

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MAKANAN SEHAT DENGAN SIKAP PILIHAN
JAJANAN DI PANTI ASUHAN IMANUEL KOTA PALANGKA RAYA**

***THE CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE ABOUT HEALTHY FOOD AND SNACK CHOICES IN
IMANUEL ORPHANAGE, PALANGKA RAYA***

Kristina Jupun Saputri¹, Ayu Puspita², Dian Mitra Desnawati³
Jurusan Sarjana Keperawatan Universitas Eka Harap, Palangka Raya
Email : kristinajputri@gmail.com

Abstrak

Jajan sembarangan di kalangan usia 9 – 12 tahun pada anak sekolah dasar merupakan masalah yang cukup mengkhawatirkan karena dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti diare, keracunan makanan, dan masalah gizi. Kurangnya pengetahuan anak tentang makanan sehat dan bahaya jajan sembarangan menjadi faktor utama penyebab masalah ini. Oleh karena itu, pengetahuan kesehatan tentang makanan sehat dengan pilihan jajanan sehat dan bahaya jajan sembarangan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak dalam memilih makanan yang sehat. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya. Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan observasi dibagikan kepada anak Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya. Uji statistik yang digunakan adalah Uji *Spearman Rank*.

Hasil : Penelitian ini diketahui bahwa Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan diperoleh nilai $p \text{ (value)} = 0,000 \leq 0,05$. H_1 diterima yang artinya terdapat hubungan antara pengetahuan tentang makanan sehat dengan sikap dalam memilih jajanan. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Kota Palangka Raya.

Kata kunci : Jajanan Sembarangan, Pengetahuan, Siswa Sekolah, Kesehatan, Pendidikan Kesehatan.

Abstract

Indiscriminate snacking among elementary school children aged 9-12 is a concerning issue, as it can lead to health problems such as diarrhea, food poisoning, and malnutrition. Children's lack of knowledge about healthy food and the dangers of indiscriminate snacking are key contributing factors to this problem. Therefore, health knowledge about healthy food with healthy snack choices and the dangers of random snacking is very important to increase children's knowledge and awareness in choosing healthy food. To determine the correlation between knowledge about healthy food and snack choices in Immanuel Orphanage, Palangka Raya. This research is a correlational study with a cross-sectional approach. The sampling technique used was probability sampling. Data collection methods included questionnaires and observations distributed to the children at Immanuel Orphanage, Palangka Raya. The statistical test used was the Spearman Rank Test. The study found that the correlation between knowledge about healthy food and snack choices yielded a p-value of $0.000 \leq 0.05$. H_1 is accepted, indicating a correlation between knowledge about healthy food and attitudes in snack selection. Conclusion: This indicates a significant correlation between knowledge about healthy food and snack choices in Immanuel Orphanage, Palangka Raya.

Keywords : Unhealthy Snacks, Knowledge, School Children, Health, Health Education.

1. PENDAHULUAN

Jajan merupakan salah satu makanan siap saji yang ditemui di lingkungan sekolah dan secara rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah (Febriani et al., 2018). Anak usia sekolah merupakan konsumen makanan yang telah aktif dan mandiri dalam menentukan makanan yang diinginkannya, baik makanan jajanan di sekolah maupun di tempat penjualan lainnya. Anak sekolah umur 9 – 12 tahun umumnya setiap hari menghabiskan seperti waktunya di sekolah, sehingga anak memiliki peluang yang lebih banyak untuk memperoleh makanan yang sembarangan, terutama yang diperolehnya di luar rumah sebagai makanan jajanan (Usmayanti et al., 2020). Usia anak sekolah masih banyak yang belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri. Anak membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung di dalamnya (Apriliyana, 2022). Namun seringkali timbul masalah penggunaan zat-zat berbahaya dalam makanan, sikap anak mengkonsumsi jajanan yang tidak aman dan kurangnya pengawasan orang tua terhadap sikap jajan anak. Konsumsi jajan tidak sehat pada anak disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang jajan yang sehat (Sunarto et al., 2024). Hasil penelitian Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) menyebutkan bahwa 24,5 juta anak Sekolah Dasar (SD) senang mengkonsumsi jajanan di sekolah. Anak menyukai jajanan tersebut karena harganya murah. Selain itu anak juga menyukai makanan dengan warna yang menarik, penampilan, tekstur, aroma dan rasa yang enak (Aderita, 2020). Berdasarkan fenomena yang ditemukan oleh peneliti dari hasil wawancara ibu panti di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya banyak anak sering jajan sembarangan dikarenakan belum mengetahui bahaya dan dampak dari jajan sembarangan.

