

Tgl Menerima : 16-6-10  
Beli / Sumbangan :  
Nomor Induk : 1638/10  
Klasifikasi :



**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI  
SEIMBANG DENGAN PEMILIHAN JAJANAN PADA ANAK USIA  
SEKOLAH DI RW 07, KELURAHAN MANGGARAI, KECAMATAN  
TEBET, JAKARTA SELATAN**

**LAPORAN PENELITIAN**  
**Diajukan untuk memenuhi tugas akhir**  
**mata ajar Riset Keperawatan**

**Juliana, 0606102612**  
**Khairun Nisa Pratiwi, 0606102650**  
**Maemunah, 0606102695**  
**Nisa Juliani, 0606102801**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**REGULER 2006**  
**DEPOK**  
**MEI 2010**

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS INDONESIA

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Laporan penelitian ini adalah hasil karya kami sendiri,  
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk  
telah kami nyatakan dengan benar

Nama : Juliana Nama : Khairun Nisa P.

NPM : 0606102612 NPM : 0606102650

Tanda Tangan :  Tanda Tangan : 

Tanggal : 17 Mei 2010 Tanggal : 17 Mei 2010

Nama : Maemunah Nama : Nisa Juliani

NPM : 0606102695 NPM : 0606102801

Tanda Tangan :  Tanda Tangan :

Tanggal : 17 Mei 2010 Tanggal : 17 Mei 2010

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Penelitian diajukan oleh :

Nama : Juliana

NPM : 0606102612

Nama : Khairun Nisa Pratiwi

NPM : 0606102650

Nama : Maemunah

NPM : 0606102695

Nama : Nisa Juliani

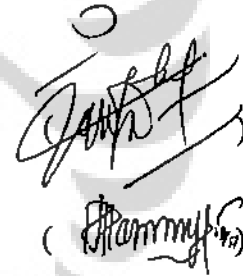
NPM : 0606012801

Judul Laporan Penelitian : Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Pemilihan Jajanan pada Anak Usia Sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan.

**Telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memenuhi tugas akhir mata ajar Riset Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia**

Pembimbing : Etty Rekawati, SKp., MKM

Koordinator : Hanny Handiyani, SKp., M.Kep



Ditetapkan di : Depok

Tanggal : 17 Mei 2010

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, kami dapat menyelesaikan penelitian ini. Penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan Jurusan Ilmu Keperawatan pada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Kami menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan penelitian ini, sangatlah sulit bagi kami untuk menyelesaikan penelitian ini.

Pada kesempatan ini kami bermaksud untuk menyampaikan rasa terimakasih kami atas bantuan yang diberikan selama proses pembuatan laporan penelitian ini. Kami persembahkan rasa terimakasih kami kepada:

- (1) Ibu Dewi Irawaty M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia atas motivasi yang diberikan.
- (2) Ibu Dra. Junaiti Sahar, SKP. M.App Sc., Ph.D., selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia atas motivasi yang diberikan.
- (3) Ibu Hanny Handiyani, SKp., M.Kep., selaku Koordinator mata ajar Riset Keperawatan yang telah memberikan banyak masukan tentang format penulisan yang benar dan membantu kami dalam hal perijinan riset.
- (4) Ibu Astuti Yuni Nursasi, SKp., MN., selaku Ketua KPSS1 yang telah membantu dalam hal perijinan riset.
- (5) Ibu Ety Rekawati, SKp., MKM, selaku Dosen Pembimbing Riset yang telah membimbing dan menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan kami dalam penyusunan penelitian ini.
- (6) Bapak H. Moch. Suwanda, selaku Ketua Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang kami perlukan.
- (7) Keluarga kami tercinta yang telah memberikan dukungan baik material dan moral.

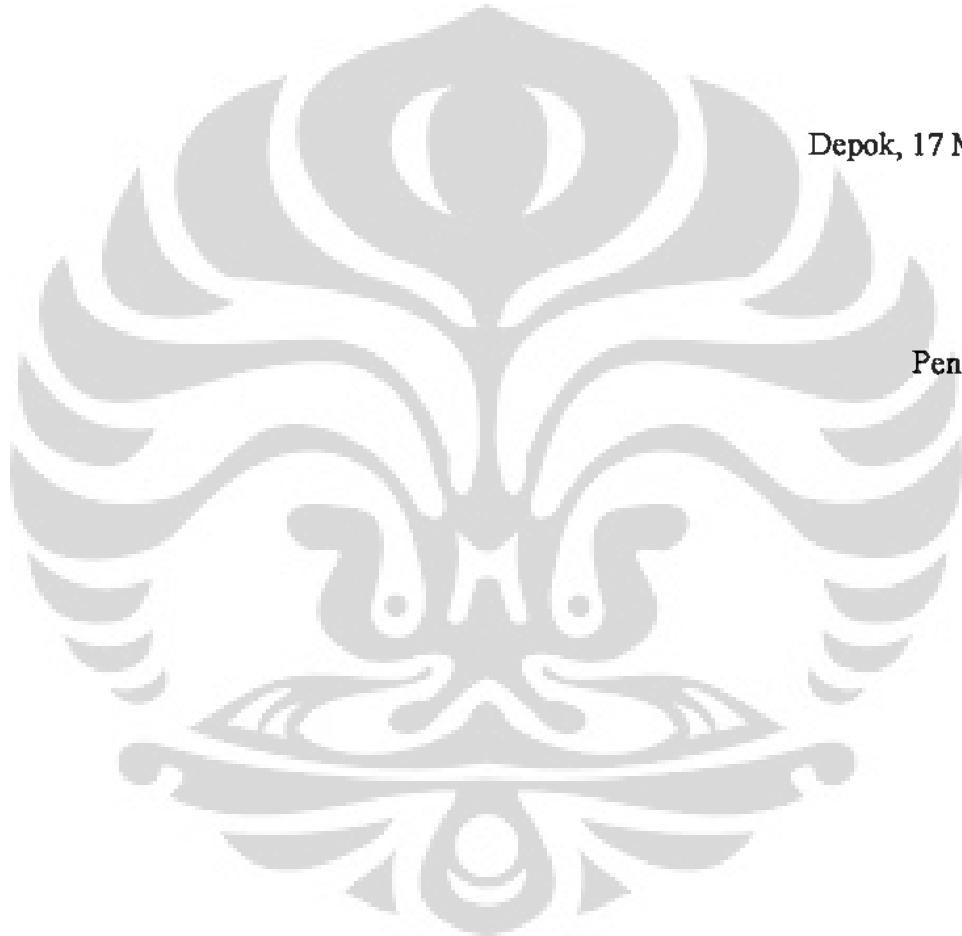
(8) Sahabat kami tersayang (Lilik, Novy, dan Nenny) yang telah banyak membantu kami dalam menyelesaikan penelitian ini.

(9) Teman-teman angkatan 2006 yang selalu solid dan memberikan motivasi dalam pembuatan laporan penelitian kami.

Akhir kata, kami berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga penelitian ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak sehingga laporan penelitian ini dapat diperbaiki lagi.

Depok, 17 Mei 2010

Penulis



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
LAPORAN PENELITIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Juliana

Nama : Khairun Nisa Pratiwi

NPM : 0606102612

NPM : 0606102650

Nama : Maemunah

Nama : Nisa Juliani

NPM : 0606102695

NPM : 0606012801

Program Studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Ilmu Keperawatan

Jenis Karya : Laporan Penelitian

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Pemilihan Jajanan pada Anak Usia Sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada tanggal : 17 Mei 2010

Yang menyatakan

(Juliana)

(Khairun Nisa Pratiwi)

(Maemunah)

(Nisa Juliani)

## ABSTRAK

Nama : Juliana, Khairun Nisa Pratiwi, Maemunah, Nisa Juliani  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Judul : Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dengan Pemilihan Jajanan pada Anak Usia Sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan

Pengetahuan gizi seimbang sangat diperlukan karena dapat membentuk perilaku dalam pemilihan jajanan agar makanan yang dibutuhkan bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah. Penelitian ini menggunakan desain korelasi yang dilakukan dengan teknik *purposive sampling* didapatkan sampel 96 ibu. Hasil penelitian menunjukkan 68% responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi dengan perilaku pemilihan jajanan yang baik. Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan dengan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan ( $\alpha = 0,05$  ;  $P \text{ value} = 0,001$ ).  
Kata kunci: pengetahuan, gizi seimbang, dan jajanan



## ABSTRACT

Name : Juliana, Khairun Nisa Pratiwi, Maemunah, Nisa Juliani  
Study Programme : Nursing Science  
Title : Relationship Mother of Nutrition Knowledge Level  
Balanced with a selection of snacks in Childhood  
Schools in Rw 07, Manggarai, Tebet, South Jakarta

Knowledge of balanced nutrition is very important because it can shape behavior in the selection of snack foods that needed to be beneficial for your health. This study aims to identify the relationship between the level of maternal knowledge about balanced nutrition with the selection of snacks at school age children. This research was conducted using a correlation design with purposive sampling technique, the sample 96 mothers. The results showed 68% of respondents have a high knowledge level with a good snack selection behavior. Based on this study concluded that there was a correlation between level of maternal knowledge about balanced nutrition with the selection of snacks with school age children in Rw 07, Manggarai Village, Tebet District, South Jakarta ( $\alpha = 0.05$ , P value = 0.001).

**Key word:** Knowledge, balanced nutrition, and snacks



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>1. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
<b>2. STUDI KEPUSTAKAAN.....</b>	<b>5</b>
2.1 Teori dan Konsep Terkait.....	5
2.1.1 Pengetahuan tentang Gizi Seimbang.....	5
2.1.2 Perilaku Pemilihan Jajanan.....	18
2.1.3 Skala Likert.....	22
2.2 Penelitian Terkait.....	23
<b>3. KERANGKA KERJA PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
3.1 Kerangka Teori.....	25
3.2 Kerangka Konsep.....	26
3.3 Hipotesis Penelitian.....	27
3.4 Variabel Penelitian.....	28
<b>4. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
4.1 Desain Penelitian.....	31
4.2 Populasi dan Sampel.....	31
4.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
4.4 Etika Penelitian.....	32
4.5 Alat Pengumpulan Data.....	33
4.6 Metode Pengumpulan Data.....	34
4.7 Pengolahan dan Analisis Data.....	34
4.8 Sarana Penelitian.....	36
4.9 Jadwal Penelitian.....	36
<b>5. HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
5.1 Analisis Univariat.....	37
5.1.1 Karakteristik Responden.....	37
5.1.2 Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang.....	40
5.1.3 Perilaku Pemilihan Jajanan.....	41

5.2 Analisis Bivariat.....	43
<b>6. PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
6.1 Interpretasi Hasil Penelitian.....	44
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
<b>7. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>51</b>
7.1 Kesimpulan.....	51
7.2 Saran.....	52
<b>DAFTAR REFERENSI.....</b>	<b>54</b>



## DAFTAR SKEMA

Skema 3.1	Skema Kerangka Teori.....	25
Skema 3.2	Skema Kerangka Konsep.....	26



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Jenis vitamin yang essensial dalam memelihara kesehatan.....	14
Tabel 2.2 Tingkat aktivitas dan jumlah kalori untuk setiap loubes/pound berat badan ideal (BBI).....	16
Tabel 2.3 Pedoman yang digunakan oleh USDA (United State Dietarian Assocation) untuk menghitung jumlah kalori per berat badan menurut jenis kelamin.....	16
Tabel 2.4 Contoh skala likert.....	23
Tabel 3.1 Variabel penelitian dalam bentuk definisi operasional.....	28
Tabel 5.1 Distribusi responden menurut tingkat pengetahuan dan perilaku pemilihan jajanan di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010.....	43

## DAFTAR DIAGRAM

	Halaman
Diagram 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	38
Diagram 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	38
Diagram 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	39
Diagram 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Anak di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	39
Diagram 5.5 Gambaran Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	40
Diagram 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	41
Diagram 5.7 Gambaran Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Pemilihan Jajanan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	42
Diagram 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Pemilihan Jajanan di Rw 07, Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96).....	42

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 4. Kuesioner Penelitian



## 1. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Undang-Undang Dasar (UUD) 1945 menyatakan bahwa kesehatan adalah hak dasar masyarakat Indonesia. Menyadari hal tersebut, mungkin hal itulah yang menjadi salah satu indikasi dibuatnya program "Indonesia Sehat 2010" oleh Departemen Kesehatan (Depkes). Sehat dalam pengertian yang paling luas adalah suatu keadaan yang dinamis dimana individu menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan lingkungan dan eksternal untuk mempertahankan keadaan kesehatannya (Potter & Perry, 2004). Faktor penunjang untuk menjadi sehat adalah gizi atau nutrisi. Namun, permasalahan gizi masih banyak ditemukan dan belum dapat teratasi secara baik.

Permasalahan gizi yang umum terjadi di Indonesia antara lain obesitas, gizi buruk, keracunan, diare, dan lain sebagainya. Permasalahan-permasalahan tersebut terjadi diberbagai tahap tumbuh kembang anak. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) 2007, prevalensi nasional gizi buruk pada anak balita mencapai 5,4 % dan gizi kurang 13 %. Kemudian 13,3 % anak laki-laki dan 10,9 % anak perempuan usia sekolah (6-14 tahun) tergolong kurus berdasarkan perbandingan berat/tinggi badan, serta 13,6 % wanita usia subur (15-45 tahun) mengalami kurang energi kronis (Suara Pembaruan Daily, 2009).

Beberapa tahun terakhir, marak diberitakan tentang digunakannya bahan pengawet dan pewarna berbahaya untuk makanan dan minuman tak terkecuali pada jajanan anak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Suku Dinas Kesehatan Jakarta Barat pada bulan Juni 2009 menunjukkan, uji zat pewarna terhadap 63 sampel memperlihatkan, 51 % mengandung zat pewarna sintetis, bahkan ada tiga survey yang menggunakan rhodamin B.... Selain itu, hasil uji untuk penggunaan bahan pengawet menunjukkan, dari 63 sampel yang diuji, 11 % menggunakan pengawet yang dilarang untuk makanan,

rinciannya tiga survey mengandung formalin dan empat survey menggunakan salisilat (Anonym, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Waturangi, Lay, dan Soska selama tahun 2006 sampai 2007 di 15 Sekolah Dasar di Jakarta menunjukkan minuman jajanan anak telah tercemar oleh bakteri patogen, terutama *Eschericia Coli*, *Vibrio cholerae*, dan *Salmonella typhi* (Wahyuni, 2008). Selain itu, hasil survey Badan Pengawas Obat dan Makanan pada 4500 sekolah di Indonesia selama tahun 2007, membuktikan bahwa 45 % jajanan anak tercemar bahaya pangan mikrobiologis dan kimia. Bahaya utama berasal dari cemaran fisik, mikrobiologi, dan kimia seperti pewarna tekstil. Jenis jajanan berbahaya ini meliputi makanan utama, makanan ringan, dan minuman (Anonym, 2009). Selain itu, dari hasil penelitian yang dilakukan Daryono di Jambi (2003) didapatkan bahwa sebanyak 70,5 % anak memiliki kebiasaan selalu jajan ( $\geq 5x$ /minggu) dan sering jajan sebanyak 29,5 % ( $< 5x$ /minggu).

Data di atas tentu meresahkan banyak pihak terutama jika dilibat dari aspek kesehatan dan tumbuh kembang anak. Anak sekolah merupakan modal dasar pembangunan bangsa dan negara di kemudian hari. Oleh karena itu, perlu dipersiapkan menjadi manusia yang berkualitas baik fisik, mental maupun sosial untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) Indonesia.

