



UNIVERSITAS INDONESIA

**PERSEPSI TENTANG MAKANAN SEHAT
PADA ANAK USIA SEKOLAH
DI SDN 02 DUREN SAWIT
JAKARTA TIMUR**

SKRIPSI

**KURNIASIH
0806457104**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
PROGRAM REGULER 2008
DEPOK
JULI 2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**PERSEPSI TENTANG MAKANAN SEHAT
PADA ANAK USIA SEKOLAH
DI SDN 02 DUREN SAWIT
JAKARTA TIMUR**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

**KURNIASIH
0806457104**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
PROGRAM REGULER 2008
DEPOK
JULI 2012**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.**

Nama : Kurniasih

NPM : 0806457104

Tanda Tangan : 

Tanggal : 6 Juli 2012

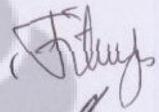
HALAMAN PENGESAHAN

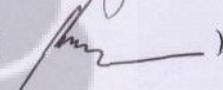
Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Kurniasih
NPM : 0806457104
Program Studi : Ilmu Keperawatan Reguler 2008
Judul Skripsi : Persepsi Tentang Makanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Reguler, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Poppy Fitriyani, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Kom ()

Penguji : Henny Permatasari, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom ()

Ditetapkan di : Depok

Tanggal : 6 Juli 2012

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- (1) Bu Kuntarti S.Kp., M.Biomed, selaku koordinator Mata Ajar Tugas Akhir Keperawatan.
- (2) Bu Fajar Tri Waluyanti S.Kp., M Kep, selaku dosen pembimbing pertama saya yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal skripsi;
- (3) Bu Poppy Fitriyani, S.Kep., M.Kep, selaku dosen pembimbing kedua saya telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal skripsi hingga pembuatan skripsi ini selesai;
- (4) Pihak SDN 02 Duren Sawit yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan;
- (5) Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
- (6) Teman-teman FIK UI A'08 khususnya Lediya Muthmainah, Lisa Permatasari, dan Rahayu Setiyawati yang telah banyak memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Depok, 2 Juli 2012

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Kurniasih
NPM : 0806457104
Program Studi : Reguler 2008
Departemen : Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

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

Persepsi Tentang Makanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur

beserta 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 : 6 Juli 2012

Yang menyatakan



(Kurniasih)

ABSTRAK

Nama : Kurniasih
Program Studi : Reguler 2008
Judul : Persepsi Tentang Makanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah
Di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur

Anak usia sekolah rentan mengonsumsi makanan tidak sehat padahal mereka membutuhkan makanan sehat. Hal ini tergantung dari persepsi mereka karena persepsi mempengaruhi pilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah di SDN 02 Duren Sawit. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Jumlah sampel berjumlah 77 anak yang diambil secara acak. Hasil penelitian ini yaitu 54,5% anak berpersepsi baik tentang gizi seimbang, 66,3% anak berpersepsi baik tentang kebutuhan gizi, dan 72,7% berpersepsi baik tentang keamanan makanan. Ada hubungan antara terpaparnya informasi dengan persepsi tentang gizi seimbang dan kebutuhan gizi namun tidak berhubungan dengan persepsi tentang keamanan makanan.

Kata kunci: Anak, gizi, keamanan makanan, makanan sehat, persepsi

ABSTRACT

Name : Kurniasih
Study Program: Regular 2008
Title : Perception of School Age Children About Healthy Food at
SDN 02 Duren Sawit, East Jakarta

School age children have susceptible to eat unhealthy food whereas they need healthy food. It depend on their perception because perception will affect their choice of food. This study aims to describe the perception of school age children about healthy food at SDN 02 Duren Sawit. This study used quantitative research with descriptive methods. The number of samples amounted to 77 children taken at random. The results showed that 54,5% of children have good perception about balanced nutrition, 66,3% of children have good perception about nutritional needs, and 72,7% have good perception about food safety. There was relationship between get of information about healthy food with perception about balanced nutrition and nutritional needs, but not related of perception about food safety.

Key words: Children, food safety, healthy food, nutrition, perception

DAFTAR ISI

| | |
|--|-----------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH | v |
| ABSTRAK | vi |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| DAFTAR TABEL | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| 1. PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 5 |
| 2. TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1 Anak Usia Sekolah | 7 |
| 2.1.1 Sebagai Kelompok Risiko | 7 |
| 2.1.2 Perkembangan Kognitif | 8 |
| 2.1.3 Perkembangan Moral | 9 |
| 2.1.4 Karakteristik Anak Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi | 9 |
| 2.2 Nutrisi Anak Usia Sekolah | 10 |
| 2.3 Keamanan Makanan | 13 |
| 2.4 Persepsi | 15 |
| 2.4.1 Definisi Persepsi | 15 |
| 2.4.2 Proses Pembentukan Persepsi | 16 |
| 2.4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi | 18 |
| 3. KERANGKA KONSEP PENELITIAN | 20 |
| 3.1 Kerangka Konsep Penelitian | 20 |
| 3.2 Hipotesis | 20 |
| 4. METODE PENELITIAN..... | 24 |
| 4.1 Desain Penelitian | 24 |
| 4.2 Populasi dan Sampel | 24 |
| 4.3 Tempat dan Waktu Penelitian | 26 |
| 4.4 Etika Penelitian | 26 |
| 4.5 Alat Pengumpul Data | 27 |
| 4.6 Prosedur Pengumpulan Data | 29 |
| 4.7 Pengolahan dan Analisis Data | 29 |
| 4.8 Jadwal Kegiatan Penelitian | 33 |
| 5. HASIL PENELITIAN | 34 |

| | |
|--------------------------------------|-----------|
| 6. PEMBAHASAN | 41 |
| 7. KESIMPULAN DAN SARAN | 49 |
| DAFTAR PUSTAKA | 51 |



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Proses Pembentukan Persepsi.....17



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah | 12 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional | 22 |
| Tabel 4.1 Analisis Data | 30 |
| Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Kelas, dan Jenis Kelamin | 35 |
| Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Terpaparnya Informasi Makanan Sehat dan Sumber Informasi Makanan Sehat..... | 36 |
| Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Persepsi Anak Tentang Gizi Seimbang, Kebutuhan Gizi, dan Keamanan Makanan..... | 37 |
| Tabel 5.4 Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan Sehat dan Persepsi Tentang Gizi Seimbang | 38 |
| Tabel 5.5 Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan Sehat dan Persepsi Tentang Kebutuhan Gizi | 39 |
| Tabel 5.6 Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan Sehat dan Persepsi Tentang Keamanan Makanan | 40 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|----|
| Lampiran 1: Surat Izin Penelitian | 55 |
| Lampiran 2: Lembar Berita Acara Pengambilan Data | 56 |
| Lampiran 3: Lembar Pengantar <i>Informed Consent</i> | 57 |
| Lampiran 4: Lembar <i>Informed Consent</i> | 58 |
| Lampiran 5: Lembar Kuesioner | 59 |
| Lampiran 6: Riwayat Hidup | 60 |



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 membutuhkan gizi yang baik dan cukup. Hal ini disebabkan anak pada masa tersebut sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan untuk persiapan memasuki masa pubertas. Selain itu, mereka juga memiliki aktivitas lebih banyak daripada anak usia sekolah dibawahnya. Anak yang memiliki gizi baik akan berdampak pada tumbuh kembang yang baik, begitupun sebaliknya anak yang memiliki gizi buruk akan berdampak pada tumbuh kembang yang buruk pula. Auliana (2012) mengungkapkan bahwa gizi yang baik pada masa usia sekolah dapat menjadi awal bagi status gizi, kesehatan, dan stamina optimal pada usia selanjutnya. Oleh karena itu, mereka perlu asupan makanan sehat yang bergizi sesuai dengan yang mereka butuhkan.

Gizi yang baik didapatkan dari makanan yang sehat. Makanan sehat tersebut harus mengandung zat-zat yang dibutuhkan oleh tubuh dan tidak mengandung zat-zat yang berbahaya. Zat-zat yang dibutuhkan oleh tubuh misalnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sedangkan zat-zat yang berbahaya bagi tubuh misalnya formalin, boraks, zat pewarna rhodamin B, dan pemanis buatan yang sering terdapat pada jajanan anak.

Gizi anak tergantung pada makanan yang dikonsumsi oleh anak. Anak usia sekolah selain mengkonsumsi makanan yang disediakan oleh orang tua, mereka pun mengkonsumsi makanan dari jajanan yang dijual di lingkungan sekolah mereka. Hal ini terbukti menurut BPOM (2008 dalam Pramudiarja, 2011) bahwa tidak kurang dari 78% anak usia sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di lingkungan sekolahnya. Ini juga diungkapkan oleh Auliana (2012) bahwa 91,1% anak menyukai jajanan. Menurut BPOM (2005 dalam Cahandar & Suhanda, 2007) menyatakan bahwa sebesar 39,95% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan pangan karena mengandung zat yang berbahaya

bagi tubuh. Hal ini meningkat dimana menurut BPOM terhadap Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) antara tahun 2006-2010 menunjukkan bahwa 40%-44% makanan yang dijual di lingkungan sekolah juga tidak memenuhi syarat keamanan (Pramudiarja, 2011). Ini disebabkan oleh penggunaan bahan berbahaya seperti formalin, boraks, zat pewarna rhodamin B, dan *methanyl yellow*. Selain itu, Judarwanto (2011) mengungkapkan bahwa penelitian yang dilakukan suatu lembaga studi di daerah Jakarta Timur menemukan bahwa jenis jajanan yang sering dikonsumsi oleh anak-anak sekolah adalah lontong, otak-otak, tahu goreng, mie bakso dengan saus, ketan uli, es sirop, dan cilok. Berdasarkan uji lab, pada otak-otak dan bakso ditemukan boraks, tahu goreng dan mie kuning basah ditemukan formalin, dan es sirop merah positif mengandung rhodamin B. Penelitian yang dilakukan oleh Elliot (2009) di Kanada pun menyebutkan bahwa konsumsi makanan tidak sehat pada anak usia sekolah adalah tinggi, dimana mereka lebih menyukai *junk food* seperti pizza dan gorengan. Data-data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat konsumsi makanan yang tidak sehat pada anak usia sekolah adalah cukup tinggi.

Tumbuh kembang anak akan terganggu jika terus menerus mengkonsumsi makanan yang tidak sehat serta gizi yang tidak seimbang. Pertumbuhan merupakan penambahan ukuran sehingga jika pertumbuhan terganggu maka dampaknya adalah tidak sesuai berat dan tinggi badan anak dengan usianya serta tidak sesuai berat badan dengan tinggi badannya. Selain pertumbuhan, perkembangan anak juga terganggu misalnya terganggunya perkembangan kognitif seperti kurangnya daya pikir anak.

Dampak-dampak yang timbul akibat dari konsumsi makanan berawal dari persepsi anak tentang pemilihan makanan yang akan mereka konsumsi. Hal ini sejalan dengan pendapat Sarwono (1992 dalam Sukayah, 2003) dan Solso (1995 dalam Satiadarma, 2004) bahwa persepsi akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dan ditunjang pula dengan hasil penelitian Nurchoiriah (2009) yang menyatakan bahwa persepsi berhubungan secara bermakna dengan kebiasaan perilaku. Notoadmojo (2003) pun mengatakan bahwa persepsi merupakan hal

pertama yang harus diperhatikan untuk mengenal dan memilih berbagai objek. Ini berarti bahwa persepsi yang dimiliki anak akan mempengaruhi sikap dan perilakunya dalam pemilihan jenis makanan yang akan mereka konsumsi. Pemilihan jenis makanan tersebut akan berdampak pada pemenuhan nutrisi mereka yang dapat berpengaruh kepada tumbuh kembangnya. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian mengenai persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah.

Peneliti mengambil responden anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 karena mereka membutuhkan energi dan zat gizi yang lebih banyak akibat dari banyaknya aktivitas yang mereka lakukan dibandingkan anak usia sekolah dibawahnya serta untuk persiapan menuju masa pubertas. Selain itu, mereka juga telah mampu berpikir secara lebih rasional dalam pengambilan keputusan terhadap suatu hal, seperti dalam pemilihan makanan. Hal ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Dolliver (2003) di Amerika bahwa sebanyak 76% anak khawatir terhadap kesehatannya jika mengkonsumsi *junk food*. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Allen (2011) di pedesaan Arkansas tentang pengetahuan anak tentang makanan yang sehat dan tidak sehat menyatakan bahwa mayoritas anak lebih mengenal jenis makanan yang tidak sehat dibandingkan makanan sehat. Penelitian lain, seperti yang dilakukan oleh Williams (2011) menyebutkan bahwa anak usia sekolah di San Luis mayoritas mengkonsumsi sayur, buah, sereal, minuman manis, susu, dan roti sedangkan ikan, telur, dan daging sedikit dikonsumsi oleh mereka.

Peneliti melakukan penelitian di SDN 02 Duren Sawit karena ada aturan untuk membawa bekal dari rumah. Adanya hal ini, memungkinkan mereka terpapar informasi tentang makanan sehat. Selain itu, ada pula jajanan di lingkungan sekolah tersebut dan mereka diperbolehkan untuk jajan. Menurut Sugito (n.d) bahwa terpaparnya informasi dapat mempengaruhi persepsi seseorang. Oleh karena itu, persepsi mereka tentang makanan sehat perlu untuk diteliti.

