

SKRIPSI

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU
KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK BALITA
(PRASEKOLAH) USIA 3-5 TAHUN
DI KABUPATEN BONE**

KARMILASARI

K011181019



*Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat*

**DEPARTEMEN PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR**

2022

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK BALITA (PRASEKOLAH) USIA 3-5 TAHUN
DI KABUPATEN BONE**

Disusun dan diajukan oleh

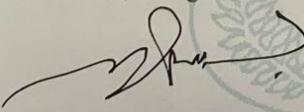
**KARMILASARI
K011181019**

Telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian yang dibentuk dalam rangka
Penyelasaan Studi Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin
pada tanggal 27 Mei 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Muh. Arsyad Rahman, SKM, M.Kes
NIP. 197004181994121002


Dr. Suriah, SKM, M.Kes
NIP. 197405202002122001

Asisten Program Studi,

Dr. Suriah, SKM., M.Kes
NIP. 197405202002122001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi ini telah di pertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Skripsi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar pada hari Jum'at
Tanggal 27 Mei 2022.

Ketua : Muh. Arsyad Rahman, SKM, M.Kes (.....)

Sekretaris : Dr. Suriah, SKM, M.Kes (.....)

Anggota :

1. Rahayu Indriasari, SKM., MPH.CN., Ph.D (.....)

2. Prof. Dr. dr. Muh. Syafar, MS (.....)

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Karmilasari
NIM : K011181019
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
No. Hp : 082148685689
E-mail : mhylamhyla5@Gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa judul skripsi **“FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI *JUNK FOOD* PADA ANAK BALITA (PRASEKOLAH) USIA 3-5 TAHUN DI KABUPATEN BONE”** benar bebas dari plagiat dan apabila pernyataan ini terbukti tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 2 Mei 2022
Yang membuat pernyataan



Karmilasari

RINGKASAN

Universitas Hasanuddin
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku
Makassar, Mei 2022

KARMILASARI

“FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI JUNK FOOD PADA ANAK BALITA (PRASEKOLAH) USIA 3-5 TAHUN DI KECAMATAN TANETE RIATTANG KABUPATEN BONE”

Anak usia prasekolah merupakan cikal bakal masa depan bangsa, dalam pembangunan nasional anak usia prasekolah merupakan harapan untuk memajukan bangsa. Mengingat pentingnya anak usia prasekolah sebagai harapan terciptanya sumber daya yang lebih baik untuk masa depan bangsa, maka perlu ditumbuhkan sikap dan perilaku yang baik pada anak, khususnya perilaku dalam memilih makanan.

Konsumsi *junk food* secara berlebihan telah memberi kontribusi yang signifikan pada tingginya angka kegemukan di seluruh dunia. Konsumsi *junk food* pada anak Balita secara berlebihan dapat mengakibatkan gangguan pada kesehatan anak Balita karena *junk food* merupakan makanan yang tinggi lemak, mengandung banyak gula, serta garam dan kalori sehingga perilaku Balita dalam mengonsumsi *junk food* sangat penting untuk diperhatikan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kabupaten Bone dengan jumlah 594 anak. Sampel pada penelitian ini dipilih secara purposive yaitu 1 Kecamatan yang mewakili 27 Kecamatan, jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 89 anak. Responden pada penelitian ini adalah ibu dari anak Balita (prasekolah) tersebut. Data diperoleh dari responden dengan metode wawancara dan observasi menggunakan kuesioner kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square*.

Pada penelitian ini mayoritas anak Balita (prasekolah) mengonsumsi *junk food* dengan frekuensi sering sebanyak 51 orang (57,3%). Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa pengetahuan ibu termasuk dalam kategori cukup yakni 64 responden (71,9%) sedangkan yang termasuk dalam kategori kurang yakni 25 orang (28,1%), dan nilai ($p=0,000$) yang bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima, sedangkan sikap responden termasuk dalam kategori positif (menentang perilaku konsumsi *junk food* yang berlebihan) yakni 71 responden (79,8%) sedangkan yang termasuk dalam kategori negatif (mendukung perilaku konsumsi *junk food*) yakni 18 orang (20,2%), dan nilai ($p=1,00$) yang bermakna H_0 diterima dan H_a ditolak. Ekspektasi ibu termasuk dalam kategori baik yakni 60 responden (67,4%), sedangkan yang termasuk dalam kategori buruk yakni 29 orang (32,6%). dan nilai ($p=1,00$) yang bermakna H_0 diterima dan H_a ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, pengetahuan ibu berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak

Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone, sedangkan sikap dan ekspektasi ibu tidak berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone. Perlu di adakan program pendidikan gizi terkait *junk food* bagi orang tua anak Balita (prasekolah).

Kata Kunci : perilaku, *junk food*, balita, faktor, ekspektasi.

Jumlah Pustaka: 73 (1990-2021)

SUMMARY

*Hasanuddin University
Faculty of Public Health
Health Promotion and Behavioral Science
Makassar, May 2022*

KARMILASARI

"FACTORS RELATED TO JUNK FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR AMONG CHILDREN AGED 3-5 YEARS OLD AT TANETE RIATTANG BONE DISTRICT "

Preschool age children are the hope of the future, they are expected to develop our country in national development. Given the importance of preschool age children to become a better human resources, cultivating good attitudes and behaviors are important. Especially, the behavior of choosing food.

Excessive consumption of junk food has contributed significantly to the high rates of obesity worldwide. However, toddlers who eat junk food in excess may have health problems. That's because junk food is a high-fat food. It contains a lot of sugar, as well as salt and calories. That's why, we need to pay attention to the toddlers' behavior in consuming junk food.

This study aims to determine the factors related to junk food consumption behavior in toddlers (preschool) aged 3-5 years in Tanete Riattang District, Bone. This type of research is descriptive quantitative. Then, the population in this study were 594 toddlers (preschool) aged 3-5 years in Bone. The sample in this study was selected purposively, namely 1 sub-district representing 27 sub-districts, the number of samples in this study was 89 children. Respondents in this study were their mother. The data obtained from respondents through interview. Meanwhile, the observation method is using a questionnaire and analyzed by univariate and bivariate using chi square test.

In this study, most of toddlers (preschool) who consume junk food in tight frequency are 51 child (57,3%). Chi Square result test show that mother's knowledge in sufficient category to the tune of 64 respondent (71,9%), while 25 (28,1%) respondent are in deficient category. The value ($p=0,000$) means H_0 is rejected and H_a is accepted, whilst respondent demeanour which included in positive category (against the excessive consumption behavior) as much 71 respondent (79,8%). Besides, 18 (20,2%) respondent are included into negative category (supporting junk food consuming behavior). The value ($p=1,00$) means H_0 is accepted and H_a is rejected 60 (67,4%) respondent are included into well category of mother expectation, while 29 (32,6%) respondent are put into poor category. The value ($p=1,00$) means H_0 is accepted and H_a is rejected. Therefore, it can be concluded that mother's knowledge are related to junk food consuming behavior on 3-5 aged toddler (preschool) in Tanete Riattang District, Bone Regency. Meanwhile mother's demeanour and expectation are not related to 3-5 toddler (preschool) junk food consuming behavior in Tanete Riattang District, Bone Regency. It is necessary to hold a nutrition education program about junk food for parents of toddlers (preschool).

Keywords: behavior, junk food, toddler, factor, expectation.

Number of Libraries: 73 (1990-2021)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, Pertama-tama dan yang paling utama segala puji dan rasa syukur yang tiada hentinya kepada *Rabb* dan *Ilah* manusia seluruh alam atas nikmat yang selalu dikaruniakanNya kepada hambaNya. *Shalawat* dan salam tercurah kepada sebaik-baik teladan bagi manusia, Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa sallam* yang telah menunjukkan jalan yang lurus bagi manusia melalui Al-Qur'an dan juga sunnah-sunnah beliau kepada saya sehingga dapat menyelesaikan hasil penelitian skripsi ini dengan judul “**Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi *Junk Food* pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone**” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada program Strata Satu (S1) di Jurusan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin.