Terdapat beberapa penyebab timbulnya kebiasaan jajan pada anak sekolah antara lain kebiasaan anak yang jarang sarapan dan tidak membawa bekal. Pada penelitian yang dilakukan Widiasari (2001) di Pulogadung menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan kebiasaan jajan. Widiasari juga mendapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan membawa bekal dengan kebiasaan jajan.

Hasil penelitian Yuliani (2002) di Cileungsi juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan jajan dan kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi anak. Oleh karena itu, perbaikan gizi bagi anak sekolah harus dilakukan karena umumnya anak belum mampu memilih makanan atau



jajanan yang sehat. Widiyari mengatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi pada anak dengan kebiasaan jajan. Jika hal tersebut tidak segera ditangani, maka anak sekolah tidak akan mendapatkan gizi yang cukup dan hal tersebut tentu akan berdampak terhadap kesehatan dan kualitas SDM Indonesia kelak.

Salah satu upaya tindakan perbaikan gizi adalah dengan konsep pemberdayaan keluarga. Anggota keluarga yang paling berperan mengenai gizi adalah ibu. Oleh karena itu, hendaknya ibu mengerti dan memahami mengenai gizi serta mampu mengatasi permasalahan yang ada. Yuliani mengatakan bahwa terdapat hubungan antara pendidikan ibu dengan status gizi anak. Namun, kenyataannya pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dan pemilihan jajanan untuk anak usia sekolah berbeda-beda. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Kebiasaan jajan makanan yang tidak sehat dimulai sejak usia pra sekolah dan akan meningkat pada usia sekolah. Hal tersebut dikarenakan intensitas anak untuk berinteraksi dengan pedagang jajanan kaki lima di sekolah sangat terbuka pada tahap ini. Pada penelitian yang dilakukan di Bogor telah ditemukan *Salmonella Paratyphi A* di 25%-50% sampel minuman yang dijual di kaki lima. Fokus dari masalah ini adalah peran orangtua terhadap pemilihan jajanan yang sehat pada anak usia sekolah. Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **Tujuan Umum:**

Mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah.

**Tujuan Khusus:**

1. Mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang (pengertian gizi seimbang, manfaat gizi seimbang, dampak jika anak tidak mendapat gizi seimbang, dan cara memilih jajanan yang sehat)
2. Mengidentifikasi perilaku pemilihan jajanan ibu untuk anak
3. Mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan untuk anak

**1.4 Manfaat Penelitian**

Secara teoritis, hasil penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dan pemilihan jajanan yang baik untuk anak usia sekolah. Secara praktisi, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi institusi keperawatan, khususnya perawat yang bekerja di komunitas dalam memberikan asuhan keperawatan terkait masalah pemenuhan gizi seimbang dan pemilihan jajanan yang sehat untuk anak. Selain itu, juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya.

Secara praktisi, hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai masukan bagi pemerintah daerah dan dinas terkait dalam menyikapi masalah pengetahuan keluarga terutama ibu tentang gizi seimbang. Tidak hanya itu, penelitian ini tentu dapat menjadi masukan bagi keluarga tentang pentingnya pengetahuan mengenai gizi seimbang agar dapat memilih jajanan yang sehat untuk anak-anak terutama anak usia sekolah. Secara metodologis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai ilmu pengetahuan dan informasi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

## 2. STUDI KEPUSTAKAAN

### 2.1 Teori dan Konsep Terkait

#### 2.1.1 Pengetahuan tentang Gizi Seimbang

##### a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui, kepandaian atau segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal (KBBI, 2002). Sementara Notoatmojo, 2003 berpendapat bahwa pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Namun, sebagian besar pengetahuan yang diperoleh manusia melalui mata dan telinga. Von Krogh, Ichiyo, serta Nonaka (2000) dikutip dari Setiarso (2006) berpendapat bahwa pengetahuan merupakan *justified true believe*. Seorang individu membenarkan (*justifies*) kebenaran atas kepercayaannya berdasarkan observasinya mengenai dunia. Jadi dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui baik melalui penginderaan terhadap suatu objek maupun kebenaran atas kepercayaan berdasarkan persepsi pribadi.

Setiap individu memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda akan suatu objek. Umumnya, masyarakat membagi tingkat pengetahuan seseorang menjadi dua golongan yaitu tinggi dan rendah. Seseorang dikatakan memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi jika mengerti atau memahami secara jelas akan suatu objek sedangkan disebut berpengetahuan rendah bila ilmu yang dipahami hanya sebagian kecil saja.

Notoatmodjo mengatakan bahwa terdapat enam tingkat pengetahuan atau kognitif manusia, yaitu:

### 1) Tahu (*know*)

Tingkat ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah karena individu hanya sekedar tahu akan suatu objek. Pada tingkat ini individu dapat menyebutkan ataupun mengingat kembali (*recall*) materi sebelumnya tapi individu tersebut belum dapat memahami, mengaplikasikan, dan mensistesis hal yang ia ingat, sebut, atau tahu. Contoh: hanya dapat menyebutkan unsur-unsur gizi seimbang. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

### 2) Memahami (*comprehension*)

Individu dikatakan paham apabila tidak hanya memiliki suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui tapi juga dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Contoh: seseorang tidak hanya dapat menyebutkan unsur-unsur gizi seimbang tapi juga dapat menjelaskan mengapa unsur-unsur tersebut harus terdapat dalam makanan. Seseorang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya.

### 3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi nyata (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain. Contoh: dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan hasil penelitian.

### 4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kata kerja yang dapat digunakan untuk

mengetahui bahwa seseorang memiliki kemampuan analisis antara lain: dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

#### 5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Jadi dapat disimpulkan bahwa sintesis ini merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi yang baru berdasarkan formulasi yang sudah ada. Misalnya: dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada. Contoh: terbentuk teori baru dan teori tersebut merujuk atau berdasarkan teori yang sudah ada sebelumnya.

#### 6) Evaluasi (*Evaluation*)

Tingkat pengetahuan ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian tersebut dapat menggunakan kriteria yang sudah ada ataupun kriteria yang ditentukan sendiri. Tingkat ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling tinggi. Contoh: dapat membandingkan antara halita yang cukup gizi dengan balita yang kekurangan gizi.

Tingkat pengetahuan setiap individu berbeda karena dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti minat dan pengalaman pribadi sedangkan faktor eksternal seperti informasi yang didapat. Berikut adalah faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, yaitu:

### 1) Umur

Umumnya seseorang yang berumur lebih tua akan lebih tinggi tingkat pengetahuannya terhadap suatu hal. Hal tersebut dapat dikarenakan pengalaman yang dimiliki. Namun, umur juga dapat menjadi faktor terhadap rendahnya pengetahuan individu terhadap sesuatu yang baru dipelajari akibat penurunan fungsi fisiologis tubuh.

### 2) Intelegensi

Intelegensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang dalam proses belajar dan akhirnya berpengaruh terhadap daya tangkap individu tersebut terhadap suatu hal. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki intelegensi atau IQ yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi.

### 3) Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena lingkungan memiliki pengaruh yang besar terhadap cara berfikir seseorang.

### 4) Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu tempat untuk menuntut ilmu. Pendidikan digolongkan menjadi pendidikan formal dan informal. Keduanya memiliki tujuan yang sama yaitu meningkatkan pengetahuan individu/murid terhadap suatu materi. Oleh karena itu, umumnya semakin tinggi jenjang pendidikan yang dapat dilalui maka akan semakin tinggi pula pengetahuan yang dimiliki individu. Misalnya, seorang profesor keperawatan tentu memiliki pengetahuan lebih tinggi dibanding lulusan S1 Keperawatan.

### 5) Informasi

Banyak cara yang dapat digunakan individu untuk memperoleh ilmu pengetahuan. Salah satu cara yang paling

mudah adalah dengan penggunaan media informasi seperti media cetak dan elektronik. Seseorang yang sering mendapatkan informasi dari berbagai sumber dengan berbagai cara tentu akan berbeda pengetahuannya jika dibandingkan dengan orang yang mendapat informasi hanya dengan satu cara atau dari satu sumber. Walaupun individu memiliki pendidikan yang rendah tapi apabila ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai sumber maka hal tersebut akan dapat meningkatkan pengetahuannya.

#### 6) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi sebuah sumber pengetahuan. Pengalaman juga dapat dijadikan cara untuk memperoleh kebenaran akan pengetahuan. Oleh karena itu, individu dapat meningkatkan pengetahuannya dengan belajar dari pengalaman pribadi ataupun orang lain. Pengalaman tersebut dapat digunakan untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi saat ini atau di masa mendatang.

#### 7) Minat

Individu cenderung akan mencari pengetahuan yang lebih tentang hal yang ia minati. Oleh karena itu, tentu akan berbeda tingkat pengetahuan antara individu yang senang akan suatu hal dengan yang tidak. Misalnya, seseorang yang senang dengan sepak bola tentu akan memiliki pengetahuan lebih tinggi jika dibandingkan dengan seseorang yang tidak senang sepak bola atau memiliki minat yang rendah.

### **b. Gizi Seimbang**

Gizi adalah zat makanan pokok yang diperlukan bagi pertumbuhan dan kesehatan badan (KBBI, 2002). Gizi adalah makanan yang bermanfaat untuk kesehatan (Depkes, 2003). Menurut KBBI yang dimaksud dengan seimbang adalah sama berat, sebanding, dan setimpal. Jadi dapat disimpulkan bahwa gizi

seimbang adalah gizi yang didapat dari berbagai jenis makanan, yang dibutuhkan dan bermanfaat untuk tubuh manusia dengan komposisi yang seimbang atau tidak lebih dan tidak kurang. Manfaat gizi seimbang antara lain:

1) Meningkatkan daya tahan tubuh

Nutrisi yang baik akan mendukung proses pertumbuhan anak setiap hari, agar tahan terhadap penyakit di masa tumbuh kembang. Pemenuhan nutrisi anak sangat penting karena gizi yang baik akan mengurangi resiko anak terkena penyakit. Meskipun ada infeksi kuman atau virus, dengan daya tahan tubuh yang bagus, anak tidak akan mudah sakit, sehingga tidak mengganggu proses tumbuh kembang (Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan RI, 2006)

2) Meningkatkan kecerdasan

Menurut Ummu Kautsar (2009), nutrisi otak sebenarnya sudah terdapat pada asupan makanan empat sehat lima sempurna yang kita berikan kepada anak setiap hari. Makanan untuk otak sama dengan makanan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Itu karena pertumbuhan fisik dan volume otak tak dapat dipisahkan dari pertumbuhan dan perkembangan tubuh seorang anak. Hanya saja, di dalam gizi seimbang empat sehat lima sempurna, ada beberapa zat gizi (nutrien) yang fungsinya secara spesifik dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan otak anak. Berikut ini macam-macam zat gizi yang dibutuhkan oleh otak:

- a. Asam folat berperan penting dalam pembentukan otak bayi sejak awal kehamilan. Setelah bayi lahir, asam folat tetap dibutuhkan untuk pembentukan selubung saraf otak agar otak berkembang optimal. Sumber asam folat terdapat pada hati ayam, kacang kedelai, bayam, kembang kol, brokoli, daging, gandum, telur, susu, dan keju.



- b. Tyrosine dan Tryptophan berperan untuk menghasilkan *neurotransmitter* yang berfungsi menyerap pesan dan mengolahnya sehingga pesan dapat disampaikan lebih optimal. Terdapat pada telur, kacang-kacangan dan susu yang difortifikasi dengan kandungan ini.
- c. Kolin, penting sebagai komposisi utama membran sel normal serta menjaga keutuhan membran sel dalam proses-proses biologi, seperti aliran/rangsangan informasi, komunikasi intrasel, dan bioenergi. Selain itu, kolin juga dapat membantu fungsi normal otak melalui pembentukan *neurotransmitter* asetilkolin, yaitu bentuk senyawa kolin yang sangat berperan pada fungsi otak.

Untuk mengetahui manfaat gizi seimbang secara jelas dapat dilihat dari setiap manfaat unsur-unsur gizi. Terdapat lima kelompok zat gizi esensial selain air yang diperlukan oleh tubuh manusia (Nurachmah, 2001), yaitu:

#### 1) Karbohidrat

Karbohidrat merupakan sumber energi utama manusia (Beck, 2000). Karbohidrat dapat digolongkan menjadi karbohidrat sederhana dan karbohidrat kompleks. Kelompok karbohidrat sederhana yaitu monosakarida dan disakarida sedangkan yang termasuk karbohidrat kompleks adalah polisakarida. Monosakarida terdapat dalam madu, buah-buahan, dan beberapa jenis dari sayur-sayuran, beberapa tumbuh-tumbuhan, dan susu. Disakarida terdapat dalam "sugar beet" (sejenis umbi penghasil gula), tebu, dari buah-buahan, sayur-sayuran, susu, dan lain-lain. Polisakarida terdapat pada padi, akar-akaran, ubi-ubian, biji-bijian, kulit biji-bijian, dan sayur-sayuran berserat.

Berdasarkan penjelasan di atas diketahui bahwa karbohidrat memiliki banyak golongan tapi manfaatnya terhadap tubuh

secara umum sama. Manfaat karbohidrat antara lain sebagai penghasil energi yang cepat dan menghasilkan serat agar proses eliminasi pencernaan dan fungsi-fungsi intestinal bekerja normal. Karbohidrat juga diperlukan manusia sebagai bahan pembentuk berbagai senyawa tubuh, bahan pembentuk asam amino esensial, metabolisme normal lemak, menghemat protein, meningkatkan pertumbuhan bakteri usus, mempertahankan gerak usus (terutama serat), meningkatkan konsumsi protein, mineral, dan vitamin B.

## 2) Lemak

Lemak merupakan sumber energi yang dipadatkan (Beck, 2000). Lemak terbagi menjadi tiga golongan berdasarkan kemudahan proses pencernaan, yaitu lemak yang mengandung asam lemak tak jenuh ganda yang paling mudah dicerna, lemak yang mengandung asam lemak tak jenuh tunggal yang mudah dicerna, dan lemak yang mengandung asam lemak jenuh yang sulit dicerna.

Berdasarkan sumbernya lemak dapat dibedakan menjadi dua yaitu lemak nabati dan lemak hewani. Secara umum lemak nabati lebih banyak mengandung asam lemak tak jenuh ganda maupun tunggal, kecuali lemak yang berasal dari kelapa. Sementara lemak hewani umumnya banyak mengandung lemak jenuh. Oleh karena itu, konsumsi lemak harus dibatasi terutama makanan yang mengandung asam lemak jenuh dan mengandung kolesterol tinggi.

Namun, harus dipastikan pula kalau tubuh tidak kekurangan lemak karena lemak memiliki banyak manfaat bagi tubuh kita. Manfaat lemak antara lain sebagai sumber cadangan energi tubuh, berperan penting dalam mempertahankan fungsi struktur jaringan tubuh khususnya jaringan-jaringan syaraf. Lemak juga berfungsi sebagai pelindung terhadap luka mekanik dan sebagai bahan untuk mempertebal lapisan disekitar organ-organ vital

sehingga jantung, ginjal, payudara, usus terlindung dari benturan atau trauma fisik.

