

**POLA ASUH DAN PENGARUH TEMAN SEBAYA TERHADAP PEMILIHAN  
JAJAN ANAK USIA SEKOLAH DI KELURAHAN CIRENDEU  
TANGERANG SELATAN**

Aisyiah

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Email: chy\_a16@yahoo.co.id

**ABSTRACT**

*Snacking is one type of meal that contribute to the fulfillment of the need for nutrition among school children in daily basis. Thus snacking meets the 36% of energy requirement, 29% protein and 52% iron daily (Kusmandayu and Muniroh, 2012). Snacking choice among children can be influence by various factors from internal of the school children, as well as influence of family, peer or surrounding environment. Assessment toward the children snacking either at school as well as at home is commonly not hygiene and lacking of nutrient. The contaminated ingredients or snacks can be accumulated in children's body thus carcinogenic in long term. The purpose of study is to understand the relationship of caring patter and peer influence on the snacking choice among school children. This study used correlation description design with cross sectional approach on 103 respondents that obtained with simple random sampling technique and selected proportionally. The study result showed the relationship between caring pattern and peer influence on snacking choice among children ( $p$  value  $< \alpha$ ). Therefore, the health promotion on nutrition for school children in particular snacking is important for the children, family, health workers, school stakeholders as well as vendors at school. This effort can be given through the optimization on collaboration and empowerment for all stakeholders related with school children health.*

*Key words: caring pattern, peer influence, snacking choice, school children*

**ABSTRAK**

Jajanan adalah salah satu hal yang berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan nutrisi anak usia sekolah setiap harinya. Dalam kondisi ini, jajanan memenuhi kebutuhan energi sebesar 36%, 29% protein dan 52% zat besi (Kusmandayu & Muniroh, 2012). Pemilihan jajan anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor baik dari dalam diri anak sekolah, pengaruh keluarga, teman ataupun lingkungan sekitar. Peninjauan dari segi kesehatan, makanan jajanan anak baik disekolah maupun dirumah rata-rata tidak bersih dan kurang terjamin kandungan gizinya. Bahan-bahan makanan atau jajanan yang sudah tercemar dapat terakumulasi pada tubuh anak dan bersifat karsinogenik dalam jangka panjang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola asuh dan pengaruh teman terhadap pemilihan jajanan anak sekolah. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* pada 103 responden yang diperoleh dengan teknik *simple random sampling* dan diseleksi secara *proportional*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pola asuh dan pengaruh teman dengan pemilihan jajanan anak ( $p$  value  $< \alpha$ ). Oleh karena itu, upaya promosi kesehatan tentang gizi anak sekolah terutama jajanan sangat penting untuk diberikan baik kepada anak sekolah itu sendiri, keluarga, tenaga kesehatan, pihak sekolah serta penjual makanan jajanan sekitar sekolah. Upaya tersebut dapat diberikan melalui optimalisasi kerja sama dan pemberdayaan kepada semua pihak yang terkait dengan kesehatan anak sekolah.

Kata kunci: anak usia sekolah, pengaruh teman, pemilihan jajan, pola asuh

## PENDAHULUAN

Salah satu faktor resiko yang dapat mempengaruhi status gizi anak usia sekolah adalah perilaku jajan anak. Jajanan memiliki peranan yang penting dalam pertumbuhan dan proses pembelajaran anak usia sekolah (Februhartanty & Ismarawaty, 2004). Damayanthi, Dwiriani, Kustiyah dan Briawan (2010) mengatakan bahwa 95% anak usia sekolah memiliki kebiasaan untuk membeli jajanan. Survey yang dilakukan oleh *National Socio Economic Survey conducted by the Central Bureau of Statistics* (2004) memperoleh hasil bahwa persentase pengeluaran keluarga untuk makanan jajan atau jajanan di

Indonesia mencapai 18,84% per kapita per minggu dan total pengeluaran keluarga untuk makanan dan minuman adalah 10,36% dari pengeluaran total keluarga.

