

SKRIPSI

**PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG JAJANAN PADA REMAJA DI
SMA NEGERI SULAWESI TENGGARA DAN SMA NEGERI SULAWESI
SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

**TRIANA MUSTIKA RATU
K021171315**



**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2022**

SKRIPSI

**PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG JAJANAN PADA REMAJA DI
SMA NEGERI SULAWESI TENGGARA DAN SMA NEGERI SULAWESI
SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

**TRIANA MUSTIKA RATU
K021171315**



*Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Gizi*

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2022**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi dan disetujui untuk diperbanyak sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar.

Makassar, 11 Februari 2022

Tim Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Healthy Hidayatv, SKM., M.Kes
NIP.198104072008012013



Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS
NIP.194910151986011001

Mengetahui
Ketua Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin




Dr. dr. Citrakusumasari, M.Kes., Sp.GK
NIP.196303181992022001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar pada hari Jumat, 11 Februari 2022.

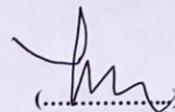
Ketua : **Dr. Healthy Hidayanty, SKM.,M.Kes**

(.....)



Sekretaris : **Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS**

(.....)



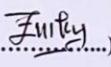
Anggota : **Dr. Aminuddin Syam, SKM.,M.Kes.,M.Med.Ed**

(.....)



Dr. Nurzakiah Hasan, SKM., MKM.

(.....)



PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Triana Mustika Ratu
NIM : K021171315
Fakultas/Prodi : Kesehatan Masyarakat/Illmu Gizi
HP : 082315879074
Email : trianamustikar@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengetahuan dan Sikap Tentang Jajanan Pada Remaja di Sulawesi Tenggara dan Sulawesi Selatan di Masa Pandemi Covid-19” benar adalah asli karya penulis dan bukan merupakan plagiarisme dan atau hasil pencurian hasil karya milik orang lain, kecuali bagian-bagian yang merupakan acuan dan telah disebutkan sumbernya pada daftar pustaka. Apabila pernyataan ini terbukti tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 26 Februari 2022
Yang membuat pernyataan



Triana Mustika Ratu

PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG JAJANAN PADA REMAJA DI SMA NEGERI SULAWESI TENGGARA DAN SMA NEGERI SULAWESI SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19

KNOWLEDGE AND ATTITUDE ABOUT SNACKING BY ADOLESCENTS AT SOUTH SULAWESI STATE SMA AND SULAWESI STATE SMA SOUTH IN THE TIME OF THE COVID-19 PANDEMIC

Triana Mustika Ratu¹, Healthy Hidayanty¹, Burhanuddin Bahar¹,
Aminuddin Syam¹, Nurzakiah Hasan¹
(Email/Hp: trianamustikar@gmail.com/082315879074)

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar

ABSTRAK

Pendahuluan: Pengetahuan dan sikap remaja sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik dan sikap seseorang adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan, sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap dan konsumsi jajanan pada remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar di masa Pandemi Covid-19. **Bahan dan Metode:** Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menggunakan metode kuantitatif. Total responden sebanyak 368 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner *online (google form)*. Analisis data hasil penelitian yaitu analisis univariat. **Hasil:** Sebanyak 59,4% dan 91,6% siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar memiliki tingkat pengetahuan baik. Sebanyak 100% dan 90% siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar memiliki penilaian sikap yang mendukung. Berdasarkan hasil FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) konsumsi makanan jajanan yang memiliki frekuensi paling tinggi yaitu biskuit/wafer dengan skor rata-rata 0,89 dan 0,44 sedangkan untuk minuman jajanan yang memiliki frekuensi paling tinggi yaitu es teh dan es jeruk dengan skor rata-rata yaitu 0,44 dan 0,45. **Kesimpulan:** Pada masa pandemi Covid-19, remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar, jumlah siswa yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang jajanan yaitu di atas 50%. Pada masa pandemi Covid-19, baik remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar, jumlah siswa yang memiliki penilaian sikap yang mendukung tentang jajanan yaitu diatas 80% dan jenis makanan jajanan dengan frekuensi paling sering dikonsumsi baik remaja SMA 1 Wakorumba Selatan maupun SMA Negeri 11 Makassar adalah biskuit/wafer dan jenis minuman jajanan dengan frekuensi sering dikonsumsi remaja yaitu es teh dan es jeruk.

Kata kunci : Pengetahuan, Sikap, Jajanan, Remaja, Covid-19

ABSTRACT

Introduction: Adolescent knowledge and attitudes greatly influence the choice of snack foods. Good knowledge is expected to influence the consumption of good food and a person's attitude is an important component that influences in choosing snack foods, so that they can lead to good nutritional status as well. **Objective:** This study aims to determine the level of knowledge, attitudes and consumption of snacks in adolescents at SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar during the Covid-19 Pandemic. **Materials and Methods:** This research is a descriptive study using quantitative methods. A total of 368 respondents were selected using purposive sampling technique. Collecting data in this study using an online questionnaire (google form). Analysis of research data is univariate analysis. **Results:** A total of 59.4% and 91.6% of students in grades X and XI of SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar had a good level of knowledge. As many as 100% and 90% of students in grades X and XI of SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar have a supportive attitude assessment. Based on the results of the FFQ (Food Frequency Questionnaire) the consumption of snacks that have the highest frequency is biscuits/wafers with an average score of 0.89 and 0.44 while for snacks drinks that have the highest frequency are iced tea and ice oranges with an average score the average is 0.44 and 0.45. **Conclusion:** During the Covid-19 pandemic, teenagers from SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar, the number of students who had a good level of knowledge about snacks was above 50%. During the Covid-19 pandemic, both teenagers from SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar, the number of students who had a supportive attitude assessment about snacks was above 80% and the type of snack food with the most frequent consumption, both teenagers at SMA 1 Wakorumba Selatan and SMA Negeri 11 Makassar is a biscuit/wafer and a type of snack drink with a frequency that is often consumed by teenagers, namely iced tea and iced oranges.

Keywords: Knowledge, Attitude, Snacks, Teenagers, Covid-19

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT Yang Maha Esa, atas limpahan dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul “Pengetahuan Dan Sikap Tentang Jajanan Sehat Pada Remaja Di Sma Negeri Sulawesi Tenggara Dan Sma Negeri Sulawesi Selatan Kota Makassar Di Masa Pandemi Covid-19” dapat diselesaikan sesuai waktu yang ditentukan.