Hasil dari penelitian ini akan bermanfaat untuk tenaga kesehatan terutama perawat agar dapat memberikan intervensi yang tepat terhadap peningkatan pelayanan gizi pada anak usia sekolah. Hal ini untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah yang lebih baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dirumuskan masalah bahwa anak usia sekolah sangat rentan mengkonsumsi makanan yang tidak sehat. Anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 sudah memiliki kemampuan yang lebih baik dalam pemilihan makanan. Hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa mereka juga dapat mengkonsumsi makanan tidak sehat. Ini dibuktikan dari data yaitu menurut BPOM (2008 dalam Pramudiarja, 2011) bahwa tidak kurang dari 78% anak usia sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di lingkungan sekolahnya. Auliana (2012) juga mengungkapkan bahwa 91,1% anak menyukai jajanan. Di lain pihak, BPOM (2005 dalam Cahandar & Suhandar, 2007) menyatakan bahwa sebesar 39,95% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan pangan karena mengandung zat yang berbahaya bagi tubuh. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Pramudiarja (2011) bahwa menurut BPOM terhadap Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) antara tahun 2006-2010 menunjukkan bahwa 40%-44% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan.

SDN 02 Duren Sawit sebagai tempat penelitian juga terdapat jajanan. Anak diperbolehkan untuk jajan meskipun di sekolah ini terdapat aturan untuk membawa bekal dari rumah. Hal ini memungkinkan anak untuk mengkonsumsi makanan yang tidak sehat. Jika anak mengkonsumsi makanan yang tidak sehat serta gizi yang tidak seimbang, maka tumbuh kembang mereka akan terganggu. Selain itu, anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 juga persiapan untuk menuju masa pubertas, sehingga pemilihan makanan untuk mereka sangat penting. Penentuan atau pemilihan makanan yang akan dikonsumsi anak, tergantung dari persepsi mereka. Selain itu, menurut Sugito (n.d) bahwa persepsi dapat dipengaruhi oleh terpaparnya informasi. Adanya membawa bekal dari

rumah, memungkinkan anak untuk terpapar informasi tentang makanan sehat. Oleh karena itu, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian: "Bagaimana gambaran persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit?".

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum:

Memberikan gambaran persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit.

1.3.2 Tujuan Khusus:

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit.

1.3.2.2 Mengidentifikasi persepsi tentang gizi seimbang menurut anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit.

1.3.2.3 Mengidentifikasi persepsi tentang kebutuhan gizi menurut anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit.

1.3.2.4 Mengidentifikasi persepsi tentang keamanan makanan menurut anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit.

1.3.2.5 Mengidentifikasi hubungan terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang.

1.3.2.6 Mengidentifikasi hubungan terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang kebutuhan gizi.

1.3.2.7 Mengidentifikasi hubungan terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang keamanan makanan.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini yaitu meliputi manfaat untuk masyarakat (pihak sekolah dan orang tua), pelayanan keperawatan, dan penelitian.

a. Masyarakat (pihak sekolah dan orang tua)

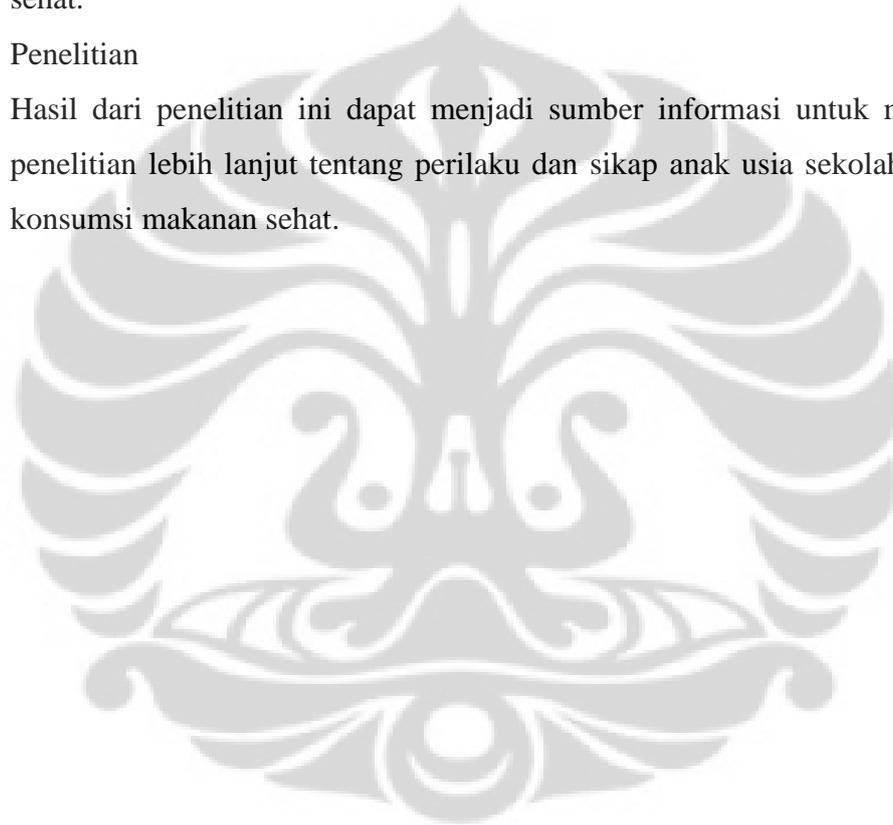
Hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk pihak sekolah dan orang tua anak terkait untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat dan perilaku makan sehat.

b. Pelayanan Keperawatan

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi motivasi tenaga kesehatan terutama perawat untuk meningkatkan pelayanan gizi anak usia sekolah. Tenaga kesehatan misalnya dapat melakukan penyuluhan-penyuluhan terkait makanan sehat.

c. Penelitian

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang perilaku dan sikap anak usia sekolah terhadap konsumsi makanan sehat.



BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah. Oleh karena itu, teori-teori yang akan dibahas antara lain tentang karakteristik anak usia sekolah, nutrisi untuk anak usia sekolah, dan persepsi.

2.1 Anak Usia Sekolah

2.1.1 Sebagai Kelompok Risiko

Anak usia sekolah merupakan kelanjutan dari tahap prasekolah. Menurut Wong (2008), usia anak sekolah dimulai dari 6 sampai 12 tahun. Anak pada masa tersebut mengalami karakteristik yang berbeda dari usia sebelumnya. Pada masa tersebut, karakteristik seorang anak dipengaruhi oleh lingkungan termasuk karakteristik dalam hal pemenuhan nutrisi.

Menurut Nuraini (2007) bahwa salah satu hal yang dapat mempengaruhi pemenuhan nutrisi pada anak usia sekolah yaitu faktor lingkungan. Mereka mudah terpengaruh antara lain dari media massa, teman sebaya, maupun dari keluarga anak itu sendiri. Misalnya media massa mengiklankan permen kojek secara berulang-ulang, ini dapat memunculkan persepsi anak bahwa permen kojek adalah jenis makanan yang menarik dan harus dicoba. Seperti yang diungkapkan oleh Robbins dan Judge (2008) bahwa persepsi dapat dipengaruhi oleh gerakan yang berulang-ulang yaitu tayangan iklan permen kojek yang berulang. Contoh lain yaitu jika keluarga membiasakan anggota keluarganya untuk mengkonsumsi makanan tidak sehat, maka anak akan terpengaruh untuk mengkonsumsi makanan tidak sehat pula. Selain itu, anak menghabiskan mayoritas waktu mereka di lingkungan sekolah. Mereka pun dapat mengkonsumsi jajanan di lingkungan sekolah mereka.

BPOM (2008 dalam Pramudiarja, 2011) menyatakan bahwa tidak kurang dari 78% anak usia sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di lingkungan

sekolahnya. Selain itu, BPOM terhadap Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) antara tahun 2006-2010 menunjukkan bahwa 40%-44% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan (Pramudiarja, 2011). Oleh karena itu, anak usia sekolah merupakan kelompok yang berisiko untuk terpapar makanan yang tidak sehat, padahal mereka membutuhkan makanan yang sehat untuk perkembangan dan pertumbuhan yang baik.

Adapun karakteristik anak usia sekolah yang berhubungan dengan persepsi tentang makanan sehat dapat dilihat dari karakteristik perkembangan kognitif, moral, dan karakteristik anak usia sekolah dalam pemenuhan nutrisinya. Penjelasan hal tersebut akan dijelaskan sebagai berikut.

2.1.2 Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif meningkat saat anak memasuki masa usia sekolah. Menurut Piaget (1975 dalam Stolte, 2003) bahwa perkembangan kognitif pada tahap ini sebagai masa operasional konkret. Proses berpikir meningkat menjadi kompleks dan logis. Anak dapat memilah dan mengelola fakta-fakta. Pemecahan masalah tetap konkret dan merefleksikan pengalaman anak itu sendiri. Anak juga dapat mempertimbangkan pandangan orang lain.

Selain itu, menurut Piaget dalam Wong (2008) pada masa ini anak juga dapat menguasai konsep konservasi, mampu mengklasifikasi, dan keterampilan dalam membaca pun meningkat. Contoh dari anak dapat menguasai konsep konservasi misalnya anak tidak lagi menganggap bahwa gelas yang tinggi dan ramping memiliki volum air yang lebih banyak dibandingkan dengan gelas yang pendek. Anak juga dapat mengklasifikasikan sesuatu dimana mereka memiliki konsep dalam pikirannya sambil membuat keputusan berdasarkan konsep tersebut. Sebagai contoh yaitu menurut penelitian Ekeke, Telu, Thomas, dan Malcolm (2007) anak dapat mengidentifikasi jenis makanan berdasarkan kelas makanan yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat. Anak usia sekolah juga meningkat dalam hal membaca, disini anak mampu untuk mengeksplorasi,

berimajinasi, serta memperluas pengetahuan mereka terkait suatu hal misalnya terkait makanan sehat.

2.1.3 Perkembangan Moral

Perkembangan moral yang terjadi berbeda antara anak usia sekolah yang lebih kecil dengan anak usia sekolah yang lebih besar. Pada anak yang lebih kecil, mereka lebih mempercayai bahwa standar perilaku berasal dari orang lain bukan dari diri mereka sendiri. Contoh dari hal tersebut yaitu jika anak tidak mengkonsumsi sayur, maka akan dimarahi oleh orang tua. Alasan anak dalam melakukan suatu hal akibat dari peraturan orang lain bukan karena niat dari dalam diri si anak (Kohlberg dalam Wong, 2008). Selain itu, Kohlberg dalam Wong (2008) juga menjelaskan bahwa anak usia sekolah yang lebih besar lebih mampu menilai suatu tindakan berdasarkan niat dibandingkan akibat yang dihasilkannya. Peraturan dan penilaian tidak lagi bersifat mutlak dan otoriter serta mulai berisi lebih banyak kebutuhan dan keinginan orang lain. Selain itu, mereka juga menggunakan berbagai pandangan yang berbeda untuk membuat penilaian. Oleh karena itu, pujian perlu diberikan kepada anak jika ia patuh untuk mengkonsumsi makanan yang sehat dan sebaliknya anak perlu ditegur atau diberikan motivasi jika ia mengkonsumsi makanan yang tidak sehat.

2.1.4 Karakteristik Anak Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi

Anak usia sekolah memiliki karakteristik dalam memenuhi kebutuhan nutrisi mereka. Supartini (2004) menyebutkan bahwa anak usia sekolah, yaitu (1) anak dapat mengatur pola makannya sendiri; (2) adanya pengaruh teman atau jajanan di lingkungan sekolah dan di lingkungan luar rumah serta adanya iklan makanan tertentu di televisi; (3) kebiasaan menyukai satu makanan tertentu berangsur-angsur hilang; dan (4) pengaruh bermain menyebabkan keinginannya yang lebih besar pada aktivitas bermain daripada makan. Selain itu, Nuraini (2007) menjelaskan daya pilih anak terhadap suatu jenis makanan ditentukan oleh tiga faktor yaitu:

a. Karakteristik anak

Anak memiliki interaksi yang tinggi dengan lingkungan sekolah, teman-teman, dan media massa. Sehingga pemilihan terhadap suatu jenis makanan dapat dipengaruhi oleh ketiga hal tersebut.

b. Faktor lingkungan

Anak usia sekolah dengan sangat mudah dapat dipengaruhi oleh lingkungan untuk memilih makanan. Mereka biasanya akan turut menyukai makanan yang juga disukai oleh teman-temannya. Selain itu, peran iklan atau media massa juga sangat besar pengaruhnya.

c. Karakteristik makanan

Penampilan, tekstur, rasa, kemasan, dan harga menjadi kriteria anak-anak dalam memilih produk makanan. Di dalam hal ini, biasanya semakin menarik suatu jenis makanan ataupun kemasannya, maka anak akan semakin ingin mencoba jenis makanan tersebut.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa anak usia sekolah dapat memenuhi kebutuhan nutrisinya secara mandiri. Selain itu, pemenuhan kebutuhan nutrisinya dapat dipengaruhi oleh karakteristik anak itu sendiri, faktor lingkungan, dan karakteristik dari makanan. Oleh karena itu, perlu diketahui pemenuhan nutrisi yang tepat untuk mereka.

