

HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DAN FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU MAKAN JAJAN DI SEKOLAH DASAR DI SD MUHAMMADIYAH 1 KOTA PEKANBARU

Nurpelita Sembiring*

Surel :nurpelitasembiring@ymail.com

ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze the support of parents in the snack feeding of elementary students of Muhammadiyah 1 Pekanbaru, to analyze the factors that influence the snack food behavior of the students of SD Muhammadiyah 1 Pekanbaru and to analyze the relationship of parent support to the dominant factor of the students' snack food. The study was conducted in November 2016. Based on the calculation of data analysis of parent and faktor support that influence student's snack behavior, it is known that the result of parent support parent calculation shows reassurance of worth 15 students (45,5%), social integration (social integration) 14 students (43, 4%), opportunity to nurturance (opportunity to help) 14 students (43.2%), emotional attachment of 13 students (38.2%), reliable alliance (12 reliable students) 34.8% and guidance of 11 students (34.1%). Also known as the result of the calculation, the percentage of snack behavior showed 19 students (57.6%), felt fit with school snack, 18 students (55.9%), desire to get a higher job 17 students (52.5%), and motivation 14 students (43,7%). The dominant factor of both variables is the interest variable on the indicator of ideals with a percentage of 57.6%.

Keywords: *Parent Support, Factors that influence snack behavior*

PENDAHULUAN

* drg. Nurpelita Sembiring, M.Kes Dosen UIN Sultan Syarif Kasim, Riau.

Anak merupakan aset terpenting yang dimiliki oleh sebuah bangsa. Pembelajaran yang benar sudah seharusnya dimulai sejak usiadini, misalnya pengenalan pengetahuan alam, nilai-nilai religi, dan sosial budaya dengan cara yang sederhana. Sedangkan masa kanak-kanak merupakan masa yang menggemirakan dan penuh harapan. Artinya pembentukan konsep nilai baik dan benar yang nantinya berpengaruh terhadap tingkah laku dan kepribadian dan masa anak adalah masa yang menentukan tahap-tahap perkembangan hidup berikutnya.

Orang tua mempengaruhi pemilihan makanan anak dengan mengendalikan ketersediaan makan, berperan sebagai pemberi contoh dan mendorong anak untuk mengkonsumsi makanan tertentu. Pengetahuan tentang gizi yang dimiliki orang tua juga berpengaruh terhadap pemilihan makan anak. Minimnya pendidikan gizi yang dimiliki orang tua menyebabkan rendahnya pengetahuan gizi yang dimiliki oleh anak (Abdollahi). Pendidikan gizi yang dimiliki orang tua bisa mempengaruhi persepsi tentang makanan, yang akhirnya berpengaruh pula pada perilaku dan jenis makanan yang dikonsumsi anak. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui persepsi ibu tentang makanan obesogenis dan kaitannya

dengan risiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar (SD).

Anak sekolah belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri (Suci, 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 7-11 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).

Makanan jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sangat dikenal dan umum di masyarakat, terutama pada anak balita. Jajanan merupakan makanan dan minuman yang disajikan dan diperjualbelikan oleh pedagang kaki lima, toko-toko makanan, swalayan di jalanan dan tempat-tempat keramaian umum lain. Makanan jajanan tersebut sangat bervariasi, baik dalam bentuk, rasa, aroma, dan harga. Jajanan yang mengandung zat gizi, dikemas dan diolah secara aman yang memiliki daya tarik

tersendiri bagi masyarakat. Makanan jajanan anak sekolah merupakan masalah yang perlu menjadi perhatian masyarakat, khususnya orang tua, pendidik, dan pengelola sekolah (Febrihartanty dan Iswaranti, 2004 dalam jurnal Kindi, 2013). Makanan jajanan ini merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan atau di tempat-tempat keramaian umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi (WHO, 2015). Makanan tersebut sering tidak disiapkan secara higienis dan juga menggunakan bahan-bahan berbahaya misalnya zat pewarna karena harganya yang murah (Khomsan, 2003).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan adalah faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan adalah faktor personal/individual (Notoatmodjo, 2003). Faktor ekstern mencakup lingkungan sekitar baik fisik maupun non fisik seperti iklim, manusia, sosial ekonomi, kebudayaan, media informasi. Faktor individual yang berperan dalam pemilihan makan anak salah satunya adalah persepsi (Richard dan Smith, 2007).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor intern dan ekstern. Faktor yang mempengaruhi perilaku jajanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan dan konsumsi makanan, dan faktor sosial ekonomi. Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi perilaku jajanan. Pengetahuan ini khususnya meliputi pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan (Bondika, 2011).

