Kautsar Gumpang Kartasura*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Surti Retna, Nina, dkk. 2013. *Mengenal Makanan dan Kesehatan*. Bandung: PT. Kiblat Buku Utama.
- Widuri, Hesti, Dedi Mawardi. 2013. *Komponen Gizi Dan Bahan Makanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Wihida, Ch Wilda. 2013. *Hubungan Pengetahuan memilih makanan jajanan dengan status gizi siswa sekolah dasar di SDN Karangasem 3 Surakarta*. Skripsi. Universitas Gajah Mada. Yogyakarta. Diakses pada tanggal 10 Desember 2015.
- Winarno. 2005. *Peranan Positif makanan jajanan*. Pusat pengembangan teknologi pangan. IPB Bogor.
- Wong, D.L. 2003. *Pedoman klinis keperawatan pediatrik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Universitas Indonesia.