Data Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang didapatkan oleh Direktorat Surveilan dan Penyuluhan Keamanan Pangan BPOM RI dari Balai POM seluruh Indonesia (2008-2010) menunjukkan bahwa 17,26 – 25,15% kasus terjadi di lingkungan sekolah dengan kelompok tertinggi adalah siswa Sekolah Dasar (SD). Wilayah Kelurahan Cirendeu merupakan salah satu wilayah yang terdapat di Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan Provinsi Banten. Berdasarkan data yang berasal dari Profil

Kesehatan Kota Tangerang Selatan (2011) didapatkan data bahwa telah terdapat 2.536 kasus diare baik pada anak-anak maupun orang dewasa. Salah satu kemungkinan penyebab diare adalah paparan zat-zat mikroba, kimia atau benda asing yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi oleh keluarga.

Penelitian yang dilakukan oleh *Surveillance* Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Tangerang Selatan (Tangsel) mendapatkan hasil bahwa sebanyak 25 persen makanan di lingkungan sekolah telah tercemar bakteri dan zat berbahaya. Selain itu, Dinkes Tangsel juga melaporkan bahwa telah terdapat lima kasus keracunan anak usia sekolah pada makanan jajanan kadarluasa di wilayah Kecamatan Ciputat Tangerang Selatan (Republika, 2011).

Anak sekolah dikategorikan sebagai salah satu populasi *at risk* dengan beberapa fokus utama dari permasalahan anak sekolah yang bersumber seperti penyesuaian sekolah, hubungan dengan teman sebaya dan pengaruhnya, masalah gangguan belajar, perkembangan seksual, pola makan, status imunisasi dan pengaruh serta pembatasan tontonan televisi (Stanhope & Lancaster, 2004). Salah satu focus masalah pada pola

### Jurnal Care Vol. 3, No. 2, Tahun 2015

makan anak sekolah adalah kebiasaan mengkonsumsi jajanan.

Kertanegara (2012) menyampaikan tiga masalah yang dapat diidentifikasi pada PJAS (Pangan Jajanan Anak sekolah) seperti cemaran mikroba, cemaran kimia dan cemaran benda asing (fisik). Bahan-bahan makanan atau jajanan yang sudah tercemar dapat terakumulasi pada tubuh anak dan bersifat karsinogenik dalam jangka panjang. Selain itu reaksi-reaksi tertentu pada jajanan yang sudah terkontaminasi dapat juga mempengaruhi fungsi otak termasuk gangguan perilaku pada anak sekolah seperti gangguan tidur, gangguan konsentrasi, gangguan emosi, gangguan bicara, hiperaktif hingga memperberat gejala pada anak autisme. Sedangkan pengaruh jangka pendek dapat menimbulkan gejala-gejala yang umum seperti pusing, mual, muntah, diare atau kesulitan buang air besar (Devi, 2012).

Dalam mencapai sumber daya manusia yang berkualitas (sehat, cerdas dan produktif) ditentukan oleh beberapa faktor dan salah satu faktor yang paling penting adalah terpenuhinya kebutuhan pangan yang bergizi. Pentingnya pemenuhan gizi anak usia sekolah akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangannya. Keluarga dan tenaga kesehatan mempunyai tanggung jawab terhadap pertumbuhan dan

perkembangan anak usia sekolah serta perilaku sehat yang akan berdampak pada masa depan bangsa. Selain itu, upaya promosi kesehatan terhadap fungsi perawatan kesehatan keluarga juga perlu ditekankan guna menciptakan perilaku sehat dalam keluarga. Oleh karena itu, berdasarkan penjabaran latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan antara pola asuh keluarga dan pengaruh teman sebaya terhadap pemilihan jajan anak usia sekolah di Kelurahan Cireunde Tangerang Selatan.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif menggunakan rancangan desain penelitian deskriptif korelasi dengan metode pendekatan *cross sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Populasi penelitian ini adalah keluarga yang memiliki anak usia sekolah dan anak usia sekolah itu sendiri di Kelurahan Cirende sejumlah 1.273 KK (Laporan tahunan Kelurahan Cirende, 2012). Jumlah responden yang diteliti sebanyak 103 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling* dan wilayah yang

diteliti diseleksi secara *proportional*. Analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan analisa univariat deskriptif dan analisa hubungan bivariat yang menggunakan uji *chi square*.

