



**GAMBARAN JAJANAN SEHAT DAN PERILAKU MEMILIH PANGAN
JAJANAN ANAK SEKOLAH (PJAS) DI SD**

Mawar Yanti Indah¹, Hartati Bahar², Zainab Hikmawati³

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo^{1,2,3}

e-mail: mwaryantindah0704@gmail.com¹, tatikbahar@gmail.com²,
zainabhikmawati210@gmail.com³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku pemilihan jajanan, serta pengetahuan, sikap, persepsi, sarana, dan dukungan teman sebaya terhadap jajanan sehat di SD Negeri 93 Kendari. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan survei deskriptif, penelitian ini melibatkan 54 dari 62 siswa yang dipilih melalui *Stratified Random Sampling*. Hasil menunjukkan mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup (81,48%), sementara sebagian kecil masih kurang (18,52%). Sebagian besar responden menunjukkan sikap positif (88,89%) dibandingkan dengan yang bersikap negatif (11,11%). Persepsi baik mengenai jajanan sehat ditemukan pada (62,96%) responden, sementara (37,04%) memiliki persepsi kurang. Sebanyak (85,19%) responden menilai sarana dan prasarana memadai, sedangkan (14,81%) menilai kurang memadai. Selain itu, mayoritas responden (68,52%) mendapatkan dukungan teman sebaya yang baik, sementara (31,48%) mengalami dukungan yang kurang. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, persepsi, sarana, dan dukungan teman sebaya siswa mengenai jajanan sehat di SD Negeri 93 Kendari sudah cukup baik, namun diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman tentang pentingnya memilih jajanan yang aman dan bergizi untuk kesehatan.

Kata Kunci: *Jajanan Sehat, Perilaku, Anak Sekolah*

ABSTRACT

This study aims to describe the behavior of choosing snacks, as well as knowledge, attitudes, perceptions, facilities, and peer support towards healthy snacks at SD Negeri 93 Kendari. This study uses quantitative methods and descriptive surveys, this study involved 54 out of 62 students selected through Stratified Random Sampling. The results showed that the majority of respondents had sufficient knowledge (81.48%), while a small portion was still lacking (18.52%). Most respondents showed a positive attitude (88.89%) compared to those who had a negative attitude (11.11%). A good perception of healthy snacks was found in (62.96%) respondents, while (37.04%) had a poor perception. As many as (85.19%) respondents considered the facilities and infrastructure adequate, while (14.81%) considered it inadequate. In addition, the majority of respondents (68.52%) received good peer support, while (31.48%) experienced inadequate support. This study shows that knowledge, attitudes, perceptions, facilities, and peer support. students about healthy snacks at SD Negeri 93 Kendari is quite good, but further efforts are needed to improve understanding of the importance of choosing safe and nutritious snacks for health.

Keywords: *Healthy Snacks, Behavior, School Children*

PENDAHULUAN

Kesehatan pada masa usia sekolah merupakan aspek penting karena berkaitan erat dengan fungsi akademik, mengingat periode ini adalah masa belajar, pertumbuhan, dan perkembangan. Perkembangan yang optimal pada anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh pemberian nutrisi yang berkualitas dan kuantitas asupan makanan yang memadai (Akbar *et al.*, 2021). Kurangnya pemahaman anak-anak mengenai aspek-aspek seperti nilai gizi, keamanan, Copyright (c) 2025 HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan

kebersihan penyajian, dan cara pengolahan jajanan menyebabkan mereka tidak menyadari apakah makanan yang mereka konsumsi sehat atau tidak (Citrawati *et al.* 2020).

Jajanan adalah jenis makanan yang dapat dinikmati dengan cepat dan digemari oleh orang dewasa maupun anak-anak. Kebanyakan anak-anak menyukai jajanan karena tampilannya yang beragam, warna-warna cerah, dan rasanya yang lezat. *Street food* atau jajanan umumnya dijual di tempat-tempat seperti pinggir jalan, kaki lima, pasar, terminal, pemukiman, dan lokasi lainnya (Fitriani *et al.*, 2022). Meskipun jajanan memiliki daya tarik yang besar, perlu diingat bahwa kebiasaan ini membawa beberapa risiko. Kebiasaan membeli jajanan di kalangan anak-anak sekolah sulit untuk dihentikan. Namun, konsumsi jajanan yang tidak memenuhi standar kesehatan dan gizi dapat berisiko bagi kesehatan mereka. (Adawiyah *et al.*, 2020).