Sekolah dasar merupakan tempat yang baik untuk menanamkan sikap dan kebiasaan makan yang sehat. Anak sekolah dasar biasanya mempunyai sifat terbuka dan mudah menerima hal-hal baru, termasuk dalam pemilihan makanan yang baru dan sehat. Untuk mewujudkan hal tersebut maka anak sekolah perlu diberikan pengetahuan mengenai makanan yang bergizi dan sehat.

KAJIAN TEORITIS

Dukungan diterjemahkan sebagai (a) sesuatu yang didukung; (b) sokongan bantuan. Dukungan

dapat berarti bantuan atau sokongan yang diterima seseorang dari orang lain. Dukungan ini biasanya diperoleh dari lingkungan sosial yaitu orang-orang yang dekat, termasuk di dalamnya adalah anggota keluarga, orang tua dan teman. Mariyah (dalam Tyoristi, 2015). Dukungan juga berarti memberi perhatian dan bantuan dalam bentuk tertentu, dengan tujuan memberikan kekuatan agar seseorang dapat terus maju. Dukungan juga dapat dianggap sebagai yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain. Dukungan merupakan kebutuhan yang diinginkan oleh setiap individu, ini merupakan kebutuhan akan kasih sayang, penerimaan dan penghargaan dari orang lain.

Dukungan dapat dibedakan menjadi dukungan keluarga yaitu orang tua dan dukungan lingkungan sosial. Dukungan orang tua merupakan salah satu faktor ekstrinsik yang mempengaruhi minat siswa untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi jurusan tata boga. Selain dukungan orang tua ada juga dukungan dari lingkungan sekitar yang mempengaruhi minat siswa laki-laki untuk memilih dan belajar jurusan Jasa Boga dan Patiseri. Dukungan adalah sikap, pemberian bantuan atau perhatian. Dalam penelitian ini, dukungan yang paling besar berasal dari orang tua diartikan sikap atau

pemberian bantuan, perhatian dan rasa sayang yang diberikan orang tua kepada anaknya atau anggota keluarga. pemberian dukungan dapat berupa teguran, pengarahan, membantu dalam menghadapi kesulitan ataupun memberi hukuman apabila berbuat kesalahan (Shochib, 2012).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan orang tua merupakan wujud sikap rasa sayang yang diberikan kepada anaknya dengan memberikan, perhatian, teguran dan pengarahan serta hukuman bila seseorang berbuat salah, demi kebaikan dan kebutuhan anak tersebut.

Menurut SK Menkes RI No.942/Menkes/SK/VII/2003, pada pasal 2 disebutkan panjama makanan jajanan adalah orang yang secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan makanan dan peralatannya sejak dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai dengan penyajian. Tujuan makan adalah supaya tubuh sehat, namun disisi lain makan juga dapat menjadi salah satu sumber penyakit. Oleh karena itu dalam tulisan Anonim (2002) sebaiknya pilihlah makanan jajanan yang sehat, yaitu makanan jajanan yang segar, bersih dan aman dari cemaran bahan kimia dan fisik. Cara memilih makanan atau jajanan yang segar, untuk makanan yang telah diolah (digoreng, direbus, dikukus) pilihlah makanan baru saja

dimasak (masih panas). Jika sudah dingin atau disimpan, maka pilihlah yang tidak berlendir, tidak berbau asam, tidak berjamur dan rasanya masih wajar (normal). Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan/restoran, dan hotel. Sedangkan pengertian penanganan makanan jajanan adalah kegiatan yang meliputi pengadaan, penerimaan bahan makanan, pencucian, peracikan, pembuatan, pengubahan bentuk, pewadahan, penyimpanan, penyajian makanan atau minuman.

Bagi anak sekolah, makanan jajanan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kegiatan sehari-hari mereka. Makanan jajanan digunakan sebagai alternatif untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah karena keterbatasan waktu orang tua mengolah makanan di rumah. Selain murah makanan jajanan juga mudah didapat. Berdasarkan kondisi ini seharusnya makanan jajanan dapat dikelola menjadi produk sehat yang aman dikonsumsi. Makanan jajanan sehat adalah makanan yang memiliki ciri sebagai berikut: 1) Bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit. 2) Bebas dari kotoran dan debu lain. 3) Makanan yang dikukus, direbus, atau

digoreng menggunakan panas yang cukup artinya tidak setengah matang. 4) Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih. 5) Kecuali makanan jajanan yang di bungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpu atau alat lain yang bersih, jangan mengambil makanan dengan tangan. 6) Menggunakan makanan yang bersih, demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat-alat itu supaya selalu bersih.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan metode penelitian deskriptif yaitu metode yang bersifat mendeskripsikan gejala-gejala yang ada. Menurut Rakhmat, (2014) bahwa Metode Deskriptif adalah cara atau teknik penelitian yang bersifat menceritakan set atau keadaan yang terjadi dilapangan. Penelitian ini dilakukan di SD Muhammadiyah 1 Pekan baru dilaksanakan Juni sampai November 2016, dengan populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2013), yakni seluruh siswa kelas V dengan jumlah 134. Kemudian ditentukan sampel penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subjeknya lebih dari 100, dapat diambil 15% atau 25 % atau lebih.