## HASIL

Tabel 1. Hasil analisa univariat pemilihan jajan anak, pola asuh dan pengaruh teman sebaya di Kelurahan Cireundeu Tangerang Selatan (n= 103)

Variabel	Kategori	Distribusi Responden	
		Jumlah	%
Pemilihan Jajan	Tidak Sehat	51	49,5
	Sehat	52	50,5
Pola Asuh Orang Tua	Otoriter	18	17,5
	Demokratis	57	55,3
	Permisif	28	27,2
Pengaruh Teman Sebaya	Tidak Ada	60	58,3
	Ada	43	41,7

Tabel 1 menunjukkan distribusi pola asuh orang tua paling banyak memiliki pola asuh demokratis yaitu 57 keluarga (55,3%) dan anak usia sekolah yang tidak terpengaruh oleh teman sebanyaknya sebanyak 60 orang (58,3%).

Tabel. 2 Analisis Hubungan Pola Asuh Keluarga dengan Pemilihan Jajan Anak di Kelurahan Cireundeu Tangerang Selatan (n= 103)

Variabel	Pemilihan Jajan				Total		P Value
	Sehat		Tidak Sehat		N	%	
	N	%	N	%			
<b>Pola Asuh Orang Tua</b>							
Otoriter	12	66,7	6	33,3	18	100	0,000
Permisif	4	14,3	24	85,7	28	100	
Demokratis	36	63,2	21	36,8	57	100	
<b>Pengaruh Teman Sebaya</b>							
Tidak Ada	43	71,7	17	28,3	60	100	0,000
Ada	9	20,9	34	79,1	43	100	

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan bahwa ada sebanyak 12 (66,7%) orang tua dengan pola asuh otoriter memiliki anak yang mempunyai pemilihan jajan sehat. Terdapat pula 24 (85,7%) orang tua dengan

pola asuh permisif memiliki anak yang mempunyai pemilihan jajan tidak sehat dan sebanyak 36 (63,2%) orang tua dengan pola asuh demokratis memiliki anak yang mempunyai pemilihan jajan sehat. Hasil

### Jurnal Care Vol. 3, No. 2, Tahun 2015

analisis dengan *chi square* didapatkan data bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan pemilihan jajan anak karena  $p\text{ value} < \alpha$  (0,05).

Selain itu, dari tabel 2 juga didapatkan hasil bahwa anak yang tidak terpengaruh dengan teman sebayanya yang memiliki pemilihan jajan sehat sebanyak 43 orang (71,7%) dan anak yang terpengaruh oleh teman sebayanya yang memiliki pemilihan jajan tidak sehat sebanyak 34 orang (79,1%). Hasil uji *chi square* menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan pemilihan jajan anak karena  $p\text{ value} < \alpha$ . Hal ini menunjukkan bahwa anak usia sekolah mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar terutama oleh temannya yang nantinya bisa berdampak pada pemilihan jajan anak usia sekolah.

#### PEMBAHASAN

Pola asuh orang tua yang baik akan mendukung anggota keluarganya untuk menerapkan perilaku hidup sehat yang salah satunya adalah dengan pemilihan jajanan sehat bagi anak usia sekolah. Anak-anak belajar makan tidak hanya dari pengalaman tetapi juga dari melihat orang lain. Banyak penelitian menunjukkan kesamaan penerimaan dan kesukaan terhadap makanan, asupan dan keinginan untuk mencoba makanan baru antara orang tua

dan anak-anak. Penelitian yang dilakukan oleh Brown dan Ogden (2004) menggambarkan hasil bahwa orang tua yang menunjukkan pola asuh dengan memberikan aturan-aturan atau batasan-batasan dalam mengontrol diet anaknya menghasilkan tingkat konsumsi makanan ringan yang sehat lebih tinggi dibandingkan dengan makanan ringan yang tidak sehat. Scaglioni, Salvioni dan Galimberti (2008) menjelaskan bahwa beberapa hasil penelitian menyatakan pola asuh orang tua mengindikasikan perilaku makan orang tua itu sendiri dan praktik makan yang mereka lakukan yang bisa mempengaruhi perkembangan dari perilaku makan anak.