World Health Organization (WHO) menyatakan lebih dari 200 penyakit bisa menular melalui makanan, yang dikenal sebagai penyakit bawaan pangan. Penyakit ini merupakan Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang menempati urutan kedua setelah difteri dalam laporan KLB ke *Public Health Emergency Operations Centre* (PHEOC), menunjukkan bahwa keracunan pangan masih menjadi prioritas masalah masyarakat. Data WHO tahun 2022 mencatat 600 juta orang di dunia jatuh sakit setelah mengonsumsi makanan terkontaminasi, dengan 420.000 kematian setiap tahun, termasuk 125.000 anak usia di bawah 5 tahun. Makanan yang terkontaminasi bakteri, virus, parasit, atau zat kimia berbahaya dapat memicu lebih dari 200 jenis penyakit, seperti diare dan kanker (WHO 2024). Data WHO menunjukkan wilayah asia tenggara mencatat sebanyak 150 juta kasus penyakit, 175.000 kematian, dan 12 juta tahun hidup yang disesuaikan dengan disabilitas *Disability-Adjusted Life Years* (DALY) (WHO 2023).

Menurut laporan BPOM RI tahun 2019, di Indonesia tercatat 13,19% kasus keracunan dengan total 819 korban disebabkan oleh minuman, sedangkan 7,63% kasus keracunan dengan total 474 korban disebabkan oleh makanan (BPOM RI 2019). Menurut laporan BPOM RI tahun 2020, terjadi 45 kejadian luar biasa terkait keracunan pangan (KLB KP), yang berdampak pada 3.276 orang, di mana 1.528 orang mengalami gejala sakit, menghasilkan tingkat serangan (attack rate) sebesar 46,62%. Dari insiden tersebut, tercatat enam korban meninggal. Sebagian besar kasus Kejadian luar biasa keracunan pangan (KLB KP) disebabkan oleh dugaan kontaminasi mikrobiologi, dengan 24 kejadian (53%), dan 1 kasus (2%) telah dikonfirmasi (BPOM RI 2020). Berdasarkan data dari Badan Pengawas Obat dan Makanan (POM) Indonesia menunjukkan bahwa pada tahun 2021 terjadi 50 Kejadian Luar Biasa (KLB) terkait keracunan makanan di Indonesia, dengan total 2.569 orang terdampak. Dari jumlah tersebut, 1.783 orang mengalami gejala sakit, sementara korban meninggal mencapai 10 orang (BPOM RI, 2022).

Berdasarkan data dari Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara, pada tahun 2018 terdapat 30 intervensi kasus keracunan. Kemudian pada tahun 2019 menjadi 54 intervensi, dengan satu orang meninggal dunia. Pada tahun 2020, Tahun 2020 mencatat peningkatan signifikan dengan 291 intervensi, di mana satu orang meninggal karena keracunan makanan (Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara, 2021).

Data dari Balai Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) di Kendari, Sulawesi Tenggara pada tahun 2021, terdapat 256 kasus keracunan di provinsi Sulawesi Tenggara dengan total 49 kejadian. Data ini diperoleh dari 18 fasilitas kesehatan, termasuk rumah sakit dan Pusat Kesehatan Masyarakat (PKM) di wilayah tersebut. Dari jumlah tersebut, 220 orang mengalami keracunan makanan dalam 16 kasus, setara dengan 12,9%. Berdasarkan data tahun 2020 di berbagai rumah sakit dan puskesmas di Sulawesi Tenggara, terdapat 50 anak berusia 5-14 tahun yang mengalami keracunan makanan, dengan satu di antaranya meninggal dunia (Balai POM Kendari 2021).