Skripsi ini tidak lepas dari doa dan peran orang-orang istimewa bagi penulis, sehingga izinkan penulis untuk menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada orang tua tercinta, Ibunda **Sanatang** dan Ayahanda **Buhari** yang telah membesarkan, mendidik, membimbing dan senantiasa berjuang menyekolahkan penulis hingga pada titik ini, semangat, nasihat, kasih sayang, doa dan restu yang selalu mengiringi tiap langkah penulis. Kedua orang tua yang menjadi salah satu alasan kuat untuk penulis tidak menyerah sehingga bisa berada di titik ini, serta kepada adik **Muhammad faisal** yang

memberi semangat, dan seluruh keluarga besar yang selalu menjadi sumber motivasi kuat bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Melalui kesempatan ini pula, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Rektor Universitas Hasanuddin beserta jajarannya.
2. Bapak Dr. Aminuddin Syam, SKM, M.Kes., M.Med.Ed selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin atas izin penelitian yang telah diberikan kepada penulis.
3. Bapak Prof. Sukri Palutturi S.KM.,M.Kes.,Msc.,PH.,PhD selaku dosen Penasehat Akademik yang senantiasa memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Muh. Arsyad Rahman S.KM., M.Kes selaku Pembimbing I dan ketua Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku FKM Unhas yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Suriah, S.KM, M.Kes selaku pembimbing II dan selaku Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat FKM Unhas yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan dan memotivasi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Prof. Dr. dr. H. Muh Syafar, MS dan Ibu Rahayu Indriasari, SKM, MPH,Ph.D selaku penguji yang telah memberikan kritikan yang bersifat membangun masukan yang sangat bermanfaat untuk penyempurnaan penulisan skripsi ini.

7. Seluruh dosen dan staf di FKM Unhas, terkhusus di Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, yang telah memberi ilmu dan membantu proses belajar mengajar di FKM Unhas.
8. Kepala Dinas Kesehatan dan Petugas Promosi Kesehatan Dinas Kabupaten Bone yang telah memberikan ilmu selama penulis menjadi mahasiswa magang dan telah membantu penulis selama penelitian.
9. Kepala UPT Puskesmas Biru serta staf manajemen UPT Puskesmas Biru yang telah membantu penulis selama penelitian dan Kepala UPTD BKKBN Kecamatan Tanete Riattang beserta staf yang telah membantu penulis selama penelitian.
10. Kakak-kakak di LD-AI-A'fiah FKM UNHAS khususnya Kakak Leli Pardalita dan lainnya yang telah banyak membantu penulis serta selalu memberikan dukungan kepada penulis
11. Teman-teman Bone, yaitu Siska Ayuningsih dan Andi Fauziah Mawaddah, Fadia Ananda Roslan, Kevin agwiawan, Nurhalisa safitri dan Sugirna yang selama ini selalu memberikan dukungan kepada penulis.
12. Sahabat Squad, yaitu Nunu, Dewi, Nining, Sry, Tiara, yang selalu memberi dukungan serta semangat satu sama lain dalam menyelesaikan skripsi.
13. Sahabat PKIP 2018 yaitu Mifta, Lolon, A.Tiara, Uci, Ana, Ansof, Nadila, Buraini yang selalu memberi dukungan serta semangat satu sama lain dalam menyelesaikan skripsi.

14. Teman-teman seperjuangan Kesmas Angkatan 2018 atas semangat yang selalu diberikan dan selalu kebersamai selama berjuang bersama mengikuti proses ini sampai titik akhir perjuangan di FKM Unhas.
15. Teman-teman PBL POSKO 3 Kelurahan gusung dan teman-teman KKN Profesi Gel 60 Desa Punagaya.
16. Teman-teman KPI UNHAS yaitu Aan, Ifa dan Fijwal yang selalu memberi dukungan serta semangat satu sama lain dalam menyelesaikan skripsi.
17. Sahabat Pertamina Foundation yaitu Tim Pertamina Foundation Nadhira dan Wiwi.

Terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak bisa penulis tuliskan satu persatu atas segala, bantuan, doa, dan motivasi serta dukungan yang tulus diberikan untuk penulis selama menjalani studi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan serta kekeliruan. Oleh karena itu, besar harapan penulis agar dapat diberikan kritik dan saran yang membangun dari segala pihak agar skripsi ini berguna dalam ilmu pendidikan dan penerapannya. Akhir kata, mohon maaf yang sebesar-besarnya atas segala kekurangan penulis, Sesungguhnya kesempurnaan hanya milik Allah SWT dan kekurangan ada pada penulis skripsi ini. semoga Allah SWT melimpahkan rahmat-Nya kepada kita semua.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Makassar, 5 Maret 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Tinjauan Umum Tentang Balita (prasekolah) Usia 3-5 Tahun.....	12
B. Tinjauan Umum Tentang <i>junk food</i>	13
C. Tinjauan Umum Tentang Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan Anak Balita (Prasekolah).....	16
D. Tinjauan Umum Tentang Dampak Konsumsi <i>junk food</i> Balita Prasekolah ...	18
E. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan, Sikap, Ekspektasi dan Perilaku Mengenai Konsumsi <i>junk food</i> pada Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kabupaten Bone.....	20
F. Kerangka teori.....	27
BAB III KERANGKA TEORI	29
A. Dasar Pemikiran Variabel Penelitian	30
B. Kerangka Konsep Penelitian	31
C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	32
D. Hipotesis.....	35
BAB IV METODE PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian.....	37
B. Waktu dan Tempat Penelitian	37

C. Populasi dan Sampel Penelitian	38
D. Metode Penarikan Sampel.....	41
E. Instrumen Penelitian	41
F. Pengumpulan Data	42
G. Pengolahan Data.....	42
H. Analisis Data.....	43
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
B. Hasil Penelitian.....	45
C. Pembahasan.....	59
D. Keterbatasan Penelitian	69
BAB VI PENUTUP.....	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	55
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	57
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Berdasarkan Item Pengetahuan Ibu Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	57
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Sikap Ibu Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	58
Tabel 5.5	Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan Item Sikap Ibu Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	59
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Ekspektasi Ibu Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	60
Tabel 5.7	Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan Item Ekspektasi Terkait Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	62
Tabel 5.8	Distribusi Frekuensi Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	62
Tabel 5.9	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Item Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	63

Tabel 5.10	Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	65
Tabel 5.11	Hubungan Sikap Ibu dengan Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	66
Tabel 5.12	Hubungan Ekspektasi Ibu dengan Perilaku Konsumsi <i>Junk food</i> pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.....	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Animasi Balita Prasekolah.....	18
Gambar 2. Contoh <i>Junk Food</i>	19
Gambar 3. Kerangka Teori Penelitian.....	33

DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

BALITA	:Bawah lima tahun
<i>Develop-ment</i>	:Perkembangan
<i>Ekspektasi</i>	:Suatu harapan atau keyakinan
FFQ	: <i>Food frequency questionnaire</i>
<i>Golden Age</i>	:Periode keemasan
<i>Growth</i>	:Pertumbuhan
<i>Intellectual</i>	:Cerdas berakal dan berpikiran jernih
<i>Junk Food</i>	:Makanan tidak sehat
Kemenkes	:Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Metabolisme	:Proses pengolahan zat gizi makanan yang telah diserap ..oleh tubuh menjadi energi
Gizi	:Substansi organik yang dibutuhkan organisme untuk fungsi ..normal dari sistem tubuh
<i>Obesitas</i>	:Kondisi kronis akibat penumpukan lemak dalam tubuh ..secara berlebihan
<i>Overweight</i>	:Berat badan berlebih melebihi Indeks Massa Tubuh (IMT) ..normal
Prasekolah	:Anak yang berumur antara 3-6 tahun
SPSS	: <i>Statistical Packages for Social Sciences</i>
<i>Website</i>	:Kumpulan halaman yang memuat berbagai informasi yang dapat dilihat di internet

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	85
Lampiran 2 Master Tabel Penelitian.....	97
Lampiran 3 Analisis Univariat.....	100
Lampiran 4 Analisis Bivariat.....	101
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian.....	103
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	104
Lampiran 7 Riwayat Hidup.....	108

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bawah lima tahun adalah kepanjangan dari Balita, Balita (prasekolah) dengan rawan usia 3-5 tahun merupakan periode keemasan dalam kehidupan manusia. Pada masa Balita (prasekolah) berperan sangat besar dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas di masa yang akan datang (Sulistianingsih, 2016).