Selain itu, lemak di bawah kulit menjaga keseimbangan tubuh karena melindungi tubuh dari suhu dingin dan menyimpan panas. Lemak juga membantu proses defekasi karena lemak meminyaki saluran intestinal. Lemak membuat makanan menjadi lebih menarik dan enak serta dapat mencegah lapar karena berada dalam perut lebih lama. Fungsi lemak yang juga tak kalah penting adalah membantu melarutkan vitamin A, D, E, dan K.

### 3) Protein

Protein adalah fondasi sel pada manusia dan merupakan zat pembangun jaringan tubuh. Protein memiliki enam fungsi (Hui, 1985 hal. 58 dikutip dari Nurachmah, 2001). Pertama, menjaga proses fisiologis tubuh karena protein merupakan bahan baku pembentuk hormon, protein plasma, antibodi, dan kromosom. Contoh, hormon insulin penting dalam mengontrol fisiologi penggunaan glukosa.

Kedua, berperan dalam perkembangan tubuh yaitu penting bagi pertumbuhan, pemulihan, dan memelihara struktur tubuh. Ketiga, berperan dalam metabolisme tubuh karena protein sebagai enzim mempercepat dan terlibat aktif dalam reaksi biologis dan kimiawi dalam tubuh. Keempat, memelihara keseimbangan cairan dan asam basa. Kelima, sebagai sumber energi dan yang keenam protein berperan sebagai detoksikasi atau penawar racun.

### 4) Vitamin

Vitamin berbeda dengan senyawa lain (karbohidrat, protein, dan lemak) karena vitamin dibutuhkan hanya dalam jumlah kecil meskipun fungsinya sangat esensial.

Berdasarkan daya larutnya, vitamin dikategorikan menjadi dua jenis yaitu vitamin yang larut dalam air dan vitamin yang larut dalam lemak. Vitamin yang larut dalam air antara lain vitamin C, B1, B2 dan B6, niasin, asam folat, vitamin B16, asam

pantotenik, dan biotin. Sementara vitamin yang larut dalam lemak adalah vitamin A, D, E, dan vitamin K. Kebutuhan vitamin per orang per hari tergantung dari golongan umur. Berikut adalah tabel yang menjelaskan mengenai vitamin.

Tabel 2.1 Jenis vitamin yang essential dalam memelihara kesehatan.

Vitamin	Sumber dari makanan	Fungsi dalam tubuh	Akibat defisiensi
A	Hati, wortel, labu, kentang manis.	Penting untuk penglihatan malam hari dan integritas kornea serta penting bagi pertumbuhan.	Xerophthalmia dan kebutaan.
D	Kuning telur, margarine, ikan salmon.	Mengatur penyerapan kalsium dan fosfat bagi pertumbuhan tulang.	Ricketsia (deformitas tulang).
E	Margarine, minyak jagung, kacang tanah.	Sebagai antioksidan dalam melindungi sel darah merah dari kerusakan oksigen.	Anemia berat karena kerusakan sel darah merah.
K	Cabe, bayam, daging babi.	Membantu pembekuan darah (pembentukan protrombin).	Perdarahan.
Vitamin	Sumber dari makanan	Fungsi dalam tubuh	Akibat defisiensi
B1 (Thiamin)	Ragi dan daging babi.	Penting untuk penggunaan glukosa di dalam sel.	Beri-beri.
B2 (Riboflavin)	Gandum, daging sapi, daging ayam, hati, alpukat, telur.	Pemecahan asam lemak dan asam amino untuk energi.	Lidah bengkak dan kemerahan, inflamasi pada mata.
B6 (Piridoksin)	Hati, ikan salmon.	Metabolisme asam amino dan glukosa.	Neuritis, depresi, mual dan muntah.
Vitamin C	Buah segar, strawberry, tomat.	Pembentukan struktur kolagen.	Scurvy.

Sumber: Pillitteri adele 1992: maternal and Child Health Nursing, hal 999 dalam Nurachmah, 2001.

## 5) Mineral

Unsur-unsur mineral terdapat di dalam jaringan tulang, gigi, dan protein. Mineral merupakan unsur esensial bagi fungsi normal sebagian enzim dan sangat penting dalam pengendalian komposisi cairan tubuh (Beck, 2000). Selain itu, mineral berperan penting untuk pembentukan sel-sel baru sehingga sangat diperlukan bagi pertumbuhan bayi dan balita.

Mineral diklasifikasikan menjadi dua berdasarkan jumlah yang diperlukan tubuh setiap hari yaitu "macronutrient" dan "micronutrient". Macronutrient atau mineral utama adalah mineral yang diperlukan tubuh lebih dari 100 mg setiap hari. Sementara, micronutrient atau mineral minor adalah mineral yang diperlukan tubuh kurang dari 100 mg setiap hari.

Jenis mineral yang termasuk ke dalam mineral "macronutrient" adalah kalsium, fosfat, natrium, klorin, kalium, sulfur, dan magnesium. Sementara itu, mineral yang termasuk ke dalam mineral "micronutrient" adalah iodium dan zat besi. Kedua jenis mineral tersebut terdapat pada sayuran dan buah-buahan.

Kebutuhan gizi setiap individu berbeda dan hal tersebut dipengaruhi oleh usia, berat badan, jenis kelamin, aktivitas, dan lain-lain. Terdapat tiga cara untuk menghitung kebutuhan nutrisi seseorang (Dudek, 1987 hal. 130 dikutip dari Nurachmah, 2001):

Cara pertama:

Bagi anak-anak (di bawah usia 12 tahun):

Umumnya memerlukan 1000 kalori ditambah  $100 \times$  usia anak.

Sebagai contoh, seorang anak usia 8 tahun mempunyai kebutuhan kalori sebesar  $1000 + (100 \times 8) = 1800$  kalori

Cara kedua:

Tabel 2.2 Tingkat aktivitas dan jumlah kalori untuk setiap lounbes/pound dari berat badan ideal (BBI)

Aktifitas	Kalori / lb dari BBI
Tetap	11 - 12
Ringan	13 - 14
Sedang	15 - 16
Berat	17 - 18

Cara ketiga:

Tabel 2.3 Pedoman yang digunakan oleh USDA (United State Dietarian Association) untuk menghitung jumlah kalori per berat badan menurut jenis kelamin.

Aktifitas	Kalori / lb dari BB	
	Laki-laki	Perempuan
Tetap	16	14
Sedang	21	18
Berat	28	22

Apabila kebutuhan gizi yang seimbang tidak terpenuhi, maka hal tersebut dapat menimbulkan dampak bagi anak. Dampak dari pemenuhan gizi yang tidak seimbang digolongkan menjadi dua, yaitu dampak apabila komposisi gizi kurang dan dampak apabila komposisi gizi berlebih. Apabila anak kekurangan salah satu unsur zat gizi, maka secara umum dampak yang terlihat adalah:

- a) Daya tahan tubuh menurun sehingga anak mudah terserang penyakit
- b) Konsentrasi belajar menurun
- c) Berat badan di bawah standar normal
- d) Pertumbuhan di bawah anak normal
- e) Jika kekurangan gizi tersebut tidak ditangani dengan baik akan timbul penyakit kekurangan gizi, seperti marasmus, kwashiorkor, marasmic-kwashiorkor, gondok, dan lain-lain.

Sementara dampak yang timbul akibat kelebihan gizi umumnya adalah obesitas atau overweight. Seseorang atau anak yang mengalami kondisi tersebut memiliki resiko secara fisik dan psikis. Resiko secara fisik seperti penyempitan pembuluh darah dan dapat berakhir dengan serangan jantung sedangkan secara psikis dapat membuat diri menjadi minder dan susah bergaul.

Berdasarkan penjelasan di atas, diperlukan pengetahuan untuk memilih jajanan yang sehat. Berikut adalah cara memilih jajanan yang sehat:

- a) Jajanan dijajakan di tempat yang bersih, misalnya tidak dekat dengan tempat pembuangan sampah, asap kendaraan, tempat pembuangan limbah, dan lain sebagainya.
- b) Penampilan pedagang bersih dan mencuci tangan sebelum mengolah dan menyajikan jajanan
- c) Pastikan jajanan tidak kadaluarsa
- d) Bebas dari lalat atau serangga dan kemasan jajanan tidak rusak
- e) Tampilan fisik jajanan masih baik, artinya jajanan tersebut tidak berjamur, tidak berulat, kemasan tidak rusak, warna makanan tidak berubah
- f) Pastikan jajanan tidak berbau, tidak basi, tidak berlendir, dan rasa tidak berubah
- g) Jajanan tidak berwarna ngejreng atau mencolok
- h) Pilih jajanan yang tidak menggunakan saus yang belum terjamin kesehatannya dan tidak menggunakan vetsin atau MSG yang berlebihan
- i) Jajanan disajikan dalam tempat atau kemasan yang aman, misalnya tidak menggunakan steroform
- j) Pastikan jajanan tersebut halal untuk dikonsumsi

## 2.1.2 Perilaku Pemilihan Jajanan

### a. Teori Perilaku

Perilaku adalah segala sesuatu yang dapat diobservasi bukan sebuah kesimpulan atau interpretasi dari observasi. Perilaku juga merupakan sebuah tindakan, pergerakan atau respon yang dapat diukur dan dicatat (Stuart, 2005). Perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu aktivitas dari pada manusia itu sendiri (Notatmodjo, 2003). Beberapa tokoh yang mengemukakan teori perilaku menurut Beck, et al (1984), diantaranya:

#### 1) B. F. Skinner

Teori ini mengutamakan *reward* dan *punishment* dalam pembentukan dan modifikasi perilaku seseorang. Skinner berfikir bahwa perilaku manusia dapat dikontrol dengan *reward* dan *punishment*, dan semua perilaku mempunyai konsekuensi yang spesifik (Fontaine, 2003). Dengan demikian *reward* cenderung menguatkan perilaku yang diinginkan agar dilanjutkan, sedangkan *punishment* cenderung menurunkan perilaku yang tidak diinginkan (Beck, et al, 1984).

#### 2) John Dollard dan Neal Miller

Sama seperti Skinner, Dollard dan Miller juga menekankan pada *reinforcement* dan *reward* sebagai bahan yang penting untuk membentuk respon stimulus yang baru. Dalam teori Dollard dan Miller ada empat konsep yang berhubungan dengan proses belajar, yaitu rangsangan, isyarat, *response* dan *reinforcement* (Beck, et al, 1984). Rangsangan merupakan stimulus yang cukup kuat untuk mendorong seseorang dalam beraktivitas. Isyarat adalah stimulus yang menentukan kealamian dari respon seseorang. Sedangkan *reinforcement* menghubungkan dengan kuat antara pemberian respon dan



isyarat serta pengulangan dari respon. Ketika respon tidak dikuatkan maka perilaku akan menghilang.

Berdasarkan teori tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah suatu tindakan dipengaruhi oleh konsekuensi dan rangsangan lingkungan. Perilaku yang memiliki konsekuensi positif akan menjadi lebih kuat dan kemungkinan akan diulang. Sebaliknya, perilaku yang mengakibatkan konsekuensi negatif akan menjadi lemah. Biasanya yang sering digunakan untuk meningkatkan perilaku adalah dengan penguatan positif atau rangsangan bermanfaat. Salah satu teknik yang dapat menurunkan perilaku adalah dengan hukuman.

Menurut Kwick dalam Notoatmodjo (2003) proses pembentukan atau perubahan perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dibedakan menjadi dua, yakni intern dan ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar. Sementara faktor ekstern meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik seperti iklim, manusia, sosial, ekonomi, dan kebudayaan.

Perilaku makan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan. Kebiasaan makan merupakan sebagai cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi, dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup (den Hertog dan van Staveren, 1983) dalam Devi, 2004.

Perilaku konsumsi makan seperti perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan, cara pandang, dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Jika ditelusuri lebih lanjut, sistem nilai tindakan itu dipengaruhi oleh pengalaman pada masa lalu berkaitan dengan informasi tentang makanan dan gizi yang pernah

diterimanya dari berbagai sumber. Di sisi lain, perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi. Wawasan ini berkaitan erat dengan pengetahuan dan sikap-sikap mental, baik berasal dari proses sosialisasi dalam sistem sosial keluarga maupun melalui proses pendidikan (Devi, 2004)

Pendidikan gizi sangat diperlukan dalam perubahan mengkonsumsi makanan karena dapat membentuk sikap mental dan perilaku positif terhadap gizi. Menurut Mead dalam Ritchie (1973), kebiasaan mengkonsumsi makan seseorang atau sekelompok masyarakat itu tidak dapat diubah melainkan bisa berubah. Perubahan kebiasaan mengkonsumsi makan sangat dipengaruhi oleh tiga hal, yaitu perubahan lingkungan, penerimaan/penolakan individu terhadap makanan, dan perubahan makanan itu sendiri.

#### **b. Jajanan**

Jajanan adalah panganan yang dimakan di luar waktu makan atau panganan yang dijajakan di luar rumah (Anonym, 2009). Sebagian besar masyarakat ada juga yang menyebut jajanan sebagai makanan kecil atau kudapan. Berdasarkan definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa jajanan merupakan makanan yang berasal dari penjual makanan yang dapat langsung dimakan baik yang diolah oleh penjual itu sendiri atau orang lain dan biasanya dimakan di luar waktu makan.

Terdapat berbagai macam jajanan yang sering dimakan oleh anak antara lain jajanan yang harus diolah terlebih dahulu dan jajanan yang langsung dapat dimakan (Judarwanto, 2009). Jajanan yang dapat langsung dimakan antara lain ice cream, coklat, chiki, permen, minuman berbagai rasa, roti, biscuit, dan lain sebagainya. Sementara jajanan yang harus diolah terlebih dahulu antara lain bakso, mie goreng, burger, Cireng, cilok, cimol, batagor, somay, otak-otak, dan lain sebagainya.

Umumnya anak usia sekolah lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah. Aktivitas sekolah yang padat membuat kebutuhan anak akan makanan dan nutrisi meningkat. Oleh karena itu, sebagian besar anak memiliki kebiasaan jajan. Jajanan akan membantu anak memenuhi kebutuhan nutrisi di sela-sela waktu makan. Jajanan juga membantu anak untuk mengenal berbagai jenis makanan dan membuat anak memakan aneka ragam makanan (Potter & Perry, 2004). Namun, yang perlu menjadi perhatian adalah pemilihan jajanan anak. Beberapa tahun belakangan, marak diberitakan mengenai digunakannya zat-zat berbahaya di dalam jajanan anak. Jika anak memakan jajanan tersebut bukan kebutuhan nutrisi anak yang terpenuhi justru dampak negatif yang akan terlihat seperti terserang berbagai penyakit.

Penyakit yang ditimbulkan oleh pangan berkaitan dengan gangguan pencernaan (*gastroenteritis*) dengan gejala sakit perut, diare, demam, sakit kepala, mual, dan muntah-muntah. Tipus, kolera, disentri, dan basiler merupakan penyakit yang ditimbulkan oleh pangan yang terkontaminasi. Selain itu, banyaknya penggunaan bahan tambahan makanan (BTM) atau karena pengolahan yang salah dapat menyebabkan penyakit kanker, tumor, dan gangguan saraf (Ali dkk, 2004).

Tubuh manusia memerlukan makanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi. Makanan atau pangan yang sehat dan aman adalah makanan yang tidak mengandung bahan-bahan yang dapat menimbulkan penyakit atau keracunan. Terdapat tiga syarat jajanan sehat (Anonym, 2008). Pertama, aman dari bahaya fisik. Bahaya fisik dapat berupa benda asing yang masuk ke dalam makanan seperti stapler, batu/kerikil, rambut, kaca, dan lain sebagainya.