2.2 Nutrisi Anak Usia Sekolah

Nutrisi pada anak usia sekolah merupakan suatu hal yang penting. Pada masa ini, terutama pada anak yang usianya lebih besar memiliki lebih banyak aktivitas dan juga persiapan untuk memasuki masa pubertas. Jika anak mendapatkan nutrisi yang baik maka akan berdampak pada tumbuh kembang yang baik, begitupun sebaliknya. Nutrisi yang baik tersebut didapatkan dari makanan yang sehat.

Soekirman (2000) menyebutkan bahwa makanan sehat merupakan makanan yang bebas dari bakteri, virus, parasit, serta bebas dari pencemaran zat-zat kimia. Menurut Judio-Kahl (2011) bahwa makanan sehat adalah makanan yang seimbang dari segi gizi yang memenuhi unsur *macronutrient* (karbohidrat, protein, vitamin,

dan lemak) dan *micronutrient* (mineral dan air). Selain itu, menurut Tandra dalam Ebit (2011) makanan sehat adalah makanan yang tidak membuat kita *underweight* atau *overweight*, tidak membuat kolesterol atau gula darah kita tinggi, serta tidak memperburuk fungsi organ penting tubuh. Jadi makanan sehat yaitu makanan bergizi yang dibutuhkan oleh tubuh dan makanan tersebut harus seimbang di dalam tubuh serta terbebas dari segala pencemaran baik organik maupun kimiawi agar tidak membahayakan tubuh.

Anak usia sekolah membutuhkan makanan sehat untuk pertumbuhan dan perkembangannya yakni makanan yang mengandung gizi yang diperlukan tubuh. Menurut Damayanti (2011) bahwa makanan sehat tersebut antara lain mengandung:

a. Kalori

Jumlah kalori yang dibutuhkan anak yaitu 2000 kalori. Kebutuhan ini tergantung dari berat badan dan tinggi anak, jumlah aktivitas fisik yang dilakukan anak, dan proses metabolisme tubuh. Contoh makanan yang mengandung kalori adalah gandum, roti, beras, dan lain-lain.

b. Protein

Protein yang dibutuhkan 1 gram/kg berat badan. Contoh makanan yang mengandung protein yaitu tahu, tempe, ikan, telur, ayam, dan lain-lain.

c. Lemak

Anak butuh lemak, namun pengonsumsi lemak yang terlalu banyak dapat membawa anak pada kondisi kelebihan pengonsumsi kalori dan penambahan berat badan.

d. Serat

Anak dianjurkan untuk meningkatkan pengonsumsi serat setiap hari. Serat didapatkan dari konsumsi buah dan sayuran.

e. Kalsium

Kalsium dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang dan pemeliharaan kepadatannya. Anak usia sekolah membutuhkan kalsium sekitar 500-1300 mg per hari. Kalsium didapatkan misalnya dari olahan susu.

Anna (2010) menyatakan bahwa anak usia sekolah membutuhkan makanan yang mengandung energi, seperti karbohidrat, lemak, dan protein, serta vitamin. Zat-zat tersebut dibutuhkan tubuh untuk pembentukan otot, tulang, sel-sel organ, serta membantu penghantaran informasi di otak. Selain itu, anak juga harus dibiasakan tetap minum susu karena susu merupakan sumber kalsium dan protein yang dapat membantu dalam pemenuhan kebutuhan anak yang semakin meningkat. Selain itu berdasarkan artikel *Mentor Health Care* (2012) anak usia sekolah membutuhkan makanan seimbang yang terdiri dari (1) sumber zat tenaga seperti nasi, roti, ubi, jagung, gula, tepung-tepungan, dan minyak; (2) sumber zat pembangun, seperti ikan, telur, ayam, kacang-kacangan, dan tempe; dan (3) sumber zat pengatur, seperti sayur-sayuran dan buah-buahan. Selain itu, Hayati (2009) juga mengungkapkan bahwa anak usia sekolah membutuhkan keseimbangan diet nutrisi yang baik seperti kebutuhan akan kalori, protein, mineral, dan lemak perhari untuk pertumbuhan anak.

Anak tidak hanya membutuhkan jenis makanan yang sehat namun juga harus disesuaikan dengan kebutuhan gizinya agar tidak terjadi kelebihan ataupun kekurangan gizi. Anak usia sekolah membutuhkan sekitar 2400 kalori perhari untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan yang dikonsumsi selama 3 kali makan nasi serta 1 atau 2 kali makan ringan (Hayati, 2009). Menurut Auliana (2012) kebutuhan gizi anak usia sekolah yang diperlukan dapat dilihat pada tabel 2.1 berikut ini:

Tabel 2.1 Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

| Usia | Energi | Protein |
|-------------|-----------------|----------------|
| 6 tahun | 1.550 kal | 39 gram |
| 7-9 tahun | 1.800 kal | 45 gram |
| 10-12 tahun | | |
| Laki-laki | 55-60 kal/kg BB | 40 gram |
| Perempuan | 50-60 kal/kg BB | 50 gram |

Sumber: Auliana. (2012).

Jadi dapat disimpulkan bahwa anak usia sekolah membutuhkan makanan sehat yang bergizi seimbang terdiri dari sumber zat tenaga yaitu makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak, zat pembangun yaitu makanan yang mengandung protein, dan zat pengatur yaitu makanan yang mengandung vitamin. Selain itu, anak juga membutuhkan jumlah makanan yang seimbang agar tidak terjadi kelebihan ataupun kekurangan gizi. Selain hal tersebut, hal yang tidak kalah pentingnya dalam makanan sehat yaitu keamanan makanan.

2.3 Keamanan Makanan

Keamanan makanan adalah makanan yang bebas dari kuman dan bahan kimia berbahaya (Depkes, 2002). Ini penting untuk diperhatikan oleh anak usia sekolah yang rentan terpapar jajanan di lingkungan sekolah mereka. Namun, mayoritas anak usia sekolah rentan untuk mengkonsumsi makanan yang berasal dari jajanan yang kurang aman yaitu makanan yang tercemar organisme dan zat berbahaya (Damayanti, 2010). Hal ini seperti yang dikemukakan BPOM (2008 dalam Pramudiarja, 2011) bahwa tidak kurang dari 78% anak usia sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di lingkungan sekolahnya. Ini juga diungkapkan oleh Auliana (2012) bahwa 91,1% anak menyukai jajanan. Damayanti (2011) mengungkapkan bahwa makanan yang dijual di lingkungan sekolah termasuk kedalam makanan yang kurang aman. Selain itu, BPOM (2005 dalam Cahandar & Suhanda, 2007) juga menyatakan bahwa sebesar 39,95% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan pangan karena mengandung zat yang berbahaya bagi tubuh. Hal ini meningkat dimana menurut BPOM terhadap Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) antara tahun 2006-2010 menunjukkan bahwa 40%-44% makanan yang dijual di lingkungan sekolah juga tidak memenuhi syarat keamanan (Pramudiarja, 2011).

Makanan yang kurang aman yaitu makanan yang tercemar organisme dan zat berbahaya (Damayanti, 2010). Adapun makanan yang tercemar organisme yaitu makanan yang tercemar oleh tanah, air, dan udara ataupun mikroorganisme seperti bakteri, fungi, parasit, dan virus (Purnawijayanti, 2001). Selain itu, Purnawijayanti (2001) juga mengungkapkan bahwa makanan yang tercemar

organisme sering tidak disadari dan ini dapat mengakibatkan keracunan atau kerusakan makanan. Adapun makanan yang tercemar bahan berbahaya, zat-zat serta ciri-ciri makanan atau jajanan yang sering ditemukan di lingkungan sekolah menurut Cahandar dan Suhandi (2007):

a. Formalin

Formalin merupakan zat berbahaya bagi kesehatan. Efek jangka pendeknya antara lain iritasi pada saluran pernapasan, muntah-muntah, pusing, dan rasa terbakar pada tenggorokan. Efek jangka lamanya yaitu kerusakan hati, jantung, otak, limpa, pankreas, sistem susunan saraf pusat, dan ginjal. Contoh makanan terutama pada jajanan anak yang dapat mengandung formalin seperti mie kuning basah dan tahu goreng. Makanan tersebut dapat dicirikan sebagai berikut:

- Mi basah: baunya sedikit menyengat, mi terlihat mengkilat seperti berminyak, liat (tidak mudah putus), tidak lengket.
- Tahu: bertahan lama, bentuknya sangat bagus, kenyal, tidak mudah hancur, bau menyengat, tidak ada bau kedelai.

b. Boraks

Zat ini merupakan antiseptika, jika dikonsumsi akan merusak sistem saraf pusat dan cairan serebrospinal. Gejala yang timbul adalah pusing, badan malas, depresi delirium, muntah, diare, kram, kejang, koma, kolaps, dan sianosis. Contoh makanan yang mengandung boraks antara lain otak-otak dan bakso. Makanan tersebut dapat dicirikan antara lain lebih kenyal, jika digigit akan kembali ke bentuk semula, warnanya tampak lebih putih, bau serasa tidak alami, dan jika dipantulkan ke lantai akan memantul kembali.

c. Pewarna

Pewarna dapat membuat makanan menjadi menarik. Makanan yang mengandung zat pewarna berlebihan atau mengandung zat pewarna yang seharusnya tidak untuk makanan dapat membahayakan tubuh. Akibat yang dapat ditimbulkan antara lain dapat memicu kanker serta merusak hati dan ginjal.

Adapun contoh jajanan anak yang mengandung zat pewarna yaitu permen kojek, es sirop, kue, dan saus sambal. Ciri-ciri dari makanan yang mengandung zat pewarna berbahaya yaitu warna makanan sangat mencolok, ada sedikit rasa pahit, timbul rasa gatal di tenggorokan setelah mengkonsumsinya, dan baunya tidak alami.

d. Pemanis buatan

Zat yang dijadikan sebagai pemanis buatan yaitu sakarin dan siklamat. Kedua zat ini berbahaya bagi tubuh karena dapat memicu kanker. Contoh makanan yang mengandung pemanis buatan misalnya permen gulali dan sirop. Adapun ciri dari makanan atau minuman yang mengandung pemanis buatan yaitu selain rasa manis yang dirasa juga ada rasa pahit dan minuman lebih encer dibandingkan menggunakan gula.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa keamanan makanan merupakan hal yang penting dalam pemilihan makanan. Makanan yang akan dikonsumsi anak tergantung dari pemilihan jenis makanan oleh anak. Pilihan makanan yang dikehendaki anak, dapat berawal dari persepsi yang mereka miliki terhadap jenis makanan tersebut.

2.4 Persepsi

2.4.1 Definisi Persepsi

Persepsi banyak didefinisikan, antara lain yaitu yang didefinisikan oleh Sunaryo (2004) bahwa persepsi merupakan proses diterimanya rangsang melalui pancaindera, yang didahului oleh perhatian sehingga individu sadar tentang sesuatu yang ada di dalam maupun di luar dirinya. Ivancevich, Konopaske, dan Matteson (2005) menyatakan persepsi merupakan proses dimana seorang individu memberikan arti pada lingkungan. Selain itu, Robbins dan Judge (2008) juga menyebutkan persepsi merupakan proses yaitu individu mengatur dan menginterpretasikan kesan-kesan sensoris mereka guna memberikan arti bagi lingkungan mereka. Menurut Gunarsa (2002) persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa, hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Wade dan Tavris (2009) mengungkapkan

bahwa persepsi adalah proses dimana impuls-impuls sensorik diatur dan diterjemahkan.

Oleh karena itu, persepsi dapat disimpulkan yaitu suatu proses penerimaan stimulus dari lingkungan melalui pancaindera suatu individu kemudian persepsi tersebut diinterpretasikan untuk menghasilkan suatu arti bagi lingkungan. Persepsi tidak terbentuk dengan begitu saja, namun melewati suatu proses.

2.4.2 Proses Pembentukan Persepsi

Persepsi memiliki proses dalam pembentukannya. Menurut Sunaryo (2004), sebelum terjadi suatu proses pembentukan persepsi, terdapat syarat-syarat untuk pembentukannya yaitu:

a. Adanya objek

Objek yang dimaksud adalah sesuatu yang akan dipersepsikan. Objek ini kemudian akan memberikan stimulus kepada alat indera (reseptor). Misalnya ada suatu objek yaitu poster yang bergambar jenis makanan sehat. Poster tersebut dapat memberikan stimulus kepada alat indera anak.

b. Adanya perhatian

Perhatian merupakan hal pertama yang harus ada untuk mengadakan persepsi. Jika tidak ada perhatian, maka persepsi tidak akan terbentuk. Misalnya poster dengan gambar jenis makanan sehat yang beranekaragam serta dengan warna yang indah. Hal ini dapat menarik perhatian anak untuk melihat poster tersebut.

c. Adanya alat indera

Alat indera ini sebagai reseptor penerima stimulus. Ini juga merupakan hal yang penting karena jika tidak ada alat indera, maka tidak ada yang dapat menerima stimulus. Misalnya untuk melihat poster bergambar jenis makanan sehat, anak menggunakan salah satu dari pancaindera mereka yaitu mata.

d. Saraf sensoris

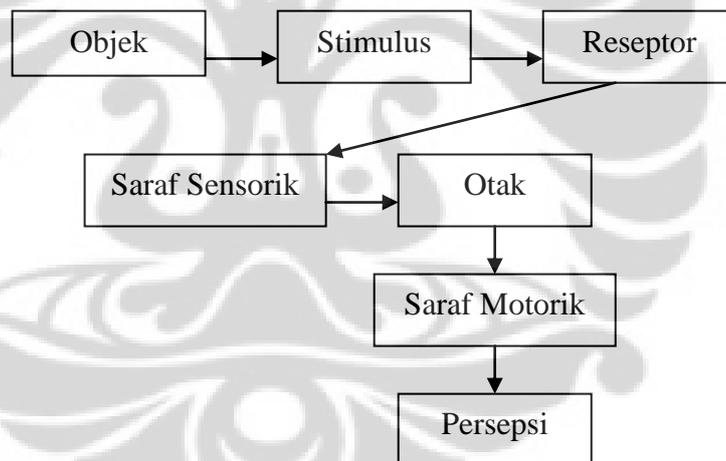
Sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus ke otak. Kemudian diteruskan oleh saraf motoris untuk mengadakan suatu respons. Misalnya saraf sensoris anak menerima stimulus berupa aneka ragam jenis makanan sehat

lalu diteruskan otak untuk diinterpretasikan kemudian saraf motoris yang akan menghasilkan suatu respon.