Anak usia prasekolah merupakan cikal bakal masa depan bangsa, dalam tujuan pembangunan nasional anak usia prasekolah merupakan harapan untuk memajukan bangsa. Mengingat pentingnya anak usia prasekolah sebagai harapan terciptanya sumber daya yang lebih baik untuk masa depan bangsa, maka perlu ditanamkan sikap dan perilaku yang baik pada anak khususnya perilaku dalam memilih makanan. Kebiasaan anak dalam memilih makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor pengetahuan, sikap, ekspektasi dan perilaku ibu (Zafwan, 2018).

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 3-5 tahun. Pada usia prasekolah kebutuhan gizi sejalan dengan berkembangnya kebutuhan fisik harus diperhatikan. Pada usia prasekolah anak cenderung lebih memandang dari sudut pandangnya sendiri. Mereka akan mengabaikan sudut pandang orang lain. Terlihat dari tingkah laku anak yang tidak terkontrol serta terus menangis sampai keinginannya terpenuhi. Karakteristik anak pada usia ini

sehingga kecukupan gizi anak tidak dapat terpenuhi. Hal tersebut dapat menimbulkan masalah gizi pada anak prasekolah (Syahroni, 2021).

Konsumsi *junk food* pada anak terus meningkat karena terbatasnya waktu orang tua untuk mengolah makanan sendiri. Sehingga orang tua tidak mengetahui syarat jajanan anak yang memenuhi kebutuhan gizi anak yaitu terbebas dari kotoran, tidak mengandung bahan yang berbahaya bagi kesehatan. Dari 200 juta anak di bawah usia 5 tahun di negara-negara berkembang mengalami gangguan kesehatan diakibatkan oleh masalah gizi, salah satu faktor penyebabnya adalah makanan yang dikonsumsi pada usia anak-anak kurang mengandung zat gizi (Wilar, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian dari Mentari (2019) makanan yang mengandung sodium, saturated at, dan kolesterol dikategorikan sebagai *junk food*. Beberapa *junk food* juga mengandung gula dan bahan-bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh, *junk food* adalah kumpulan makanan yang memiliki sedikit kandungan gizi, serta di dalam *junk food* mengandung zat-zat yang tidak sehat apabila dikonsumsi secara terus-menerus, dan dapat memicu timbulnya penyakit di dalam tubuh.

Menurut penelitian dari Pratiwi (2019) berikut adalah jenis-jenis *junk food* yaitu gorengan, *fast food*, daging berlemak, asinan, daging olahan, makanan yang dipanggang, Ice cream (es krim), minuman ringan, manisan kering, makanan kaleng, dan olahan keju. Saat tubuh mengonsumsi makanan dengan indeks kadar glukosa tinggi seperti *junk food*, sumber energi yang

digunakan tubuh dalam menjalankan fungsi-fungsi organ berasal dari glikogen sehingga lemak dalam tubuh tidak terpakai. Lemak akan semakin menumpuk di dalam tubuh dan dapat memicu terjadinya penyakit apabila hal ini terulang secara terus-menerus.

Konsumsi *junk food* secara berlebihan telah memberi kontribusi yang signifikan pada tingginya angka kegemukan di seluruh dunia. Sebagaimana diketahui *junk food* yang sangat kurang mengandung akan gizi yang dibutuhkan oleh organ tubuh dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan seperti keracunan makanan, infeksi, penyakit diabetes, darah tinggi dan obesitas. Konsumsi *junk food* yang tinggi kadar lemak dan gula seperti burger, fried chicken, french fries, hot dog, popcorn, pizza, biscuit, muffin. Minuman berkarbonasi dan lain sebagainya sudah menjadi bagian gaya hidup pada Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun khususnya yang berada di kota besar. Mereka lebih sering memakan makanan tersebut dibandingkan memakan sayur atau buah yang jelas lebih kaya gizi (Martony, 2018).

Konsumsi *junk food* pada Balita secara berlebihan dapat mengakibatkan gangguan pada kesehatan Balita karena *junk food* merupakan makanan yang tinggi lemak, mengandung banyak gula, serta garam dan kalori sehingga perilaku Balita dalam mengonsumsi *junk food* sangat perlu untuk diperhatikan (Ekanayake, 2021).

Konsumsi *junk food* yang berlebihan menyebabkan berbagai gangguan kesehatan karena kurang mengandung asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Sehingga tubuh akan merasa cepat lelah dan kekurangan energi yang

dibutuhkan oleh tubuh untuk digunakan dalam beraktivitas sehari-hari. Tingginya kandungan gula dalam makanan cepat saji tentu saja berdampak pada kesehatan khususnya pada proses metabolisme tubuh akan tidak terkendali. Ketika memakan gula yang berlebihan maka pankreas akan mengeluarkan insulin dalam jumlah yang tinggi untuk mencegah kenaikan kadar gula dalam darah. Makanan cepat saji tidak mengandung protein dan karbohidrat yang cukup dan tidak baik bagi tubuh, sehingga kadar gula darah akan turun secara tiba-tiba (Purwanti, 2019).

Era perkembangan zaman yang semakin modern menjadikan orang lebih cenderung memilih makanan yang tidak ribet cara penyajiannya. Saat ini *junk food* menjadi salah satu makanan yang sangat disukai oleh anak-anak khususnya pada Balita (prasekolah). Hal ini dikarenakan *junk food* lebih mudah untuk didapatkan dan orang tua lebih cenderung memberikan makanan yang cepat saji. Saat ini semakin mempermudah setiap orang mendapatkan makanan dan *junk food* menjadi alternatif pilihan makanan dari keluarga (Widyaastuti, 2018).

Masalah *junk food* di Indonesia ditinjau dari penelitian Handayani (2019) menunjukkan bahwa *junk food* merupakan makanan yang menjadi salah satu penyebab utama terjadinya gangguan kesehatan khususnya overweight. Hal ini disebabkan sebagian besar *junk food* mengandung kolesterol jahat dan gula berlebihan yang dapat berakibat terjadinya obesitas dan diabetes. Adapun penyakit lain yang dapat disebabkan oleh konsumsi *junk food* secara berlebihan yaitu hipertensi, dan penyakit jantung koroner

hal ini bisa terjadi karena penumpukan kolesterol pada pembuluh darah (Wulandari, 2017).

Pada tahun 2015-2019 yang menjadi fokus Kemenkes Indonesia yaitu terjadinya peningkatan masalah gizi dan munculnya banyak jenis penyakit tidak menular. Hal ini disebabkan masuknya tren konsumsi *junk food*, karena tren ini merupakan faktor gaya hidup zaman sekarang (Hikmah, 2020).

Sikap dan perilaku orang tua terhadap memilih asupan gizi anak merupakan salah satu faktor yang menyebabkan anak mendapatkan efek samping dari makanan yang tidak sehat, sejalan dengan *Teori Planned Behaviour* yang dikembangkan oleh Ajzen Fishbein (1969) bahwa sikap terhadap perilaku merupakan pokok penting yang sanggup memperkirakan suatu perilaku dalam hal ini sikap ibu terhadap perilaku anak Balita mengonsumsi *junk food*. Makanan cepat saji digemari oleh anak-anak karena rasanya yang enak sehingga tidak heran kalau saat ini banyak anak yang tidak suka makanan yang bergizi seperti sayuran dan buah-buahan. Hal ini merupakan salah satu dampak yang tidak baik dari *junk food*, makanan ini banyak mengandung gula, garam, lemak jenuh, dan asam lemak sehingga jika dikonsumsi secara berlebihan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti obesitas, hipertensi dan penyakit tidak menular lainnya (Handayani, 2019).

Adapun faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pengetahuan khususnya

pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, motivasi dari luar serta ekspektasi sejalan dengan *Social Learning Teori* Oleh Albert Bandura (1986) bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan dan ekspektasi. Ekspektasi dalam hal ini adalah hal yang diharapkan oleh orang tua terhadap pengaruh kandungan makanan untuk kesehatan anaknya (Septiani,2017).

Pengetahuan orang tua terkait masalah gizi merupakan komponen yang sangat penting dalam mempengaruhi cara pengasuhan terhadap pemberian makanan pada anak, pengetahuan gizi adalah kepandaian dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi serta kepandaian dalam memilih makanan yang sehat. Pengetahuan gizi ibu sangat berpengaruh terhadap pemberian makanan kepada anak (Febriyanto, 2016).