Kedua, aman dari bahaya kimia. Bahan kimia dapat berupa cemaran bahan kimia yang masuk ke dalam makanan atau karena racun yang sudah terkandung di dalam bahan makanan seperti cairan pembersih, pestisida, cat, jamur beracun, singkong racun,

jengkol, dan lain sebagainya. Jajanan yang sehat juga harus tidak mengandung zat-zat terlarang untuk makanan seperti zat pewarna yang dilarang, zat pengawet dan zat pemanis. Zat pewarna yang dilarang antara lain *auramine*, *metanil yellow*, *chrysoidine*, *rhodamin*, *burn umber*. Zat pewarna tersebut sebenarnya dipergunakan untuk pewarna industri tekstil dan lain-lain.

Zat pengawet yang tidak boleh digunakan untuk makanan seperti nitrofuram, asam benzoate, dan kloroform. Formalin dan boraks juga termasuk ke dalam pengawet yang dilarang karena bukan untuk digunakan pada makanan. Selain itu, zat pemanis yang juga tidak baik untuk kesehatan adalah sakharin dan siklomat (Gunawan, 2009). Kemudian syarat jajanan sehat yang ketiga adalah aman dari bahaya biologi. Bahaya biologi dapat disebabkan oleh mikroba patogen penyebab keracunan makanan seperti virus, parasit, kapang, dan bakteri.

### 2.1.3 Skala Likert

Skala Likert adalah skala sumatif yang sering digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok tentang kejadian atau gejala sosial. Dalam penelitian gejala sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti, yang selanjutnya disebut sebagai variabel penelitian. Dengan menggunakan skala likert, maka variabel yang akan diukur menjadi dimensi, dimensi dijabarkan menjadi sub variabel kemudian sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Akhirnya indikator-indikator yang terukur ini dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrumen yang berupa pernyataan yang perlu dijawab oleh responden.

Menurut Portney dan Watkins (2000), skala likert original terdiri dari 5 kategori, yaitu: sangat setuju (SA), setuju (A), netral (N), tidak setuju (D), sangat tidak setuju (SD) dengan poin masing-masing, yaitu: SA= 5, A= 4, N= 3, D= 2, dan SD= 1. Secara umum, respon netral tidak diperlukan karena tidak dapat membantu membedakan

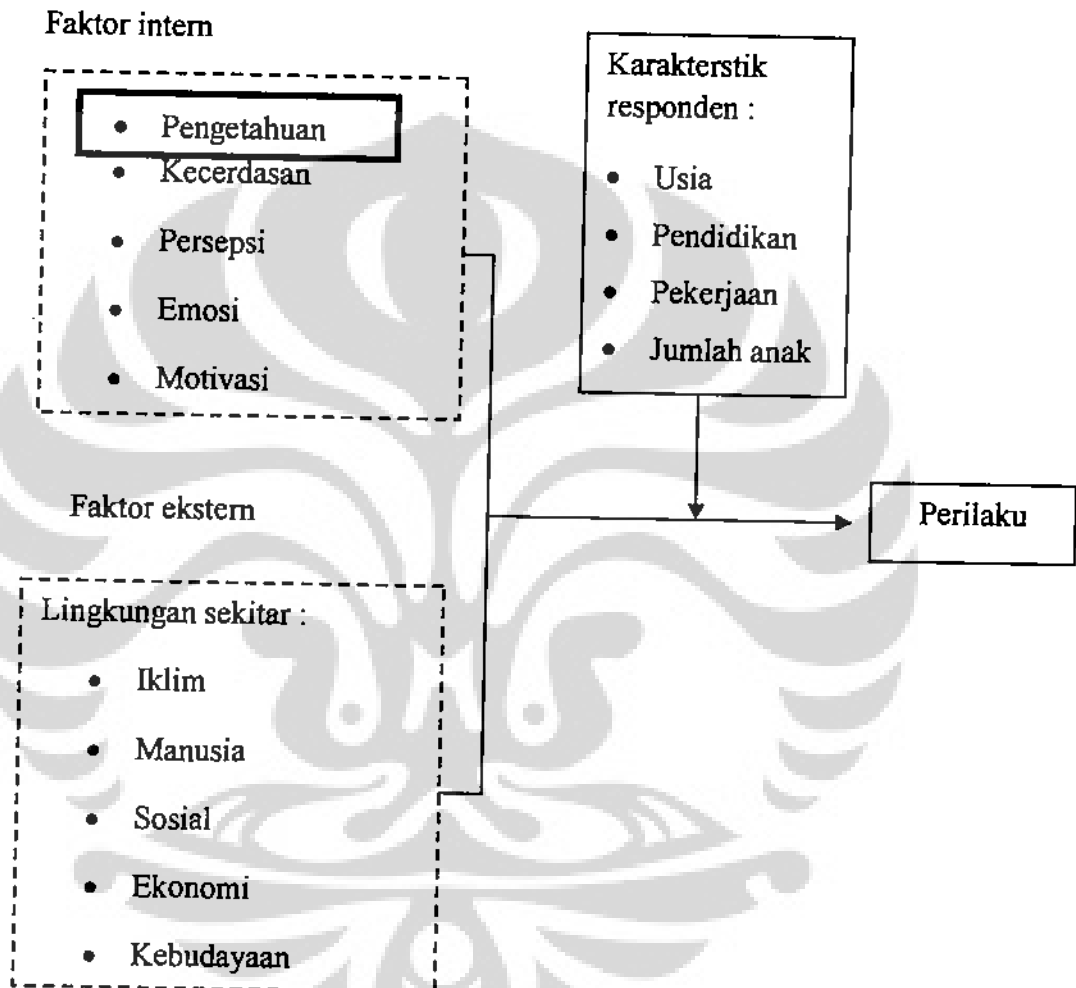
Penelitian Widiyanti ini juga menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi pada anak sekolah dengan pemilihan makanan jajanan. Pada siswa dengan pengetahuan gizi baik proporsi pemilihan makanan jajanan lengkap sebesar 20,3 % dan pemilihan makanan jajanan yang tidak lengkap sebesar 79,7 %. Pada siswa dengan pengetahuan gizi kurang proporsi pemilihan makanan jajanan lengkap sebesar 14,3 % dan pemilihan makanan jajanan yang tidak lengkap sebesar 85,71 %. Kelompok makanan jajanan lengkap cenderung ke dalam makanan jajanan yang mengandung sumber karbohidrat dan protein serta tergolong mengenyangkan seperti nasi goreng. Kelompok makanan jajanan tidak lengkap cenderung ke dalam makanan jajanan yang mengandung sumber karbohidrat atau protein saja dan hanya sedikit mengenyangkan seperti snack.

Penelitian yang dilakukan oleh Ari Nofitasari tahun 2005 yang berjudul "Gambaran frekuensi konsumsi makanan jajanan tradisional serta faktor-faktor yang berhubungan pada anak sekolah di SDN Anyelir I, Depok". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu dengan frekuensi konsumsi makanan jajanan tradisional. Pada penelitian ini didapatkan bahwa ibu dengan pengetahuan gizi baik memiliki anak yang sering jajan makanan tradisional dibandingkan dengan anak yang ibunya berpengetahuan gizi kurang.

### 3. KERANGKA KERJA PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Teori

Kerangka teori adalah aplikasi penelitian sederhana mengenai teori penjelasan terhadap masalah yang diteliti (Norwood, 2000).



Keterangan:

□ : variabel yang diteliti

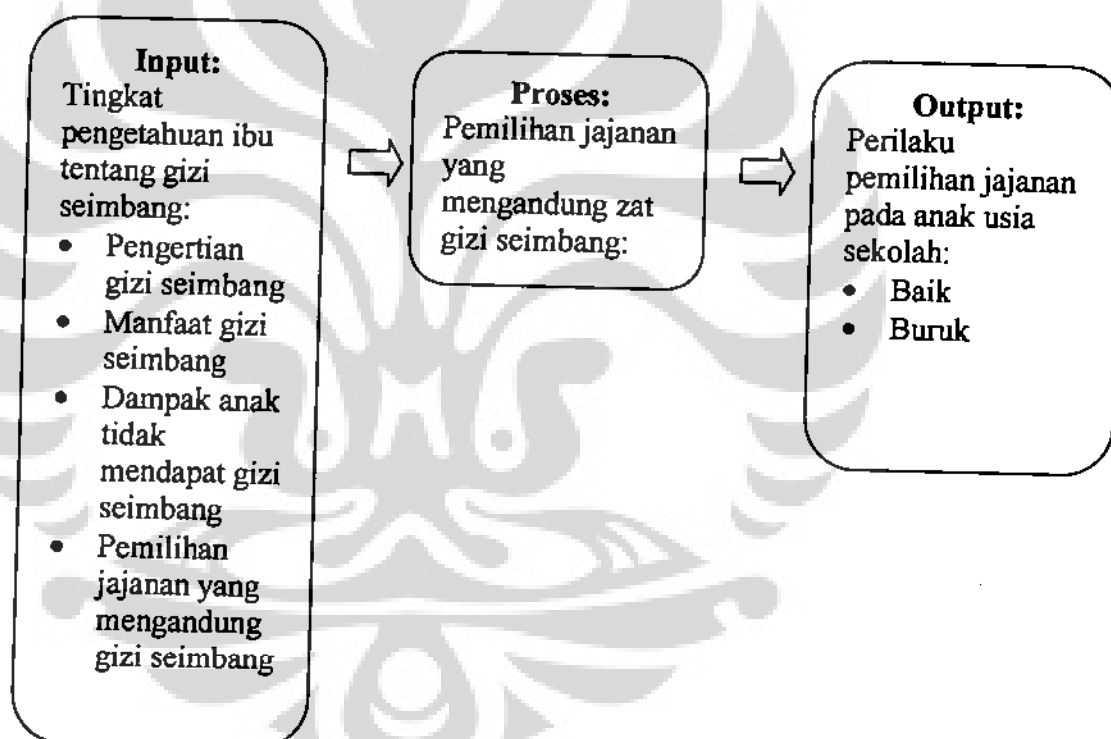
□ (garis putus-putus) : variabel yang tidak diteliti

Berdasarkan kerangka teori di atas, dapat dilihat bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain pengetahuan, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi. Sementara faktor eksternal yang mempengaruhi

perilaku antara lain iklim, manusia, sosial, ekonomi, dan kebudayaan. Namun, pada penelitian kali ini peneliti hanya ingin mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku yang dikaitkan dengan karakteristik responden.

### 3.2 Kerangka Konsep

Berdasarkan teori yang telah diuraikan dalam studi literatur, maka kerangka konsep yang digunakan dalam penelitian ini adalah model pendekatan sistem. Model pendekatan sistem yang terdiri dari tiga unsur, diantaranya: Input, proses, dan output.



Berdasarkan skema di atas, input penelitian ini adalah tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang meliputi pengertian gizi seimbang, manfaat unsur-unsur zat gizi, dampak anak tidak mendapat gizi seimbang, dan pemilihan jajanan yang mengandung gizi seimbang. Jika input yang diterima baik maka proses pemilihan jajanan yang mengandung gizi seimbang akan menghasilkan perilaku pemilihan jajanan yang baik. Perilaku

ibu dikatakan baik jika ibu tahu tentang gizi seimbang dan menerapkannya dalam pemilihan jajanan sehat. Perilaku ibu dikatakan buruk jika ibu tidak tahu tentang gizi seimbang dan tidak menerapkannya dalam pemilihan jajanan sehat.

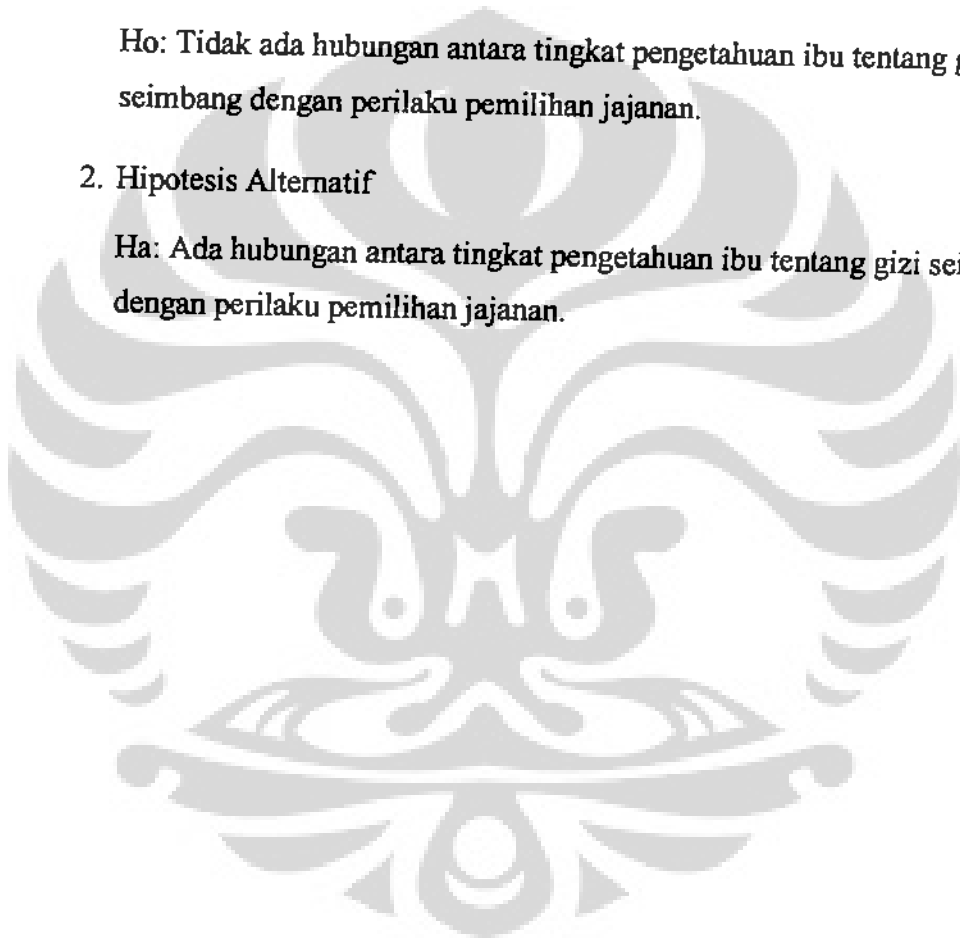
### 3.3 Hipotesis

#### 1. Hipotesis Nol ( $H_0$ )

$H_0$ : Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan.

#### 2. Hipotesis Alternatif

$H_a$ : Ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan.





### 3.4 Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel dependen dan variabel independen. Tabel di bawah ini akan menguraikan variabel penelitian dalam bentuk definisi operasional.

Tabel 3.1 Variabel penelitian dalam bentuk definisi operasional.