Shalawat serta salam kepada Rasulullah Muhammad SAW, Nabi terakhir, suri tauladan dalam bersikap dan berperilaku dalam kehidupan sehari-hari. Akhlaknya begitu mulia sehingga membuka pintu cahaya hidayah bagi banyak orang. Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti telah banyak menerima bimbingan, bantuan, serta saran-saran yang berharga dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat selesai. Bersama ini saya menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Healthy Hidayanty, SKM.,M.Kes selaku penasihat akademik atas segala dukungannya sehingga sampai saat ini penulis dapat menyelesaikan studi.
2. Ibu Dr. Healthy Hidayanty, SKM.,M.Kes sebagai Pembimbing I dan Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS sebagai Pembimbing II yang senantiasa memberikan bimbingan, masukan, dan arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Ibu Dr. dr. Citrakesumasari, M.Kes.,SP.GK sebagai Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.

4. Seluruh dosen dan para staf Program Studi Ilmu Gizi FKM Unhas yang telah memberikan ilmu pengetahuan, bimbingan dan bantuan kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
5. Orang tua penulis Ramlin dan Wa Nuriani yang selalu memberikan dukungan doa dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.
6. Saudara-saudara V17AMIN, atas segala pembelajaran, kebaikan, dukungan, dan semangat.
7. Teman-teman yang penulis anggap sebagai saudara sendiri, Fasya, Eka, Riznop, Dika, Incan, Tasha, Hariani, Anju, Balqis, Gita, dan Fania, atas segala bantuan, dukungan, suka dan duka selama masa perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
8. Serta semua pihak yang telah membantu, yang tidak sempat penulis sebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terima kasih.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Namun penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurnakan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Alhamdulillahirobbil aalamiin

Makassar, 1 Januari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
RINGKASAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Umum tentang Remaja	10
B. Tinjauan Umum Tentang Makanan Jajanan	11
C. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan	16
D. Tinjauan Umum Tentang Sikap	21
E. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan Dan Sikap Dapat Mempengaruhi Kesehatan Remaja	25
F. Tinjauan Umum Tentang Cara Meningkatkan Sistem Kekebalan Imun Selama Masa Pandemic Covid-19	27
G. Kerangka Teori	30
BAB III.....	31
KERANGKA KONSEP	31
A. Kerangka Konsep.....	31
B. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	32

BAB IV	34
METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	34
C. Populasi dan Sampel Penelitian	34
D. Instrumen Penelitian.....	37
E. Pengumpulan Data	38
F. Pengolahan dan Analisi Data.....	39
G. Penyajian Data	43
H. Kontrol Kualitas	43
I. Alur Penelitian	44
BAB V.....	45
HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan	65
C. Keterbatasan Penelitian	76
BAB VI	77
KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	86

DAFTAR TABEL

Nomor	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	32
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Remaja di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	46
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pertanyaan Pengetahuan Tentang Jajanan Pada Remaja di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan	47
Tabel 5.3 Distribusi Responen Berdasarkan Pertanyaan Pengetahuan Tentang Jajanan Pada Remaja SMA Negeri 11 Makassar	48
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pernyataan Sikap Tentang Jajanan Pada Remaja di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan	49
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pernyataan Sikap Tentang Jajanan Pada Remaja di SMA Negeri 11 Makassar.....	50
Tabel 5.6 Distribusi Penilaian Tingkat Pengetahuan Remaja di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	52
Tabel 5.7 Distribusi Penilaian Sikap Remaja di SMA Negeri 1 Wakorumba selatan dan SMA Negeri 11 Makassar	52
Tabel 5.8 Distribusi Responden Menurut Frekuensi Makanan Jajanan	53
Tabel 5.9 Distribusi Responden Menurut Frekuensi Makanan Jajanan	54
Tabel 5.10 Distribusi Responden Menurut Frekuensi Minuman Jajanan.....	55
Tabel 5.11 Distribusi Responden Menurut Frekunesi Minuman	56
Tabel 5.12 Distribusi Frekunesi Konsumsi Nasi Goreng di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	58
Tabel 5.13 Distribusi Frekuensi Konsumsi Nasi Kuning di SMA Negeri 1 wakorumba selatan dan SMA Negeri 11 Makassar	58
Tabel 5.14 Distribusi Frekuensi Konsumsi Mi Goreng di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	59
Tabel 5.15 Distribusi Frekuensi Konsumsi Mi Rebus di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	59
Tabel 5.16 Distribusi Frekuensi Knsumsi Batagor di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	59

Tabel 5.17 Distribusi Frekuensi Konsumsi Somay di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	60
Tabel 5.18 Distribusi Frekuensi Konsumsi Gorengan di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	60
Tabel 5.19 Distribusi Frekuensi Konsumsi Coklat di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	61
Tabel 5.20 Distribusi Frekuensi Konsumsi Biskuit/Wafer di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	61
Tabel 5.21 Distribusi Frekuensi Konsumsi Permen di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	62
Tabel 5.22 Distribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Es Teh di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	62
Tabel 5.23 Distribusi Frekunesi Konsumsi Minuman Pop Ice di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	63
Tabel 5.24 Dsitribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Es Jeruk di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	63
Tabel 5.25 Distribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Es Krim di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	63
Tabel 5.26 Distribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Gelas Rasa Buah di SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar.....	64

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	31

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Halaman
Lampiran 1. Informed Cocent (Google Form)	86
Lampiran 2. Kuesioner Online (Google Form) Tingkat Pengetahuan.....	88
Lampiran 3. Kuesioner Online (Google Form) Penilaian Sikap	91
Lampiran 4. Kuesioner online (Google Form) FFQ (Food Frequeny Questionnaire)	93
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian	98
Lampiran 6. Surat Rekomendasi Persetujuan Etik Penelitian	102
Lampiran 7. Surat Keterangan Selesai Penelitian	103
Lampiran 8. Output Hasil Penelitian	105
Lampiran 9 Kontrol Kualitas.....	134

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Bariyyah H, K. and. M. F. 2016).

Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari-hari. Setiap remaja menginginkan kondisi tubuh yang sehat agar bisa memenuhi aktifitas fisik. Konsumsi energi berasal dari makanan, energi yang didapatkan akan menutupi asupan energi yang sudah dikeluarkan oleh tubuh seseorang (Winarsih, 2018 dalam Hafizah, dkk., et al. 2020)

Makanan jajanan menurut Food and agricultural organization (FAO) adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah junk food, fast food dan street food karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan. Makanan jajanan terdiri dari

minuman, makanan kecil (kudapan), dan makanan lengkap, didefinisikan sebagai makanan yang siap untuk dimakan atau terlebih dahulu dimasak di tempat penjualan, dan di jual di pinggir jalan, atau tempat umum (Syam, A., dkk. 2018).

Fast food adalah makanan cepat saji yang disajikan secara cepat, praktis dan waktu persiapannya membutuhkan waktu yang singkat serta rendah serat dan tinggi lemak. Makanan cepat saji semakin populer dan semakin diminati oleh masyarakat. Kebutuhan masyarakat dari tahun ke tahun terhadap makanan cepat saji beraneka ragam dan sangat berbeda. Beberapa tahun yang lalu, media sosial belum digunakan untuk mempromosikan makanan cepat saji seperti sekarang. Sekarang ini, masyarakat sudah menggunakan media sosial untuk mengakses makanan yang disukai kemudian dibeli secara online (Lediana Sinaga, 2016 dalam Harahap, L. J. 2020).

Pola makan yang tidak sehat tersebut seringkali terjadi karena ketidaktahuan akan dampak yang ditimbulkan serta kurangnya pengetahuan dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan jajanan akan berpengaruh terhadap status gizi (Sukma, D, C., 2014).

Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energi yang akan menyebabkan terjadinya obesitas. Ditinjau dari pola makan, remaja merupakan kelompok yang peka terhadap pengaruh lingkungan luar seperti maraknya iklan makanan siap

santap yang umumnya mengandung kalori tinggi, kaya lemak, tinggi natrium dan rendah serat. Hal ini memungkinkan terjadinya kasus kegemukan di kalangan remaja (Sukma, D, C., 2014).

Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambah pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh tingkat rendahnya pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (Angraini, W. et al. (2019).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2018 diketahui bahwa dalam kurun waktu 5 tahun, peningkatan prevalensi konsumsi jajanan terus meningkat dan menyebabkan obesitas pada usia remaja cukup tinggi. pada tahun 2018, prevalensi obesitas meningkat menjadi 21%. Dari yang overweight menjadi obesitas sebanyak 10,4%, yang tetap obesitas 9,4% dan hanya 2,1% yang overweight menjadi normal. Hal ini disebabkan karena remaja sering mengonsumsi makanan jajanan yang tinggi kalori dan kurang zat gizi lainnya (Alif, S. 2020).

Data dari hasil penelitian Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan prevalensi konsumsi makanan siap saji terus meningkat dan menyebabkan overweight pada remaja secara nasional sebesar 8,8% pada tahun 2016-2017. Prevalensi overweight naik dari 1,4 % dari tahun 2016 menjadi 7,3% pada tahun 2017 (Alif, S. 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi *overweight* pada remaja secara nasional sebesar 8,8% pada tahun 2016-2017 sangat besar bila dibanding prevalensi dikawasan Asia yaitu 26,4% pada anak laki-laki dan 16,8% pada anak perempuan. Pola makan remaja akhir-akhir ini sangat dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup. (Janah, nd., dalam Anto J, H., 2020)

Kebiasaan makan pada remaja yang dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, kehidupan sosial, dan kegiatan diluar rumah. Kebiasaan makan pada remaja berkaitan dengan mengkonsumsi makanan yang mencakup jenis makanan, jumlah makanan, frekuensi makanan, distribusi makanan dan cara memilih makanan (Aritonang, 2011; Almatsier, Soetardjo & Soekatri, 2011 dalam Hafizah, dkk., et al. 2020).

Data Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM 2017) menunjukkan bahwa telah terjadi 106 insiden keracunan makanan di berbagai wilayah Indonesia. Berdasarkan data selama bulan Juli-September 2016 terjadi 23 (34,2%) insiden keracunan makanan. Sembilan insiden disebabkan oleh keracunan makanan olahan rumah tangga dengan total korban 490 (46,7%) orang dengan dua orang di antaranya meninggal. Delapan insiden karena olahan jasa boga dengan total korban 316 (31,3%) orang, tiga insiden karena makanan olahan jajanan dengan korban 29 (17,2%) orang, dua insiden karena makanan olahan dalam kemasan jumlah korban 20 (11,2%) orang, dua insiden karena minuman dalam kemasan dengan korban 2 (4,2%) orang dan satu insiden karena keracunan campuran antara makanan dan minuman dengan korban 7 (5,2%) orang (BPOM

RI, 2017). Sedangkan Balai Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Kota Kendari tahun 2016 terdapat 281 (56,7%) kasus keracunan akibat makanan dan pada tahun 2017 terjadi trend penurunan yaitu 213 (43,2%) kasus dari seluruh puskesmas dan rumah sakit yang berada di Kota Kendari (Nurmaladewi, Y., dkk. 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara pada tahun 2015 konsumsi jajanan meningkat pada anak dan menyebabkan diare sebanyak 7.436 dan kasus meningkat pada tahun 2016 sebanyak 7.691 kasus diare. Kejadian yang dialami seperti diare merupakan faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan yang dipengaruhi oleh sikap yang bertindak dalam memilih makanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi (Zainuddin, A. et al. 2018).

Coronavirus Disease (Covid-19) menjadi pandemi dunia sejak ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) pada 12 maret 2020 (Yuliana, 2020). Covid-19 menyebar secara cepat ke berbagai kalangan dengan mudah melalui kontak dengan penderita. Gejala baru muncul dalam 2 sampai 14 hari setelah kena paparan dalam bentuk umum gangguan pernapasan akut. Penyebaran melalui droplet yang dilepaskan Ketika penderita batuk atau bersin, sehingga cairan yang mengandung virus menempel di telapak tangan atau baju dan permukaan atau benda di dekatnya seperti meja, kursi, uang, pegangan tangga dan lain-lain (UNICEF, 2020 dalam Efrizal, W. 2020).