Prevalensi masalah gizi Balita di Indonesia berdasarkan Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2016, Ditjen Kesehatan Masyarakat, Kemenkes RI 2017 memperlihatkan bahwa angka obesitas pada B alita di Indonesia mencapai 14%, (Kemenkes RI, 2017).

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda. Artinya bahwa masalah gizi kurang belum dapat teratasi sepenuhnya, tetapi saat ini mulai muncul masalah pada anak dengan gizi lebih. Pada kasus gizi lebih atau obesitas cenderung merupakan awal sinyal dari penyakit degeneratif/penyakit non infeksi yang saat ini banyak terjadi hampir diseluruh daerah, kota, maupun pelosok di Indonesia (Winarsi, 2019).

Berdasarkan data survey AC Nielsen online customer tahun 2007 mendapatkan hasil bahwa 28% masyarakat Indonesia mengonsumsi *junk*

food minimal satu minggu sekali 33% diantaranya mengonsumsi saat makan siang. Tidak mengherankan jika Indonesia menjadi negara ke 10 yang paling banyak masyarakatnya mengonsumsi *junk food* (Nunung, 2017).

Prevalensi masalah gizi anak Balita (prasekolah) khususnya masalah overweight di Sulawesi Selatan masih tinggi yakni pada tahun 2017 mencapai sebesar 3,1 % akut kronis, overweight dapat memicu munculnya penyakit tidak menular pada anak (Kemenkes,2017).

Kabupaten Bone khususnya di Kecamatan Tanete Riattang tersedia begitu banyak kuliner *junk food* hal ini sejalan dengan hasil observasi dari penulis dan tim. Kecamatan Tanete Riattang merupakan salah satu Kecamatan yang luas yang berada di wilayah Kabupaten Bone dan sangat banyak tempat kuliner yang menjual *junk food* seperti gorengan, makanan manis dan *junk food* jenis lainnya.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh penulis dan tim, *junk food* di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone menjadi salah satu gaya hidup anak zaman sekarang khususnya pada Balita. Ibu-ibu sosialita seringkali membawa anaknya memakan *junk food* seperti di restoran mewah karena Kabupaten Bone merupakan kota yang maju di mana sudah tersedia bioskop dan jajanan kuliner begitu banyak. *junk food* merupakan makanan yang disukai anak-anak karena rasanya enak tetapi kurang mengandung gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Anak-anak zaman sekarang sangat menyukai *junk food* adapun tempat yang sering dikunjungi oleh anak milenial di Kecamatan Tanete

Riattang, Kabupaten Bone yaitu seperti Mcd, dan tempat kuliner *junk food* lainnya.

Adapun makanan yang termasuk dalam kategori *junk food* yang menjadi fokus pada penelitian ini adalah makanan yang tinggi lemak namun memiliki kandungan gizi yang rendah yang trend dikonsumsi anak Balita di Kabupaten Bone seperti burger, fried chicken, french fries, sosis, kentang goreng, pizza, es cream, minuman bersoda, nugget dan indomie. Alasan penulis memilih makanan tersebut sebagai fokus penelitian karena makanan tersebut yang termasuk kategori *junk food* yang banyak disukai oleh Balita (prasekolah) di Kabupaten Bone hal ini sejalan dengan observasi penulis dan tim.

Ditinjau dari data Kementerian PUPR (Direktorat Bina Program Direktorat Jenderal Cipta Karya Dinas Tata Ruang & Permukiman Prov. Sulawesi Selatan) usia Balita (prasekolah) mencapai 65.967 jiwa dan dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Bone jumlah balita (prasekolah) usia 3-5 tahun sekitar 594 anak di Kabupaten Bone yang terdiri dari 27 Kecamatan.

Berdasarkan data dari Pemantauan Status Gizi (PSG) Kabupaten Bone masalah kesehatan Balita khususnya masalah overweight di Kabupaten Bone pada tahun 2017 masih mencapai 1,4% akut kronis tentu saja masalah gizi pada Balita khususnya berat badan berlebih dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi anak Balita tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi *Junk food* pada Anak Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun di Kabupaten Bone”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas bahwa ada berbagai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun. Salah satunya adalah pengetahuan orang tua terkait masalah gizi merupakan komponen yang sangat penting dalam mempengaruhi cara pengasuhan terhadap pemberian makanan pada anak, pengetahuan gizi adalah kemampuan dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi serta kemampuan dalam memilih makanan yang sehat (Febriyanto,2016). Selain itu Widyastuti (2019) mengungkapkan bahwa *junk food* adalah makanan yang tidak sehat dan digemari oleh anak-anak sehingga perlu diketahui Bagaimana “faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak balita (prasekolah) usia 3-5 tahun”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Diketuinya faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.
- b. Diketuainya hubungan sikap ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.
- c. Diketuainya hubungan ekspektasi ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Ilmiah

Dengan adanya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi dalam bidang pendidikan maupun bidang kesehatan khususnya referensi mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun.

2. Manfaat Praktis

Dengan adanya hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat dalam memperoleh informasi mengenai pemilihan makanan pada Balita prasekolah usia 3-5 tahun dikaitkan dengan gizi Balita khususnya faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun.

3. Manfaat Bagi Institusi

Sebagai bahan masukan bagi institusi kesehatan dan pemerintah dalam meningkatkan gizi Balita (prasekolah) sehingga mereka dapat memberikan informasi serta arahan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu agar sekiranya mereka lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi anaknya.

4. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan mampu menambah wawasan dalam mengaplikasikan ilmu kesehatan masyarakat yang diperoleh di bangku perkuliahan, dan mendapatkan pengalaman langsung dari penelitian yang berkaitan dengan faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun. Serta sebagai syarat mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM).

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Tentang Balita (Prasekolah) Usia 3-5 Tahun

1. Tinjauan Balita (Prasekolah)

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 5 tahun ke bawah, salah satu masa Balita pada prasekolah yaitu anak usia 3-5 tahun. Pada usia ini merupakan proses yang sangat penting bagi kesehatan manusia, karena pada masa prasekolah merupakan periode *golden age* atau biasa disebut periode keemasan dalam hidup anak-anak (Igohm, 2016).

Anak usia prasekolah adalah masa yang status gizinya sangat perlu diperhatikan khususnya makanan yang dikonsumsi. Anak prasekolah membutuhkan peran orang tua dalam mengatur perilaku makan mereka. Perilaku makan dibentuk pada usia muda dan dipertahankan selama usia selanjutnya dari waktu ke waktu, perilaku makan yang ada pada masa kanak-kanak akan tetap ada, dengan implikasi seperti kerewelan dan variasi makanan yang buruk, atau responsif yang tinggi terhadap isyarat makanan. Tahapan perkembangan anak usia prasekolah merupakan consumer pasif, anak akan menerima asupan makan dari apa yang disediakan oleh ibunya atau pengasuhnya, memilih makanan yang baik untuk anak akan membangun kecerdasan anak (Syahroni,2021).



Gambar 2.1 Animasi Balita Prasekolah
Sumber : Walpaperlist.com

B. Tinjauan Umum Tentang *Junk food*

1. Tinjauan Definisi *Junk food*

Menurut ahli gizi Instiit Pertanian Bogor (IPB) Prof. Dr Ali Khomsan, *junk food* adalah makanan padat yang rasanya enak, tapi miskin gizi. *junk food* hanya kaya kalori, tapi kecil kandungan protein, vitamin, dan mineralnya (Nunung 2017).

Hal ini disebabkan *junk food* merupakan makanan yang mengenyangkan tetapi tidak memberikan manfaat bagi tubuh bahkan justru merugikan kesehatan jika dikonsumsi secara berlebihan. Pada umumnya *junk food* adalah makanan yang tinggi akan kandungan garam, gula, lemak dan kaloryapun tinggi, tetapi kandungan gizinya sedikit dalam proses metabolisme tubuh. *junk food* yang umum di konsumsi pada Balita di Kabupaten Bone saat ini sejalan dengan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti dan tim adalah burger, fried chicken, french fries, sosis, kentang goreng, pizza, es cream, minuman bersoda, nugget dan indomie juga sering dianggap makanan kekinian.