Menurut data *World Health Organization WHO* (2024) Diperkirakan 600 juta orang jatuh sakit dan 420.000 orang meninggal akibat makanan yang tidak aman, yang mengakibatkan hilangnya 33 juta tahun hidup sehat (DALY). Anak-anak di bawah usia 5 tahun memiliki risiko yang sangat tinggi, dengan 125.000 anak meninggal akibat penyakit bawaan makanan setiap tahun. Menurut data Food

and Agriculture Organisation (2019), diperoleh data bahwa anak usia 6 sampai 11 tahun merupakan konsumen tersering dan terbesar dalam mengkonsumsi makanan jajanan. Akibat jajan sembarangan mengalami gizi buruk didunia sebesar 8,3% dan 27,5% (Adha, 2020). Akibat yang paling umum dari kondisi makanan jajanan yang tidak aman adalah diare data sebanyak 24,53% keracunan makanan sebanyak 28,30% terjadi di kawasan pendidikan jenjang sekolah dasar mencapai 60% (Purba, 2021). Data nasional menyebutkan 87% anak lebih suka mengkonsumsi jajan di lingkungan sekolah (Kiki et al., 2018). Hasil penelitian Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) menyebutkan bahwa 24,5 juta (98,7%) dari total 200 anak Sekolah Dasar (SD) senang mengkonsumsi jajanan di sekolah. Data daerah yang suka mengkonsumsi jajan di lingkungan sekolah, Sulawesi Tenggara 15,9%, Sumatera Utara 18,2%, Sulawesi Selatan 16,9%, Kalimantan Tengah 15,6, Maluku 14,8%, dan Aceh 14,8% (Marianthi et al., 2020). Survey pendahuluan yang telah dilakukan pada hari Senin tanggal 17 Maret 2025 di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangkaraya Kalimantan Tengah dengan diberikan pertanyaan kepada (3) 60% siswa dari kelas V dan (2) 40% siswa dari kelas VI tentang makanan sehat terhadap kejadian jajan sembarangan dari (3) 10% siswa hanya (2) 40% siswa yang dapat menjawab dengan benar.

Sikap jajan sembarangan di kalangan siswa sekolah masih menjadi masalah yang cukup mengkhawatirkan. Anak usia sekolah cenderung memiliki kebiasaan membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung di dalamnya, hal tersebut dapat disebabkan karena faktor kurangnya pengetahuan anak tentang makanan sehat. Ada beberapa masalah kesehatan yang sering ditemukan pada anak karena konsumsi makanan jajanan adalah penurunan nafsu makan, gangguan saluran pencernaan dan jika dikonsumsi secara terus menerus akan mempengaruhi status gizi anak. Hal tersebut dimungkinkan karena anak sering membeli makanan jajanan sembarangan. Salah satu gangguan pencernaan yang sering dialami oleh anak akibat konsumsi jajanan sembarangan adalah diare. Diare sering dikaitkan dengan penyakit yang ditularkan secara fecal-oral melalui masuknya

makanan atau minuman yang terkontaminasi bakteri, salah satunya *Escherichia coli*. Kontaminasi sendiri juga dapat terjadi karena makanan atau minuman yang tidak dimasak dengan sempurna, memakan masakan mentah, dan tidak melakukan kebersihan personal terutama pada penjamah makanan (Patusmayanti, dkk., 2020). Apabila siswa banyak mengalami sakit (kesehatan terganggu) maka siswa akan mengalami hambatan dalam melakukan aktivitas terutama belajar sehingga hasilnya tidak dapat optimal (Notoatmodjo, 2012).