Menurut laporan tahunan BPOM Kendari tahun 2020, dari total 261 sampel makanan yang diuji, sebanyak 225 sampel memenuhi standar yang ditetapkan, sedangkan 35 sampel

Copyright (c) 2025 HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan

lainnya tidak memenuhi syarat. Sampel yang tidak layak konsumsi tersebut mengandung berbagai zat berbahaya, seperti pemanis buatan, pengawet, boraks, formalin, serta cemaran logam (Balai POM Kendari, 2020). Sementara itu, hasil survei BPOM menunjukkan bahwa lebih dari 90% anak sekolah membeli jajanan di lingkungan sekolah untuk mencukupi kebutuhan energinya. Namun, tidak semua jajanan tersebut memenuhi standar keamanan pangan, sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit pada anak-anak (Wulandari *et al.*, 2022).

Pangan jajanan anak sekolah (PJAS) adalah makanan dan minuman siap saji yang diproduksi oleh industri pangan dan dijual langsung tanpa proses pengolahan tambahan. Jajanan ini dikonsumsi secara rutin oleh banyak siswa, meskipun tidak semuanya aman dan sehat. Berdasarkan BPOM (2009), PJAS menyumbang sekitar 31,1% dari kebutuhan kalori harian anak sekolah serta menyediakan 27,4% kebutuhan protein mereka. Selain itu, survei BPOM RI (2011) menunjukkan bahwa pada tahun 2010 terdapat 141 kasus Kejadian Luar Biasa (KLB) akibat keracunan pangan, dengan 15% di antaranya terkait PJAS. Insiden ini paling sering terjadi di tingkat sekolah dasar, dengan persentase berkisar antara 69-79% (Arwati & Asih, 2024).

Makanan jajanan di sekolah perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak, karena saat ini banyak pedagang di kantin sekolah dan pedagang kaki lima di sekitar atau luar pagar sekolah yang menawarkan berbagai jenis jajanan. Beragam bentuk, rasa, dan warna dari jajanan ini sering kali menarik perhatian anak-anak. Namun, jika anak-anak memilih jajanan hanya berdasarkan penampilan tanpa mempertimbangkan kandungan gizi atau cara pengolahannya, hal ini dapat meningkatkan risiko gangguan pencernaan yang berdampak buruk pada kesehatan mereka, terutama pada usia sekolah (Ariani, 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan tahun (2011), Makanan jajanan kaki lima merupakan makanan yang sering terkontaminasi oleh bahan tambahan pangan (BTP) ilegal seperti boraks, formalin, rhodamin B, dan *methanil yellow*, yang berbahaya bagi kesehatan manusia. Bahan-bahan ini, yang seharusnya tidak digunakan dalam makanan, dapat terakumulasi dalam tubuh dan bersifat karsinogenik, sehingga berpotensi menyebabkan penyakit serius seperti kanker dan tumor. Selain itu, konsumsi makanan yang mengandung BTP ilegal juga dapat memengaruhi fungsi otak dan perilaku anak sekolah, menyebabkan gangguan tidur, konsentrasi, emosi, bicara, dan hiperaktivitas, serta memperburuk gejala autisme. Gejala jangka pendek yang sering muncul akibat paparan BTP ini meliputi pusing, mual, muntah, diare, atau sembelit. Meskipun penggunaan bahan-bahan ini telah dilarang oleh WHO melalui *Joint Expert Committee on Food Additives* (JECFA) dan diadopsi oleh Peraturan Menkes RI, pedagang kaki lima sering tidak menyadari adanya BTP ilegal dalam bahan yang mereka gunakan karena harganya murah, mudah didapat, dan membuat makanan terlihat lebih menarik (Kemenkes, 2011).

Survei awal di SD Negeri 93 Kendari menemukan adanya kantin sekolah dan pedagang di luar pagar yang menjual berbagai jajanan, sebagian besar kurang sehat. Dari 26 siswa yang diwawancarai, 19 tidak mengetahui jajanan sehat dan dampaknya, sementara 7 siswa memahami makanan sehat tetapi tetap memilih jajanan seperti cimol, *pop ice*, dan mie instan.. Berdasarkan temuan ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Jajanan Sehat dan Perilaku Memilih Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SD Negeri 93 Kendari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif. Tujuan utama dari desain ini adalah untuk menggambarkan karakteristik dan persepsi siswa terkait suatu fenomena, dalam hal ini [masukkan topik penelitian Anda, misal: penggunaan *gadget*, perilaku belajar, dsb.] secara sistematis dan faktual. Penelitian ini dilaksanakan di SDN

Copyright (c) 2025 HEALTHY : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan



93 Kendari, dengan rentang waktu pengumpulan data dari tanggal 21 hingga 26 November 2024. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas 5 dan 6 yang berjumlah 62 siswa. Untuk menentukan ukuran sampel yang representatif, digunakan rumus Slovin dengan *margin of error* yang ditetapkan sebesar 5%. Berdasarkan perhitungan, diperoleh ukuran sampel sebanyak 54 siswa.