Jadi, terdapat 4 hal agar persepsi dapat terbentuk yaitu adanya objek, perhatian, alat indera, dan saraf sensoris. Jika hal-hal tersebut telah terpenuhi, maka proses pembentukan persepsi dapat terjadi.

Menurut Sunaryo (2004), proses dalam pembentukan persepsi yakni diawali dengan proses fisik yaitu bermula dari penerimaan reseptor dari stimulus suatu objek. Kemudian proses fisiologis yaitu bermula dari diterimanya stimulus oleh saraf sensoris lalu diteruskan ke otak. Setelah itu, proses psikologis yaitu proses dalam otak sehingga individu menyadari stimulus yang diterima.

Proses pembentukan persepsi jika digambarkan yaitu:



Gambar 2.2 Proses Pembentukan Persepsi

Sumber: Sunaryo. (2004).

Jadi dapat disimpulkan bahwa proses pembentukan persepsi tentang makanan sehat yaitu anak mendapat stimulus tentang informasi makanan sehat kemudian stimulus tersebut diterima oleh indera anak. Kemudian stimulus ini diterima oleh saraf sensorik untuk diteruskan ke otak, setelah otak menafsirkan stimulus itu, diteruskan ke saraf motorik untuk menginterpretasikannya sebagai suatu persepsi anak tentang makanan sehat apakah anak berpersepsi baik atau kurang. Persepsi

yang dihasilkan anak juga tidak lepas dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi persepsi anak terhadap makanan yang akan mereka pilih.

2.4.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi

Persepsi yang akan diinterpretasikan oleh seseorang tidak terlepas dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya. Menurut penelitian Prihardany (2004) menyatakan bahwa salah faktor yang berhubungan secara signifikan dengan persepsi adalah faktor pengetahuan dan penelitian Sugito (n.d) juga mengungkapkan bahwa keterpaparan dengan media sebagai sumber informasi secara statistik mempunyai hubungan bermakna terhadap persepsi.

Menurut Robbins dan Judge (2008) persepsi dapat dipengaruhi oleh 3 hal, yaitu:

a. Individu pembentuk persepsi

Merupakan faktor dari individu itu sendiri dimana persepsi seseorang dapat dipengaruhi oleh sikap, kepribadian, motif, minat, pengalaman masa lalu, dan harapan. Sebagai contoh jika anak memiliki harapan ingin sehat maka ia akan mengkonsumsi makanan yang sehat pula; jika seorang anak perempuan bermotif untuk memiliki tubuh langsing maka ia tidak akan mengkonsumsi makanan berlemak secara berlebih; jika anak memiliki pengalaman pernah mendapat informasi tentang makanan sehat, kemungkinan anak dalam pemilihan makanan sehat pun lebih tinggi.

b. Objek atau target yang diartikan

Merupakan suatu hal yang dapat memunculkan suatu persepsi yaitu dapat berupa suatu hal yang baru, gerakan, suara, ukuran, latar belakang, kedekatan, dan kemiripan. Sebagai contoh hal yang baru biasanya lebih menarik perhatian daripada hal yang telah lama diketahui individu., misalnya ada produk makanan baru, biasanya anak penasaran akan segera mencobanya dan membelinya.

c. Situasi

Merupakan suatu keadaan dimana objek yang dapat memunculkan suatu persepsi itu muncul yaitu dapat berupa lokasi, cahaya, panas, atau sejumlah faktor situasional yang lainnya. Sebagai contoh jika penyuluhan tentang

makanan sehat yang menggunakan media tulisan dan gambar dilakukan di suatu sekolah yang pencahayaan ruangnya gelap, maka anak kurang jelas dalam melihat informasi baik gambar ataupun tulisan yang tertulis.

Jadi dapat disimpulkan bahwa persepsi seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut antara lain dapat dari individu pembentuk persepsi termasuk salah satunya yaitu pengalaman individu tersebut mendapatkan informasi tentang suatu hal, objek atau target yang diartikan, dan dari situasi yang ada.



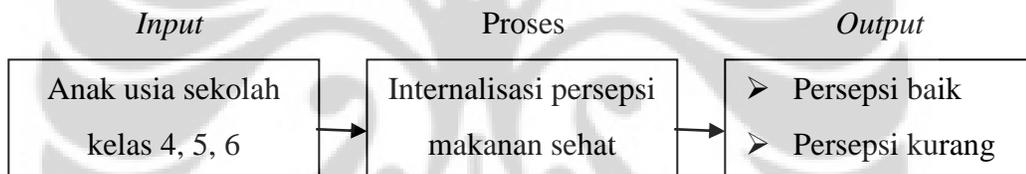
BAB 3

KERANGKA KONSEP PENELITIAN

Bab ini akan menguraikan tentang kerangka konsep, hipotesis, dan definisi operasional yang berkaitan dengan penelitian. Penjabaran hal-hal tersebut seperti di bawah ini.

3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Berdasarkan teori yang telah diuraikan dalam tinjauan pustaka, maka peneliti menggunakan model sistem, dimana dalam teori ini terdapat proses yang terjadi sebagai akibat adanya masukan atau *input* dan menghasilkan suatu keluaran atau *output*. Model sistem tersebut, digambarkan sebagai berikut:



Dari kerangka konsep diatas, dapat dijelaskan bahwa *input* merupakan masukan dimana masukan disini adalah anak usia sekolah kelas 4, 5, dan 6. Mereka memiliki penilaian tentang makanan sehat, penilaian tersebut didapatkan dari hasil internalisasi yakni anak mengidentifikasi tentang makanan sehat dan ini merupakan suatu proses. Proses internalisasi tersebut kemudian menghasilkan persepsi baik atau kurang yang merupakan suatu *output*. Jadi, dapat disimpulkan bahwa anak kelas 4, 5, dan 6 memiliki persepsi baik atau kurang dari hasil pengidentifikasian mereka tentang makanan sehat.

3.2 Hipotesis

3.2.1 Ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang gizi seimbang.

- 3.2.2 Ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang kebutuhan gizi.
- 3.2.3 Ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang keamanan makanan.



Tabel 3.1 Definisi Operasional

| Variabel | Definisi Operasional | Cara Ukur | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala |
|------------------------|---|--|--|--|---------|
| Usia | Lama waktu hidup responden hingga saat ini. | Responden menjawab data demografi no 1. | Pertanyaan pada kuesioner di bagian data demografi no 1. | 10, 11, 12 tahun. | ordinal |
| Kelas | Tingkat pendidikan responden. | Responden menjawab data demografi no 2. | Pertanyaan pada kuesioner di bagian data demografi no 2. | Kelas 4, 5, 6. | ordinal |
| Jenis kelamin | Hal yang dapat membedakan antara laki-laki dengan perempuan. | Responden menjawab data demografi bagian no 3. | Pertanyaan pada kuesioner di bagian data demografi no 3. | Laki-laki atau perempuan. | nominal |
| Keterpaparan informasi | Pernah atau tidak anak mendapatkan pesan/informasi tentang makanan sehat. | Responden menjawab data demografi no 4. | Pertanyaan pada kuesioner di bagian data demografi no 4. | Pernah atau tidak pernah. | nominal |
| Sumber informasi | Awal suatu pesan/informasi tentang makanan sehat didapat. | Responden menjawab data demografi no 5. | Pertanyaan pada kuesioner di bagian data demografi no 5. | Teman, guru, radio, orang tua, televisi, koran atau majalah. | nominal |

| Variabel | Definisi Operasional | Cara Ukur | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala |
|----------|---|---|---|---|---------|
| Persepsi | Pandangan, pendapat, atau penilaian anak tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan. | Responden menjawab 2 pilihan ya atau tidak pada pernyataan terkait persepsi makanan sehat. Jika pernyataan positif bernilai: Ya= 1; Tidak= 0 pada pernyataan no 1-9 dan 11 Jika pernyataan negatif bernilai: Ya= 0; Tidak= 1 pada pernyataan no 10 dan 12-21 | Pernyataan pada kuesioner di bagian persepsi tentang makanan sehat. | Persepsi baik: jika jumlah skor \geq mean/median Persepsi kurang: jika jumlah skor $<$ mean/median | nominal |

BAB 4

METODE PENELITIAN

Pada bab ini akan diuraikan tentang metode penelitian. Metode penelitian ini terdiri dari desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, tempat dan waktu penelitian, etika penelitian, alat pengumpul data, prosedur pengumpulan data, serta pengolahan dan analisis data.

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif karena penelitian ini bertujuan untuk mengangkat fakta, keadaan, variabel, dan fenomena yang terjadi selama penelitian berlangsung dan menyajikan data apa adanya (Wasis, 2008). Selain itu, di dalam penelitian ini tidak dilakukan suatu intervensi atau pengontrolan terhadap subjek penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur.

4.2 Populasi dan Sampel

Menurut Hastono dan Sabri (2010), populasi adalah keseluruhan unit analisis yang karakteristiknya akan diduga sedangkan sampel adalah sebagian populasi yang ciri-cirinya akan diukur. Pada penelitian ini, populasi yang diambil adalah siswa SDN 02 Duren Sawit dengan kriteria sampel yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Siswa SDN 02 Duren Sawit yang duduk di kelas 4, 5, dan 6, baik laki-laki maupun perempuan.
- b. Bersedia menjadi responden.
- c. Dapat membaca dan menulis.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah metode penarikan sampel secara acak yaitu *simple random sampling* atau acak sederhana. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan rumus sebagai berikut (Nursalam, 2003):

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot P (1 - P) \cdot N}{[d^2 \cdot (N - 1)] + [Z_{1-\alpha/2}^2 \cdot P (1 - P)]}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel yang dibutuhkan

Z = Jarak tertentu standar error dari rata-rata (1,96 pada $\alpha = 0,05$)

P = Proporsi untuk sifat tertentu yang diperkirakan terjadi pada populasi (50%= 0,5)

N = Jumlah populasi target

d = Presisi mutlak (derajat penyimpangan terhadap populasi) 10% = 0,1

Berdasarkan rumus tersebut, maka didapatkan perhitungan jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{(1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot (1 - 0,5) \cdot 237}{[(0,1)^2 \cdot (237 - 1)] + [(1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot (1 - 0,5)]}$$

$$n = 68,55 = 69 \text{ orang}$$

Jumlah sampel yang sudah didapat, perlu ditambah dari jumlah tersebut untuk mengantisipasi kemungkinan ada data-data yang tidak lengkap. Adapun penambahan jumlah sampel tersebut menurut Sastroasmoro (2008) yaitu:

$$n' = \frac{n}{(1-f)}$$

$$n' = \frac{69}{(1-0,1)} = 76,7 = 77 \text{ orang}$$

Keterangan:

n : besar sampel yang dihitung

n' : besar sampel setelahantisipasi *drop out*

f : perkiraan proporsi *drop out* (1-0,1)

Setelah perhitungan di atas, maka jumlah sampel yang diambil sebanyak 77 orang siswa yang terdiri dari kelas 4, 5, dan 6, dengan perincian sebagai berikut:

$$\text{Siswa kelas 4} = \frac{77}{237} \times 77 = 25 \text{ orang}$$

$$\text{Siswa kelas 5} = \frac{66}{237} \times 77 = 21 \text{ orang}$$

$$\text{Siswa kelas 6} = \frac{94}{237} \times 77 = 31 \text{ orang}$$

Dari hasil penghitungan tersebut, maka siswa yang menjadi responden yaitu kelas 4 sebanyak 25 orang, kelas 5 sebanyak 21 orang, dan kelas 6 sebanyak 31 orang. Peneliti membagikan kuesioner sebanyak 77 buah kepada 77 responden. Seluruh kuesioner tersebut ternyata layak untuk dianalisis sehingga peneliti menggunakan seluruh data yang berjumlah 77 tersebut.

4.3 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur karena di sekolah tersebut ada aturan untuk membawa bekal dari rumah. Selain itu terdapat jajanan yang dijual di lingkungan sekolah dan siswa diijinkan untuk membeli jajanan tersebut. Waktu penelitian yang dilakukan yaitu dari pembuatan proposal penelitian sampai pengambilan data penelitian yakni antara bulan Oktober 2011-April 2012.