Salah satu upaya untuk membentuk sikap sehat yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan sebaiknya diberikan sedini mungkin kepada anak usia sekolah. Pengetahuan anak tentang jajan sangat mendukung sikap anak untuk mengkonsumsi jajanan tidak sembarangan. Dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat dan bahaya jajan sembarangan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa-siswi SD. Diharapkan dengan adanya penyuluhan pendidikan kesehatan permasalahan dapat diatasi dan tingkat pengetahuan siswa-siswi meningkat (Apriliyana, 2022). Hal ini sesuai dengan peran perawat sebagai edukator, dimana perawat sebagai pendidik memberikan edukasi guna meningkatkan pengetahuan yang diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan menerapkan sikap hidup sehat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan jenis penelitian korelasional dengan menggunakan tehnik *Probability sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah anak panti asuhan yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 32 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang dibagikan ke anak-anak panti asuhan dan mengobservasi anak dengan Uji Statistik *Spearman Rank*.

3. HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Responden	Persentase
9 Tahun	3	9%
10 Tahun	10	31%
11 Tahun	12	38%
12 Tahun	7	22%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan umur dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa kelompok umur 11 tahun merupakan yang terbanyak, yaitu sebanyak 12 responden (38%). Selanjutnya, responden dengan umur 10 tahun sebanyak 10 orang (31%), kemudian umur 12 tahun sebanyak 7 responden (22%), dan yang paling sedikit adalah kelompok umur 9 tahun, yaitu sebanyak 3 responden (9%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Responden	Persentase
Laki-laki	13	41%
Perempuan	19	59%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari total 32 (100%) responden, menunjukkan bahwa jenis kelamin paling banyak adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 19 (59%) responden dan yang paling sedikit adalah jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 (41%) responden.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas SD

Kelas SD	Responden	Persentase
4 SD	7	22%
5 SD	14	44%
6 SD	11	34%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan kelas dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa kelas 5 SD merupakan yang terbanyak, yaitu sebanyak 14 responden (44%). Selanjutnya, responden yang berada di kelas 6 SD sebanyak 11 orang (34%), dan yang paling sedikit adalah responden dari kelas 4 SD, yaitu sebanyak 7 responden (22%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal Di Panti

Lama Tinggal Di Panti	Responden	Persentase
≤ 5 Tahun	11	34%
≥ 5 Tahun	21	66%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan lama tinggal di panti dari total 32 responden (100%)

menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah tinggal di panti lebih dari 5 tahun, yaitu sebanyak 21 responden (66%). Sementara itu, responden yang tinggal di panti kurang dari 5 tahun berjumlah 11 orang (34%).

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pernah Mendapat Informasi

Pernah Mendapat Informasi	Responden	Persentase
TV/Radio	3	9%
Brosur Di Jalan	3	9%
Internet	4	13%
Poster/Spanduk UKS	7	22%
Petugas Kesehatan	9	28%
Tidak Mendapat Informasi	6	19%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan lama tinggal di panti dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa sebagian besar memperoleh informasi dari petugas kesehatan, yaitu sebanyak 9 responden (28%). Selanjutnya, sebanyak 7 responden (22%) mendapatkan informasi melalui poster atau spanduk UKS, terdapat 6 responden (19%) yang tidak pernah mendapat informasi terkait, kemudian 4 responden (13%) dari internet, 3 responden (9%) dari TV atau radio, dan 3 responden (9%) dari brosur di jalan.