Untuk memastikan keterwakilan setiap kelas dalam sampel, diterapkan teknik *Stratified Random Sampling*. Teknik ini membagi populasi (siswa kelas 5 dan 6) menjadi strata (kelas) yang homogen, kemudian secara acak memilih sampel dari masing-masing strata secara proporsional sesuai dengan ukuran kelas. Data penelitian dikumpulkan melalui instrumen kuesioner yang dibagikan kepada responden. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur [sebutkan variabel atau konstruk yang diukur, misal: intensitas penggunaan *gadget*, motivasi belajar, dsb.] dengan menggunakan skala yang sesuai [sebutkan jenis skala, misal: skala Likert]. Setelah data terkumpul, analisis data dilakukan secara univariat. Analisis ini bertujuan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel yang diteliti. Proses analisis data dibantu dengan menggunakan aplikasi Epi Info untuk memastikan akurasi dan efisiensi dalam pengolahan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas, Umur, Jenis Kelamin di SDN 93 Kendari Tahun 2024

Karakteristik	Jumlah (n)	Presentase
Kelas :		
V	18	33,3 %
VI	36	66,7 %
Total	54	100%
Umur :		
10	12	22,2 %
11	25	46,3 %
12	16	29,6 %
13	1	1,9 %
Total	54	100 %
Jenis Kelamin :		
Perempuan	27	50,0 %
Laki-laki	27	50,0 %
Total	54	100 %

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Tabel 1 menyajikan karakteristik responden berdasarkan jumlah siswa di setiap kelas. Dari total 54 responden (100%), kelas VI memiliki jumlah siswa terbanyak, yaitu 36 siswa (66,7%). Kelompok usia yang dominan adalah 11 tahun, dengan 25 responden (44,3%). Sementara itu, distribusi jenis kelamin responden seimbang, dengan masing-masing 27 siswa laki-laki dan perempuan (50,0%).

B. Analisis Univariat

1. Gambaran Pengetahuan Terhadap Perilaku Jajan Di SD Negeri 93 Kendari

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan di SD Negeri 93 Kendari

Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Cukup	44	81,48 %
Kurang	10	18,52 %

Total	54	100%
-------	----	------

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Berdasarkan Tabel 2, dari total 54 responden (100%), mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, yakni 44 responden (81,48%), sedangkan 10 responden (18,52%) memiliki pengetahuan yang kurang. Tingginya persentase responden dengan pengetahuan yang cukup mengenai pemilihan makanan sehat dapat dijelaskan melalui berbagai sumber informasi yang memadai yang diterima oleh siswa. Guru memiliki peran penting dengan memberikan arahan tentang pentingnya memilih makanan sehat yang ada di kantin sekolah dan menghindari membeli makanan dari luar sekolah yang cenderung tidak terjamin kualitasnya. Selain itu, orang tua turut berperan dengan memberikan informasi dan pengawasan terhadap pilihan makanan anak di rumah. Lingkungan sekitar, seperti kegiatan edukasi kesehatan yang diselenggarakan oleh sekolah, juga mendukung peningkatan pengetahuan siswa mengenai pentingnya memilih makanan yang bergizi. Faktor lain yang signifikan adalah kemudahan akses terhadap informasi melalui media sosial dan buku pelajaran, yang memungkinkan siswa untuk mendapatkan pengetahuan tentang makanan sehat secara lebih luas. Keterlibatan instansi kesehatan dalam sosialisasi kepada pengelola kantin dan kepala sekolah juga memberikan kontribusi besar dalam menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung penyediaan makanan sehat.