No	Variabel	Definisi Konseptual	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
1.	Independen: Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang	Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil “tahu”, dan terjadi setelah orang melakukan pengingdraan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2003)	Pengetahuan ibu untuk memahami informasi tentang gizi seimbang, manfaat gizi seimbang, dampak jika anak tidak mendapat gizi seimbang, dan cara memilih jajanan yang sehat	Menggunakan pernyataan dalam kuisioner berisi 20 pernyataan tentang pengetahuan gizi seimbang yaitu: 5 pernyataan tentang pengertian gizi seimbang, 5 pernyataan tentang manfaat gizi seimbang, 5 pernyataan tentang dampak jika anak tidak mendapat gizi seimbang, dan 5 pernyataan tentang cara memilih jajanan sehat lalu meminta responden untuk memberikan check list pada pernyataan yang dipilih: 10 pernyataan	Menggunakan kuisioner penelitian berisi 20 butir pertanyaan pengetahuan gizi seimbang dengan menggunakan skala likert.	Ordinal	Interpretasi hasil pengetahuan <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tinggi, jika nilai median dari skor seluruh responden <math>\geq</math> <i>cut of point</i> yaitu skor <math>\geq</math> 68</li> <li>• Rendah, jika jika nilai median dari skor seluruh responden <math>&lt;</math> <i>cut of point</i> yaitu skor <math>&lt;</math> 68</li> </ul>

				positif yang terdiri dari (1,3,5,7,9,11,13,15,17,19) dengan skor setiap jawaban: SS = 4 poin S = 3 poin TS = 2 poin STS = 1 poin Pertanyaan negatif terdiri dari 10 pernyataan (2,4,6,,8,10,12,14,16,18,20) dengan skor setiap pilihan jawaban adalah: SS = 1 poin S = 2 poin TS = 3 poin STS = 4 poin			
2.	Dependen: Perilaku pemilihan jajan	Perilaku merupakan sebuah tindakan, pergerakan atau respon yang dapat diukur dan dicatat (Stuart, 2005).	Tindakan pemilihan pangan yang dilakukan di luar waktu makan atau makanan yang disajikan di luar rumah.	Menggunakan pernyataan dalam kuisioner berisi 15 pernyataan terdiri dari 5 pernyataan tentang pemilihan jajan dan 10 pernyataan tentang pemilihan jajan yang baik lalu meminta responden memberikan check list pada pernyataan yang dipilih: 8 pernyataan positif yang	Menggunakan kuisioner penelitian yang berisi 15 pertanyaan tentang persepsi dengan menggunakan skala Likert, yaitu: SS = sangat setuju S = setuju	Ordinal	Interpretasi hasil perilaku berdasarkan <i>cut of point</i> . • Baik, jika nilai mean skor seluruh responden $\geq$ <i>cut of point</i> skor $\geq$ 50,55

				<p>terdiri dari (1,3,5,7,9,11,13,15) dengan skor setiap jawaban:</p> <p>SS = 4 poin S = 3 poin TS = 2 poin STS = 1 poin</p> <p>Pernyataan negatif terdiri dari 7 pernyataan (2,4,6,8,10,12,14) dengan skor setiap pilihan jawaban adalah:</p> <p>SS = 1 poin S = 2 poin TS = 3 poin STS = 4 poin</p>	<p>TS = tidak setuju STS = sangat tidak setuju</p>		<p>• Buruk, jika nilai mean skor seluruh responden &lt; <i>cut of point</i> yaitu skor &lt; 50,55</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

## 4. METODE DAN PROSES PENELITIAN

### 4.1 Design Penelitian

Design penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah design korelasi. Design penelitian ini mengkaji hubungan antar variabel dengan tujuan untuk memprediksi korelasi antara kedua variabel yang diteliti. Sesuai dengan pengertian tersebut, peneliti ingin menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan ibu rumah tangga tentang gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan pada anak usia sekolah.

### 4.2 Populasi dan sampel

Populasi adalah sejumlah besar subjek yang mempunyai karakteristik tertentu (Sastroasmoro & Ismael, 2008). Populasi pada penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Sampel adalah sebagian dari populasi yang dinilai karakteristiknya, diukur, dan dipakai untuk menduga karakteristik dari populasi (Sabri & Hastono, 2006). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel yang memenuhi kriteria tertentu hingga terpilih sampel yang sesuai dengan karakteristik yang diinginkan. Terdapat dua kriteria yang digunakan yaitu kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini:

1. Ibu yang sehat
2. Ibu yang bertempat tinggal di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan.
3. Ibu yang mempunyai anak usia sekolah (7-12 tahun)
4. Ibu yang dapat membaca dan menulis
5. Ibu yang bersedia untuk dijadikan sampel penelitian

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini:

1. Ibu yang sedang sakit
2. Ibu yang tidak bertempat tinggal di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan
3. Ibu yang tidak punya anak usia sekolah (7-12 tahun)
4. Ibu yang tidak dapat membaca dan menulis
5. Ibu yang tidak bersedia menjadi responden

#### 4.3 Tempat dan waktu penelitian

Penelitian dilakukan di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Adapun alasan mengambil sampel di tempat ini karena dekat dengan rumah peneliti. Selain itu, berdasarkan observasi peneliti, di daerah ini banyak terdapat anak yang mengkonsumsi jajanan. Penelitian ini dilaksanakan pada 6-7 Mei 2010

#### 4.4 Etika penelitian

Etika penelitian bertujuan untuk melindungi hak-hak responden yang ikut berpartisipasi dalam penelitian. Menurut Polit dan Beck (2004) yang menjadi prinsip dasar dalam etika penelitian ada 3, yaitu:

##### 1. Prinsip manfaat (*Beneficence*)

Penelitian harus melindungi responden dari ketidaknyamanan dan bahaya serta manfaat penelitian harus lebih besar dibandingkan dengan resiko yang telah diperhitungkan dalam penelitian.

##### 2. Prinsip Menghargai martabat manusia

Dalam hal ini termasuk *Self Determination* yang berarti penelitian ini menghargai hak responden untuk bertanya, menolak untuk memberikan informasi, mengklarifikasi atau mengakhiri partisipasinya dalam penelitian.

### 3. Prinsip Keadilan (*Justice*)

*Fair Treatment* yaitu setiap responden memiliki hak atas perlindungan yang sama dengan responden lain serta memiliki hak yang sama saat proses pemilihan responden. Kemudian responden berhak mendapatkan penjelasan dari peneliti tentang langkah-langkah penelitian yang akan dilakukan. Peneliti menjaga *privacy* responden seperti menjaga kerahasiaan informasi yang bersifat privat yang diberikan oleh responden dalam penelitian ini. Komponen yang terakhir adalah *anonymity & confidentiality*, peneliti merahasiakan identitas responden dengan cara menggunakan nomor kode. Setelah penelitian selesai, peneliti akan memusnahkan kuesioner yang telah diisi responden dalam penelitian ini.

#### 4.5 Alat Pengumpul Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur kuesioner yang telah dibuat oleh peneliti dan mengacu pada kepustakaan yang terdiri atas beberapa pernyataan. Kuesioner terdiri dari 35 pernyataan yang dibagi menjadi dua bagian, yaitu :

1. Bagian pertama mengenai pengetahuan responden mengenai tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang. Bagian ini terdiri dari 20 pernyataan dengan pilihan jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju yang menggunakan skala Likert. Responden diminta untuk menggunakan checklist (√) pada kolom jawaban tersedia.
2. Bagian kedua mengenai perilaku pemilihan jajanan. Bagian ini terdiri dari 15 pernyataan dengan pilihan jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju yang menggunakan skala Likert, yaitu dengan memberikan pilihan jawaban sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju yang diisi dengan menggunakan checklist (√) pada kolom jawaban tersedia.

#### 4.6 Metode Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian, prosedur yang ditempuh adalah sebagai berikut:

1. Setelah mendapat izin dari Ketua Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan berdasarkan surat pengantar dari DEKAN FIK UI, peneliti akan langsung menemui calon responden.
2. Memberikan penjelasan kepada calon responden dan bila bersedia menjadi responden, dipersilahkan untuk menandatangani informed consent.
3. Angket diberikan kepada calon responden.
4. Peneliti memberikan waktu kepada calon responden untuk mengisi angket dan pernyataan kuesioner.
5. Responden diharapkan mengisi seluruh daftar pernyataan yang diberikan dalam kuesioner.
6. Setelah semua pernyataan dijawab oleh responden, angket diserahkan kembali pada peneliti.
7. Peneliti memeriksa kembali kelengkapan angket untuk kemudian dilakukan pengolahan data bagi angket yang memenuhi syarat.

#### 4.7 Pengolahan dan Analisis Data

Setelah melakukan pengumpulan data tahap selanjutnya adalah pengolahan data. Terdapat langkah-langkah yang dapat ditempuh dalam melakukan pengolahan data, diantaranya:

1. *Editing* yaitu upaya untuk melakukan pengecekan kuesioner lengkap, jelas (jawaban semua terbaca), relevan (sesuai pertanyaan) dan konsisten. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data setelah data terkumpul.
2. *Coding* yaitu kegiatan kode numeric (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Tujuannya mempermudah saat analisa data dan mempercepat saat memasukkan data.

3. *Clearing* yaitu kegiatan pengecekan kembali data yang telah dimasukkan untuk melihat ada tidaknya kesalahan pada saat entry data dan dapat segera diperbaiki nilai yang ada sesuai pengumpulan data.
4. *Processing*, pada tahap ini, data yang terisi secara lengkap dan telah melewati pengkodean dan mulai memproses data untuk memasukan data (entry data) dari sejumlah kuesioner yang terkumpul ke dalam paket penghitungan komputer.

Analisa data dilakukan menggunakan komputer sebagai berikut:

1. Analisa univariat

Analisa univariat adalah analisis yang dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden terdiri dari umur, pekerjaan, dan pendidikan.

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat ini dilakukan untuk melihat hubungan dari variabel bebas dan terikat menggunakan uji Chi-square dengan tingkat kemaknaan = 0,05 dan CI = 95 %. Berdasarkan uji tersebut dapat diketahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pembuktian dengan uji Chi-square dengan menggunakan rumus:

$$X^2 = \sum \frac{(O-E)^2}{E}$$

$$Df = (k-1)(n-1)$$

Dengan, O = nilai observasi

E = nilai ekspektasi (harapan)

k = jumlah kolom

b = jumlah baris

Adapun keterbatasan uji Chi-square adalah bila frekuensi responden penelitian sangat kecil maka penggunaan uji ini mungkin kurang tepat.



#### 4.8 Sarana Penelitian

Sarana penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah surat perizinan, lembar kuesioner, alat tulis (pulpen, pensil, buku, kertas), buku referensi, jurnal, laptop, dan *flashdisk*.

#### 4.9 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Februari				Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Identifikasi masalah																
2.	Studi Kepustakaan																
3.	Kerangka konsep																
4.	Desain dan metodologi																
5.	Penyusunan proposal																
6.	Pengurusan surat izin																
7.	Pengumpulan data																
8.	Analisa data																
9.	Penyusunan laporan																
10.	Pengumpulan laporan																
11.	Publikasi poster																

## 5. HASIL PENELITIAN

Bab ini menampilkan hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan tujuan penelitian. Data pada penelitian ini dikumpulkan pada tanggal 6-7 Mei 2010 di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan dengan jumlah 106 responden. Data yang terkumpul berjumlah 100 responden tetapi terdapat empat data yang *missing* sehingga data yang digunakan dalam penelitian sebanyak 96 responden.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti (Hastono, 2006). Penyajian data analisis univariat menggunakan diagram dan tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan perilaku pemilihan jajanan. Penyajian data analisis bivariat menggunakan tabel hubungan.

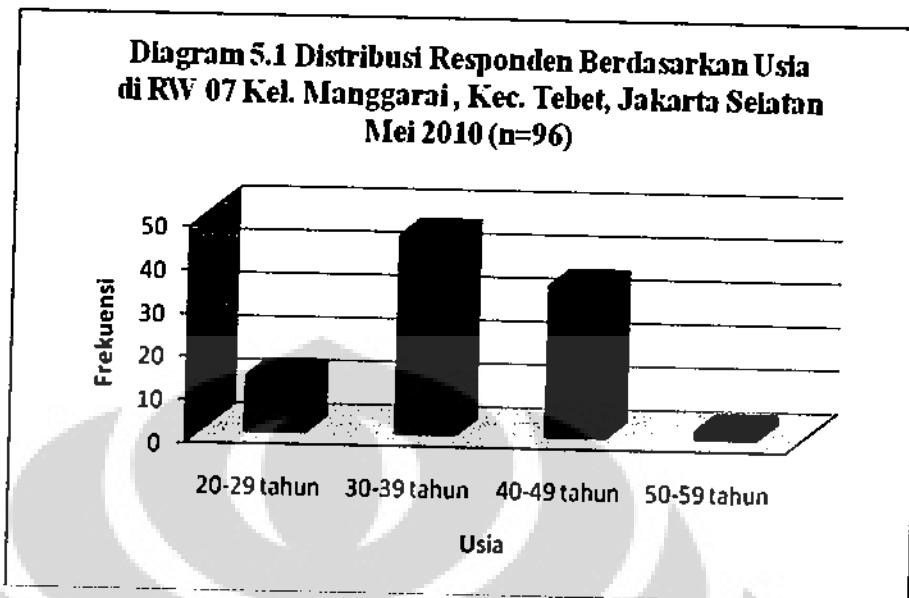
### 5.1 Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan tahapan awal dalam melakukan analisis data. Pada tahapan ini dilakukan perhitungan persentase dari setiap data variabel yang disajikan dalam bentuk diagram dan tabel. Data yang disajikan adalah tingkat pengetahuan gizi seimbang dan perilaku pemilihan jajanan yang dimiliki responden. Namun, sebelum menampilkan hasil penelitian tiap variabel, peneliti terlebih dahulu menggambarkan karakteristik dari responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini.

#### 5.1.1 Karakteristik responden

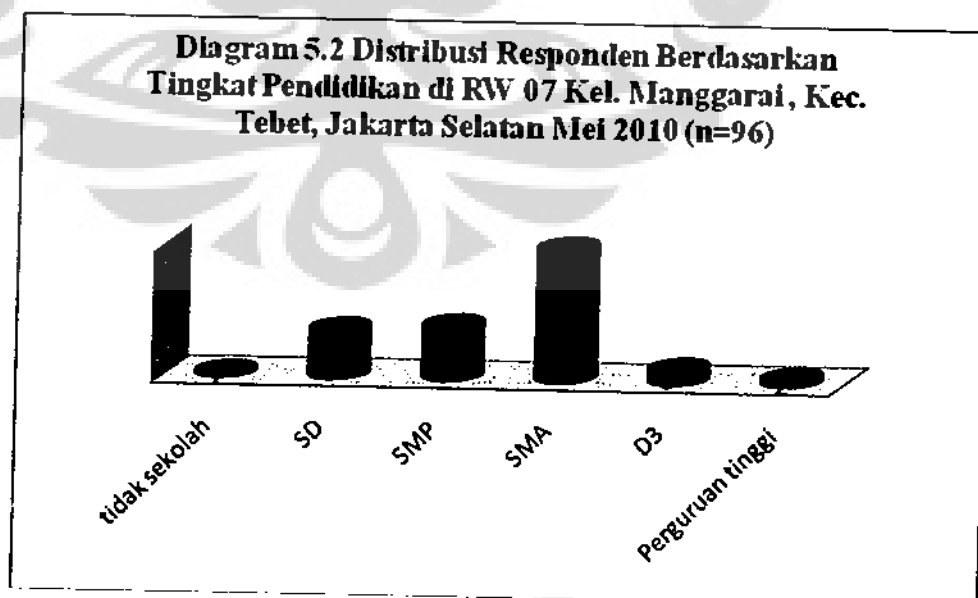
Karakteristik responden yang ditampilkan dalam analisis univariat ini adalah usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak. Jumlah responden berdasarkan usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak dapat dilihat dalam penyajian data berikut ini.