Covid-19 berdampak pada semua sisi kehidupan yang dirasakan oleh remaja, terutama yang hidupnya dalam keadaan susah dan/atau kurang beruntung. Remaja yang terinfeksi oleh covid-19 berpotensi menularkan virus tersebut ke orang lain, dan pada beberapa kasus remaja tersebut harus dirawat di rumah sakit karena

kondisi yang serius. Ketika menyebar, tekanan yang besar pada system kesehatan dan adanya lockdown menyebabkan akses terhadap informasi dan pelayanan kesehatan semakin terbatas, sehingga berdampak pada kesehatan mental dan psikososial remaja (Efrizal W, 2020).

Meskipun resiko pada remaja lebih rendah dibandingkan kelompok usia yang lebih tua, namun potensi untuk mengalami dampak serius akibat beragam dampak sekunder yang timbul cukup tinggi (Efrizal, W. 2020). Meningkatkan daya tahan tubuh adalah salah satu kunci untuk mencegah penularan virus Covid-19. Menjaga pola makan yang baik dan sehat sangat penting selama masa pandemi Covid-19. Walaupun belum ada makanan atau suplemen yang dapat mencegah penularan virus Covid19, mengubah pola makan dengan konsumsi makanan yang sehat dan bergizi serta mengurangi konsumsi makanan jajanan sangat penting dalam meningkatkan kekebalan tubuh.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui “Pengetahuan dan Sikap Tentang Jajanan Sehat Pada Remaja di SMA Negeri Sulawesi Tenggara dan SMA Negeri Sulawesi Selatan Kota Makassar di Masa Pandemi Covid-19.” Peneliti memilih lokasi penelitian pada SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar. Karena pihak dari sekolah SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan menyarankan mahasiswa untuk meneliti disekolah tersebut selain itu berdasarkan penelitian yang di dapat ada beberapa masalah kesehatan pada remaja di Kabupaten Muna, yaitu diare dan demam thypoid. Kejadian yang dialami seperti diare merupakan faktor yang berhubungan dengan kebiasaan konsumsi jajanan yang dipengaruhi oleh sikap yang bertindak

dalam memilih makanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi (Zainuddin, A. et al. 2018).

Dan peneliti memilih lokasi penelitian pada SMA Negeri 11 Makassar karena dapat diajak bekerja sama dalam melaksanakan penelitian ini, selain itu ada penelitian tentang Gambaran Gaya Hidup Terhadap Overweight Dan Obesitas Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 11 Makassar. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan ada hubungan konsumsi *fast food* terhadap *overweight* dan obesitas pada remaja putri di SMA Negeri 11 Makassar. Maka dari itu peneliti ingin mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang jajanan pada remaja SMA Negeri 11 Makassar. Dan pola makan yang tidak sehat seringkali terjadi pada kalangan remaja akibat ketidaktahuan akan dampak yang ditimbulkan serta kurangnya pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan.

Menurut hasil penelitian Iklimah (2017) menyebutkan bahwa pemilihan makanan jajanan terkait Segati personal menyebutkan bahwa sebanyak 64,5% dari responden mempunyai kebiasaan pemilihan jajanan yang tidak baik terkait dengan Segati personal. Sub Segati personal yang termasuk ke dalam Segati personal diantaranya yaitu pemilihan jajanan terkait rasa (flavor) dan aroma & tekstur. Hasil pengumpulan data pemilihan jajanan terkait rasa didapatkan hasil bahwa sebanyak 93,6% dari responden yaitu memilih jajanan yang tidak baik yaitu anak cenderung memilih jenis makanan yang mengandung vetsin berlebihan yang menimbulkan rasa sangat gurih dan anak juga memilih makanan pedas yang mengandung saos sambal yang berlebihan, sedangkan efek samping dari

penggunaan vaksin dan saos sambal yang berlebihan akan menyebabkan kerusakan pada organ pencernaan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap tentang jajanan pada remaja di SMA Negeri Sulawesi Tenggara dan SMA Negeri Sulawesi Selatan di masa pandemi covid-19.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengetahuan dan sikap tentang jajanan pada remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar di masa pandemi Covid-19?

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang jajanan pada remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar selama masa pandemi Covid-19
- b. Mengetahui sikap tentang jajanan pada remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar selama masa pandemi Covid-19
- c. Mengetahui konsumsi jajanan remaja SMA Negeri 1 Wakorumba Selatan dan SMA Negeri 11 Makassar selama masa pandemi Covid-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan khususnya menambah referensi tentang pengetahuan, dan sikap dalam mengkonsumsi makanan jajanan pada remaja.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menjadi panduan dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang kesehatan remaja, khususnya mengenai pengetahuan, dan sikap tentang jajanan pada remaja SMA.

b. Bagi Siswa

Memberikan pengetahuan dan sikap tentang makanan jajanan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai sumber literatur dan penelitian dalam pengembangan bidang kesehatan khususnya mengenai pengetahuan dan sikap mengenai jajanan pada remaja SMA.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum tentang Remaja

Remaja golongan usia 13-18 tahun terjadi pertumbuhan yang sangat cepat sehingga kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan aktivitas meningkat, golongan umur ini umumnya mempunyai nafsu makan baik, dan sering mencari makanan tambahan atau jajan di luar waktu makan (Laenggeng, A. H. and Lumalang, Y. 2015). Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Bariyyah H, K. and. M. F. 2016)

Masa remaja merupakan masa yang sangat rawan atas kebutuhan zat gizi. Pemenuhan zat gizi yang seimbang diperlukan oleh kelompok remaja untuk pertumbuhan, perkembangan dan menjalankan kegiatan jasmani yang meningkat. Meskipun banyak remaja yang tidak memenuhi gizinya karena takut kegemukan agar menjaga bentuk tubuh, ada juga yang malas atau tidak berselera dengan makan-makanan yang bergizi. Pola makanan remaja umumnya sangat bervariasi serta dengan jumlah sedikit dan di konsumsi tidak lengkap setiap kali makan. Terdapat beberapa pola makan yang dilakukan remaja seperti cenderung bersifat acuh pada makanan, sering lalai pada

makan karena padatnya aktivitas, makan berlebihan baik porsi maupun ragam, mengikuti trend dengan makan fast food dan sebagainya, tanpa memperhatikan kecukupan gizi yang dibutuhkan (Soeyono, R. D., Nurlaela, L. and Kristiastuti, D. 2021).