Dengan populasi (N) = 134 orang, maka sampel tabel (n) = 134 X 25% = 33 orang.

Data di ambil menggunakan angket yang telah disusun sebelumnya kemunian, data dianalisis mengenai dukungan orang tua siswa terhadap perilaku makanan jajan dan factor yang mempengaruhinya dilakukan dengan cara mentabulasikan data, kemudian data yang sudah terkumpul selanjutnya dianalisis dengan cara persentase.

Tujuan analisis deskriptif adalah untuk mengidentifikasi kecenderungan sebaran dari masing-masing variabel penelitian atau menggambarkan suatu keadaan dengan apa adanya tanpa dipengaruhi dalam diri peneliti. Untuk menentukan tingkat kecenderungan tiap variabel digunakan tolak ukur rerata skor ideal (Mi) dan Standart Deviasi ideal (SDi)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa jenis dukungan orang tua siswa. Dukungan orang tua tersebut diantaranya yaitu *reliable alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), *guidance* (bimbingan), *reassurance of worth* (adanya pengakuan), *emotional attachment* (kedekatan emosional), *social integration* (integrasi social) dan *opportunity to*

nurturance (kesempatan untuk membantu). Berikut adalah tingkatan dukungan orang tua pada tabel 1.

Tabel 1. Tingkatan Dukungan Orang Tua

No	Indikator	Frekuensi	Persentase (%)
1	<i>Reassurance Of Worth</i> (Adanya Pengakuan)	15	45,5
2	<i>Social Integration</i> (Integrasi Social)	14	43,4
3	<i>Opportunity To Nurturance</i> (Kesempatan Untuk Membantu)	14	43,2
4	<i>Emotional Attachment</i> (Kedekatan Emosional)	13	38,2
5	<i>Reliable Alliance</i> (Hubungan Yang Dapat Diandalkan)	12	34,8
6	<i>Guidance</i> (Bimbingan)	11	34,1

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku jajan siswa dalam memilih makanan jajanan. Faktor-faktor yang mempengaruhi minat tersebut diantaranya yaitu cita-cita/keinginan, keinginan memperoleh pekerjaan yang lebih tinggi, motivasi, dan merasa cocok dengan pembelajarandi perguruan tinggi.

Tabel 2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat

No	Indikator	Frekuensi	Persentase
1	Rasa	19	57,6%
2	Harga	18	55,9,
3	Keinginan Memperoleh makanan	17	52,5%
4	Motivasi	14	43,7%.

Selanjutnya untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan dukungan orang tua digunakan nilai rata-rata ideal (Mi) = 80 dan SDi = 16, seperti pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Tingkat Kecenderungan Dukungan Orang Tua

No	Keterangan	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1.	>104	0	0	Tinggi
2.	80-104	29	87,88	Cukup
3.	56-80	4	12,12	Kurang
4.	<56	0	0	Rendah
Jumlah		33	100	

Untuk mengidentifikasi tingkat kecenderungan minat siswa digunakan nilai rata-rata ideal (Mi) = 83 dan SDi = 17. Seperti yang ditunjukkan pada tabel 4.

Tabel 4. Tingkat Kecenderungan Perilaku Siswa dalam mengkonsumsi Jajan

No	Keterangan	Frekuensi	Persen (%)	Kategori
1.	>107	3	9,09	Tinggi
2.	83-107	22	66,67	Cukup
3.	58-83	8	24,24	Kurang
4.	<58	0	0	Rendah
Jumlah		33	100	

Orangtua harus mengedukasi anak agar selalu memilih jajanan yang aman, salah satunya adalah dengan membawakan bekal yang dipilih dan disiapkan sendiri oleh orang tua. Orang tua juga dapat menunjukkan kepada anak-anak tempat-tempat yang higienis dan sehat untuk membeli makanan, misalnya di kantin sekolah yang memenuhi syarat

kebersihan. Biasanya di sekolah, anak-anak memilih jajanan yang dijajakan di pinggir jalan atau dekat sekolah. Ajari anak untuk memilih jajanan yang bersih, tidak dihanggap lalat, yang penjualnya menjaga kebersihan diri, dan kemasan makanannya aman. Kalau perlu, sesekali datang ke lingkungan sekolah dan amati jajanan mana saja yang aman bagi anak sekolah. Jajanan harus memenuhi syarat keseimbangan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk dapat beraktivitas. Jajanan harus mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral yang porsinya berimbang. Makanan bergizi seimbang sangat penting untuk pertumbuhan yang optimal pada anak-anak dan sebagai dasar fondasi hidup sehat untuk masa yang akan datang. Tidak ada satu makanan yang sempurna, yang mampu memenuhi seluruh kebutuhan gizi seseorang. Oleh karena itu, makan harus bervariasi, agar kebutuhan akan setiap zat gizi terpenuhi. Nasihati anak agar tidak hanya memilih satu jenis jajanan saja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada beberapa jenis dukungan orang tua siswa SD Muhammadiyah Pekanbaru dalam mendukung pemilihan jajanan anak sekolah dengan