4.4 Etika Penelitian

Etika penelitian telah peneliti terapkan saat pengambilan data penelitian. Etika penelitian tersebut menurut (Polit & Beck, 2004) yaitu:

a. Prinsip *Beneficence*

Prinsip *beneficence* dalam penelitian ini meliputi terbebas dari segala bahaya dan terbebas dari eksploitasi. Penelitian ini tidak berbahaya bagi responden, yaitu anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 yang terlibat dalam penelitian. Selain itu, penelitian ini juga tidak mengeksploitasi responden yaitu peneliti tidak menggunakan data diri responden untuk sesuatu yang tidak berhubungan dengan

penelitian. Responden memperoleh manfaat dari penelitian ini, yaitu mendapatkan souvenir berupa alat tulis yang dapat digunakan untuk mengerjakan tugas sekolah.

b. Prinsip Menghormati Martabat Manusia (*Respect for Human Dignity*)

Peneliti menjunjung prinsip menghormati martabat manusia dalam penelitian ini. Prinsip ini terdiri dari hak penentuan nasib sendiri dan hak untuk pengungkapan penuh. Responden dalam penelitian ini memiliki hak untuk menentukan apakah ingin berpartisipasi dalam penelitian ini atau tidak. Jika responden tidak ingin berpartisipasi, sebagai peneliti harus menghargai keputusan tersebut. Peneliti juga memberikan *informed consent* kepada responden yaitu menjelaskan tujuan, responden memiliki hak untuk menolak berpartisipasi, tanggung jawab peneliti, dan kemungkinan risiko atau manfaat yang dapat terjadi kepada responden.

c. Prinsip Keadilan

Peneliti menjunjung prinsip keadilan dalam penelitian ini. Prinsip ini terdiri dari hak keadilan dalam perlakuan dan hak privasi. Dalam menjunjung hak keadilan dalam perlakuan, peneliti selalu menghormati perjanjian antara responden dengan peneliti dan memperlakukan semua responden dengan baik. Peneliti juga adil dan tidak diskriminasi dalam memilih responden. Dalam menjunjung keadilan, peneliti menjaga privasi responden karena responden telah bersedia terlibat dalam penelitian. Peneliti menyembunyikan identitas responden dengan kode dan menjaga kerahasiaan responden dengan menyimpan kuesioner yang telah diisi oleh responden secara baik dan aman, tidak memberikan kuesioner tersebut kepada orang lain, dan menghancurkan kuesioner tersebut dan data tentang responden jika sudah tidak digunakan.

4.5 Alat Pengumpul Data

Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang memuat pertanyaan terkait data demografi dan pernyataan terkait persepsi makanan sehat yang dirancang oleh peneliti dengan mengacu pada literatur khususnya mengenai makanan sehat dan mengambil beberapa pernyataan kuesioner dari tesis

berjudul “Pengaruh peer edukasi tentang jajanan sehat terhadap perilaku anak usia sekolah di kota Lhokseumawe Naggroe Aceh Darussalam” yang diteliti oleh Hayati (2009). Jenis instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket berupa sejumlah pernyataan dalam kuesioner.

Pada proses pengambilan data, responden diminta menjawab kuesioner yang diberikan. Kuesioner yang dijadikan sebagai pengukur pada penelitian ini yaitu terdiri dari 5 pertanyaan terkait data demografi dan 21 pernyataan mengenai persepsi tentang makanan sehat. Peneliti mengambil 2 pernyataan kuesioner yang berasal dari tesis yaitu pernyataan no 9 dan 20. Bentuk kuesioner yang digunakan adalah pernyataan dengan 2 pilihan jawaban, yaitu pilihan jawaban ya atau tidak. Kuesioner ini telah dilakukan uji coba terhadap 30 orang responden di SDN 03 Duren Sawit. Peneliti menggunakan SPSS untuk menguji validitas dan reliabilitas kuesioner. Hasil uji validitas yang peneliti dapatkan yaitu dari 21 pernyataan, terdapat 6 pernyataan valid yang ditandai dengan nilai dari masing-masing pernyataan tersebut lebih besar dari r tabel (0,361). Sedangkan koefisien reliabilitasnya yaitu 0,7 dan ini dapat dikatakan reliabel karena koefisien reliabilitas $>0,6$. Kemudian, pada pernyataan yang tidak valid dilakukan modifikasi kalimat. Responden pada uji coba ini memiliki kriteria yang sama dengan subjek penelitian, tetapi tidak menjadi subjek penelitian yang sebenarnya.

Komponen dalam kuesioner berisi tentang:

- a. Data demografi yang memuat usia, tingkatan kelas, jenis kelamin, pernah atau tidak mendapat informasi tentang makanan sehat, dan sumber mendapatkan informasi tentang makanan sehat.
- b. Pernyataan dengan pilihan jawaban ya atau tidak yang berkaitan dengan persepsi anak tentang makanan sehat.

4.6 Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur yang peneliti lakukan dalam pengumpulan data antara lain peneliti membuat proposal untuk melakukan penelitian, setelah proposal tersebut disetujui oleh dosen pembimbing, peneliti segera memproses surat ijin dari FIK UI untuk pengambilan data di SDN 02 Duren Sawit. Setelah itu, peneliti mengajukan surat ijin tersebut kepada pihak sekolah untuk mengadakan penelitian. Kemudian setelah mendapat ijin, pihak sekolah menyiapkan responden yang peneliti butuhkan. Lalu peneliti memperkenalkan diri kepada responden dan menjelaskan tujuan penelitian, lembar *inform consent* serta cara pengisian kuesioner. Setelah semua responden dipastikan mengerti tentang penjelasan tersebut, peneliti memberikan waktu selama 30 menit kepada responden untuk mengisi kuesioner yang telah diberikan. Setelah responden selesai mengisi kuesioner, peneliti memastikan kembali apakah semua butir pertanyaan telah terisi. Kemudian, semua kuesioner dikumpulkan kepada peneliti untuk dianalisis.

4.7 Pengolahan dan Analisis Data

Data-data yang telah terkumpul kemudian diolah lalu dianalisis agar dapat ditafsirkan dan dipahami arti dari penelitian ini.

a. Pengolahan Data

- *Editing*

Angket yang telah dikumpulkan dari responden kemudian disunting terlebih dahulu. Ini untuk mengetahui kelengkapan isi kuesioner.

- *Coding*

Melakukan pengkodean yaitu mengubah data yang berbentuk kalimat menjadi angka antara lain jenis kelamin (laki-laki = 1 dan perempuan = 2), terpaparnya informasi tentang makanan sehat (pernah = 1 dan tidak pernah = 2), dan sumber informasi yang didapat jika berasal dari teman = 1, guru = 2, radio = 3, orang tua = 4, televisi = 5, koran atau majalah = 6.

- *Processing*

Data yang telah diberi kode tersebut kemudian dimasukkan ke komputer untuk dianalisis dengan menggunakan *software* statistik.

- *Cleaning*

Pengecekan kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan dari data yang telah di *entry*. Jika terdapat kesalahan, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi.

(Notoatmodjo, 2010)

b. Analisis Data

Peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan SPSS. Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini adalah analisis univariat dengan tujuan untuk mendeskripsikan variabel yang diteliti dan analisis bivariat yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara salah satu variabel dari karakteristik responden yaitu terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan.

Adapun rincian dari analisis data pada penelitian ini yaitu:

Tabel 4.1 Analisis Data

| Variabel | Analisis | Jenis Uji |
|--|-----------|-------------------|
| Usia | Univariat | Deskriptif |
| Kelas | Univariat | Deskriptif |
| Jenis Kelamin | Univariat | Deskriptif |
| Terpaparnya informasi tentang makanan sehat | Univariat | Deskriptif |
| Sumber informasi tentang makanan sehat | Univariat | Deskriptif |
| Terpaparnya informasi tentang makanan sehat dan persepsi tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan | Bivariat | <i>Chi square</i> |

Pada kuesioner terdapat data demografi (usia, tingkatan kelas, jenis kelamin, terpaparnya informasi tentang makanan sehat, dan sumber mendapatkan informasi tentang makanan sehat) dan pernyataan mengenai persepsi tentang makanan sehat yang terdiri dari persepsi tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan pada anak usia sekolah. Untuk data demografi digunakan perhitungan persentase sedangkan untuk pernyataan mengenai persepsi, dilihat kenormalan data terlebih dahulu. Jika data normal, maka menggunakan nilai mean sedangkan jika data tidak normal, maka menggunakan nilai median. Selain itu, peneliti juga melakukan uji *Chi square* menggunakan SPSS untuk mengetahui hubungan antara salah satu variabel dari karakteristik responden yaitu terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan.

Pada kuesioner terdiri dari 21 pernyataan persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah yang terdiri dari persepsi tentang gizi seimbang yaitu pada pernyataan no 1, 2, 3, 4, 6, 12, dan 19; persepsi tentang kebutuhan gizi yaitu pada pernyataan no 7, 8, 9, 14, 15, 20 dan 21; dan persepsi tentang keamanan makanan yaitu pada pernyataan no 5, 10, 11, 13, 16, 17 dan 18. Pernyataan-pernyataan tersebut terdiri dari pernyataan positif dan negatif dimana nilai pernyataan positif yaitu Ya = 1 dan Tidak = 0 sedangkan pernyataan negatif yaitu Ya = 0 dan Tidak = 1. Untuk mengetahui persepsi baik atau kurang, dilihat kenormalan data terlebih dahulu kemudian menggunakan nilai mean atau median, yaitu jika skor \geq mean atau median maka dinyatakan persepsi baik sedangkan skor $<$ mean atau median maka dinyatakan persepsi kurang.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan SPSS, dihasilkan data sebagai berikut:

- Persepsi anak tentang gizi seimbang
Butir pernyataan yang mencakup persepsi ini adalah pernyataan 1, 2, 3, 4, 6, 12, dan 19. Setelah dilakukan uji kenormalan data terlihat kurva tidak normal,

sehingga untuk persepsi ini digunakan nilai median. Nilai mediannya adalah 7. Jadi, jika skor responden ≥ 7 dinyatakan memiliki persepsi baik sedangkan jika skor responden < 7 dinyatakan memiliki persepsi kurang.

- Persepsi anak tentang kebutuhan gizi

Butir pernyataan yang mencakup persepsi ini adalah pernyataan 7, 8, 9, 14, 15, 20 dan 21. Setelah dilakukan uji kenormalan data terlihat kurva normal, sehingga untuk persepsi ini digunakan nilai mean. Nilai meannya adalah 5,83 dengan nilai standar deviasinya 0,865. Jadi, jika skor responden $\geq 5,83$ dinyatakan memiliki persepsi baik sedangkan jika skor responden $< 5,83$ dinyatakan memiliki persepsi kurang.

- Persepsi anak tentang keamanan makanan

Butir pernyataan yang mencakup persepsi ini adalah pernyataan 5, 10, 11, 13, 16, 17 dan 18. Setelah dilakukan uji kenormalan data terlihat kurva tidak normal, sehingga untuk persepsi ini digunakan nilai median. Nilai mediannya adalah 7. Jadi, jika skor responden ≥ 7 dinyatakan memiliki persepsi baik sedangkan jika skor responden < 7 dinyatakan memiliki persepsi kurang.

Hasil dari uji *Chi square* yaitu menghasilkan nilai *P value*. Jika nilai *P value* $>$ alpha 0,05 maka dinyatakan tidak ada hubungan, jika nilai *P value* \leq alpha 0,05 maka dinyatakan ada hubungan. Hasil analisis data dari uji *Chi square* antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang dan kebutuhan gizi yaitu menghasilkan masing-masing nilai *P value* = 0,022 dan 0,037 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang dan kebutuhan gizi. Namun, antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang keamanan makanan dihasilkan *P value* = 1, sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang keamanan makanan.

4.8 Jadwal Kegiatan Penelitian

| No. | Kegiatan | Tahun 2011 | | | | Tahun 2012 | | | | | | |
|-----|-------------------------------------|------------|-----|-----|-----|------------|-----|-----|-------|-----|------|------|
| | | Sept | Okt | Nov | Des | Jan | Feb | Mar | April | Mei | Juni | Juli |
| 1. | Menentukan judul | v | | | | | | | | | | |
| 2. | Mengumpulkan bahan-bahan proposal | | v | v | | | | | | | | |
| 3. | Pembuatan proposal | | v | v | v | v | v | v | v | | | |
| 4. | Persetujuan proposal | | | | | | | | v | | | |
| 5. | Penyerahan Proposal | | | | | | | | v | | | |
| 6. | Uji coba kuesioner | | | | | | | | v | | | |
| 7. | Pelaksanaan penelitian | | | | | | | | v | | | |
| 8. | Penyerahan laporan hasil penelitian | | | | | | | | | v | v | |
| 9. | Penyajian hasil penelitian | | | | | | | | | | | v |

BAB 5

HASIL PENELITIAN

Bab ini menyajikan hasil analisis data penelitian mengenai persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 SD yang meliputi gambaran karakteristik responden (usia, kelas, jenis kelamin, terpaparnya informasi tentang makanan sehat, dan sumber informasi tentang makanan sehat), gambaran persepsi tentang makanan sehat (persepsi anak mengenai gizi seimbang, persepsi anak mengenai kebutuhan gizi, dan persepsi anak mengenai keamanan makanan), dan hubungan terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi anak mengenai gizi seimbang, persepsi anak mengenai kebutuhan gizi, dan persepsi anak mengenai keamanan makanan. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 28 April 2012. Data akan disajikan dengan menggunakan tabel dan dengan interpretasi data.