Keberadaan responden dengan tingkat pengetahuan yang kurang tentang PJAS mencerminkan adanya tantangan dalam upaya penyampaian informasi secara merata kepada seluruh siswa. Kondisi ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kurangnya minat siswa dalam menerima informasi terkait pangan jajanan anak sekolah (PJAS). Faktor lain yang mungkin turut berkontribusi adalah metode penyampaian informasi yang kurang menarik atau kurang sesuai dengan kebutuhan siswa, sehingga informasi tersebut tidak sepenuhnya terserap. Selain itu, Minimnya penyuluhan langsung kepada siswa tentang jajanan sehat menyebabkan distribusi informasi yang tidak merata. Edukasi lebih difokuskan pada penjamah kantin yang dilakukan oleh pihak BPOM dan puskesmas, terutama terkait bahan berbahaya dalam makanan. Akibatnya, siswa kurang memahami pentingnya memilih jajanan sehat, yang dapat memengaruhi pola konsumsi dan meningkatkan risiko terpapar makanan tidak aman.

Penelitian oleh Pramuswari *et al.*, (2021) menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang cukup baik karena mampu memanfaatkan informasi dari orang tua, guru, dan teman sebaya secara efektif. Sebaliknya, anak-anak dengan pengetahuan rendah cenderung kurang memperhatikan serta kurang memanfaatkan informasi yang tersedia. Namun, ada kemungkinan bahwa beberapa siswa hanya mengetahui jajanan sehat secara sekilas tanpa benar-benar memahami konsepnya secara mendalam.

Siswa perlu memiliki kemampuan untuk membedakan jajanan yang sehat dan tidak sehat. Jika tidak, mereka berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, seperti alergi kulit, gangguan pernapasan, iritasi pada lambung, sakit kepala, kesulitan tidur, mual, muntah, penurunan nafsu makan, hingga diare. Selain itu, dalam jangka panjang, konsumsi jajanan yang tidak sehat dapat berdampak buruk pada fungsi hati, meningkatkan risiko kanker, menyebabkan keracunan makanan, serta menimbulkan berbagai masalah kesehatan lainnya (Afifah, 2023).

2. Gambaran Sikap Terhadap Perilaku Jajan Di SD Negeri 93 Kendari

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap di SD Negeri 93 Kendari

Sikap	Jumlah (n)	Presentase (%)
Positif	48	88,89 %
Negatif	6	11,11 %
Total	54	100 %

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari total 54 responden (100%), Responden yang memiliki sikap positif yaitu berjumlah 48 (88,89 %) dan responden yang memiliki sikap negatif berjumlah 6 (11,11 %). Hasil Penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap positif terhadap kebiasaan sehat dalam mengonsumsi jajanan. Mereka menyadari pentingnya mencuci tangan, memilih makanan tanpa bahan kimia berbahaya, serta mengutamakan makanan yang dikemas dengan baik dan aman. Mereka juga lebih memilih jajanan yang bersih, bergizi, dan tersedia di kantin sekolah, serta cenderung curiga terhadap jajanan murah yang dianggap tidak sehat. Ini mencerminkan sikap positif terhadap pola makan sehat di sekolah.

Sikap positif terhadap pemilihan makanan sehat sering kali terbentuk dari pengetahuan yang baik. Pemahaman tentang makanan sehat dan tidak sehat menjadi landasan untuk mengembangkan perilaku makan yang lebih sehat. Selain pengetahuan, faktor lain seperti kebudayaan, kebiasaan makan di rumah, dan lingkungan sekolah juga berperan. Keluarga dapat menanamkan nilai kesehatan dengan menyediakan makanan bergizi, sementara sekolah mendukung melalui kebijakan kantin sehat dan edukasi kesehatan. Secara keseluruhan, pengetahuan yang baik menjadi pemicu utama dalam membentuk sikap positif yang tercermin dalam pemilihan makanan sehat, baik di sekolah maupun di luar.

Penelitian oleh Fauziyah *et al.*, (2022) menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap positif. Namun, sikap positif terhadap jajanan tidak selalu berpengaruh langsung pada perilaku anak, sedangkan sikap negatif dapat berdampak langsung pada kesehatan. Sikap seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi, lingkungan sosial, budaya, media massa, serta pendidikan.

