

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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 anak 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 (Februhartanty 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 jajanan 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.

Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan penelitian ini dengan judul **“Hubungan Pengetahuan Siswa Tentang Makanan Yang Sehat Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Siswa SMP Negeri 3 Air Putih”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat di SMP Negeri 3 Air Putih?

2. Bagaimana pemilihan makanan jajanan siswa di SMP Negeri 3 Air Putih ?
3. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan siswa di SMP Negeri 3 Air Putih ?
4. Seberapa besar pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat di SMP Negeri 3 Air Putih?
5. Bagaimana hubungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan jajanan siswa di SMP Negeri 3 Air Putih ?

C. Pembatasan Masalah

Sehubungan dengan luasnya cakupan masalah yang berkaitan dengan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa diatas, serta terbatasnya kemampuan dari peneliti sendiri, maka ditetapkan batasan masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dibatasi pada konsep makanan yang sehat, syarat makanan yang sehat, ciri-ciri makanan yang sehat, ciri-ciri makanan yang segar, ciri-ciri makanan yang bersih, dan ciri-ciri makanan yang aman.
2. Pemilihan makanan jajanan dibatasi pada frekuensi makanan jajanan, jenis makanan jajanan, dan memilih makanan jajanan.
3. Penelitian hanya terbatas pada siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Air Putih.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, penelitian ini dilakukan dengan perumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat di SMP Negeri 3 Air Putih ?
2. Bagaimana pemilihan makanan jajanan siswa SMP Negeri 3 Air Putih ?
3. Bagaimana hubungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa SMP Negeri 3 Air Putih ?

E. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan perumusan masalah, maka tujuan diadakannya penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat di SMP Negeri 3 Air Putih.
2. Untuk mengetahui pemilihan makanan jajanan siswa di SMP Negeri 3 Air Putih.
3. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan siswa tentang makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa SMP Negeri 3 Air Putih.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada para pembaca bagaimana pentingnya pengetahuan makanan yang sehat bagi tubuh. Memberikan masukan kepada pembaca mengenai pengetahuan makanan yang sehat dengan pemilihan makanan jajanan siswa. Menambah pengetahuan dan pemahaman penulis tentang pelaksanaan penelitian ilmiah dan penulisan karya ilmiah. Sebagai bahan masukan maupun bekal bagi peneliti yang kelak akan terjun sebagai guru khususnya pada bidang keahlian boga.