- tingkatan sebagai berikut; 1) *reassurance of worth* (adanya pengakuan), merupakan dukungan orang tua yang menjawab setuju sebesar 45,5% (15 siswa), 2) *social integration* (integrasi social) yang menjawab setuju sebesar 43,4 % (14 siswa), 3) *opportunity for nurturance* (kesempatan untuk membantu), yang menjawab setuju 43,2% (13 siswa), 4) *emotional attachment* (kedekatan emosional), yang menjawab setuju sebesar 38,2% (13 siswa), 5) *reliable alliance* (hubungan yang dapat diandalkan), yang menjawab setuju sebesar 34,8 % (12 siswa), dan 6) *guidance* (bimbingan), yang menjawab setuju sebesar 34,1 % (11 siswa).
2. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku makan jajanan siswa SD Muhammadiyah dalam memilih makanan jajan di sekolah mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap dukungan orang tua, yang menjawab setuju sebesar 57,6% (19 siswa), 2) merasa cocok dengan pembelajaran di perguruan tinggi, yang menjawab setuju sebesar 55,9% (18 siswa), 3) keinginan, yang menjawab setuju sebesar 52,5% (17 siswa) dan 4) motivasi, yang menjawab setuju sebesar 43,7% (14 siswa).
3. Faktor dominan memilih makanan jajan siswa SD Muhammadiyah dari variabel dukungan orang tua pada indikator *reassurance of worth* (adanya pengakuan) yaitu dengan persentase 45,5 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi M, Amini M, Kianfar H, Dadkhah-Piraghag M, Eslami-Amirabadi M, Zoghi T, Assasi N, Kalantari N. Qualitative study on nutritional knowledge of primary-school children and mothers in Teheran. *East Mediterr Health J* 2008;14(1):82-9
- Anonim. 2002. Memilih Makanan dan Jajanan yang Sehat. Balitbang Depdiknas dan Lembaga Penelitian IPB. Bogor.
- Cotrana. E Caroly. 2011. *Perceived parental social support. journal personality and social psychology* Vol. 66
- Crow. 2011. *Psikologi Pendidikan Terjemahan Kasijan*. Surabaya: Bina Ilmu.
- Dakir. 20012. *Dasar-Dasar Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dalyono, M. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Depkes RI. 2001. Pedoman Penyuluhan Gizi pada Anak

- Sekolah bagi Petugas Puskesmas. Jakarta.
- Depkes RI. 2004. *Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman (HSMM)*. Buku Pedoman Akademi Penilik Kesehatan. Jakarta.
- Depkes RI. 1994. *Pedoman Pengelolaan dan Penyehatan Makanan Warung Sekolah*. Jakarta.
- Djaali. 2013. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Gottlieb, B.H. 2011. *Social support strategis: guidelines for mental health Practice*. London: Sagepublications.
- Gunarsa, S.D & Y. Singgih D.G. 2011. *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia
- Hamalik, Oemar. 2011. *Proses belajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harper, Laura J. 1989. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Penerbit Universitas Indonesia. Jakarta.
- Irianto, DP. 2007. *Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan*. CV. Andi offset. Yogyakarta.
- Irianto, K. 2007. *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. CV. Yrama Widya. Bandung.
- Khomsan, A. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Mappiare, Andi. 2011. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Usaha Nasional.
- Mudjajanto, E S. 2006. *Keamanan Makanan Jajanan Tradisional*. Penerbit Buku Kompas. Jakarta.
- Mulyasa. 2012. *Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sarafino, Edward P. 2012. *Health psychology: byopsychological interactions*. Edisi ke 2. Canada: John Wiley & Sons. Inc
- Sitorus, L. 2007. *Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Siswa Sekolah Dasar Tentang Makanan dan Minuman yang Mengandung Bahan Tambahan Makanan pada Sekolah Dasar di Kecamatan Medan Denai*. Skripsi FKM USU. Medan.
- Sugiono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RND*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut. 2012. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Penyuluhan di Sekolah*. Surabaya: Usaha Nasional
- Suryabrata, Sumadi. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Syah, Muhibbin. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Peersada.
- Taylor, E.Shelley. 2012. *Health psychology*. McGraw-Hill Hinger Education.