5.1 Analisis Univariat

5.1.1 Distribusi Responden Menurut Karakteristik

Analisis univariat untuk hasil karakteristik responden yaitu terdiri dari usia, kelas, jenis kelamin, terpaparnya informasi tentang makanan sehat, dan sumber informasi tentang makanan sehat. Penyajian data-data tersebut yaitu:

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Kelas, dan Jenis Kelamin
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Variabel | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------|-----------|----------------|
| Usia: | | |
| a) 10 | 31 | 40,3 |
| b) 11 | 23 | 29,9 |
| c) 12 | 23 | 29,9 |
| Total | 77 | 100 |
| Kelas: | | |
| a) 4 | 25 | 32,5 |
| b) 5 | 21 | 27,3 |
| c) 6 | 31 | 40,2 |
| Total | 77 | 100 |
| Jenis Kelamin: | | |
| a) Laki-laki | 34 | 44,2 |
| b) Perempuan | 43 | 55,8 |
| Total | 77 | 100 |

Tabel 5.1 menggambarkan bahwa usia terbanyak yang menjadi responden adalah 10 tahun (40,3%) sedangkan usia 11 dan 12 tahun memiliki jumlah yang sama (29,9%). Berdasarkan kelas, mayoritas responden berasal dari kelas 6 (40,2%) sedangkan responden paling sedikit berasal dari kelas 5 (27,3%). Selain itu, mayoritas responden adalah berjenis kelamin perempuan (55,8%).

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Terpaparnya Informasi
Makanan Sehat dan Sumber Informasi Makanan Sehat
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Variabel | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------------|-----------|----------------|
| Terpaparnya informasi: | | |
| a) Pernah | 66 | 85,7 |
| b) Tidak pernah | 11 | 14,3 |
| Total | 77 | 100 |
| Sumber Informasi: | | |
| a) Guru | 20 | 30,3 |
| b) Orang tua | 28 | 42,4 |
| c) Televisi | 15 | 22,7 |
| d) Majalah atau Koran | 3 | 4,6 |
| Total | 66 | 100 |

Tabel 5.2 menggambarkan bahwa 85,7% responden pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat. Selain itu, mayoritas responden mendapatkan sumber informasi tentang makanan sehat adalah dari orang tua (42,4%) sedangkan hanya 4,6% responden mendapatkan informasi tersebut dari majalah atau koran.

5.1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Persepsi Tentang Makanan Sehat

Analisis univariat untuk hasil data persepsi tentang makanan sehat yaitu terdiri dari persepsi anak mengenai gizi seimbang, persepsi anak mengenai kebutuhan gizi, dan persepsi anak mengenai keamanan makanan. Penyajian data-data tersebut yaitu:

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Persepsi Anak Tentang Gizi Seimbang,
Kebutuhan Gizi, dan Keamanan Makanan
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Variabel | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------------|-----------|----------------|
| Persepsi Gizi Seimbang: | | |
| a) Baik | 42 | 54,5 |
| b) Kurang | 35 | 45,5 |
| Total | 77 | 100 |
| Persepsi Kebutuhan Gizi: | | |
| a) Baik | 51 | 66,3 |
| b) Kurang | 26 | 33,7 |
| Total | 77 | 100 |
| Persepsi Keamanan Makanan: | | |
| a) Baik | 56 | 72,7 |
| b) Kurang | 21 | 27,3 |
| Total | 77 | 100 |

Tabel 5.3 menggambarkan bahwa 54,5 % responden memiliki persepsi baik tentang gizi seimbang, 66,3% responden memiliki persepsi baik tentang kebutuhan gizi, dan 72,7% responden memiliki persepsi baik tentang keamanan makanan.

5.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi anak tentang gizi seimbang, kebutuhan gizi, dan keamanan makanan. Hubungan tersebut dapat dilihat pada hasil analisis berikut ini:

Tabel 5.4
Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan
Sehat dan Persepsi Tentang Gizi Seimbang
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Terpaparnya Informasi | Persepsi Tentang Gizi Seimbang | | | | Total | | OR (95% CI) | P value |
|-----------------------|--------------------------------|------|--------|------|-------|-----|-------------|---------|
| | Baik | | Kurang | | n | % | | |
| | n | % | n | % | | | | |
| Pernah | 40 | 60,6 | 26 | 39,4 | 66 | 100 | 6,923 | 0,022 |
| Tidak Pernah | 2 | 18,2 | 9 | 81,8 | 11 | 100 | 1,4-34,6 | |
| Jumlah | 42 | 54,5 | 35 | 45,5 | 77 | 100 | | |

Hasil analisis hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang diperoleh bahwa ada sebanyak 40 (60,6%) anak yang pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat berpersepsi baik tentang gizi seimbang. Sedangkan diantara anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat, ada 2 (18,2%) anak yang berpersepsi baik tentang gizi seimbang. Hasil uji statistik diperoleh $P\text{ value} = 0,022$ ($P\text{ value} \leq \alpha 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi tentang gizi seimbang. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai $OR = 6,923$, artinya anak yang pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat memiliki peluang 6,923 kali untuk berpersepsi baik tentang gizi seimbang dibandingkan anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat.

Tabel 5.5
Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan
Sehat dan Persepsi Tentang Kebutuhan Gizi
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Terpaparnya Informasi | Persepsi Tentang Kebutuhan Gizi | | | | Total | | OR (95% CI) | P value |
|-----------------------|---------------------------------|------|--------|------|-------|-----|-------------------|---------|
| | Baik | | Kurang | | n | % | | |
| | n | % | n | % | | | | |
| Pernah | 47 | 71,2 | 19 | 28,8 | 66 | 100 | 4,329 1,1-16,5 | 0,037 |
| Tidak Pernah | 4 | 36,4 | 7 | 63,6 | 11 | 100 | | |
| Jumlah | 51 | 66,2 | 26 | 33,8 | 77 | 100 | | |

Hasil analisis hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang kebutuhan gizi diperoleh bahwa ada sebanyak 47 (71,2%) anak yang pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat berpersepsi baik tentang kebutuhan gizi. Sedangkan diantara anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat, ada 4 (36,4%) anak yang berpersepsi baik tentang kebutuhan gizi. Hasil uji statistik diperoleh $P\ value = 0,037$ ($P\ value \leq \alpha 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi tentang kebutuhan gizi. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai $OR = 4,329$, artinya anak yang pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat memiliki peluang 4,329 kali untuk berpersepsi baik tentang kebutuhan gizi dibandingkan anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat.

Tabel 5.6
Distribusi Responden Menurut Terpaparnya Informasi Tentang Makanan
Sehat dan Persepsi Tentang Keamanan Makanan
Di SDN 02 Duren Sawit, April 2012
(n= 77)

| Terpaparnya Informasi | Persepsi Tentang Keamanan Makanan | | | | Total | | OR (95% CI) | P value |
|--------------------------|--------------------------------------|------|--------|------|-------|-----|----------------|------------|
| | Baik | | Kurang | | n | % | | |
| | n | % | n | % | | | | |
| Pernah | 48 | 72,7 | 18 | 27,3 | 66 | 100 | 1 | 1 |
| Tidak Pernah | 8 | 72,7 | 3 | 27,3 | 11 | 100 | 0,2-4,2 | |
| Jumlah | 56 | 72,7 | 21 | 27,3 | 77 | 100 | | |

Hasil analisis hubungan antara terpaparnya informasi tentang makanan sehat dengan persepsi tentang keamanan makanan diperoleh bahwa ada sebanyak 48 (72,7%) anak yang pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat berpersepsi baik tentang keamanan makanan. Sedangkan diantara anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat, ada 8 (72,7%) anak yang berpersepsi baik tentang keamanan makanan. Hasil uji statistik diperoleh $P\ value = 1$ ($P\ value > \alpha\ 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi tentang keamanan makanan.

BAB 6

PEMBAHASAN

Pada bab ini akan membahas hasil penelitian yang meliputi interpretasi dan diskusi hasil, keterbatasan penelitian serta implikasi penelitian terhadap keperawatan. Adapun hal-hal yang akan dijelaskan yaitu gambaran karakteristik siswa terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit, gambaran persepsi mereka mengenai makanan sehat (persepsi tentang gizi seimbang, persepsi tentang kebutuhann gizi, dan persepsi tentang keamanan makanan), dan hubungan terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi tentang makanan sehat serta kesenjangan maupun kesesuaian antara hasil penelitian yang dilakukan dengan hasil penelitian terkait disertai dengan studi pustaka yang mendasarinya. Keterbatasan penelitian membahas tentang keterbatasan terhadap penggunaan metodologi penelitian sedangkan implikasi keperawatan membahas tentang manfaat hasil penelitian terhadap pelayanan keperawatan, masyarakat, dan penelitian selanjutnya.

6.1 Interpretasi dan Diskusi Hasil

6.1.1 Karakteristik Responden

Anak usia sekolah di dalam penelitian ini yaitu berusia 10-12 tahun, yaitu mayoritas responden berusia 10 tahun (40,3%) sedangkan usia 11 dan 12 tahun masing-masing sebesar 29,9%. Mereka pun terdiri dari anak laki-laki (44,2%) dan anak perempuan (55,8%). Anak seusia mereka membutuhkan makanan sehat. Pada masa tersebut anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan untuk persiapan memasuki masa pubertas serta semakin meningkatnya aktivitas yang mereka lakukan. Selain itu, mereka dapat memilih jenis makanan apa yang akan dikonsumsi. Ini dikarenakan menurut Piaget (1975 dalam Stolte, 2003) bahwa perkembangan kognitif mereka lebih baik daripada anak usia sekolah yang lebih kecil. Selain itu pula sebesar 85,7% anak mengaku pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat.

Mayoritas dari mereka (42,4%) mendapatkan informasi tersebut dari orang tua. Meskipun mayoritas dari mereka pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat, persepsi tentang makanan sehat perlu untuk diperhatikan. Hal ini agar anak tidak salah memilih jenis makanan yang seharusnya dikonsumsi oleh mereka.

6.1.2 Persepsi Anak Tentang Gizi Seimbang

Berdasarkan hasil dari penelitian peneliti, sebesar 54,5% anak berpersepsi baik tentang gizi seimbang. Di dalam hal ini, mayoritas anak dapat mengidentifikasi serta mengklasifikasikan makanan yang termasuk ke dalam gizi seimbang. Gizi seimbang ini terdiri dari jenis makanan yang mengandung makronutrien maupun mikronutrien. Teridentifikasinya kategori makanan tersebut, anak akan memilih makanan tersebut dalam menu harian mereka sehingga berdampak baik pada tumbuh kembang mereka.

Penelitian ini sesuai dengan perkembangan kognitif anak menurut Piaget (1975 dalam Stolte, 2003) bahwa proses berpikir anak meningkat menjadi kompleks dan logis. Sehingga anak dapat melakukan klasifikasi terhadap sesuatu (Piaget dalam Wong, 2008). Adapun jenis-jenis makanan yang dapat anak klasifikasikan yaitu yang masuk ke dalam kategori karbohidrat, protein, serat, vitamin, lemak, dan susu. Hasil penelitian peneliti sejalan dengan penelitian Ekeke, Telu, Thomas, dan Malcolm (2007) bahwa anak dapat mengidentifikasi jenis makanan berdasarkan kelas makanan yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat.

Selain itu, anak di SD 02 Duren Sawit juga dapat membedakan porsi makan antara gizi seimbang dengan gizi yang tidak seimbang. Di dalam hal ini, anak dapat membandingkan dan diharapkan anak dapat mengaplikasikannya pada menu harian mereka. Namun hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Williams (2011) yang menyebutkan bahwa anak usia sekolah di San Luis mayoritas mengkonsumsi sayur, buah, sereal, minuman manis, susu, dan roti sedangkan ikan, telur, dan daging sedikit dikonsumsi oleh mereka. Ini menandakan anak usia sekolah di San Luis belum memenuhi porsi makan dengan gizi yang seimbang.

Anna (2010) juga menyebutkan bahwa anak usia sekolah membutuhkan makanan yang mengandung energi, seperti karbohidrat, lemak, dan protein, serta vitamin. Selain itu berdasarkan artikel *Mentor Health Care* (2012) anak usia sekolah membutuhkan makanan seimbang yang terdiri dari (1) sumber zat tenaga seperti nasi, roti, ubi, jagung, gula, tepung-tepungan, dan minyak; (2) sumber zat pembangun, seperti ikan, telur, ayam, kacang-kacangan, dan tempe; dan (3) sumber zat pengatur, seperti sayur-sayuran dan buah-buahan. Hayati (2009) juga mengungkapkan bahwa anak usia sekolah membutuhkan keseimbangan diet nutrisi yang baik seperti kebutuhan akan kalori, protein, mineral, lemak perhari untuk pertumbuhan anak. Oleh karena itu, anak-anak di SD 02 Duren Sawit berpersepsi baik terhadap gizi seimbang

6.1.3 Persepsi Anak Tentang Kebutuhan Gizi

Sebesar 66,3% anak berpersepsi baik terhadap kebutuhan gizi. Ini menunjukkan bahwa mayoritas dari mereka telah menyadari pentingnya kebutuhan akan gizi yang baik untuk tubuh mereka dengan mengetahui dampak-dampak yang ditimbulkan dari konsumsi makanan sehat dan tidak sehat. Hal ini sesuai dengan perkembangan moral anak yaitu pada anak usia yang lebih besar dalam menentukan suatu hal lebih didasari kepada niat anak bukan atas dorongan orang lain (Kohlberg dalam Wong, 2008). Di dalam hal ini, anak dapat menilai akibat jika mengkonsumsi makanan yang bergizi dan tidak bergizi seperti konsumsi makanan sehat adalah baik untuk perkembangan dan pertumbuhan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dolliver (2003) di Amerika bahwa sebanyak 76% anak khawatir terhadap kesehatannya jika mengkonsumsi *junk food*.