Kebutuhan gizi untuk remaja sangat besar dikarenakan masih mengalami pertumbuhan. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari-hari. Setiap remaja menginginkan kondisi tubuh yang sehat agar bisa memenuhi aktifitas fisik. Konsumsi energi berasal dari makanan, energi yang didapatkan akan menutupi asupan energi yang sudah dikeluarkan oleh tubuh seseorang (Winarsih, 2018 dalam Hafizah, dkk., et al. 2020).

B. Tinjauan Umum Tentang Makanan Jajanan

1. Pengertian Makanan Jajanan

Makanan jajanan menurut Food and agricultural organization (FAO) adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah junk food, fast food, dan street food karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan. Makanan jajanan terdiri dari minuman, makanan kecil (kudapan), dan makanan lengkap, didefinisikan sebagai makanan yang

siap untuk dimakan atau terlebih dahulu dimasak di tempat penjualan, dan di jual di pinggir jalan, atau tempat umum (Syam, A., dkk. 2018).

Salah satu sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJM) Kementerian Kesehatan pada Program Indonesia Sehat 2015-2019 adalah meningkatnya status kesehatan gizi ibu dan anak. Menurut Hasdianah (2012) sumber daya manusia yang berkualitas sangat dipengaruhi oleh asupan gizi. Gizi menjadi bagian sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan.

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 715/MenKes/SK/V/2003, higiene sanitasi makanan adalah upaya untuk mengendalikan terhadap faktor makanan, orang, tempat, perlengkapannya yang dapat menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan. Dalam rangka mendapatkan makanan yang memiliki kualitas dan mutu yang baik serta bergizi maka harus memperhatikan pemilihan bahan makanan, peralatan bahan pengelolaan makanan, cara pengolahan dan cara penyajian, cara pengemasan makanan serta cara pendistribusian. Untuk mendapatkan makanan yang berkualitas baik dan bergizi yang memenuhi persyaratan kesehatan maka perlu adanya kegiatan higiene dan sanitasi pada makanan dan minuman. Di beberapa tempat di Indonesia, seringkali kita mendengar kasus keracunan makanan pada anak-anak sekolah khususnya siswa sekolah dasar yang disebabkan oleh pedagang yang tidak memelihara

keamanan pangan dan tidak menerapkan kegiatan higiene dan sanitasi pada makanan (Pratidina, A., dkk. 2017).

Faktor yang paling menentukan dalam higiene dan sanitasi makanan-minuman adalah faktor penjamah makanan sehingga faktor dan sanitasi makanan beserta minuman penting dilakukan pada setiap pedagang dan penjamah makanan harus diterapkan semenjak proses pemilihan bahan mentah hingga makanan atau minuman tersebut dikonsumsi ke dalam tubuh manusia sehingga makanan dan minuman layak untuk dikonsumsi. Makanan yang tidak mengandung bahan-bahan berbahaya, diolah dengan baik, dijaga kebersihannya dari segala sumber penyakit seperti bakteri dan virus serta mikroorganisme lainnya, terjaga dari serangga dan debu akan mencegah konsumen dari penyakit yang disebabkan oleh makanan dan mencegah kasus keracunan akibat makanan (Pratidina, A., dkk. 2017).

Adanya kontaminan bakteri dan jamur yang ditemukan pada makanan dapat dikarenakan cara penyimpanan makanan yang kurang tepat ataupun adanya kontaminan yang ada pada makanan itu sendiri. Dari seluruh sumber kontaminan yang dapat mengkontaminasi makanan, yang paling besar pengaruhnya yaitu dari kontaminasi perorangan yang kurang baik (F, Amalia, S., dkk. 2019).

2. Memilih Makanan Jajanan

Dalam pemilihan makanan jajanan ada beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan yaitu meliputi faktor

internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kemampuan dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan (Aminudin, M. and Febryanto, B. 2016).

3. Fungsi Makanan Jajanan

Menurut Febry (2010), makanan jajanan selain berfungsi sebagai makanan selingan, berperan juga sebagai sarana peningkatan gizi masyarakat. Makanan jajanan berfungsi untuk menambah zat-zat makanan yang kurang pada makanan utama. Selain itu, makanan jajanan juga berfungsi, antara lain:

- a. Sebagai sarapan pagi.
- b. Sebagai makanan selingan yang dimakan di antara waktu makan makanan utama.
- c. Sebagai makan siang terutama bagi mereka yang tidak sempat makan di rumah.

4. Pengaruh Positif dari Makanan Jajanan

Kebiasaan jajan di sekolah sangat bermanfaat jika makanan yang dibeli itu sudah memenuhi syarat-syarat kesehatan, sehingga dapat melengkapi atau menambah kebutuhan gizi anak. Disamping itu juga untuk mencegah kekosongan lambung, karena setiap 3-4 jam sesudah

makan, anak akan merasa lapar. Apabila anak merasa lapar, akan berpengaruh terhadap konsentrasinya sehingga anak tidak dapat memusatkan kembali pikirannya pada pelajaran yang diberikan oleh guru dikelasnya (Mavidayanti, H., 2016).

5. Pengaruh Negatif dari Makanan Jajanan

Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan kelebihan asupan energi yang dapat menyebabkan obesitas. Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanan. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh tingkat rendahnya pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (Angraini, W. et al. (2019). Kegemukan (overweight) menjadi permasalahan yang tersebar di berbagai kalangan usia, termasuk pada anak dan remaja. Prevalensi anak gemuk meningkat dari 32 juta pada tahun 1990 menjadi 42 juta pada tahun 2013 (WHO 2014 dalam Hardiansyah, A. et al. 2014).

Kelebihan gizi pada remaja muncul karena pola makan bergizi tak seimbang. Kelebihan gizi timbul karena asupan gizi melebihi kebutuhan. Adapun kelebihan gizi terjadi, terutama, karena pola makan yang padat energi (kalori) dan melebihi kebutuhan untuk beraktivitas

sehingga menimbulkan kegemukan akibat kelebihan energi. Terlalu sering mengonsumsi makanan jajanan akan mempengaruhi status gizi karena makanan jajanan tersebut kebanyakan mengandung tinggi/karbohidrat sehingga membuat cepat kenyang, selain itu kebersihan dan standar gizi dari makanan jajanan itu sendiri masih diragukan (Triasih A, 2010 dalam Rumagit, F. A., Kereh, P. S. and Rori, J. 2019). Kebiasaan makan yang diperoleh semasa remaja akan berdampak pada kesehatan dalam fase dewasa nanti. Ketidakseimbangan antara asupan yang positif (berlebihan) dan keluaran energi mengakibatkan penambahan berat badan. Namun remaja yang suka mengonsumsi jajanan cenderung meninggalkan makan utamanya dibanding remaja yang tidak suka mengonsumsi jajanan. Selain itu, pemilihan jenis jajanan yang dikonsumsi juga dapat mempengaruhi status gizi (Karmila, Farayasi, A. 2019).

C. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan pendengaran (Tarawan, V. M. et al. 2020) .

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoatmodjo, 2014), yaitu :

a. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan 18egat-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaianpenilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang telah ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteriakriteria yang telah ada.

2. Pengetahuan Mengenai Makanan Jajanan

Pengetahuan gizi memegang peranan yang sangat penting dalam penggunaan dan pemilihan bahan makanan dengan baik, sehingga dapat mencapai keadaan gizi seimbang. Pengetahuan kognitif adalah faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang didasari dengan pemahaman yang tepat akan menumbuhkan perilaku yang diharapkan. Pengetahuan tentang gizi adalah pemahaman seseorang terhadap ilmu gizi, zat, gizi, serta interaksi antara zat gizi terhadap status gizi dan kesehatan jika pengetahuan masyarakat kurang tentang gizi, maka upaya yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi kurang dan gizi lebih (Tarawan, V. M. et al. 2020).

Pola makan yang tidak sehat tersebut seringkali terjadi karena ketidaktahuan akan dampak yang ditimbulkan serta kurangnya pengetahuan dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan jajanan akan berpengaruh terhadap status gizi (Sukma, D, C., 2014).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Menurut Sukanto (2000), faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, antara lain:

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat

b. Informasi

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan lebih luas.

c. Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.

d. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

D. Tinjauan Umum Tentang Sikap

1. Pengertian Sikap

Sikap merupakan bentuk tingkahlaku individu untuk merespon situasi atau kondisi sehingga individu mau melakukan atau tidak melakukan sesuatu, berdasarkan pemahaman persepsi dan perasaannya. Sikap dibentuk melalui tiga komponen kognitif, afektif dan konatif yang termasuk didalam komponen kognitif antara lain kepercayaan persepsi dan informasi, sedangkan komponen afektif merupakan lawan dari kognitif yaitu berkenaan dengan emosi, suasana hati perasaan senang ataupun tidak senang dan komponen konatif berkenaan dengan satu kebijaksanaan yang berorientasi kepada sikap obyektif (Dachmiati, S. 2015).

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Sunaryo (2004) dalam (Tutyana Mia Sari 2013), ada dua faktor yang mempengaruhi pembentukan dan perubahan sikap adalah faktor internal dan eksternal.

a. Faktor internal

Berasal dari dalam individu itu sendiri. Dalam hal ini individu menerima, mengolah, dan memilih segala sesuatu

yang datang dari luar, serta menentukan mana yang akan diterima atau tidak diterima.

b. Faktor internal

Berasal dari dalam individu itu sendiri. Dalam hal ini individu menerima, mengolah, dan memilih segala sesuatu yang datang dari luar, serta menentukan mana yang akan diterima atau tidak diterima.

c. Faktor eksternal

Faktor yang berasal dari luar individu, berupa stimulus untuk mengubah dan membentuk sikap. Stimulus tersebut dapat bersifat langsung dan tidak langsung.

3. Struktur Sikap

Sikap cukup menunjukkan adanya pandangan yang berbeda satu dengan yang lain. Thurstone menekankan pada komponen efektif, para Rokeach menekankan pada komponen kognitif dan konatif. Sedangkan pada Baron dan Byrne, juga Myers dan Gerungan, pada komponen kognitif, afektif, dan konatif.

1. Komponen Kognitif (komponen perseptual), yaitu komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap objek sikap.

2. Komponen afektif (komponen emosional), yaitu komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap, yaitu positif dan negatif.
3. Komponen konatif (komponen perilaku, atau action Componen), yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap, yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap (Resmawan, E. 2019).
4. Fungsi Sikap

Menurut Abu Ahmadi dalam (Resmawan, E. 2019). 2019 fungsi sikap dapat dibagi menjadi empat golongan, yaitu:

 - a. Sikap berfungsi sebagai alat untuk menyesuaikan diri.
 - b. Sikap berfungsi sebagai alat pengukur tingkah laku.
 - c. Sikap berfungsi sebagai alat pengukur pengalaman.
 - d. Sikap berfungsi sebagai pernyataan kepribadian.
5. Determinan Sikap

Bila dilihat mengenai apa yang menjadi determinan sikap, ternyata cukup banyak. Namun demikian ada beberapa yang dianggap penting yaitu:

a. Faktor fisiologis

Faktor fisiologis seseorang akan ikut menentukan bagaimana sikap seseorang.

b. Faktor pengalaman langsung terhadap objek sikap

Bagaimana sikap seseorang terhadap objek sikap akan dipengaruhi oleh pengalaman langsung orang yang bersangkutan dengan objek sikap tersebut.

c. Kerangka acuan Kerangka acuan merupakan faktor yang penting dalam sikap seseorang, karena kerangka acuan ini akan berperan terhadap objek sikap.

d. Faktor komunikasi social Faktor komunikasi social sangat jelas menjadi determinan sikap seseorang (Resmawan, E. 2019).

e. Ciri-ciri Sikap

Untuk membedakan sikap dengan pendorong-pendorong yang lain, ada beberapa ciri atau sifat dari sikap tersebut.yaitu

- a. Sikap itu tidak dibawah sejak lahir.
- b. Sikap itu selalu berhubungan dengan objek sikap.
- c. Sikap dapat tertuju pada satu objek saja tetapi juga dapat tertuju pada sekumpulan objek-objek.
- d. Sikap itu dapat berlangsung lama atau sebentar.

Sikap itu mengandung faktor perasaan dan motivasi (Resmawan, E. 2019).