Pada dasarnya, *junk food* mengandung sedikit protein, vitamin, dan mineral dan tinggi kalori yang berasal dari gula atau lemak (Widyastuti, 2018).



Gambar 2.2 Contoh *junk food*

Sumber : Promkes.kemkes.go.id

2. Tinjauan Jenis-jenis *Junk food*

Berdasarkan hasil penelitian dari Purwaningsih (2013) *World Health Organization* (WHO) secara serius membahas mengenai *junk food*. WHO menyebutkan beberapa golongan yang termasuk jenis *junk food*, yaitu:

- a. Makanan yang mengandung kadar garam sangat tinggi termasuk makanan asinan.
- b. Makanan yang mengandung pengawet yaitu makanan yang dikemas dalam kaleng atau biasa disebut makanan kalengan, bisa berupa buah-buahan atau daging. Makanan yang mengandung pengawet dikategorikan tidak sehat karena biasanya mengandung bahan pengawet, mengakibatkan menurunnya kandungan gizi.

- c. Makanan yang mengandung kalori, lemak dan mengandung minyak yang banyak biasanya makanan ini disebut gorengan. Pada proses menggoreng muncul zat karsiogenik yang memiliki dampak tidak baik pada kesehatan.
 - d. Makanan yang mengandung bahan pewarna dan pengawet seperti daging yang diproses misalnya sosis, ham, dan lain-lain.
 - e. Makanan yang dapat meningkatkan berat badan dan meningkatkan gula darah. Seperti keju olahan.
 - f. Makanan manisan beku yang mengandung glukosa tinggi seperti seperti ice cream, cake beku, dan lain-lain.
3. Tinjauan Zat yang Terkandung dalam *Junk food*

Sutrisno (2018) berikut zat-zat yang tidak baik bagi tubuh apabila dikonsumsi secara berlebihan yang terkandung dalam *junk food*:

- a. Antibiotik yang bertujuan untuk membunuh atau menghambat pertumbuhan bakteri. seperti tetrasiklin, penisilin, dan eritromisin, yang digunakan untuk mengawetkan bahan makanan seperti mengawetkan daging ikan yang sudah mati agar terlihat segar.
- b. Penyedap rasa (mono sodium glutamate) agar rasa lebih nikmat jadi tidak heran jika makanan *junk food* menjadi makanan favorit di zaman yang modern ini, pengawet seperti BHA, K-nitrit dan lain-lain, anti kempal, pemutih dan pematang tepung (aseton peroksida) dan sekustran (asam fosfat). Zat-zat tersebut disebut zat diktif.

- c. Natrium, satu porsi fried chicken bagian dada dari kentucky fried chicken (KFC) mengandung 2.520 mg natrium, california fried chicken (CFC) 1.469 mg, dan texas fried chicken (texas) 2.460 mg. Satu porsi kentang goreng, KFC 1.530 mg natrium, CFC 650 mg, Texas 1.080 mg, dan McDonald's 1.220.

C. Tinjauan Umum Tentang Faktor yang Memengaruhi Perilaku Makan Anak Prasekolah

Perilaku makan merupakan salah satu faktor dalam pemilihan makanan. Pemilihan makanan anak Balita (prasekolah) yang salah dapat menimbulkan status kesehatan Balita yang tidak baik terutama mengacu pada gizi yang salah. Terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa pada kalangan Balita memiliki perilaku makan yang kurang baik hal tersebut disebabkan oleh polah asuh ibu. Pemilihan makanan merupakan perwujudan perilaku. Faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan makanan, dan faktor sosial ekonomi (Kesuma, 2015).

Pengetahuan merupakan faktor internal yang mempengaruhi pemilihan makanan pada anak. Pengetahuan dalam hal ini khususnya meliputi pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, ekspektasi, dan motivasi dari luar, Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang

tidak terlepas dari pendidikan. Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik. Ibu yang mempunyai pengetahuan luas tentang gizi, maka dapat memilih dan memberi makan anaknya dengan baik. Peran orang tua terutama ibu untuk mengarahkan anaknya dalam pemilihan makanan cukup besar (Ramadhanty, 2019).

Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku makan anak prasekolah menurut Faridah (2017) sebagai berikut :

1. Kebiasaan makan

Kebiasaan makan adalah cara seseorang atau sekelompok orang memilih pangan dan memakannya setiap hari. sedangkan menurut Supartini (2004) kebiasaan makan yaitu berhubungan dengan tindakan untuk mengkonsumsi pangan, bilamana dan berapa banyaknya dengan mempertimbangkan dasar yang lebih terbuka dalam hubungannya dengan apa yang orang biasa makan, juga berkaitan dengan kemungkinan kondisi perubahan kebiasaan pola pangan yang timbul dari dalam dan luar dirinya.

2. Lingkungan Sekitar

Lingkungan Sekitar adalah Suatu tempat yang menyediakan beberapa macam makanan dan minuman yang dapat melayani kebutuhan anak di sekitarnya setiap hari. Bila anak hidup dalam suatu lingkungan tertentu, maka anak akan memperlihatkan pola tingkah laku yang khas dari lingkungannya.

3. Taraf ekonomi keluarga.

Pilihan seseorang terhadap jenis dan kualitas makanan turut dipengaruhi oleh taraf ekonomi. Pendapatan yang rendah akan membatasi seseorang untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi. Hal ini harus mendapat perhatian serius karena keadaan ekonomi ini relatif mudah di ukur dan berpengaruh besar pada konsumsi pangan. Golongan miskin menggunakan bagian terbesar dari pendapatan untuk memenuhi kebutuhan makanan. Yang perlu di pahami adalah bahwa gizi yang baik akan berdampak pada peningkatan produktivitas kerja seseorang sehingga merupakan unsur yang berperan dalam peningkatan keadaan ekonomi keluarga.

D. Tinjauan Umum Tentang Dampak Konsumsi *Junk food* Pada Balita Prasekolah Usia 3-5 Tahun

Junk food merupakan makanan yang tidak sehat dikonsumsi oleh tubuh, *junk food* adalah makanan yang dapat mengakibatkan masalah gizi pada anak (Widyastuti, 2018). Saat ini Indonesia mengalami permasalahan gizi ganda dimana masalah gizi kurang yang belum sepenuhnya teratasi dan muncul lagi masalah pada anak dengan gizi lebih (Gustiawan, 2019).

Berdasarkan penelitian dari Pamela (2018) yang menyatakan bahwa kebiasaan makan *junk food* yang berlebihan kurang baik. Konsumsi *junk food* yang baik jika frekuensinya 1 kali dalam seminggu, jika lebih dari itu dikatakan tidak baik. *junk food* secara perlahan mampu memengaruhi sistem jaringan tubuh, termasuk saraf mata anak. Dikarenakan, jenis makanan ini

tidak memberikan asupan vitamin dan mineral yang cukup, sebagai akibatnya, tubuh tidak akan bekerja dengan optimal (Hikmah,2020).

Asupan gizi yang dikonsumsi anak Balita (prasekolah) akan berpengaruh pada status gizi Balita. Apabila Balita mengalami kekurangan gizi rentan terhadap penyakit, peradangan kulit dan akhirnya dapat menghambat perkembangan anak meliputi kognitif, motorik, bahasa, dan keterampilannya dibandingkan dengan anak Balita yang memiliki status gizi baik (Ekanayake, 2021).

Pemberian *junk food* pada Balita (prasekolah) usia 3-5 tentu saja memiliki berbagai dampak negative seperti mengakibatkan obesitas pada anak disebabkan oleh kurangnya asupan energi dan zat gizi yang dicerna oleh tubuh serta pengaruh dari penyakit infeksi karena penyakit infeksi juga disebabkan oleh kekurangan gizi. Salah satu dampak yang akan terjadi pada seseorang khususnya anak yang sering diberi makanan berjenis *junk food*, makanan yang kurang mengandung asupan gizi yang di butuhkan oleh tubuh maka anak tersebut akan kekurangan vitamin. Dalam penelitian Sunanto (2019) menyatakan bahwa kekurangan vitamin pada anak dapat mengakibatkan, tingginya angka kematian pada anak Balita prasekolah.

E. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan, Sikap, Ekspektasi dan Perilaku Mengenai Konsumsi *Junk food* Pada Balita Prasekolah Usia 3-5 Tahun di Kabupaten Bone

1. Pengetahuan Mengenai *Junk food*

Pengetahuan adalah hasil tahu melalui penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba, dan perasa. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata, telinga, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang atau overt behavior (Sari, 2016).

Pengetahuan mengenai *junk food* adalah kepandaian dalam memberikan *junk food* sesuai dengan porsi tertentu serta kepandaian dalam memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi. Pengetahuan gizi ibu sangat berpengaruh dalam memberikan makanan sehat terhadap anak, pengetahuan dapat diperoleh secara internal maupun secara eksternal, pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri serta dari pengalaman hidupnya dan pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang diperoleh dari orang lain entah itu informasi atau hal lain (Respati, 2015).

Menurut Sukanto (2000) adapun faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan yaitu sebagai berikut:

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan sarana dalam memperoleh pengetahuan sehingga dapat menjadikan seseorang menambah wawasan dalam berperilaku positif.

b. Informasi

Seseorang yang memperoleh informasi lebih banyak akan mendapatkan wawasan atau pengetahuan lebih luas.

c. Budaya

Tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhan meliputi sikap dan kepercayaan.

d. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami oleh seseorang akan menambah pengetahuan terhadap seseorang tersebut.

2. Sikap Terhadap Konsumsi *Junk food*

Sikap menurut Notoatmodjo (2003) merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap stimulus atau objek. Sikap adalah tindakan dan penilaian terhadap hal yang terkait dengan faktor yang mempengaruhi perilaku makan anak Balita (prasekolah) mulai dari cara memberikan asupan gizi yang sesuai, serta cara pengasuhan dalam memilih makanan untuk anak sendiri.

Berdasarkan Azwar (2004) dapun faktor yang mempengaruhi dalam pengambilan sikap adalah sebagai berikut:

- a) Pengalaman pribadi, biasanya dalam memilih sesuatu berdasarkan dengan pengalaman pribadi misalnya ketika ingin memilih makanan

maka terlebih dahulu mencoba makanan yang menurutnya sesuai dengan selera sehingga akan terjadi terus menerus memilih makanan tersebut karena berdasarkan pengalaman pribadi.

- b) Pengaruh orang lain yang dianggap penting, dalam hal ini pengaruh orang-orang terdekat maupun pengaruh dari orang-orang kesehatan sangat berpengaruh pada seseorang dalam bertindak khususnya dalam memilih makanan sehat.
- c) Pengaruh kebudayaan. Kebudayaan masyarakat memiliki pengaruh yang kuat terhadap sikap seseorang dalam memilih makanan sehat. Aspek sosial budaya yang berkembang sesuai dengan keadaan lingkungan, agama, adat, kebiasaan, dan pendidikan masyarakat.

3. Ekspektasi Memilih *Junk food*

Ekspektasi adalah harapan kesenangan yang tidak konstan, yang timbul dari gagasan tentang sesuatu hal di masa depan (Boree, 2005). *junk food* tergolong makanan yang sangat digemari oleh masyarakat terutama bagi para anak Balita. Makanan ini bermacam-macam bentuk di mulai dari makanan ringan hingga makanan yang termasuk dalam makanan utama, karena di dalam kemasan sering kita lihat bahan yang disertakan mengandung karbohidrat. Tetapi makanan ini tidak bergizi bagi tubuh kita karena tidak mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, *junk food* digemari karena gampang di dapat dan rasanya yang enak serta cepat mengenyangkan (Hidajahturrokhmah, 2018).

Junk food di Kabupaten Bone merupakan makanan yang sangat di gemari anak-anak masa kini karena di Kabupaten Bone dikenal sebagai salah satu Kabupaten yang memiliki banyak tempat kuliner sehingga tidak heran jika anak-anak sejak dini sudah menyukai *junk food* yang rasanya enak tapi kurang akan gizi. *Junk food* dikenal sebagai makanan sampah atau makanan yang tidak sehat. Karena *junk food* mengandung jumlah lemak yang besar, rendah serat, banyak mengandung garam, gula, zat aditif dan kalori tinggi tetapi rendah gizi, rendah vitamin, dan rendah mineral hal ini sejalan dengan penelitian seorang ahli gizi Parengkuan (2013), yang mengatakan *junk food* atau makanan sampah ini dideskripsikan sebagai makanan yang tidak sehat atau minim kandungan gizi.

Dampak mengonsumsi *junk food* terhadap anak Balita (prasekolah) ialah berdampak pada status gizinya yang dapat menimbulkan obesitas. Selain *junk food* memiliki rasa yang enak terkadang anak lebih memilih mengonsumsi *junk food* karena kesibukan orang tua khususnya ibu yang tidak sempat menyiapkan makanan di rumah sehingga anak diberikan *junk food* karena penyajian *junk food* yang begitu cepat dan praktis. Tapi jika kebiasaan makan *junk food* itu terus-menerus dilakukan hal itu merupakan kesalahan dalam memilih makanan sehingga dapat menyebabkan anak gampang sakit bahkan memicu timbulnya obesitas hal ini sejalan dengan penelitian dari Purwaningsih (2013) yang menyatakan bahwa *junk food* menjadi ancaman utama bagi kesehatan. Hal tersebut

dikarenakan makanan yang disediakan banyak mengandung lemak jenuh, lemak trans, dan natrium.

Selain itu, *junk food* mengandung kalori yang tinggi dan rendah gizi. Berdasarkan data dari Pemantauan Status Gizi (PSG) di Kabupaten Bone, prevalensi Balita yang mengalami gangguan kesehatan Balita khususnya masalah overweight di Kabupaten Bone pada tahun 2017 masih mencapai 1,4 % akut kronis tentu saja masalah gizi pada Balita khususnya berat badan berlebih dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi oleh Balita tersebut. Salah satu bahaya dari konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) secara berlebihan adalah memicu terjadinya overweight pada anak Balita sehingga perlu diadakan perhatian khusus terkait perilaku konsumsi *junk food* pada Balita di Kabupten Bone karena di Kabupaten Bone tersedia banyak jenis kuliner *junk food*.

4. Perilaku Mengenai Konsumsi *Junk food*

Perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar, Perilaku adalah suatu rangkaian aktivitas tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan. Sehingga reaksi tersebut timbul sesuai dengan keadaan yang sedang dihadapi (Notoadmodjo, 2003).

Perilaku orang tua dalam memilih makanan untuk asupan gizi Balita sangat penting bagi proses kesehatan, perilaku dalam hal ini meliputi cara pengasuhan orang tua dalam memberikan makanan kepada anaknya khususnya *junk food*. *junk food* di Kabupaten Bone merupakan makanan

yang sangat di gemari anak-anak masa kini karena di Kabupaten Bone dikenal sebagai salah satu Kabupaten yang memiliki banyak tempat kuliner sehingga tidak heran jika anak-anak sejak dini sudah menyukai *junk food* yang rasanya enak tapi kurang akan gizi.

Menurut Sunaryo (2000) adapun faktor yang mempengaruhi seseorang dalam berperilaku adalah sebagai berikut:

- a. Faktor endogen atau faktor genetik adalah faktor yang berasal dari diri seseorang antara lain:
 1. Jenis ras, setiap ras yang berbeda mempunyai pengaruh yang berbeda terhadap seseorang dalam berperilaku.
 2. Jenis kelamin, jenis kelamin memiliki pengaruh dalam tindakan seseorang wanita cenderung berperilaku sesuai dengan emosional sedangkan laki-laki cenderung berperilaku secara rasional.
 3. Sifat fisik, perilaku individu akan berbeda-beda sesuai dengan sifat fisiknya.
 4. Sifat kepribadian merupakan manifestasi dari kepribadian yang dimiliki sebagai perpaduan dari faktor genetik dan lingkungan.
 5. Intelegensi, merupakan kemampuan berfikir dalam berperilaku.
- b. Faktor eksogen atau faktor dari luar individu yang dapat mempengaruhi seseorang dalam berperilaku antara lain:
 1. Faktor lingkungan, lingkungan merupakan lahan dalam perilaku individu.