Penelitian peneliti bertolak belakang dengan penelitian yang lain. Adapun penelitian tersebut yaitu yang dilakukan oleh Elliot (2009) di Kanada bahwa konsumsi makanan tidak sehat pada anak usia sekolah adalah tinggi yaitu mereka lebih menyukai *junk food* seperti pizza dan gorengan. Selain itu juga bertolak belakang dengan penelitian Allen (2011) di pedesaan Arkansas tentang pengetahuan anak tentang makanan yang

sehat dan tidak sehat menyatakan bahwa mayoritas anak lebih mengenal jenis makanan yang tidak sehat dibandingkan makanan sehat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa anak-anak di SD 02 Duren Sawit telah menyadari akan pentingnya gizi yang baik bagi tubuh mereka. Ini dapat menjadi awal yang baik bagi anak untuk semakin meningkatkan konsumsi mereka terhadap makanan sehat.

6.1.4 Persepsi Anak Tentang Keamanan Makanan

Persepsi terkait makanan sehat yang lainnya yaitu persepsi tentang keamanan makanan. Keamanan makanan adalah makanan yang bebas dari kuman dan bahan kimia berbahaya (Depkes, 2002). Menurut BPOM (2005 dalam Cahandar & Suhandar, 2007) menyatakan bahwa sebesar 39,95% makanan yang dijual di lingkungan sekolah tidak memenuhi syarat keamanan pangan karena mengandung zat yang berbahaya bagi tubuh. Hal ini juga sejalan menurut BPOM terhadap Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) antara tahun 2006-2010 menunjukkan bahwa 40%-44% makanan yang dijual di lingkungan sekolah juga tidak memenuhi syarat keamanan (Pramudiarja, 2011). Damayanti (2011) juga mengungkapkan bahwa makanan yang dijual di lingkungan sekolah termasuk kedalam makanan yang kurang aman.

Mayoritas anak (72,7%) di SD 02 Duren Sawit berpersepsi baik tentang keamanan makanan. Di dalam hal ini, anak dapat mengidentifikasi jenis jajanan yang tercemar bahan organik maupun kimiawi. Oleh karena itu, mayoritas anak di SD 02 sangat kecil kemungkinannya untuk jajan. Hal ini juga didukung oleh peraturan sekolah yang mewajibkan mereka untuk membawa bekal dari rumah yang dinilai lebih sehat daripada jajan. Ini sesuai dengan pendapat Nuraini (2007) yang mengatakan bahwa anak usia sekolah dengan sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan yakni SD 02 yang mewajibkan anak untuk membawa bekal sehingga persepsi mereka baik terhadap keamanan makanan.

6.1.5 Hubungan Antara Terpaparnya Informasi Makanan Sehat Dengan Persepsi Anak Tentang Gizi Seimbang

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang gizi seimbang ($P\ value = 0,022$). Hal ini sejalan dengan penelitian Sugito (n.d) yang mengungkapkan pula bahwa keterpaparan dengan media sebagai sumber informasi secara statistik mempunyai hubungan bermakna terhadap persepsi. Di dalam hal ini, sebesar 85,7% murid SD 02 pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat sehingga mayoritas dari mereka juga berpersepsi baik tentang gizi seimbang.

Jadi dapat disimpulkan bahwa informasi tentang makanan sehat sangat perlu diberikan kepada anak usia sekolah. Hal ini bertujuan agar persepsi anak khususnya tentang gizi seimbang dapat lebih baik karena dengan diinfokannya informasi tersebut secara dini, dapat berdampak kepada perilaku anak di usia selanjutnya yaitu konsumsi makanan sehat dengan gizi yang seimbang.

6.1.6 Hubungan Antara Terpaparnya Informasi Makanan Sehat Dengan Persepsi Anak Tentang Kebutuhan Gizi

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang kebutuhan gizi ($P\ value = 0,037$). Prihardany (2004) juga menyatakan bahwa salah faktor yang berhubungan secara signifikan dengan persepsi adalah faktor pengetahuan. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Robbins dan Judge (2008) bahwa pengalaman merupakan salah satu hal yang dapat mempengaruhi persepsi seseorang. Pengalaman yang dimaksud yaitu pengalaman anak mendapatkan informasi tentang makanan sehat.

Informasi makanan sehat yang diberikan untuk anak usia sekolah hendaknya berisi dampak-dampak jika mengkonsumsi makanan sehat maupun tidak sehat. Hal ini untuk lebih meningkatkan kesadaran anak terhadap kebutuhan gizi.

6.1.7 Hubungan Antara Terpaparnya Informasi Makanan Sehat Dengan Persepsi Anak Tentang Keamanan Makanan

Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa tidak ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang keamanan makanan ($P \text{ value} = 1$). Hal ini tidak sesuai dengan penelitian Sugito (n.d) dan Prihardany (2004) yang menyatakan bahwa ada hubungan mendapatkan informasi tentang suatu hal dengan persepsi tentang suatu hal tersebut. Namun, sejalan dengan penelitian Yustina (2006) yang menyatakan pula bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan persepsi. Menurutnya pula bahwa ini terjadi karena persepsi terjadi secara spontan dan langsung.

Hasil penelitian peneliti tidak berhubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak tentang keamanan makanan karena anak usia sekolah memiliki karakteristik yaitu memiliki interaksi yang tinggi dengan lingkungan sekolah, teman-teman, dan media massa serta mudah tertarik dengan karakteristik makanan yang menarik (Nuraini, 2007). Hal yang sama juga disebutkan oleh Supartini (2004) bahwa dalam pemenuhan nutrisi, anak terpengaruh pula oleh teman di lingkungan sekolah. Di dalam hal ini, anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan sekitar terhadap pilihan makanan yang akan dikonsumsi.

Lingkungan SD 02 mewajibkan muridnya untuk membawa bekal dari rumah. Hal ini membuat persepsi mereka baik terhadap keamanan makanan karena mereka menilai bahwa bekal yang mereka bawa dari rumah adalah lebih aman daripada jajan. Jadi, terpaparnya anak akan informasi makanan sehat tidak berpengaruh terhadap persepsi mereka tentang keamanan makanan. Contohnya yaitu jika mereka mendapatkan informasi tentang makanan sehat namun lingkungan sekolah tidak mendukung terciptanya situasi untuk anak mengkonsumsi makanan yang aman seperti tidak mewajibkan membawa bekal dan anak diperbolehkan untuk jajan, maka persepsi mereka dapat menjadi kurang tentang keamanan makanan walaupun mereka pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat.

6.2 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari yang diharapkan dan memiliki keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu:

a. Responden

Jumlah responden yang dijadikan subjek penelitian sedikit yaitu 77 murid yang terdiri dari kelas 4, 5, dan 6. Oleh karena itu, kurang mewakili populasi di SDN 02 Duren Sawit.

b. Waktu

Waktu penelitian yang cukup singkat. Oleh karena itu, penelitian yang dilakukan tidak begitu mendalam.

c. Tempat

Tempat penelitian hanya pada satu sekolah saja yaitu SDN 02 Duren Sawit sehingga cakupan tempat penelitian kurang luas.

d. Literatur

Laporan-laporan penelitian terkait penelitian ini agak sulit didapat. Oleh karena itu, jumlah dari hasil penelitian sebelumnya pada penelitian ini tidak tersaji banyak.

e. Peneliti

Peneliti menyadari bahwa seharusnya terdapat pengkategorian pada kuesioner yang digunakan. Oleh karena itu, saat peneliti melakukan analisa pengelompokkan persepsi tentang makanan sehat, peneliti sedikit mengalami kesulitan.

6.3 Implikasi Keperawatan

Implikasi yang didapatkan dari penelitian ini yaitu ditujukan untuk masyarakat (pihak sekolah dan orang tua), pelayanan keperawatan, dan penelitian selanjutnya. Adapun implikasi-implikasi tersebut yaitu:

a. Masyarakat (pihak sekolah dan orang tua)

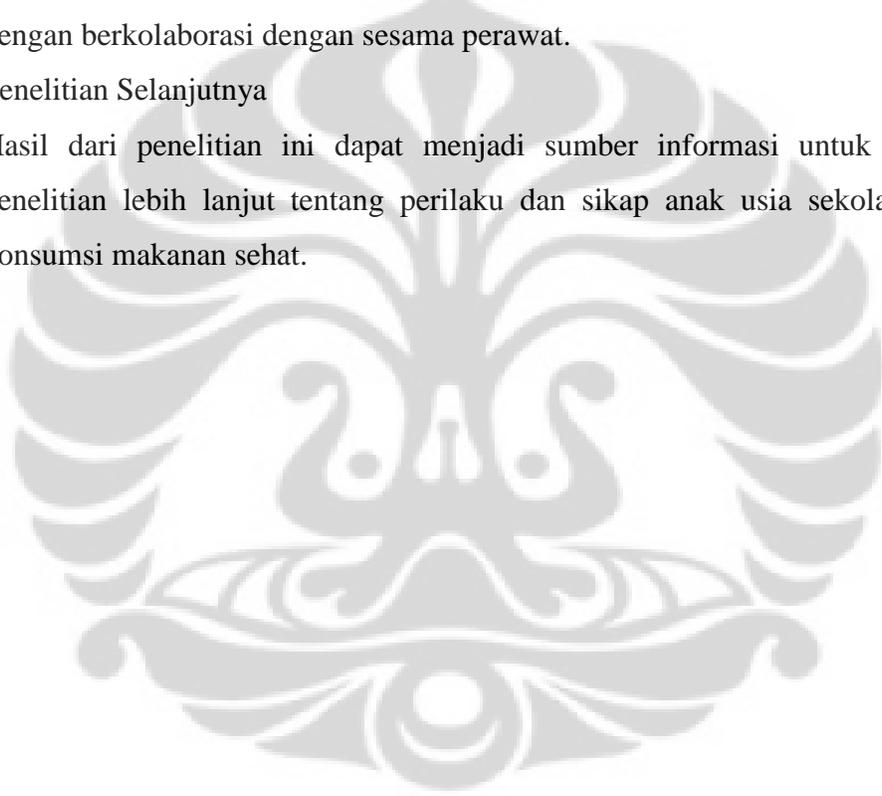
Hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah dan orang tua anak untuk meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat dan perilaku makan sehat.

b. Pelayanan Keperawatan

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi tenaga kesehatan terutama perawat untuk meningkatkan pelayanan gizi anak usia sekolah. Misalnya tenaga kesehatan dapat melakukan penyuluhan-penyuluhan terkait makanan sehat dengan berkolaborasi dengan sesama perawat.

c. Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang perilaku dan sikap anak usia sekolah terhadap konsumsi makanan sehat.



BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan, peneliti membuat beberapa kesimpulan, yaitu:

- a. Karakteristik anak usia sekolah terutama kelas 4, 5, dan 6 di SDN 02 Duren Sawit yaitu mayoritas responden berusia 10 tahun dan mayoritas pula duduk di kelas 6 SD. Mayoritas berjenis kelamin perempuan. Mayoritas anak mengaku pernah mendapatkan informasi tentang makanan sehat yang bersumber dari orang tua.
- b. Sebesar 54,5% anak di SD 02 Duren Sawit berpersepsi baik tentang gizi seimbang. Ini ditunjukkan dengan mayoritas anak sudah mampu mengidentifikasi serta mengklasifikasikan makanan yang termasuk kedalam gizi seimbang. Selain itu, anak juga dapat membedakan porsi makan dengan gizi seimbang dan dengan gizi yang tidak seimbang.
- c. Sebesar 66,3% anak di SD 02 Duren Sawit berpersepsi baik terhadap kebutuhan gizi. Ini ditunjukkan dengan mayoritas dari mereka telah menyadari pentingnya kebutuhan akan gizi yang baik untuk tubuh mereka.
- d. Sebesar 72,7% anak di SD 02 Duren Sawit berpersepsi baik tentang keamanan makanan. Ini ditunjukkan dengan anak dapat mengidentifikasi jenis jajanan yang tercemar bahan organik maupun kimiawi.
- e. Ada hubungan antara terpaparnya informasi makanan sehat dengan persepsi anak mengenai gizi seimbang dan kebutuhan gizi namun tidak ada hubungan dengan persepsi anak mengenai keamanan makanan.