## a. Usia



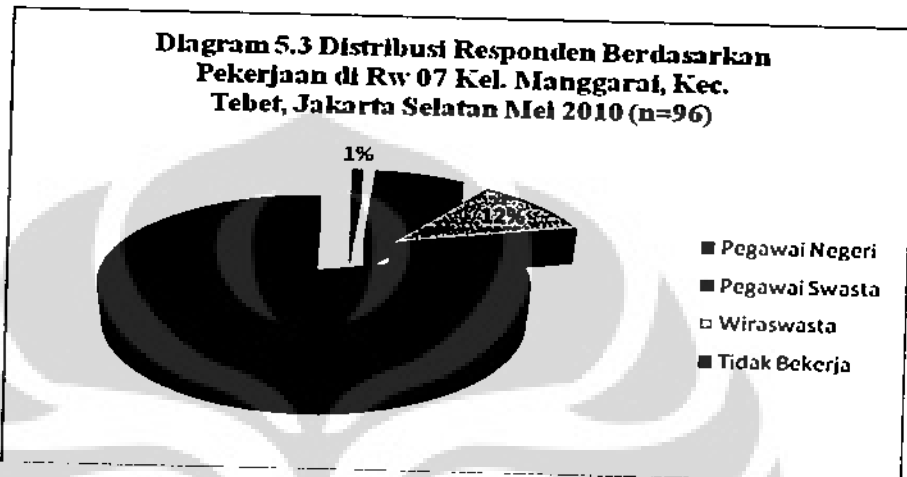
Distribusi responden menurut usia menunjukkan distribusi yang tidak merata, paling banyak berusia 30-39 tahun yaitu 46 orang (47,92%). Jumlah responden yang paling sedikit berusia 50-59 tahun yaitu dua orang (2,08%).

## b. Tingkat pendidikan



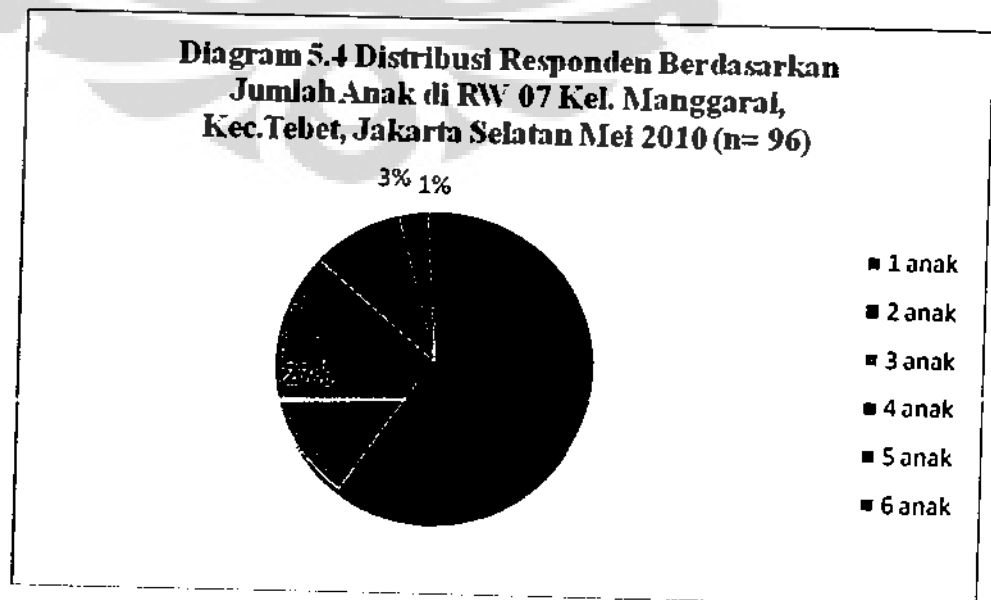
Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa responden terbanyak memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu 50 orang (52,08%). Responden yang paling sedikit yaitu tidak sekolah sebanyak satu orang (1,04%).

#### c. Pekerjaan



Distribusi responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga yaitu 76 orang (79%). Pekerjaan responden yang paling sedikit adalah satu orang pegawai negeri yaitu 1%.

#### d. Jumlah anak



Distribusi responden berdasarkan jumlah anak menunjukkan bahwa responden terbanyak dengan jumlah anak dua orang sebanyak 47 orang (49%). Sementara responden yang paling sedikit memiliki jumlah anak enam orang yaitu satu orang (1%).

### 5.1.2 Tingkat pengetahuan gizi seimbang

**Diagram 5.5** Gambaran Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan di RW 07 Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n= 96)

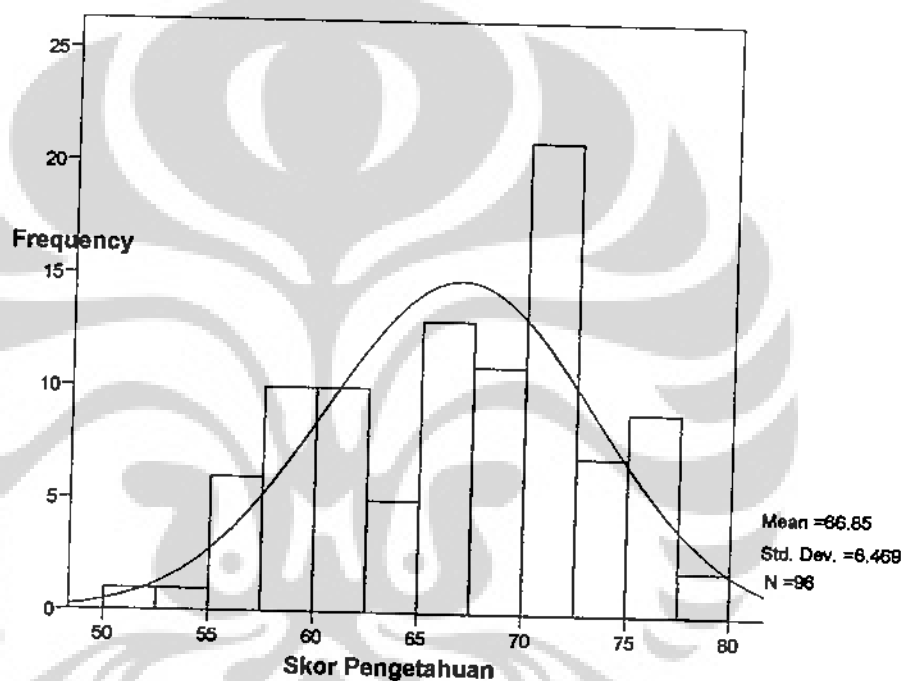
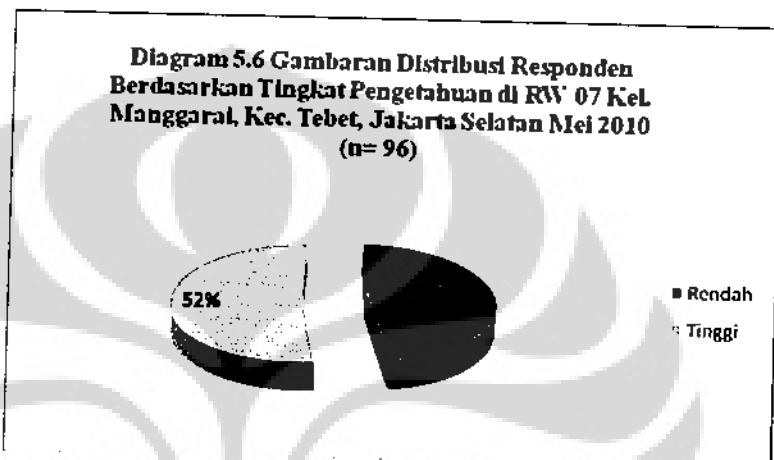


Diagram di atas menggambarkan nilai pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Nilai terendah adalah 52 dan nilai tertinggi 80. Berdasarkan data tersebut, diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 66,85 dan nilai tengah (median) sebesar 68,00.

Peneliti mengkategorikan tingkat pengetahuan berdasarkan *cut of point*. Metode ini mengkategorikan tingkat pengetahuan gizi seimbang menjadi tingkat pengetahuan tinggi dan tingkat pengetahuan rendah berdasarkan nilai mean atau median tergantung jenis distribusi nilai. Berdasarkan perhitungan statistik, distribusi nilai dalam tingkat pengetahuan ini termasuk distribusi yang tidak normal sehingga

peneliti menggunakan nilai median sebagai nilai penentu. Tingkat pengetahuan rendah dikategorikan jika nilai pengetahuan tentang gizi seimbang kurang dari 68 sedangkan tingkat pengetahuan tinggi dikategorikan jika nilai pengetahuan gizi seimbang lebih dari atau sama dengan 68.

Berdasarkan kategori tinggi rendah tersebut, diperoleh gambaran tingkat pengetahuan gizi seimbang sebagai berikut:



Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tinggi berjumlah 50 orang (52%) dan tingkat pengetahuan rendah berjumlah 46 orang (48%).

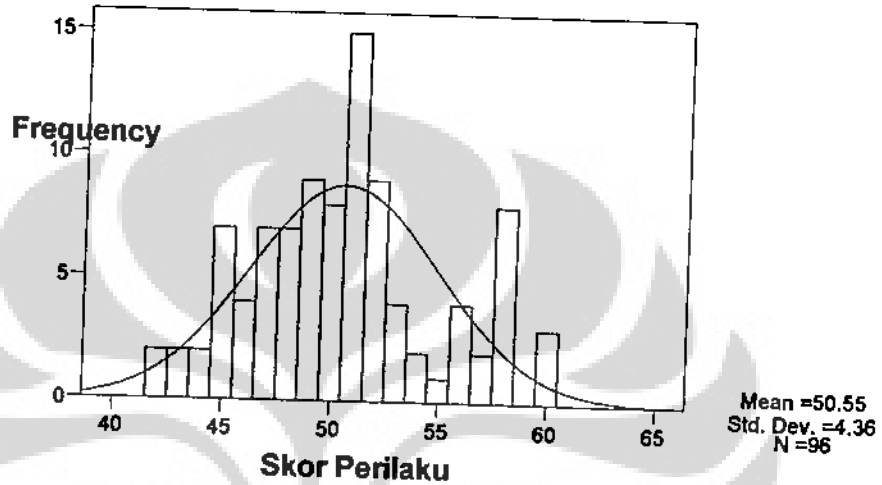
### 5.1.3 Perilaku pemilihan jajanan

Diagram di atas menggambarkan nilai perilaku ibu tentang pemilihan jajanan. Nilai terendah adalah 42 dan nilai tertinggi 60. Berdasarkan data tersebut, diperoleh nilai rata-rata (mean) sebesar 50,55 dan nilai tengah (median) sebesar 50,50.

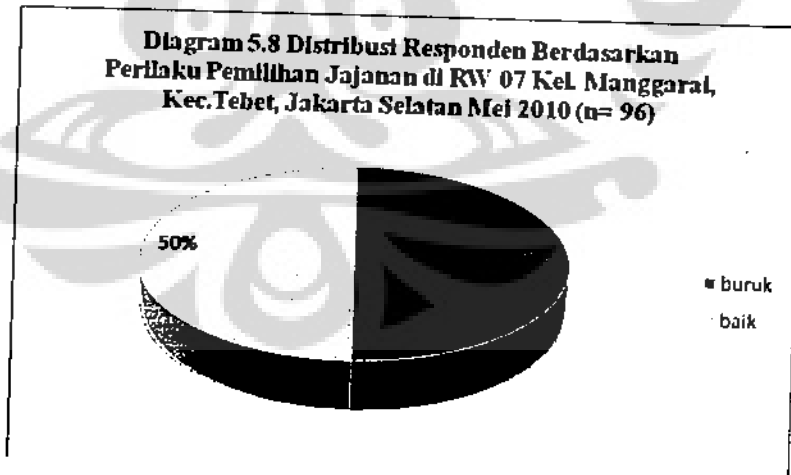
Peneliti mengkategorikan perilaku pemilihan jajanan berdasarkan *cut of point* seperti yang digunakan dalam pengkategorian tingkat pengetahuan. Berdasarkan perhitungan statistik, distribusi nilai dalam perilaku pemilihan jajanan ini termasuk distribusi yang normal sehingga peneliti menggunakan nilai mean sebagai nilai penentu. Perilaku pemilihan jajanan yang buruk dikategorikan jika nilai perilaku

pemilihan jajan kurang dari 50,55 sedangkan perilaku pemilihan jajan dikategorikan baik jika nilai perilaku pemilihan jajan lebih dari atau sama dengan 50,55.

**Diagram 5.7** Gambaran Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Pemilihan Jajanan di Rw 07 Kel. Manggarai, Kec. Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010 (n=96)



Berdasarkan kategori baik dan buruk tersebut, diperoleh gambaran perilaku pemilihan jajan sebagai berikut:



Distribusi responden berdasarkan perilaku pemilihan jajan menunjukkan bahwa perilaku pemilihan jajan yang baik berjumlah 48 orang (50%) dan perilaku pemilihan jajan yang buruk berjumlah 48 orang (50%).

## 5.2 Analisis Bivariat

Berdasarkan analisis bivariat dengan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan didapatkan p value 0,001. Nilai p value (0,001) dibandingkan dengan nilai alpha (0,05). Nilai p value  $\leq$  alpha, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Hasil analisis menunjukkan nilai Odds Ratio (OR= 4,857), artinya responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi mempunyai peluang 4,857 kali untuk berperilaku memilih jajanan yang baik.

Tabel 5.1 Distribusi responden menurut tingkat pengetahuan dan perilaku pemilihan jajanan di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan Mei 2010

Tingkat Pengetahuan	Perilaku Pemilihan Jajanan				Total		OR (95% CI)	P value
	Baik		Buruk		n	%		
	n	%	N	%				
Tinggi	34	68,0	16	32,0	50	100	4,857	0,001
Rendah	14	30,4	32	69,6	46	100	2,0-11,5	
Jumlah	48	50	48	50	96	100		

Analisis pada tabel di atas menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 68% dengan perilaku pemilihan jajanan yang baik sedangkan 32% dengan perilaku pemilihan jajanan yang buruk. Berbeda dengan responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 30,4% dengan perilaku pemilihan jajanan yang baik, sedangkan 69,6% dengan perilaku pemilihan jajanan yang buruk.



## 6. PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan tentang interpretasi diskusi hasil penelitian dan keterbatasan penelitian. Interpretasi diskusi menjelaskan mengenai hasil penelitian yang dikaitkan dengan penelitian sebelumnya dan studi pustaka.

### 6.1 Interpretasi Hasil

#### 6.1.1 Analisis Univariat

Hasil analisis univariat membahas distribusi karakteristik responden yang terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan, dan jumlah anak. Responden pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak usia sekolah (7-12 tahun) di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Selain itu, juga dibahas hasil analisis univariat mengenai pengetahuan tentang gizi seimbang dan perilaku pemilihan jajanan.

##### a. Usia

Distribusi responden menurut usia menunjukkan distribusi yang tidak merata. Responden paling banyak berada pada rentang usia 30-39 tahun yaitu 46 orang (47,92%). Responden paling sedikit berada pada rentang usia 50-59 tahun yaitu dua orang (2,08%). Menurut Notoatmodjo (2003) pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh usia. Umumnya seseorang yang berumur lebih tua akan lebih tinggi tingkat pengetahuannya terhadap suatu objek.

Hal tersebut dapat dikarenakan pengalaman yang dimiliki. Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain. Pengalaman yang sudah diperoleh dapat memperluas pengetahuan seseorang. Namun, usia juga dapat menjadi faktor terhadap rendahnya pengetahuan individu terhadap sesuatu yang baru dipelajari akibat penurunan fungsi fisiologis tubuh.