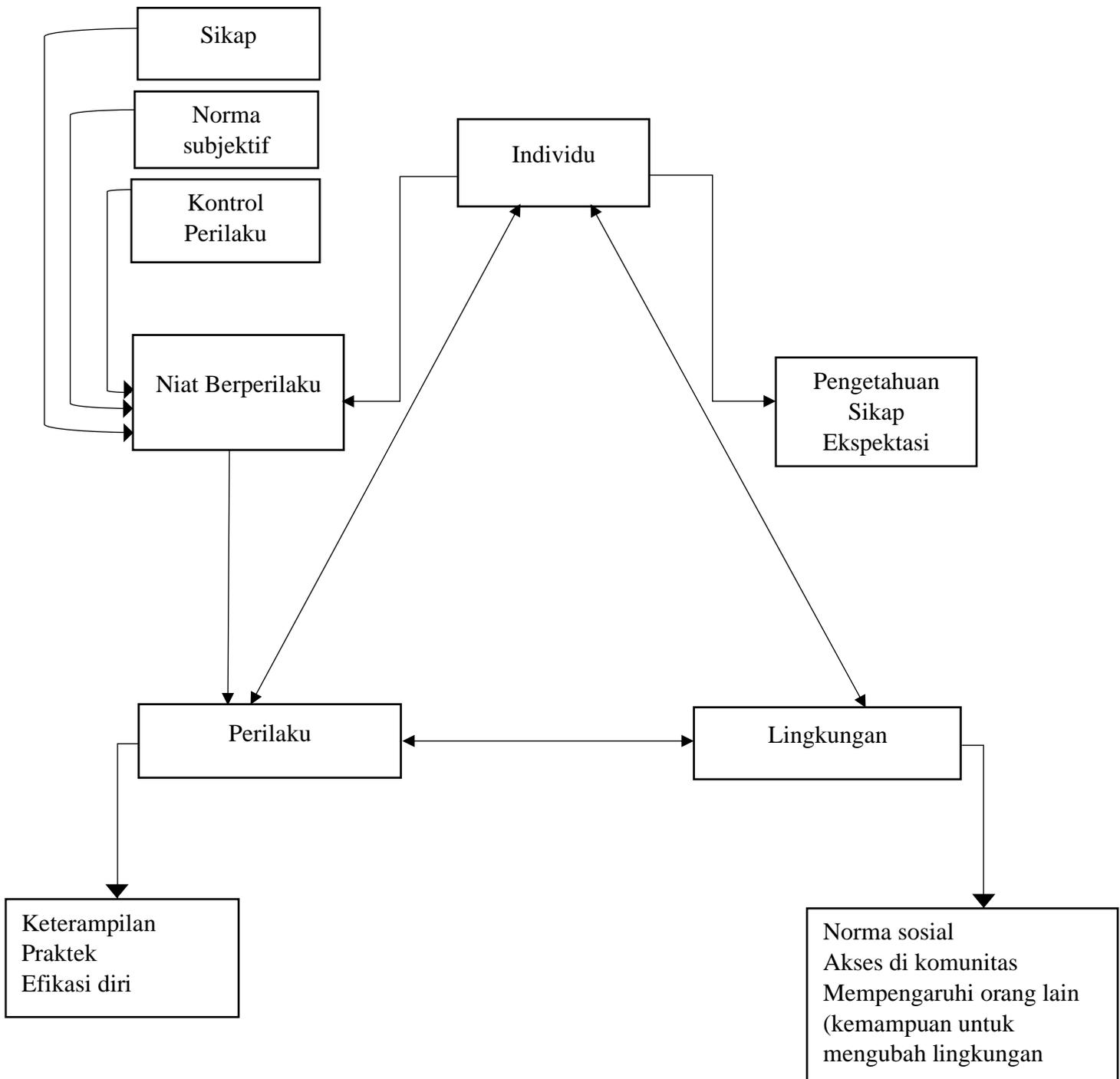
2. Pendidikan, proses dan kegiatan pendidikan pada dasarnya melibatkan perilaku individual atau kelompok.
3. Agama, merupakan keyakinan hidup yang masuk dalam kegiatan konstruksi kepribadian seseorang yang berpengaruh terhadap perilaku individu.
4. Sosial ekonomi, salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perilaku seseorang sesuai dengan lingkungan sosial ekonomi yang merupakan sarana untuk terpenuhinya fasilitas.
5. Kebudayaan, hasil dari kebudayaan yaitu kesenian, adat istiadat, atau peradaban manusia mempunyai peranan pada terbentuknya perilaku.

F. Kerangka Teori

Berdasarkan Kemenkes (2014) status gizi adalah ukuran keberhasilan pemenuhan gizi yang dihasilkan oleh keseimbangan antara kebutuhan dan masukan gizi. Tentu saja gizi berasal dari makanan yang dikonsumsi, makanan sehat adalah salah satu hal yang menentukan indikator gizi anak namun di era zaman yang semakin berkembang tren *junk food* yang dikategorikan makanan tidak sehat semakin di gemari oleh anak-anak (Febriyanto, 2016).

Teori Planned Behaviour oleh Ajzen Fishbein (1969) menjelaskan bahwa sikap terhadap perilaku merupakan pokok penting yang sanggup memperkirakan suatu perbuatan, meskipun demikian perlu dipertimbangkan sikap seseorang dalam menguji norma subjektif serta mengukur kontrol perilaku persepsian orang tersebut, sehubungan dengan *Social Learning Teori* oleh Albert Bandura (1986) yang menjelaskan bahwa perilaku seseorang karena adanya interaksi timbal balik yang berkelanjutan antara pengaruh kognitif, perilaku, dan lingkungan, individu atau seseorang berperilaku karena adanya pengetahuan, sikap dan ekspektasi terhadap suatu objek. Objek perilaku dalam hal ini adalah perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah).

Berikut adalah kerangka teori yang menjadi panduan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Sumber : *Teori Planned Behavior* Ajzen Fishbein (1969) & *Social Learning Theory* Albert Bandura (1986).

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Dasar Pemikiran Variabel Penelitian

Era zaman yang semakin modern *junk food* adalah salah satu makanan yang sudah menjadi bagian dari gaya hidup manusia pada masa kini. *junk food* sangat disukai masyarakat khususnya oleh anak-anak karena dikemas dan dipromosikan secara menarik. Bukan hanya hal itu makanan ini praktis, dan rasanya enak. Masa anak-anak pada usia Balita (prasekolah) merupakan masa keemasan, pada masa Balita sangat rentan dengan permasalahan gizi. Upaya pemeliharaan kesehatan anak sangatlah penting karena ditujukan untuk mempersiapkan generasi yang akan datang yaitu generasi yang sehat, cerdas, dan berkualitas. Salah satu upaya dalam memelihara proses kesehatan anak adalah dengan memperhatikan perilaku makan anak dalam memilih makanan yang dikonsumsinya.

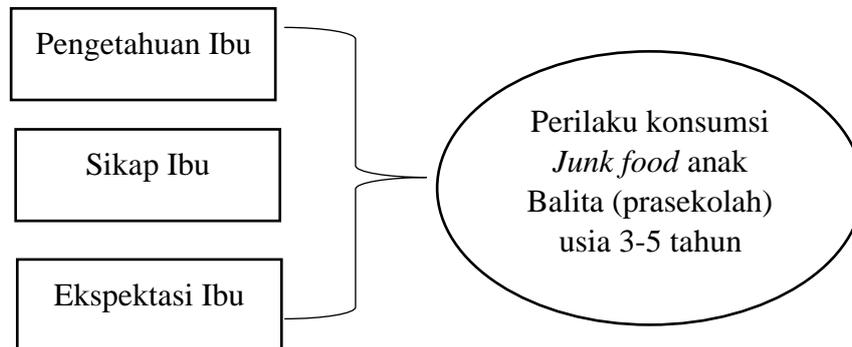
Pada aspek gizi, peran orang tua terutama ibu sangatlah penting karena merupakan orang yang terdekat bagi anak. Pengetahuan ibu dalam mengasuh anak merupakan faktor yang sangat berperan penting dalam pemilihan makanan pada anak, dimana pengetahuan dan sikap yang dimiliki seseorang merupakan faktor terpenting yang memengaruhi perilaku. Jika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi balita, diharapkan seorang ibu juga akan memiliki sikap dan perilaku yang baik pula dalam pemenuhan gizi anaknya. Pengetahuan ibu terkait gizi akan berpengaruh terhadap hidangan dan mutu makanan yang diberikan untuk anggota keluarga termasuk Balita. Sikap ibu

dalam memenuhi kebutuhan gizi balita juga sangat penting. Sikap merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Perubahan sikap secara berkelanjutan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, dimana perilaku pemenuhan gizi yang baik dapat meningkatkan status gizi anak (Setyaningsih, 2014).