Dari hasil penelitian Juga ditemukan 6 responden yang menunjukkan sikap negatif terhadap jajanan sehat, yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Beberapa siswa beranggapan bahwa sarapan dari rumah tidak diperlukan, menunjukkan kurangnya pemahaman akan pentingnya asupan energi sebelum memulai aktivitas belajar. Selain itu, preferensi terhadap makanan yang memiliki rasa enak dan warna menarik lebih diutamakan dibandingkan aspek kesehatannya. Kebiasaan membeli jajanan di luar kantin sekolah juga menjadi faktor yang berkontribusi, kemungkinan karena variasi pilihan yang lebih beragam atau persepsi bahwa jajanan di luar lebih menarik. Selain itu, beberapa siswa menganggap membawa air minum dari rumah tidak penting, yang dapat meningkatkan risiko konsumsi minuman kemasan dengan kandungan gula atau zat aditif yang berlebihan.

Berbagai faktor dapat memengaruhi sikap anak dalam memilih makanan jajanan, di antaranya adalah kebudayaan, aspek psikologis, pengaruh media massa, serta peran lembaga pendidikan. Sikap yang dimiliki seorang anak berperan penting dalam menentukan pilihan jajanan yang mereka konsumsi, karena sikap tersebut akan memengaruhi keputusan mereka dalam memilih makanan yang dianggap menarik atau sesuai dengan preferensi mereka (Arifudin & Musfirah, 2021).

3. Gambaran Presepsi Terhadap Perilaku Jajan Di SD Negeri 93 Kendari

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Presepsi di SD Negeri 93 Kendari

Persepsi	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	34	62,96 %
Kurang	20	37,04 %
Total	34	62,96 %

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Tabel menunjukkan bahwa dari 54 responden (100%), paling banyak responden dengan persepsi baik yaitu sebanyak 34 responden (62,96%) dan responden dengan persepsi kurang sebanyak 20 responden (37,04%) Mayoritas siswa menunjukkan persepsi positif terhadap



jajanan karena beberapa faktor utama. Pertama, pemahaman mengenai pentingnya memilih jajanan sehat terbentuk dari edukasi yang diberikan oleh guru, orang tua, dan pihak sekolah. Kedua, kualitas jajanan yang tersedia di kantin turut memengaruhi pilihan mereka, karena siswa cenderung memilih makanan sehat jika disediakan. Ketiga, kebiasaan makan yang ditanamkan di rumah memainkan peran penting; siswa yang sudah terbiasa mengonsumsi makanan bergizi cenderung lebih selektif dalam memilih jajanan di sekolah. Dengan demikian, persepsi positif terhadap jajanan mencerminkan kesadaran akan pentingnya asupan makanan berkualitas, yang didukung oleh pendidikan dan lingkungan sekitarnya.

Namun, beberapa siswa masih memiliki persepsi kurang terhadap perilaku jajan, yang kemungkinan disebabkan oleh minimnya Kesadaran mengenai jajanan sehat atau kurangnya pengawasan dalam memilih jajanan. Mereka cenderung lebih mempertimbangkan rasa dan tampilan tanpa memperhatikan kandungan di dalamnya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Iklima (2019), yang menunjukkan bahwa pemilihan makanan jajanan yang dilakukan oleh siswa di sekolah cenderung tidak baik, dengan persentase pemilihan yang baik sebesar 42% dan tidak baik 57,3%, penelitian ini juga menyoroti bahwa anak-anak pada usia sekolah sudah mulai memiliki kemampuan untuk memilih makanan berdasarkan kesukaan mereka. Perubahan selera anak-anak memengaruhi keputusan mereka dalam memilih jajanan, menunjukkan bahwa persepsi mereka dipengaruhi oleh preferensi pribadi, meskipun pilihan jajanan di sekolah umumnya kurang mendukung pola makan sehat.