## b. Pendidikan

Pendidikan dapat membawa wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah (Notoatmodjo, 2003). Distribusi responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pendidikan responden adalah SMA yaitu 50 orang (52,08%).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Ariyanti (2005) yang menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan ibu dengan kebiasaan sarapan. Penelitian tersebut menunjukkan kebiasaan sarapan pagi cenderung lebih banyak pada responden yang ibunya berpendidikan tinggi. Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi akan memiliki tingkat pengetahuan gizi yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tingkat pendidikannya rendah. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dikarenakan terdapat persamaan karakteristik tingkat pendidikan ibu yang umumnya berpendidikan SMA.

## c. Pekerjaan

Berdasarkan distribusi pekerjaan, 79% responden tidak bekerja. Pekerjaan akan mempengaruhi penghasilan seseorang. Penghasilan tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang. Namun, jika seseorang berpenghasilan cukup besar maka ia akan mampu untuk menyediakan atau membeli fasilitas-fasilitas sumber informasi dan memenuhi kebutuhan hidup (Notoatmodjo, 2003).

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan Ariyanti (2005) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu dengan sarapan pagi. Kebiasaan sarapan cenderung lebih banyak pada responden yang ibunya tidak

bekerja dibandingkan dengan responden yang ibunya bekerja. Hal ini dikarenakan, ibu yang tidak bekerja memiliki lebih banyak waktu di rumah untuk mempersiapkan sarapan pagi. Persamaan hasil penelitian ini dikarenakan karakteristik ibu yang tidak bekerja lebih besar dibandingkan dengan ibu yang bekerja.

#### d. Jumlah anak

Distribusi responden berdasarkan jumlah anak menunjukkan bahwa kebanyakan responden memiliki dua anak (49%) dan paling sedikit responden yang memiliki enam anak (1%). Menurut Yuliani (2002) orang tua yang mempunyai anak  $\leq$  dua orang memiliki kecenderungan untuk selalu memberikan gizi yang terbaik untuk anak-anaknya termasuk dalam pemilihan jajanan yang sehat. Pada orang tua dengan jumlah anak lebih dari dua orang tentu memiliki kebutuhan yang lebih banyak sehingga sulit untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk anaknya.

Penelitian ini juga menganalisis pengetahuan responden tentang gizi seimbang. Menurut teori Bloom (1956) dalam Potter dan Perry (2005), pembelajaran kognitif meliputi semua perilaku intelektual. Pembelajaran kognitif dibagi menjadi enam tingkatan, yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan tingkatan yang paling kompleks adalah evaluasi. Penelitian ini telah mengidentifikasi pengetahuan ibu pada tahap aplikasi yaitu tahu, memahami, dan mengaplikasikan pengetahuan tentang gizi seimbang dalam perilaku pemilihan jajanan yang baik.

#### e. Pengetahuan Gizi Seimbang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi lebih banyak daripada pengetahuan rendah tetapi perbedaan jumlahnya tidak terlalu signifikan. Responden yang memiliki pengetahuan tinggi sebesar 52% dan pengetahuan rendah sebesar 48%. Hal ini membuktikan bahwa

masih banyak ibu yang belum mengetahui, memahami, dan mengaplikasikan pengetahuan tentang gizi seimbang.

Melalui pengetahuan gizi yang baik, diharapkan seorang ibu dapat memberikan makanan yang sehat dan bergizi kepada anaknya sehingga dapat terbentuk pola konsumsi yang seimbang sejak usia dini. Apa yang dimakan anak dan bagaimana pola perilaku makan terbentuk sangat tergantung pada nilai dan pengetahuan yang dianut orang tua dan pengasuh (Yuliani, 2002).

#### f. Perilaku Pemilihan Jajanan

Penelitian ini juga menganalisis perilaku pemilihan jajanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi keseimbangan antara perilaku pemilihan jajanan yang baik dan buruk yaitu masing-masing sebesar 50%. Hal ini dapat dikarenakan, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara ibu yang berpengetahuan tinggi dengan yang berpengetahuan rendah.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Widiyanti (2007) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan membawa bekal makanan ke sekolah dengan kebiasaan jajan. Namun, responden pada penelitian Widiyanti adalah anak sekolah sedangkan penelitian ini menggunakan ibu sebagai responden. Pada siswa yang mempunyai kebiasaan membawa bekal makanan ke sekolah lebih rendah kebiasaan jajan dibandingkan dengan siswa yang tidak membawa bekal makanan.

Kebiasaan jajan tidak akan menjadi masalah apabila seseorang dapat lebih selektif dalam hal memilih jajanan yang sesuai dengan kebutuhan yang dibutuhkan oleh tubuh dan aman dikonsumsi. Kebiasaan jajan pada dasarnya merupakan perilaku dalam bentuk tindakan konkret yang dipengaruhi oleh pengetahuan maupun sikap dalam hal-hal yang menyangkut aktivitas jajan (Widiyanti, 2001).

### 6.1.2 Analisis Bivariat

Penelitian ini menganalisis apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Pengetahuan merupakan variabel independen (bebas) dan pemilihan jajanan merupakan variabel dependen (terikat). Peneliti melakukan analisis bivariat menggunakan uji *chi square* dalam menganalisis data kategorik dan kategorik yaitu pengetahuan dan pemilihan jajanan.

Berdasarkan hasil pengujian, peneliti mendapatkan nilai  $p$  pada penelitian ini adalah 0,001. Peneliti menggunakan nilai  $z$  adalah 95% sehingga  $\alpha$  (alpha) penelitian adalah 0,05. Hasil analisis diperoleh bahwa nilai  $p < \alpha$  sehingga keputusan  $H_0$  ditolak. Jadi, kesimpulan hasil penelitian ini adalah ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan.

Pada penelitian ini terdapat nilai Odds Ratio (OR) karena penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Nilai OR penelitian ini 4,857 berguna untuk mengetahui derajat hubungan antara dua variabel. Makna dari nilai OR pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki pengetahuan tinggi berpeluang 4,857 kali untuk berperilaku baik dalam memilih jajanan dibandingkan dengan ibu yang berpengetahuan rendah.

Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Nofitasari pada tahun 2005 di SDN Anyelir I Depok mengenai gambaran frekuensi konsumsi makanan jajanan tradisional serta faktor-faktor yang berhubungan pada anak sekolah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang

bermakna antara pengetahuan ibu dengan frekuensi konsumsi makanan jajanan tradisional. Berdasarkan penelitian tersebut juga didapatkan bahwa ibu dengan pengetahuan gizi baik memiliki anak yang sering jajan makanan tradisional dibandingkan dengan anak yang ibunya berpengetahuan gizi kurang.

Penelitian tersebut bertentangan dengan hasil penelitian peneliti dikarenakan terdapat perbedaan data demografi yang diambil yaitu pekerjaan dan penghasilan ayah. Sementara pada penelitian peneliti karakteristik ibu sama dengan karakteristik ibu pada penelitian yang dilakukan Nofitasari. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa penghasilan yang didapat dari pekerjaan ayah cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Oleh karena itu, pekerjaan dan penghasilan ayah dapat mendukung ibu dalam memenuhi gizi anaknya sehingga ibu yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tetap dapat memenuhi gizi anak.

Penelitian Widiyari (2001) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan anak sekolah dasar tentang gizi dengan pemilihan makanan jajanan. Pada siswa yang berpengetahuan gizi baik proporsi pemilihan makanan jajanan tidak lengkap lebih besar dibandingkan dengan siswa yang berpengetahuan gizi rendah. Kelompok makanan jajanan lengkap cenderung ke dalam makanan jajanan yang mengandung sumber karbohidrat dan protein serta tergolong mengenyangkan, seperti lontong sayur. Sementara kelompok makanan jajanan tidak lengkap adalah makanan yang hanya mengandung karbohidrat atau protein saja dan sedikit mengenyangkan.

Hasil penelitian Widiyari berbeda dengan hasil penelitian ini dikarenakan perbedaan penggunaan responden. Penelitian Widiyari menggunakan responden anak sekolah dasar sedangkan penelitian ini menggunakan responden ibu. Hal tersebut menyebabkan adanya perbedaan dari segi usia, pengetahuan, dan pengalaman.

Menurut Kwick dalam Notoatmodjo (2003) proses pembentukan atau perubahan perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor yang

dibedakan menjadi dua, yakni intern dan ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar. Sementara faktor ekstern meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik seperti iklim, manusia, sosial, ekonomi, dan kebudayaan

## 6.2 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan, antara lain:

### 1. Keterbatasan dalam pengambilan sampel

Pengambilan sampel dilakukan selama dua hari di Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Pada awal perencanaan, peneliti telah melakukan teknik *purposive sampling* dan menentukan jumlah responden di setiap Rt dengan jumlah yang sama rata yaitu masing-masing Rt dibutuhkan 8-9 responden. Akan tetapi saat pembagian kuisisioner tidak sesuai dengan yang direncanakan. Hal tersebut dikarenakan, terdapat ibu-ibu yang tidak bersedia menjadi responden dan terdapat beberapa Rt yang tidak memenuhi jumlah kuota yang diinginkan peneliti. Oleh karena itu, peneliti mengambil responden dari Rt lain agar memenuhi jumlah total responden yang diinginkan.

### 2. Keterbatasan dalam teknik pengisian kuisisioner

Pada saat pembagian kuisisioner ke responden ada dua teknik yang dilakukan dalam pengisian kuisisioner yaitu dengan cara menitipkan kuisisioner dan bertemu langsung dengan responden. Pada teknik penitipan kuisisioner, peneliti tidak dapat memastikan bahwa hasil pengisian kuisisioner adalah benar-benar pemikiran dari responden.

### 3. Keterbatasan dalam generalisasi hasil penelitian

Penelitian ini menggunakan sampel sejumlah 96 ibu di Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan. Sampel penelitian dan tempat penelitian yang terbatas membuat hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas.

## 7. KESIMPULAN DAN SARAN

### 7.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada rentang usia 30-39 tahun (47,92%) sedangkan responden paling sedikit berada pada rentang usia 50-59 tahun (2,08%).
2. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa responden terbanyak memiliki tingkat pendidikan SMA (52,08%) sedangkan responden paling sedikit yaitu tidak sekolah (1,04%).
3. Distribusi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja (79%) sedangkan pekerjaan responden yang paling sedikit adalah pegawai negeri (1%).
4. Distribusi karakteristik responden berdasarkan jumlah anak menunjukkan bahwa responden terbanyak memiliki dua orang anak (49%) sedangkan responden paling sedikit memiliki enam orang anak (1%).
5. Pengetahuan Ibu tentang gizi seimbang di Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet berada pada tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 52% dengan perbedaan yang tidak signifikan dengan ibu yang memiliki pengetahuan rendah yaitu sebanyak 48%.
6. Perilaku pemilihan jajanan di Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet antara lain 50% berperilaku baik dan 50% berperilaku buruk. Keseimbangan ini dikarenakan perbedaan yang tidak signifikan antara ibu yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 52% dengan tingkat pengetahuan rendah sebanyak 48%.
7. Hasil penelitian menunjukkan nilai odds ratio (OR= 4,857), artinya responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi mempunyai peluang 4,857 kali untuk berperilaku memilih jajanan yang baik.



8. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07 Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan dengan  $p \text{ value } (0,001) \leq \alpha (0,05)$ .
9. Reliabilitas berdasarkan uji kuesioner pada penelitian ini sebesar 0,894 dengan nilai validitas per butir pernyataan didapatkan 33 dari 40 pernyataan valid.

## 7.2 Saran

Setelah pembahasan hasil penelitian dan penjelasan keterbatasan dari penelitian ini, peneliti dapat merekomendasikan beberapa hal, antara lain:

### 1. Pelayanan Keperawatan

Asuhan keperawatan yang diberikan, dalam hal ini keperawatan komunitas, dapat menekankan kepada ibu-ibu dengan tingkat pendidikan yang berbeda-beda mengenai pentingnya gizi seimbang terhadap pertumbuhan anak sehingga terbentuk perilaku pemilihan jajanan yang baik.

### 2. Ibu dengan anak usia sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menyadarkan ibu-ibu yang mempunyai anak usia sekolah agar dapat meningkatkan pengetahuannya tentang gizi seimbang sehingga diperoleh perilaku pemilihan jajanan yang baik untuk anak.

### 3. Penelitian selanjutnya

Jumlah sampel dapat diperbanyak agar data yang didapatkan lebih bervariasi dan hasil penelitian yang didapatkan lebih representatif terhadap tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Uji validitas dan uji reliabilitas perlu ditingkatkan dan perbaikan terhadap kuesioner setelah uji validitas dan reliabilitas yang pertama sebaiknya tetap diujicobakan kembali. Pengumpulan data juga memerlukan pendampingan yang ketat saat pengisian kuesioner agar data yang didapatkan benar-benar valid.

Pada penelitian ini perlu ditambahkan pekerjaan dan penghasilan ayah. Hal tersebut dikarenakan, jika sebagian besar pekerjaan ibu adalah ibu rumah tangga (tidak bekerja) maka ibu membutuhkan penghasilan ayah dalam memenuhi kebutuhan anak sehingga pekerjaan dan penghasilan ayah menjadi data yang penting untuk mendukung penelitian ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Anonym. *Kasus gizi buruk ditemukan di Jatin (Nusantara)*.  
<http://www.hupelita.com/baca.php?id=54935>. (14 November 2009)
- \_\_\_\_\_. *Gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak*.  
<http://www.astaga.com/content/gizi-seimbang-untuk-tumbuh-kembang-anak>. (14 November 2009)
- \_\_\_\_\_. *Waspada! makanan yang kita konsumsi*.  
[http://indagsarkarawang.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=46&Itemid=68](http://indagsarkarawang.com/index.php?option=com_content&task=view&id=46&Itemid=68). (30 November 2009)
- \_\_\_\_\_. *Memilih makanan jajanan*.  
[http://id.88db.com/id/Knowledge/Knowledge\\_Detail.page?kid=4363](http://id.88db.com/id/Knowledge/Knowledge_Detail.page?kid=4363).  
(30 November 2009)
- Ali, Khomsan, dkk. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Depok: Penebar Swadaya.
- Ariyanti, Mayfa. (2005). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan sarapan pagi pada siswa di SDN Limus Nunggal III, Cileungsi. Laporan penelitian S1 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Beck, Cornelia M., Rawlin, Ruth P. & Sophronia R. W. (1984). *Mental Health Psychiatric Nursing*. St. Louis: Mosby Company.
- Daryono. (2003). Hubungan antara konsumsi makanan, kebiasaan makan, dan faktor-faktor lain dengan status gizi anak sekolah di SD Islam Al Falah Jambi. Laporan penelitian S2 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Departemen Kesehatan RI. (2003). *Pedoman Umum Gizi Seimbang (Pedoman untuk Petugas)*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Hockenberry, M. J & Wilson, D. (2007). *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. 8 th (ed). Canada: Mosby elsevier.
- Judarwanto, Widodo. *Perilaku makan anak sekolah*.  
<http://www.pdpersi.co.id/?show=detailnews&kode=997&tbl=artikel>.  
(9 November 2009)

- Departemen Pendidikan Nasional. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi ketiga. Jakarta: Balai Pustaka.
- Fontaine, Karen L. (2003). *Mental Health Nursing*. 5th (ed). New jersey: Prentice-Hall.
- Nofiasari, Ari. (2005). Gambaran frekuensi konsumsi makanan jajanan tradisional serta faktor-faktor yang berhubungan pada anak sekolah d SDN Anyelir I Depok. Laporan penelitian S1 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Norwood, Susan L. (2000). *Research Strategies for Advanced Practice Nurses*. United States of America: Prentice-Hall.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurachmah, Elly. (2001). *Nutrisi dalam Keperawatan*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nuryati, Wahyu. "Hubungan antara frekuensi jajan di sekolah dan status gizi siswa kelas IV dan V SD Negeri Wonotingal 01-02 Candisari, Semarang". [http://digilib.unnes.ac.id/gsdll/collect/skripsi/archives/HASHca29/94578ee2\\_dir/doc.pdf](http://digilib.unnes.ac.id/gsdll/collect/skripsi/archives/HASHca29/94578ee2_dir/doc.pdf). (30 Maret 2010)
- Pollit, Denise F. & Beck, Cheryl T. (2004). *Nursing Research: Principles and Methods*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Portney, Leslie G., & Watkins, M. P. (2000). *Foundation of clinical research applications to practice*. 2th (ed). United States of America: Prentice-Hall.
- Potter, Patricia A., & Perry, Anne. G. (2005). *Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik* (Terjemahan Yasmin, dkk). (Ed. Ke-4). Vol. 1. Jakarta: EGC.
- Sabri, Luknis & Hastono, Sutanto P. (2006). *Statistik Kesehatan*. Edisi revisi. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sastroasmoro, S. & Ismael, Sofyan. 2008. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. (Ed. Ke-3). Jakarta: Sagung Seto.
- Siswono. *Jajanan yang enak belum tentu sehat*. <http://www.gizi.net/cgi-bin/berita/fullnews.cgi?newsid1110166848,65253>,

(31 Maret 2010)

Stuart, Gail W. & Laraia, Michele T. (2005). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. 8th (ed). St. Louis: Elsevier Mosby

Suara Pembaruan Daily. *Indonesia hidup dengan gizi buruk*.