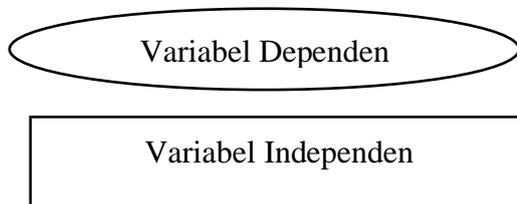
Adapun faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi *junk food* pada anak adalah pengetahuan, sikap, ekspektasi ibu. Sikap dapat timbul dari adanya pengetahuan individu. Oleh karena itu pengetahuan dapat mempengaruhi langsung individu berperilaku dalam memilih *junk food* untuk dikonsumsi anaknya.

Variable yang diteliti dalam penelitian ini adalah pengetahuan ibu mengenai *junk food* terhadap perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kabupaten Bone. Cara pengasuhan terkait sikap ibu dalam memberikan *junk food* pada Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kabupaten Bone, ekspektasi ibu dalam memilih *junk food* sebagai makanan yang dikonsumsi Balita anak (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kabupaten Bone.

B. Kerangka Konsep penelitian



Keterangan :



C. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

1. Pengetahuan

a. Definisi operasional

Pengetahuan merupakan segala hal-hal yang diketahui responden mengenai konsumsi *junk food* terhadap status gizi Balita. Adapun panduan penilaian dan skoringnya adalah sebagai berikut:

Jumlah pilihan jawaban = 3 opsi

Jumlah pertanyaan = 10 pertanyaan

Skoring terendah = 0 (pilihlah jawaban yang salah)

Skoring tertinggi = 1 (pilihan jawaban yang benar)

Jumlah skor terendah = skoring terendah x jumlah pertanyaan
 $= 0 \times 10 = 0$

Jumlah skor tertinggi = skoring tertinggi x jumlah pertanyaan
 $= 3 \times 10 = 100\%$

Rumus Umum

Interval (I) = Range (R) / Kategori (K)

Range (R) = skor tertinggi – skor terendah = $100 - 0 = 100\%$

Kategori (K) = 2 adalah banyaknya kriteria yang disusun pada kriteria objektif suatu variable. Kategori yang cukup dan kurang

Interval (I) = $100/2 = 50\%$

- b. Kelas interval pada masing-masing kategori berdasarkan aturan distribusi yang dikemukakan oleh (Zafwan, 2018).

Kriteria penilaian = skor tertinggi – Interval = $100 - 50 = 50\%$

Cukup = jika skor $\geq 50\%$

Kurang = jika skor $\leq 50\%$

2. Sikap

a. Definisi operasional

Sikap merupakan pernyataan evaluatif terhadap suatu objek. Sikap yang dimaksud pada penelitian ini adalah tanggapan ibu terhadap konsumsi *junk food* pada Balita (prasekolah) adapun kategori sikap pada penelitian ini yaitu kategori sikap positif dan sikap negative. Sikap yang dimaksud dalam kategori positif pada penelitian ini adalah tidak mendukung atau menentang perilaku konsumsi *junk food* yang berlebihan pada Balita (prasekolah). Sedangkan sikap yang dimaksud dalam kategori negative pada penelitian ini adalah mendukung perilaku konsumsi *junk food* yang berlebihan pada Balita (prasekolah). Panduan penilaian dan pemberian skoring dengan menggunakan pendekatan skala likert, yaitu item jawaban pada setiap pertanyaan diberikan skor, sehingga variabel tersebut diukur melalui jawaban kuesioner dengan jumlah pertanyaan yang ditunjukkan sebanyak 10 pertanyaan dengan 4 pilihan jawaban. Kelas interval pada masing-masing kategori berdasarkan aturan distribusi yang dikemukakan oleh (Nurdiana, 2021).

Setiap pertanyaan memiliki skor 1 sampai 4 dengan kategori:

Sangat setuju (SS) = 4

Setuju (S) = 3

Tidak setuju (TS) = 2

Sangat tidak setuju (STS) = 1

b. Skoring

Jumlah pilihan = 4

Jumlah pertanyaan = 10

Skor tertinggi: jumlah pertanyaan x skor tertinggi

$$: 10 \times 4 = 40 (100\%)$$

Skor terendah: jumlah tertinggi – skor terendah

$$: 10 \times 1 = 10 (25\%)$$

Range (R): skor tertinggi – skor terendah

$$: 40 - 10 = 30 (75\%)$$

Kategori (K): 2

$$\text{Interval R/K} = 30/2 = 15 (37,5\%)$$

$$\text{Skor standar: } 100\% - 37,5\% = 62,5\%$$

c. Kriteria objektifnya

Positif: jika persentase total jawaban responden memiliki nilai, $> 62,5\%$

Nrgatif: jika persentase total jawaban responden memiliki nilai, $< 62,5\%$

3. Ekspektasi

a. Definisi operasional

Ekspektasi adalah harapan atau sesuatu yang di inginkan terjadi, dalam hal ini ekspektasi ibu dalam memilih *junk food* dengan perilaku konsumsi *junk food* pada Balita (prasekolah). Panduan penilaian dan pemberian skoring dengan menggunakan pendekatan skala likert, yaitu item jawaban pada setiap pertanyaan diberikan skor sehingga variabel tersebut diukur melalui jawaban kuesioner dengan jumlah pertanyaan

yang ditunjukkan sebanyak 10 pertanyaan dengan 4 pilihan jawaban. Kelas interval pada masing-masing kategori berdasarkan aturan distribusi yang dikemukakan oleh (Ellesa, 2016). Setiap pertanyaan memiliki skor 1 sampai 4 dengan kategori:

Sangat sesuai (SS) = 4

Sesuai (S) = 3

Tidak sesuai (TS) = 2

Sangat tidak sesuai (STS) = 1

a. Skoring

Jumlah pilihan = 4

Jumlah pertanyaan = 10

Skor tertinggi: jumlah pertanyaan x skor tertinggi

$$: 10 \times 4 = 40 \text{ (100\%)}$$

Skor terendah: jumlah tertinggi – skor terendah

$$: 10 \times 1 = 10 \text{ (25\%)}$$

Range (R): skor tertinggi – skor terendah

$$: 40 - 10 = 30 \text{ (75\%)}$$

Kategori (K): 2

Interval: $R/K = 30/2 = 15 \text{ (37,5\%)}$

Skor standar: $100\% - 37,5\% = 62,5\%$

a. Kriteria objektifnya

Baik: jika persentase total jawaban responden memiliki nilai, $> 62,5\%$

Buruk: jika persentase total jawaban responden memiliki nilai, $< 62,5\%$

4. Perilaku

a. Definisi operasional

Perilaku adalah suatu kegiatan atau tindakan yang dapat diamati secara langsung, perilaku yang di maksud dalam hal ini adalah perilaku ibu. Adapun cara mengetahui perilaku konsumsi *junk food* pada Balita adalah dengan mengisi Food Frequency Questionnaire (FFQ). Kelas interval pada masing-masing kategori berdasarkan aturan distribusi yang dikemukakan oleh Kurniagustina (2018).

b. Kriteria Objektif:

Sering : Jika total skor jawaban responden \geq nilai median

Jarang : Jika total skor jawaban responden $<$ nilai median

D. Hipotesis

1. Hipotesis Nol (H_0)

- a. Tidak ada hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.
- b. Tidak ada hubungan sikap ibu terhadap perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.
- c. Tidak ada hubungan ekspektasi ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.

2. Hipotesis Alternatif (H_a)

- a. Ada hubungan pengetahuan ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.
- b. Ada hubungan sikap ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.
- c. Ada hubungan ekspektasi ibu dengan perilaku konsumsi *junk food* pada anak Balita (prasekolah) usia 3-5 tahun di Kecamatan Tanete Riattang, Kabupaten Bone.