6. Terbentuknya Sikap

Bimo Walgito (2003:133) Sikap tidak dibawa sejak dilahirkan, tetapi dibentuk sepanjang perkembangan individu yang bersangkutan. Sikap yang ada pada diri seseorang akan dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu faktor fisiologis dan factor psikologis, serta faktor eksternal. Faktor eksternal dapat berujud situasi yang dihadapi oleh individu, norma-norma yang ada dalam masyarakat. Hambatanhambatan atau pendorong-pendorong yang ada dalam masyarakat. Semuanya ini akan berpengaruh pada sikap yang ada pada diri seseorang. Reaksi yang dapat diberikan individu terhadap objek sikap dapat bersifat positif, tetapi juga dapat bersifat negatif (Resmawan, E. 2019).

E. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan Dan Sikap Dapat Mempengaruhi Kesehatan Remaja

Kesehatan merupakan kebutuhan yang sangat berharga, jika seseorang tidak sehat maka segala aktivitas yang dilakukan akan mengalami gangguan. Untuk menjadi sehat harus diimbangi perilaku yang sehat pula. Kenyataan yang ada di lapangan kebanyakan orang terutama generasi muda meremehkan dan kurang menjalankan perilaku hidup sehat (Walsh, 2011 dalam Sunardi, J. and Kriswanto, E. S. 2020). Perilaku hidup bersih

dapat diamati, yang berkaitan dengan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Sunardi, J. and Kriswanto, E. S. 2020).

Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan. Sikap positif anak terhadap kesehatan kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak pada perilakunya (Laenggeng, A. H. and Lumalang, Y. 2015).

Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Di sisi lain, perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi. Perilaku makan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan (Khomsan, 2003 dalam Febriyanto, M. A. B. 2016). Kebiasaan makan merupakan cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Febriyanto, M. A. B. 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan meliputi faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Pengetahuan gizi adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan (Notoatmodjo, 2007 dalam Febriyanto, M. A. B. 2016). Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan. Sikap positif anak terhadap kesehatan kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak pada perilakunya. (Notoatmodjo, 2007 dalam Febriyanto, M. A. B. 2016).

F. Tinjauan Umum Tentang Cara Meningkatkan Sistem Kekebalan Imun Selama Masa Pandemic Covid-19

Sistem imun atau sistem kekebalan tubuh adalah kondisi seseorang untuk bisa menolak penyakit tertentu terutama melalui mencegah pengembangan mikroorganisme patogen atau dengan menangkal efek produknya. Sistem imun terdiri atas dua yaitu innate immune dan adaptive immune. Innate immune yang merupakan sistem pertahanan awal (first defense), tidak fleksibel yang terdiri dari hambatan fisik, faktor terlarut dan fagositosis sel. (Dr.Erry Yudhya Mulyani, 2020 dalam Akbar, Maulidini., D. 2020).

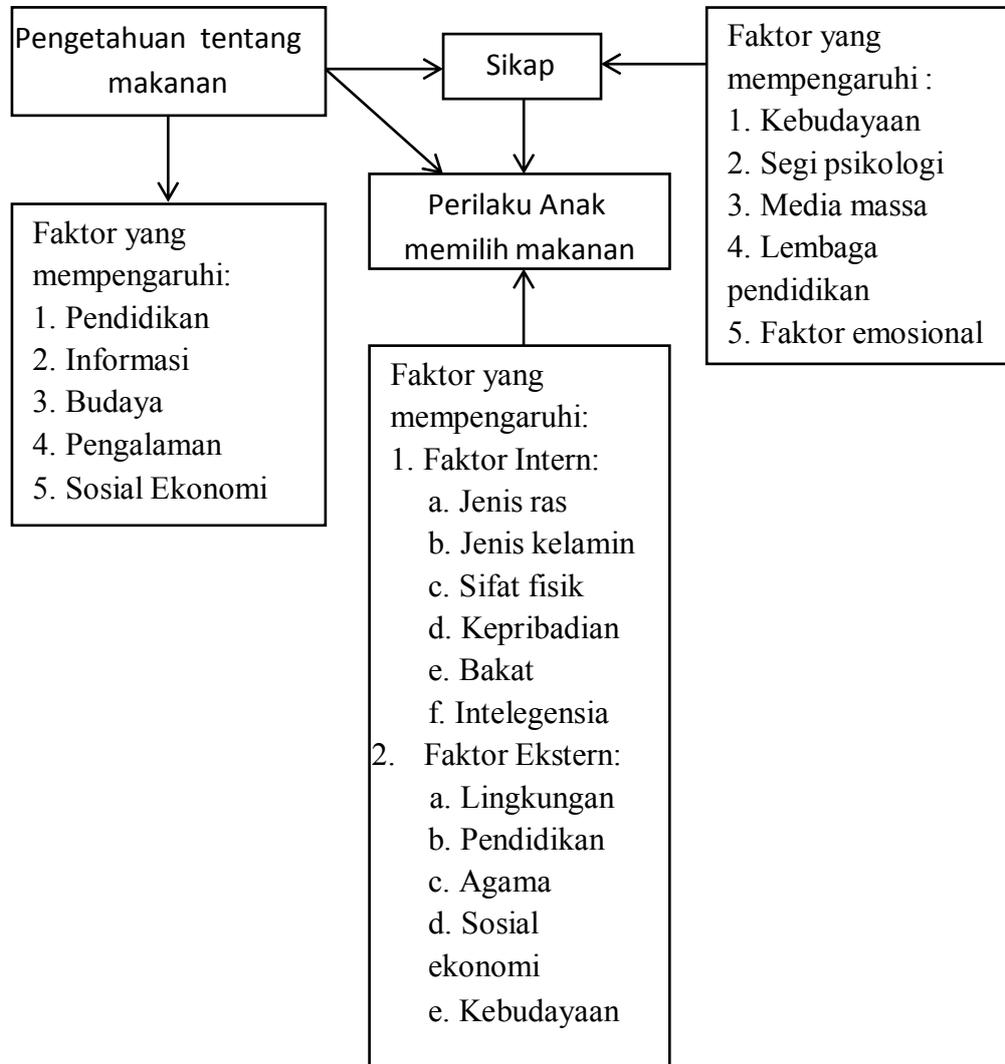
Menjaga pola makan yang baik dan sehat sangat penting selama pandemi COVID-19. Walaupun tidak ada makanan atau suplemen makanan yang dapat mencegah penularan virus COVID-19, mengubah pola makan dengan mengonsumsi makan bergizi seimbang yang sehat dan sangat penting dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh yang baik (Akbar, Maulidini., D. 2020).