<http://www.suarapembaruan.com/News/2009/09/05/Utama/ut01.htm>

(14 November 2009)

Sukandar, Dadang. (2000). Studi evaluasi dampak PMT-AS terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi anak dalam media gizi dan keluarga edisi suplemen, Juli 2000, XXIV (1), Bogor, Jurusan GMSK-IPB Bogor.

Wahyuni, Tri. *Minuman jajanan di SD terkontaminasi bakteri patogen*.

<http://www.gizi.net/cgi-bin/berita/fullnews.cgi?newsid1217571524,24796>

(15 Desember 2009)

Widiasari, Kartika. (2001). Hubungan pengetahuan gizi, besar uang jajan, dan kebiasaan jajan dengan pemilihan makanan jajanan di SDN Kayu Putih 09 Pagi, Pulogadung, Jakarta Timur. Laporan penelitian S1 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.

Widyaningsih, Ratnasari. (2003). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi baduta di Kabupaten Subang dan Sukabumi. Laporan penelitian S1 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.

Yuliani, Ani. (2001). Hubungan karakteristik anak dan keluarga serta kebiasaan makan dengan status gizi pada anak sekolah di SD PSDK kwitang VIII, Depok. Laporan penelitian S1 tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.



**UNIVERSITAS INDONESIA**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**

Kampus UI Depok Telp. (021)78849120, 78849121 Faks. 7864124  
 Email : humasfik.ui.edu Web Site : www.fikui.ac.id

Nomor : 1663/H2.F12.DrPDP.04.03/2010

5 Mei 2010

Lamp : 1 berkas

Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.  
 Kepala  
 Kelurahan Manggarai  
 Kecamatan Tebet  
 Jakarta Selatan

Dalam rangka mengimplementasikan mata ajar "Riset Keperawatan" bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan-Universitas Indonesia (FIK-UI) :

No.	Nama Mahasiswa	NPM
1.	Juliana	0606102612
2.	Khairun Nisa Pratiwi	0606102650
3.	Maemunah	0606102695
4.	Nisa Juliani	0606102801

Akan mengadakan riset dengan judul: " Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Pemilihan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Di RW 07 Kelurahan Manggarai , Kecamatan Tebet Jakarta Selatan ."

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Bapak mengizinkan mahasiswa FIK-UI untuk melakukan penelitian di RW 07 Kelurahan Manggarai Kecamatan Tebet Jakarta Selatan pada bulan Mei 2010.

Atas perhatian Bapak/Ibu dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih



Wakil Dekan

Dr. Junaiti Sahar, SKp, M.App.Sc, PhD  
 NIP. 19570115 198003 2 002

Tembusan :

1. Ketua RW 07 Kel. Manggarai
2. Dekan FIK-UI
3. Sekretaris FIK-UI
4. Manajer Pendidikan dan Riset FIK-UI
5. Peringgal

**SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth:  
Calon Responden  
Di Tempat

Dengan hormat,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia:

Nama : Juliana (NPM. 0606102612)  
Khairun Nisa Pratiwi (NPM. 0606102650)  
Maemunah (NPM. 0606102695)  
Nisa Juliani (NPM. 0606102801)

Akan mengadakan penelitian dengan judul "Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah.

Bersama ini kami memohon kesediaan Anda sebagai responden untuk menandatangani lembar persetujuan dan menjawab semua pernyataan dalam lembar kuesioner sesuai dengan petunjuk yang ada. Jawaban yang diberikan oleh responden akan kami jaga kerahasiaannya dan jika tidak digunakan lagi dokumen akan kami musnahkan.

Depok, Mei 2010

Hormat kami,

Peneliti

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN  
(CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Juliana (0606102612)  
Khairun Nisa Pratiwi (0606102650)  
Maemunah (0606102695)  
Nisa Juliani (0606102801)

Status : Mahasiswi FIK UI Depok

Judul Penelitian : **Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan**

Pembimbing Penelitian: Etty Rekawati, SKp, MKM

Saya mengetahui penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuisioner yang harus saya isi sesuai dengan petunjuk yang diberikan, saya bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuisioner tersebut.

Saya telah mendapatkan penjelasan dari peneliti bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi "Hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan pemilihan jajanan pada anak usia sekolah di Rw 07, Kelurahan Manggarai, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan". Penelitian ini tidak merugikan dan tidak menimbulkan risiko yang berbahaya bagi saya. Saya dapat mengetahui hasil penelitian ini dengan menghubungi peneliti melalui email yang tertera.

Saya mengerti bahwa penelitian ini bersifat sukarela dan identitas saya akan dirahasiakan oleh peneliti, informasi yang saya berikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila ada prosedur penelitian yang tidak saya

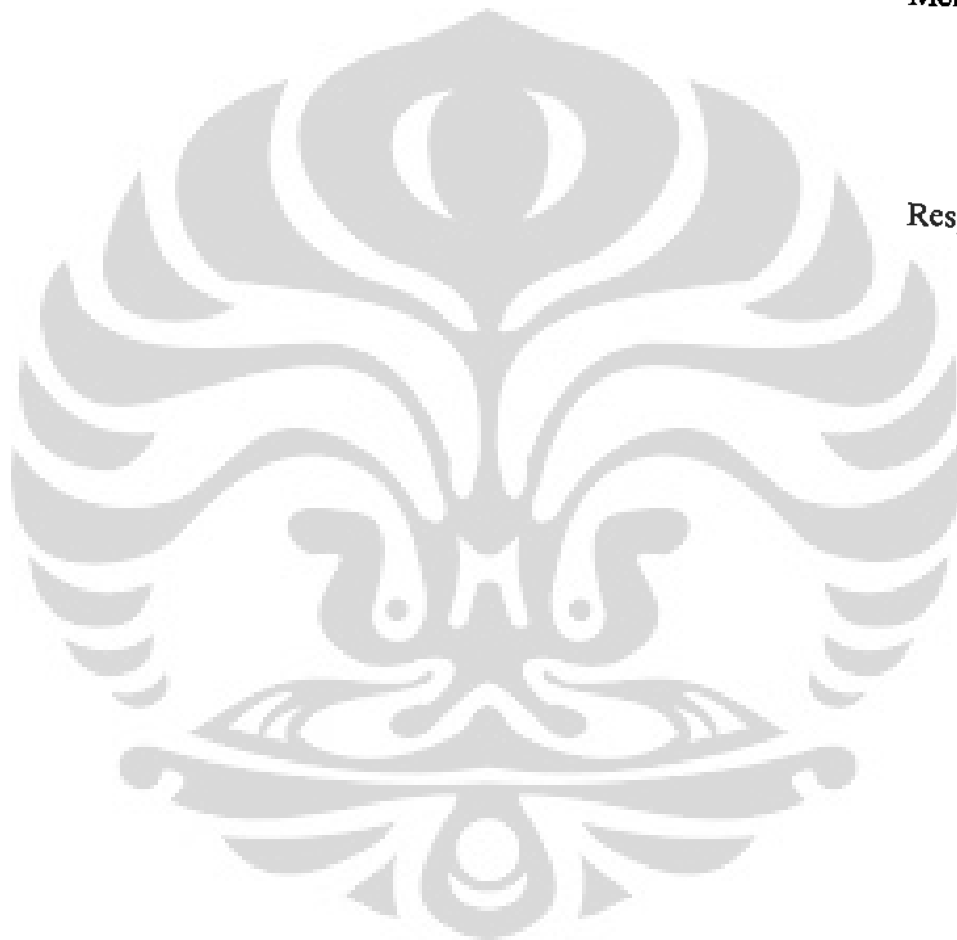


ketahui, saya boleh menanyakan kembali kepada peneliti. Selama mengisi kuisisioner saya boleh membatalkan keikutsertaan saya dalam penelitian ini jika saya merasa tidak nyaman. Dengan demikian saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Demikianlah surat pernyataan ini saya tanda tangani tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Depok, Mei 2010

Mengetahui,

Responden



## KUESIONER PENELITIAN

### Petunjuk umum pengisian:

- Responden diharapkan mengisi seluruh pernyataan sesuai dengan petunjuk pengisian dan dengan jawaban yang sebenar-benarnya.
- Baca petunjuk pengisian dengan teliti.
- Isilah setiap pertanyaan dengan satu jawaban dengan memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang tersedia.
- Apabila ingin mengganti jawaban, coretlah jawaban yang ingin diganti dengan memberi tanda sama dengan (=) kemudian *checklist* (✓) kembali jawaban lain.
- Reponden diperbolehkan bertanya langsung kepada peneliti jika ada hal-hal yang tidak dimengerti terkait dengan pengisian kuesioner.
- Isilah data demografi terlebih dahulu dilanjutkan dengan pertanyaan dan pernyataan kuesioner berikutnya.
- Semua jawaban saudara adalah **BENAR** karena berhubungan dengan kehidupan sehari-hari yang saudara jalani. Oleh karena itu diharapkan responden dapat mengisi semua pertanyaan dalam kuesioner dengan jawaban yang sebenar-benarnya.
- Sebelum menyerahkan kembali kuesioner ini kepada peneliti, periksa lagi setiap pertanyaan, jangan sampai ada yang belum terjawab.
- Setelah kuesioner terisi lengkap, serahkan kembali kuesioner ke peneliti.

UNIVERSITAS INDONESIA

(Lanjutan)

Kode Responden :

Tanggal :

**A. Data Demografi**

1. Inisial Nama : .....

2. Umur : .....

3. Pendidikan terakhir :

Tidak Sekolah

SMA

SD

D3

SMP

Perguruan Tinggi

4. Pekerjaan :

Pegawai Negeri

Pegawai Swasta

Wiraswasta

Tidak Bekerja

5. Jumlah anak : .....

## B. Pengetahuan tentang Gizi Seimbang

Berikan tanda check list (√) sesuai jawaban anda. Keterangan:

- SS = Sangat Setuju
- S = Setuju
- TS = Tidak Setuju
- STS = Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Gizi seimbang adalah gizi yang didapat dari berbagai jenis makanan (misalnya: nasi, lauk-pauk, sayuran, dan buah-buahan) dengan komposisi yang seimbang				
2.	Makanan berlemak tidak mengandung kolesterol				
3.	Ikan, telur, tahu, dan tempe merupakan makanan yang mengandung protein				
4.	Tomat dan wortel kaya akan vitamin K				
5.	Garam beryodium dapat mencegah penyakit gondok				
6.	Vitamin tidak berguna bagi tubuh				
7.	Karbohidrat digunakan tubuh sebagai penghasil energi/tenaga				
8.	Jajanan yang dijual dipinggir jalan dengan kebersihan yang kurang, tidak berbahaya bagi kesehatan				
9.	Gizi yang baik akan mengurangi resiko anak terkena penyakit				
10.	Ibu memberikan makanan dalam jumlah banyak agar anaknya sehat				
11.	Kalsium sangat dibutuhkan oleh anak				

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
12.	Hanya dengan mengkonsumsi susu saja anak dapat menjadi cerdas				
13.	Gizi seimbang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik anak				
14.	Makanan yang panas seperti gorengan boleh ditempatkan di dalam kantong plastik hitam				
15.	Kekurangan gizi dapat mempengaruhi prestasi belajar anak				
16.	Anak yang kurag gizi tidak mudah terserang penyakit				
17.	Berat badan anak dipengaruhi oleh gizi yang seimbang				
18.	Chiki dan permen merupakan makanan yang sehat untuk anak				
19.	Jajanan yang sudah dihinggapi lalat tidak boleh dimakan oleh anak				
20.	Jajanan yang banyak mengandung penyedap rasa tidak berbahaya untuk kesehatan				

### C. Perilaku pemilihan jajanan

Berikan tanda check list (√) sesuai jawaban anda. Keterangan:

- SS = Sangat Setuju
- S = Setuju
- TS = Tidak Setuju
- STS = Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Ibu menyediakan sarapan pagi sebelum anak-anak berangkat ke sekolah.				
2.	Ibu suka membeli bekal di supermarket/warung untuk anaknya seperti chiki dan permen yang berwarna-warni.				
3.	Ibu membaca kandungan gizi pada bungkus makanan sebelum membelinya.				
4.	Ibu suka membelikan jajanan untuk anak di pedagang kaki lima.				
5.	Jajanan yang sehat adalah jajanan yang tidak mengandung pewarna dan pengawet yang berbahaya.				
6.	Harum manis atau gulali yang berwarna-warni merupakan jajanan yang baik untuk dikonsumsi anak-anak.				
7.	Ibu suka membuat makanan ringan agar anak tidak jajan di luar rumah.				
8.	Saya membiarkan anak saya jajan makanan yang berwarna mencolok yang dijual di sekolah untuk dimakan selama tidak membuat sakit perut.				
9.	Saya suka membuat bekal makan siang untuk anak saya.				

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
10.	Saya lebih suka jika anak saya jajan dipinggir jalan daripada di kantin sekolah.				
11.	Ketika berbelanja di supermarket/warung, saya lebih memilih susu daripada minuman bersoda.				
12.	Jika ingin membeli jajanan diluar, saya tidak memperhatikan lingkungan tempat berjualan.				
13.	Roti, bolu, dan bubur kacang hijau merupakan jajanan yang baik untuk dikonsumsi.				
14.	Saya membebaskan anak saya untuk memilih jajanan sesuai keinginan anak saya.				
15.	Saya melarang anak saya untuk membeli jajanan yang menggunakan saus botol yang bahan-bahannya tidak sehat (cabe dan tomat yang sudah busuk).				

**HARAP ANDA MEMERIKSA KEMBALI JAWABAN ANDA AGAR  
TIDAK ADA NOMOR YANG TERLEWATKAN**