4. Gambaran Sarana dan Prasarana Terhadap Perilaku Jajan Di SD Negeri 93 Kendari

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Sarana dan Prasarana di SD Negeri 93

Kendari		
Sarana dan Prasarana	Jumlah (n)	Presentase (%)
Memadai	Memadai	46
Tidak	Tidak	8
Memadai	Memadai	
Total	54	100 %

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 54 responden (100%), paling banyak responden dengan pernyataan sarana dan prasarana memadai yaitu sebanyak 46 responden (85,2%) dan responden dengan pernyataan sarana dan prasarana tidak memadai sebanyak 8 responden (14,8%). Mayoritas siswa merasa sekolah mereka telah menyediakan fasilitas yang mendukung pemilihan jajanan sehat, seperti kantin dengan makanan sehat, lokasi berjualan yang higienis, serta poster edukatif tentang bahan kimia berbahaya dalam makanan. Selain itu, tersedia fasilitas cuci tangan dan tempat sampah yang membantu menjaga kebersihan. Dengan sarana ini, siswa lebih sadar akan pentingnya memilih jajanan sehat dan menjaga kebersihan lingkungan. Fasilitas yang memadai berperan penting dalam mendukung perilaku siswa dalam memilih jajanan yang berkualitas dan aman.

Beberapa siswa yang menganggap sarana dan prasarana di sekolah tidak memadai. Meskipun sekolah telah menyediakan fasilitas pendukung seperti tempat penyimpanan makanan, tempat sampah, dan fasilitas cuci tangan, beberapa kekurangan masih dirasakan oleh siswa. Tempat penyimpanan makanan yang menggunakan lembar karton dan diklip dengan heker dianggap kurang higienis karena tidak mampu melindungi makanan dari debu atau kontaminasi serta berisiko jika klip logam tercampur dalam makanan. Selain itu, tempat sampah yang sering penuh dapat menciptakan lingkungan yang kotor dan tidak nyaman, terutama di area kantin. Hal ini dapat menyebabkan kontaminasi makanan dari larva lalat, yang berpotensi membawa bakteri dan patogen penyebab penyakit. Fasilitas cuci tangan juga kurang efektif



karena tidak dilengkapi dengan sabun, sehingga kurang mendukung kebersihan tangan sebelum makan. Meskipun tampak sepele, kekurangan ini dapat membuat siswa merasa bahwa fasilitas yang tersedia belum sepenuhnya mendukung lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Aini (2019) menunjukkan bahwa 75% responden membeli jajanan di kantin sekolah, yang berperan penting sebagai tempat utama bagi siswa dalam memperoleh makanan. Meskipun beberapa kantin menyediakan makanan sehat dan bergizi, masih ada yang belum memenuhi standar kelayakan. Sarana-prasarana merupakan salah satu elemen penting yang memainkan peran besar dalam mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat. Keberadaan kantin yang memenuhi standar kesehatan dapat memberikan dampak positif terhadap kebiasaan makan siswa, terutama dalam hal memilih jajanan yang sehat dan bergizi (Sephia *et al.*, 2024).

5. Gambaran Dukungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Jajan Di SD Negeri 93 Kendari

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya di SD Negeri 93 Kendari

Dukungan Teman Sebaya	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	37	68,52 %
Kurang	17	31,48 %
Total	54	100 %

Sumber: Data Primer, November-Desember 2024

Berdasarkan Tabel 6, dari total 54 responden (100%), sebagian besar mendapatkan dukungan teman sebaya yang baik, yaitu 37 responden (68,52%), sementara 17 responden (31,48%) memiliki dukungan yang kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden menerima dukungan positif dari teman sebaya dalam memilih jajanan, seperti saran mengenai makanan sehat, kesadaran terhadap kebersihan, serta pemilihan jajanan yang aman dan bergizi. Namun, beberapa responden mengalami kurangnya dukungan teman sebaya, yang dapat disebabkan oleh rendahnya kesadaran akan pentingnya makanan sehat, pengaruh lingkungan yang mendukung konsumsi jajanan kurang sehat, atau minimnya interaksi positif dalam kelompok pertemanan. Anak cenderung memilih jajanan yang sama dengan teman-temannya, terutama saat jam istirahat, karena ajakan bersama menciptakan rasa kebersamaan dan membuat mereka merasa diterima dalam kelompok. Akibatnya, meskipun awalnya tidak berniat membeli jajanan, mereka dapat ikut membeli karena enggan menolak ajakan teman.