Konsumsi makanan dengan gizi seimbang dan aman dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan menurunkan resiko penyakit kronis dan penyakit infeksi. Cobalah untuk membuat variasi dalam menu makanan saat dirumah agar keluarga tidak menjadi bosan dengan menu makanan yang sama. (KEMENKES, 2020 dalam Akbar, Maulidini., D. 2020).

Dalam upaya meningkatkan kekebalan tubuh di tengah pandemi Covid-19 ini, mengonsumsi vitamin C menjadi salah satu cara yang dianjurkan. Konsumsi vitamin C dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi. Asupan vitamin C rendah dapat memberikan implikasi terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Vitamin C mempunyai peran dalam pembentukan hemoglobin dalam darah, dimana vitamin C membantu penyerapan zat besi dari makanan sehingga dapat diproses menjadi sel darah merah kembali. Kadar hemoglobin dalam darah meningkat maka asupan makanan dan oksigen dalam darah dapat diedarkan ke seluruh jaringan tubuh yang akhirnya dapat mendukung kelangsungan hidup dan pertumbuhan janin (Fatimah, 2011 dalam

Hidayah, S. N., Izah, N. and Andari, I. D. 2020). Kekurangan vitamin C dikaitkan dengan meningkatnya kerentanan terhadap infeksi, dan respon imun yang kurang kuat. Orang yang kekurangan vitamin C pun dipercaya lebih berisiko terkena virus corona atau penyakit Covid-19 karena kekebalan tubuhnya menurun (Hidayah, S. N., Izah, N. and Andari, I. D. 2020). Selain mengkonsumsi makanan gizi seimbang serta vitamin C, Olahraga juga merupakan salah satu cara untuk meningkatkan imunitas tubuh. Olahraga yang dilakukan secara tepat pasti akan membawa dampak positif baik secara fisiologis maupun psikologis. Di masa pandemi ini, haruslah dipilih olahraga yang baik. Jika tidak memilih olahraga yang tepat, bukan tidak mungkin dengan berolahraga malah berisiko terjadi peningkatan penularan COVID-19 (Yuliana., 2020).

G. Kerangka Teori



Gambar 1.1 Kerangka Teori

Sumber : Notoatmodjo 2003, Sunaryo 2004, dan Suhardjo 2003 dalam

(Febriyanto, M. A. B. 2016).

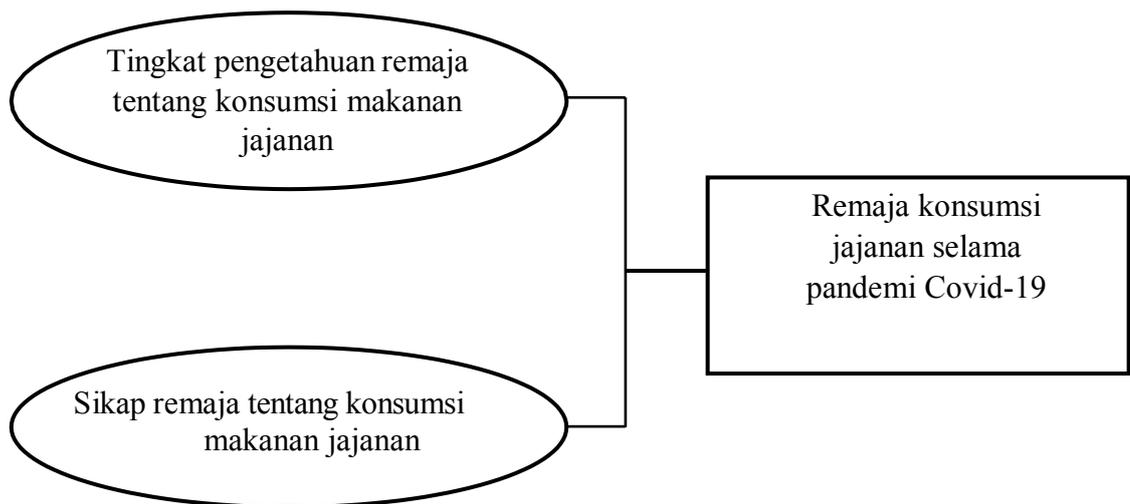
BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Berdasarkan studi pustaka pada penelitian – penelitian sebelumnya, maka kerangka konsep pada variabel dalam penelitian ini dapat dilihat pada bagan berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian



Keterangan:

 = Variable Independen

 = Variable Dependen

B. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

Adapun definisi operasional dan kriteria objektif dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3.1 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

No	Variabel	Definisi Operasional	Kriteria Objektif	Alat Ukur
Independen				
1	Pengetahuan	Segala sesuatu yang diketahui responden tentang jajanan. Seperti pengertian dan syarat makanan jajanan	1 : B (Benar) 0 : S (Salah) (Pratiwi, H. et al. 2016). Ada 2 kategori pengetahuan (Alimul, dalam Arianti, D. 2019) a. Baik : $\geq 70\%$ b. Tidak baik : $< 70\%$	Kuesioner
2	Sikap	Tanggapan atau pendapat tentang jajanan mengenai cara pemilihan makanan jajanan	Pernyataan benar: 1,2,3,4,5,7,8,9,10 1 : Setuju (S) 0 : Tidak Setuju (TS) Pernyataan salah: 6 0 : Setuju (S) 1 : Tidak setuju (TS) (Pratiwi, H. et al. 2016). Ada 2 kategori sikap (Alimul, dalam Arianti, D. 2019) a. Mendukung : $\geq 70\%$ b. Tidak mendukung : $< 70\%$	Kuesioner
Dependen				

3	Jajanan	<p>Naman makanan jajanan dan minuman jajanan yang ada di lingkungan sekolah ataupun diluar Sekolah.</p>	<p>0 : Tidak pernah 1 : 1x sehari 2 : 2x sehari 3 : 3x sehari 0,21 : 1-2 kali/minggu 0,5 : 3-4 kali/minggu 0,05 : 1-2 kali/ bulan 0,12 : 3-4 kali/bulan</p> <p>Kategori:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sering dikonsumsi: $\geq 1x$ sehari 2. Biasa dikonsumsi: 1-2x/3-4x seminggu 3. Jarang dikonsumsi: 1-2x sebulan / 3-4x sebulan 4. Tidak pernah dikonsumsi: 0 	<p>FFQ (<i>Food Frequency Questionnaire</i>)</p>
---	---------	---	--	--