Pendapat peneliti hal tersebut dapat terjadi karena keluarga yang menerapkan pola asuh demokratis akan mengarahkan dan membimbing anak ataupun anggota keluarga lainnya dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anggota keluarga karena dari hasil analisis data didapatkan bahwa lebih dari separuh responden yang menerapkan pola asuh demokratis memiliki anak dengan pemilihan jajan yang sehat. Orang tua dengan pola asuh demokratis akan menumbuhkan keyakinan dan kepercayaan diri anak serta mendorong tindakan-tindakan mandiri bagi anak dalam membuat keputusan terkait dengan asupan nutrisi yang akan dikonsumsinya. Sedangkan, orang tua

### Jurnal Care Vol. 3, No. 2, Tahun 2015

dengan pola asuh permisif cenderung selalu memberikan kebebasan kepada anaknya tanpa kontrol sama sekali. Hal tersebut dapat menyebabkan anak dapat dengan bebasnya memilih dan mengkonsumsi jenis makanan atau jajanan yang menarik dan mengenyangkan tanpa mengetahui bahaya yang terdapat pada jenis jajanan atau makanan tersebut.

Pengaruh sosial pada asupan makanan seseorang mengacu pada dampak bahwa satu atau lebih seseorang akan meniru perilaku makan dari orang lain, baik secara langsung (membeli makanan) maupun tidak langsung (belajar atau melihat perilaku teman sebaya). Patrick dan Nicklas (2010) menjelaskan bahwa walaupun orang tua mempunyai pengaruh kuat dalam perilaku dan kepercayaan kesehatan anak, tapi mereka bukan satu-satunya yang menjadi model dalam perilaku makan.

Pengaruh teman sebaya dalam mempengaruhi jenis jajanan dan perilaku sehari-hari anak usia sekolah sangat penting untuk diperhatikan. Teman sebaya dapat memberikan dampak meminimalkan ataupun memaksimalkan perilaku jajanan yang tidak sehat pada anak usia sekolah (Afandi, Indarwati dan Hadisuyatmana, 2010). Selain itu, teman sebaya juga dapat membantu anak dalam mengembangkan

kesadaran yang rasional dan skala nilai orang tua yang cenderung diterima anak (Hurlock, 2001).

Devine et al (2003) menjelaskan bahwa dukungan sosial (salah satunya adalah pengaruh teman sebaya) dapat memiliki efek yang menguntungkan pada pilihan makanan dan perubahan diet yang lebih sehat. Anak-anak akan menilai apa yang mereka lakukan, apakah dia lebih baik dan sehat, sama, atautah lebih buruk dari apa yang anak-anak lain kerjakan. Hal tersebut akan sulit dilakukan dalam keluarga karena saudara-saudara kandung biasanya lebih tua atau lebih muda, bukan sebaya (Santrock, 2005). Birch (1980 dalam Patrick & Nicklas, 2010) menemukan bahwa ketika anak-anak melihat temannya memilih dan memakan sayuran yang tidak sukai maka keinginan untuk memilih dan memakan sayuran yang tidak disukai akan meningkat.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Costa (1998 dalam Piscopo, 2004) dengan hasil orang tua bahwa anak-anak mereka dipengaruhi oleh teman-temannya dalam berperilaku dan memilih jenis makanan atau jajanan. Dengan kata lain, pengaruh dari teman-teman dengan usia yang sama jika dibandingkan dengan teman-teman pada umumnya lebih memiliki potensi

### Jurnal Care Vol. 3, No. 2, Tahun 2015

untuk sangat mempengaruhi acuan ataupun pemilihan dan perilaku jajan anak.