7.2 Saran

Saran peneliti ditujukan untuk masyarakat (pihak sekolah dan orang tua), pelayanan keperawatan, dan penelitian selanjutnya. Saran yang dapat peneliti berikan dari penelitian ini yaitu:

a. Masyarakat (pihak sekolah dan orang tua)

Sebaiknya masyarakat terutama pihak sekolah dan orang tua menyadari terhadap pentingnya nutrisi pada anak usia sekolah sehingga mereka dapat meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan sehat dan perilaku makan sehat. Mereka juga perlu memantau jajanan di lingkungan terutama lingkungan sekolah karena diketahui bahwa persepsi anak tentang keamanan makanan tidak dipengaruhi oleh keterpaparan informasi tentang makanan sehat yang anak dapatkan. Selain itu, orang tua sebaiknya lebih kreatif dalam menyiapkan makanan untuk anak agar tidak jajan sembarangan.

b. Pelayanan Keperawatan

Sebaiknya terdapat fasilitas yang lebih baik pada pelayanan keperawatan yang mendukung dalam pelayanan terkait gizi anak usia sekolah sehingga pelayanan gizi anak dapat lebih ditingkatkan.

c. Penelitian Selanjutnya

Jika akan dilakukan penelitian serupa, sebaiknya dilakukan di lebih dari satu sekolah agar informasi yang didapat terkait persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah dapat lebih luas. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat meneliti perilaku dan sikap anak usia sekolah terhadap konsumsi makanan sehat. Peneliti selanjutnya juga sebaiknya mencari literatur yang lebih bervariasi lagi terkait makanan sehat untuk menambah wawasan dan pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, S. (2011). *Children's knowledge of healthy and unhealthy foods and its correlation with body mass index*. 2 Januari 2012. <http://search.proquest.com/docview/910327658/134023FFA40604103AE/32?accountid=17242>
- Anna. (2010). *Jangan abaikan gizi anak usia sekolah*. 21 Maret 2012. <http://kesehatan.kompas.com/read/2010/02/25/11175248/Jangan.Abaikan.Gizi.Anak.Usia.Sekolah>
- Auliana, R. (2012). *Gizi seimbang untuk anak*. 31 Maret 2012. <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/GIZI%20SEIMBANG%20ANAK.pdf>
- Cahanar, P., & Suhandi, I. (2007). *Makan sehat hidup sehat*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Damayanti, D. (2011). *Makanan anak usia sekolah: Tips memberi makan anak usia sekolah*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Depkes. (2002). *Pedoman umum gizi seimbang (panduan untuk petugas)*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Dolliver, M. (2003). *If only junk food were good for you*. 2 Januari 2012. <http://search.proquest.com/docview/212421482/13404E414E877908D78/1?accountid=17242>
- Ebit. (2011). *Definisi makanan sehat (Apa itu makanan sehat?)*. 21 Maret 2012. <http://id.shvoong.com/medicine-and-health/2155575-definisi-makanan-sehat-apa-itu/#ixzz1pmeE2sey>
- Ekeke, H., Telu, J., Thomas, & Malcolm. (2007). *Primary children's choice of food and their knowledge of balanced diet and healthy eating*. 2 Januari 2012. <http://search.proquest.com/docview/225146070/13403641E2B42C378AF/16?accountid=17242>
- Elliot, C. (2009). *Healthy food looks serious: How children interpret packaged food products*. 2 Januari 2012. <http://search.proquest.com/docview/807509037/134034AC51B1CE9C49A/9?accountid=17242>
- Gunarsa, Y.S.D. (2002). *Asas-asas psikologi keluarga idaman*. Jakarta: Gunung Mulia.

- Hastono, S.P., & Sabri L. (2010). *Statistik kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hayati, M. (2009). *Pengaruh peer edukasi tentang jajanan sehat terhadap perilaku anak usia sekolah di kota Lhokseumawe Naggroe Aceh Darussalam*. Tesis master tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Ivancevich, J.M., Konopaske, R., & Matteson, M.T. (2005). *Organizational behaviour and management*. (Terj. Gina Gania). Jakarta: Erlangga.
- Judarwanto, W. (2011). *Perilaku makan anak sekolah*. 4 Desember 2011. <http://gizi.depkes.go.id/makalah/download/perilaku%20makan%20anak%20sekolah.pdf>
- Judio-Kahl, G. (2011). *Time to eat healthy food*. 4 Desember 2011. <http://www.gracejudio.com/?p=446>
- Mentor Health Care. (2012). *Kebutuhan gizi anak usia sekolah (6-12 tahun)*. 21 Maret 2012. <http://www.mentorhealthcare.com/news.php?nID=224&action=detail>
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuraini, H. (2007). *Memilih dan membuat jajanan anak yang sehat dan halal*. Jakarta: Qultum Media.
- Nurchoiriah, R. (2009). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan minum susu susu siswa kelas III A, III B dan IV di SDN Pondok Cina 1 Depok*. Skripsi tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Polit, D.F., & Beck, C.T. (2004). *Nursing research: Principles and methods*. Philadelphia: Lippincott.
- Pramudiarja. (2011). *Jajanan aman di sekolah jadi fokus BPOM*. 9 Oktober 2011. <http://us.detikhealth.com/read/2011/01/31/150459/1557259/763/jajanan-aman-di-sekolah-jadi-fokus-bpom?ld991107763>
- Prihardany, D. (2004). *Hubungan antara motivasi, pengetahuan dan keterampilan karyawan tentang keselamatan dan kesehatan kerja (k3) dengan persepsi terhadap*

- risiko di pt indocement tunggal prakasa, Tbk, Citeureup, Bogor.* Tesis master tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Purnawijayanti, H.A. (2001). *Sanitasi higiene & keselamatan kerja dalam pengolahan makanan.* Yogyakarta: Kanisius.
- Robbins, S.P., & Judge T.A. (2008). *Organizational behaviour.* 12th ed. New Jersey: Pearson Education Inc.
- Satiadarma, M.P. (2004). *Pendidikan kreativitas ataukah pendidikan moral.* Jurnal Provitae.
- Sastroasmoro, S. (2008). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis.* Jakarta: Sagung Seto.
- Soekirman. (2000). *Ilmu gizi dan aplikasinya.* Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Nasional.
- Stolte, K.M. (2003). *Wellness nursing diagnosis.* (Terj. Eni Novieastari, Monica Ester). Jakarta: EGC.
- Sugito. (n.d). *Hubungan pengetahuan dan karakteristik sosial ibu dengan persepsi terhadap resiko tertular AIDS.* Tesis master tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Sukayah, K. (2003). *Persepsi siswa dan kepedulian lingkungan hidup.* Tesis master tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi untuk keperawatan.* Jakarta: EGC.
- Supartini, Y. (2004). *Buku ajar konsep dasar keperawatan anak.* Jakarta: EGC.
- Wade, C. & Tavris, C. (2009). *Psikologi.* Jakarta: Erlangga.
- Wasis. (2008). *Pedoman riset praktis untuk profesi perawat.* Jakarta: EGC.
- Williams, H.S. (2011). *Food habits and physical activity patterns among children living in the San Luis Valley.* 2 Januari 2012. <http://search.proquest.com/docview/878892487/13404E414E877908D78/41?accountid=17242>
- Wong, D. L. (2008). *Wong's essentials of pediatric nursing.* (Terj. Agus Sutarna, Neti Juniarti, H.Y Kuncara). Jakarta: EGC.

Yustina. (2006). *Hubungan pengetahuan lingkungan dengan persepsi, sikap, dan minat dalam pengelolaan lingkungan hidup pada guru sekolah dasar di kota Pekanbaru*. FKIP Universitas Riau.





Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian

UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

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

Nomor : 1367 /H2.F12.D1/PDP.04.04/2012

27 Maret 2012

Lamp : --

Perihal : Permohonan ijin penelitian

Yth.
Kepala Sekolah
Sekolah Dasar Negeri 02 Duren Sawit
Jakarta Timur

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir (skripsi) bagi mahasiswa Program Studi Sarjana (S1) Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI):

Nama mahasiswa : Kurniasih
NPM : 0806457104

akan melakukan pengumpulan data penelitian dengan judul "Persepsi tentang Makanan Sehat pada Anak Usia Sekolah Kelas 4, 5, dan 6".

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Bapak/Ibu mengizinkan mahasiswa FIK-UI tersebut untuk melakukan pengumpulan data di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 02 Duren Sawit Jakarta Timur pada bulan April 2012.

Atas perhatian dan ijin yang diberikan, disampaikan terima kasih.

Wakil Dekan,



Dra. Junaiti Sahar, Ph.D
NIP. 19570115 198003 2 002

Tembusan:

1. Dekan FIK UI
2. Sekretaris FIK UI
3. Manajer Pendidikan dan Riset FIK UI

**BERITA ACARA
PENGUMPULAN DATA PENELITIAN**

Pada hari ini Sabtu, tanggal 28 April 2012, telah dilakukan pengumpulan data untuk penelitian dengan judul "Persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah kelas 4, 5, dan 6" bertempat di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur.

Demikian Berita Acara ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 28 April 2012



[Handwritten Signature]
(Kurniasih)
Peneliti

PENGANTAR LEMBAR PERSETUJUAN (*INFORMED CONSENT*)

Jakarta, April 2012

Kepada Yth.
Murid SDN 02 Duren Sawit
di Jakarta Timur

Dengan hormat,

Sebelumnya perkenalkan saya,

Nama : Kurniasih

NPM : 0806457104

Mahasiswi Program Reguler Keperawatan FIK UI

Bermaksud mengadakan penelitian dengan judul "Persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur". Saya berharap adik-adik dapat menjadi responden dalam penelitian ini.

Informasi yang adik-adik berikan merupakan bantuan yang berharga dalam penelitian ini. Oleh karena itu, mohon semua pernyataan dalam kuesioner ini diisi dengan sejujurnya. Adik-adik tidak perlu ragu dalam mengisi kuesioner karena informasi yang diberikan akan terjaga kerahasiaannya dan tidak akan berdampak buruk bagi adik-adik.

Peran serta adik-adik dalam kegiatan penelitian ini sangat berharga. Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Peneliti

Kurniasih

**LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama :
Jenis Kelamin :
Kelas :

Menyatakan bahwa saya telah membaca pengantar lembar persetujuan (*informed consent*) dan telah memahami maksud lembar persetujuan tersebut. Dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan saya menyatakan bersedia menjadi responden dan bersedia mengisi kuesioner serta berpartisipasi dalam kegiatan penelitian yang berjudul "Persepsi tentang makanan sehat pada anak usia sekolah di SDN 02 Duren Sawit, Jakarta Timur" yang dilaksanakan pada bulan April 2012.

Jakarta, April 2012

Peneliti,

Responden,

Kurniasih

(.....)

B. Pernyataan Persepsi Tentang Makanan Sehat

PETUNJUK:

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan baik.
2. Berikan pendapat adik-adik dengan mengisi tanda *check list* (v) pada kotak Ya atau Tidak yang telah tersedia.
3. Tanyakan langsung pada peneliti bila ada pernyataan yang tidak dimengerti.
4. Pastikan seluruh pernyataan diisi dengan baik.
5. Mohon kuesioner ini dikembalikan kepada peneliti setelah diisi.

| No. | Pernyataan | Ya | Tidak |
|-----|---|----|-------|
| 1. | Menurut saya, nasi, roti, ubi, jagung dapat membuat tubuh jadi bertenaga | | |
| 2. | Menurut saya, ayam, ikan, tempe merupakan zat pembangun tubuh | | |
| 3. | Menurut saya, setiap hari perlu makan buah | | |
| 4. | Menurut saya, susu dapat memperkuat tulang | | |
| 5. | Menurut saya, makanan yang tidak ditutup dapat dihinggapi lalat atau debu dan itu tidak sehat | | |
| 6. | Menurut saya, setiap hari perlu makan sayur | | |
| 7. | Menurut saya, memakan makanan tidak sehat dapat menimbulkan sakit perut, mual, dan muntah | | |
| 8. | Menurut saya, makanan sehat diperlukan tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan | | |
| 9. | Menurut saya, kebutuhan gizi anak laki-laki berbeda dengan anak perempuan | | |
| 10. | Menurut saya, permen tidak mengandung bahan pemanis buatan | | |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 11. | Menurut saya, permen kojek mengandung zat pewarna yang berbahaya untuk tubuh | | |
| 12. | Menurut saya, gizi seimbang tidak diperlukan oleh tubuh | | |
| 13. | Menurut saya, menjaga kebersihan makanan itu tidak penting | | |
| 14. | Menurut saya, anak sekolah tidak perlu tahu tentang makanan sehat | | |
| 15. | Menurut saya, semua makanan baik untuk tubuh | | |
| 16. | Menurut saya, jajan merupakan kebiasaan yang baik | | |
| 17. | Menurut saya, makanan yang berwarna mencolok itu tidak membahayakan tubuh | | |
| 18. | Menurut saya, jajan sembarangan tidak akan menimbulkan penyakit | | |
| 19. | Menurut saya, hanya makan nasi dan ayam sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi | | |
| 20. | Menurut saya, susu membuat tubuh jadi gemuk | | |
| 21. | Menurut saya, tidak perlu memakan makanan yang bergizi setiap hari | | |

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENELITI



Nama : Kurniasih
Tempat/Tanggal Lahir: Kebumen/17 April 1990
Jenis Kelamin : Perempuan
Pekerjaan : Mahasiswi
Alamat Rumah : Jl. Buaran 3 Rt 001 Rw 015 No.6, Duren Sawit,
Jakarta Timur

Riwayat Pendidikan

TK Harapan Nusa, Klender : Lulus tahun 1996
SDN Klender 13 Pagi : Lulus tahun 2002
SMPN 27 Duren Sawit : Lulus tahun 2005
SMAN 61 Pondok Bambu : Lulus tahun 2008