Penemuan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Tukiman *et al.* (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 70% siswa (42 orang) dipengaruhi oleh teman sebaya dalam memilih jajanan. Teman memiliki peran signifikan dalam keputusan anak, tidak hanya dalam membeli jajanan tetapi juga dalam kebiasaan membawa bekal ke sekolah. Pengaruh ini menunjukkan bahwa lingkungan pertemanan dapat membentuk pola konsumsi anak, baik dalam memilih jajanan yang sehat maupun yang kurang sehat. Teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap perilaku jajan anak, karena mereka menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman dibandingkan dengan keluarga. Selain itu, teman sebaya dapat memengaruhi perilaku jajan baik secara positif maupun negatif, termasuk dalam menentukan pilihan jenis makanan. Anak-anak cenderung menerima atau menolak makanan berdasarkan rekomendasi dari teman-temannya (Widianingtyas & Dinda, 2022).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SD Negeri 93 Kendari memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang perilaku jajan serta menunjukkan sikap dan

persepsi yang positif. Sebagian besar siswa menilai bahwa sarana dan prasarana di sekolah sudah memadai untuk mendukung kebiasaan jajan yang sehat. Selain itu, dukungan teman sebaya dalam memilih jajanan yang baik juga dirasakan oleh sebagian besar siswa, yang semakin memperkuat pola konsumsi jajanan yang lebih sehat di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., et al. (2020). Pengaruh permainan ular tangga modifikasi terhadap pengetahuan siswa tentang jajanan sehat. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 31–36.
- Afifah, I. (2023). Peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa/i sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2(1), 1–7.
- Akbar, H., et al. (2021). Hubungan pengetahuan dengan sikap orang tua dalam memilih jajanan sehat pada siswa di SDN 1 Upai Kecamatan Kotamobagu Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4, 164–171.
- Ariani, I. (2022). *Perilaku anak dalam memilih makanan jajanan di sekolah* [Skripsi]. 5–24.
- Arifudin, A. I., & Musfirah. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku memilih makanan jajanan di Mi Asy-Syafi'iyah 02 Jatibarang Brebes. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 4(1), 10–19.
- Arwati, S., & Asih, R. Y. (2024). Peningkatan pengetahuan siswa SMA Muhammadiyah Bontomarannu Kabupaten Gowa melalui edukasi keamanan pangan jajanan anak sekolah (PJAS) dan *food preparation* dalam menyiapkan bekal ke sekolah. 5(3), 782–789.
- Citrawati, A. P., et al. (2020). *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku anak usia sekolah dalam pemilihan makanan jajanan (Studi dilakukan di SDN 2 Bhuangiri Kabupaten Karangasem Bali)*. STIKes Wira Medika Bali.
- Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Tahun 2020*.
- Fauziyah, A. N., et al. (2022). Pengaruh antara pengetahuan dan sikap gizi siswa dengan pola konsumsi jajan siswa di SD Negeri 08 Brebes. *Food Science and Culinary Education Journal*, 11(1), 22–30.
- Fitriani, et al. (2022). Penyuluhan tentang pentingnya memilih jajanan sehat terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar Negeri 04 Tengguli. *Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 26–30. <https://doi.org/10.47767/hippocampus.v1i1.349>
- Iklima, N. (2019). Gambaran pemilihan makanan jajanan pada anak usia sekolah dasar. *Klimaneutralität – Hessen 5 Jahre Weiter*, 5(1), 33–38. https://doi.org/10.1007/978-3-658-20606-2_2
- Kemenkes. (2011). *Hati-hati jangan jajan sembarangan*. Kemenkes Ditjen Kesmas. Retrieved September 17, 2024, from <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/021416-hati-hati-jangan-jajan-sembarangan#>
- Pramuswari, S. Y., et al. (2021). Gambaran perilaku memilih jajanan aman pada siswa SD Negeri 69 Kendari. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Universitas Halu Oleo*, 1(2), 60–66. <https://doi.org/10.37887/jkl-uh-o.v1i2.16590>
- Widianingtyas, S. I., & Dinda, Y. (2022). Pengaruh teman sebaya dengan perilaku jajan pada anak usia sekolah. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v8i1.211>
- Wulandari, S., et al. (2022). Perancangan e-booklet tentang pangan jajanan anak sekolah (PJAS) berbahaya untuk siswa SD. *Ars: Jurnal Seni Rupa Dan Desain*, 25(1), 71–78. <https://doi.org/10.24821/ars.v25i1.6423>