Berdasarkan data-data penelitian dapat dianalisis bahwa teman sebaya berpeluang lebih besar untuk mempengaruhi perilaku anak usia sekolah. Anak usia sekolah lebih merasa nyaman jika memiliki hal yang sama seperti teman-teman seusianya. Keberadaan anak usia sekolah yang sering berada diluar rumah untuk bermain juga akan lebih mudah terpengaruh oleh teman sebaya atau sepermainannya untuk memilih jenis makanan atau jajanan yang akan dikonsumsi.

#### KESIMPULAN

- Ada hubungan yang bermakna antara pola asuh keluarga dengan pemilihan jajan anak.
- Ada hubungan yang bermakna antara pengaruh teman sebaya dengan pemilihan jajan anak.
- Melakukan pemberdayaan kepada pihak keluarga, sekolah ataupun kumpulan-kumpulan teman sebaya pada anak usia sekolah sebagai strategi untuk meningkatkan upaya preventif terhadap masalah-masalah terkait dengan pemenuhan nutrisi yang tidak sehat terutama terkait dengan pemilihan jajan yang kurang sehat.
- Penelitian kualitatif juga perlu dilakukan untuk mengetahui lebih mendalam faktor-

faktor yang mempengaruhi pemilihan jajan anak usia sekolah.

#### Daftar Pustaka

- Afandi, A.T., Indarwati, R., & Hadisuyatmana, S. (2004). *Pengaruh Peer Group Support Terhadap Perilaku Jajan Sehat Siswa Kelas 5 SDN Ajung 2 Kalisat Jember*. 2 Februari 2013. <http://www.journal.unair.ac.id>
- Brown, R. & Ogden, J. (2004). *Children's Eating Attitudes and Behaviour: A Study of The Modelling and Control Theories of Parental Influence*. Journal of Health Education Research. Vol. 19 No.3. Oxford University Press
- Damayanti, et all. (2010). *Food Habit Among Elementary School Children in Urban Bogor*. Jurnal Gizi dan Pangan, 2010, 5(3): 158–163 Journal of Nutrition and Food, 2010, 5(3): 158–163
- Department of Health. (2004). *National Socio Economic Survey Conducted by The Central Bureau of Statistics*. <http://www.litbang.depkes.go.id>
- Devi, N. (2012). *Gizi Anak Sekolah*. Jakarta: PT Kompas Media Nusantara
- Devine et al. (2003). *Sandwiching It In: Februhartanty, J. & Ismarawaty, D.N. (2004). Is it Safe Snack Foods of School Children in Indonesia?*. <http://gizi.net>
- Hurlock, E.B. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga
- InfoPOM. (2011). *Pentingnya Promosi Keamanan Pangan di Sekolah untuk Menyelamatkan Generasi Penerus*. Vol. 12 No. 6 November- Desember 2011
- Kertanegara, A.N. (2012). *Kebijakan Pemberdayaan Komunitas Sekolah dalam*

**Jurnal Care Vol. 3, No. 2, Tahun 2015**

*Gerakan Menuju Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang Aman, Bermutu dan Bergizi.* Depok: Disampaikan pada Seminar Hasil Uji Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS).

Patrick, H. & Nicklas, T.A. (2005). *A Review of Family and Social Determinants of Children's Eating Patterns and Diet Quality.* Journal of the American College of Nutrition, Vol. 24, No. 2, 83–92

Piscopo, S. (2004). *Socio-Ecological Factors Influencing Food Choices and Behaviours of Maltese Primary School Children.* Thesis. School of Education The University of Birmingham.

Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan Anak.* Edisi 11. Jilid 2. Jakarta: Erlangga

Stanhope & Lancaster. (2004). *Community & Public Health Nursing.* St. Louis: Mosby

(2011). *Awas Jajanan Sekolah Tercemar Bakteri.*  
<http://www.republika.co.id>