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Jajan Yang Sering Dibeli

Jenis Jajan Yang Sering Dibeli	Responden	Persentase
Gorengan	5	16%
Pentol	3	9%
Makanan Kemasan	4	13%
Puding	8	25 %
Salad Buah	3	9%
Kue Kukus	9	28%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan tabel diatas memperlihatkan bahwa jenis jajanan yang paling sering dibeli oleh responden adalah kue kukus, yaitu sebanyak 9 responden (28%). Selanjutnya, sebanyak 8 responden (25%) sering membeli puding, kemudian gorengan sebanyak 5 responden (16%), makanan

kemasan sebanyak 4 responden (13%), serta pentol dan salad buah masing-masing sebanyak 3 responden (9%).

7. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat

Pengetahuan	Responden	Persentase
Pengetahuan Baik	18	56%
Pengetahuan Cukup	19	28%
Pengetahuan Kurang	5	16%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan tentang makanan sehat di panti dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik tentang makanan sehat, yaitu sebanyak 18 responden (56%). Selanjutnya, sebanyak 9 responden (28%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan sisanya 5 responden (16%) memiliki pengetahuan yang kurang mengenai makanan sehat.

8. Karakteristik Responden Berdasarkan Sikap Pilihan Jajanan

Sikap Pilihan Jajanan	Responden	Persentase
Tidak Jajan Sembarangan	21	66%
Jajan Sembarangan	11	34%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Karakteristik responden berdasarkan sikap pilihan jajanan di panti dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa mayoritas memiliki sikap tidak jajan sembarangan, yaitu sebanyak 21 responden (66%). Sementara itu, sebanyak 11 responden (34%) masih memiliki kebiasaan jajan sembarangan dalam memilih jajanan sehari-hari.

9. Hasil Analisis (*Crosstabulation*) Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya

		Sikap Pilihan Jajan				P (Value)
		Tidak Jajan Sembarangan	%	Jajan Sembarangan	%	
Pengetahuan Tentang Makanan Sehat	Baik	14	78%	4	22%	0,000
	Cukup	6	67%	3	33%	
	Kurang	1	20%	4	80%	
	Total	21	65%	11	35%	

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 9 diatas memperlihatkan bahwa Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan

Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya dengan total 32 (100%) responden menunjukkan bahwa pengetahuan tentang makanan sehat kriteria baik dengan sikap pilihan jajan kriteria tidak jajan sembarangan sebanyak 14 (78%) responden, pengetahuan tentang makanan sehat kriteria baik dengan sikap pilihan jajan kriteria jajan sembarangan sebanyak 4 (22%) responden, pengetahuan tentang makanan sehat kriteria cukup dengan sikap pilihan jajan kriteria tidak jajan sembarangan sebanyak 6 (67%) responden, pengetahuan tentang makanan sehat kriteria cukup dengan sikap pilihan jajan kriteria jajan sembarangan sebanyak 33 (33%) responden, pengetahuan tentang makanan sehat kriteria kurang dengan sikap pilihan jajan kriteria tidak jajan sembarangan sebanyak 1 (20%) responden dan pengetahuan tentang makanan sehat kriteria kurang dengan sikap pilihan jajan kriteria jajan sembarangan sebanyak 4 (80%) responden.

10. Hasil Uji Statistik Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya

Spearman's rho	Pengetahuan Makanan Sehat	Correlation Coefficient	Pengetahuan Makanan Sehat	Sikap Pilihan Jajan
			1.000	.728**
Sikap Pilihan Jajan	Sikap Pilihan Jajan	Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	32	32
		Correlation Coefficient	.728**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	32	32

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber : Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 10 diatas memperlihatkan hasil Uji *Spearman Rank* diatas ditemukan Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000 \leq 0,05$. H1 diterima yang artinya terdapat Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya.

4. PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya

Berdasarkan fakta dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan pengetahuan tentang makanan sehat dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 18 responden (56%). Selanjutnya, sebanyak 9 responden (28%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan sisanya 5 responden (16%) memiliki pengetahuan yang kurang. Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden telah memahami konsep dasar mengenai makanan sehat, walaupun masih terdapat sekelompok responden dengan tingkat pengetahuan yang belum memadai.

Berdasarkan teori, pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, termasuk informasi tentang makanan sehat. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan yang baik tentang gizi dan makanan sehat akan mempengaruhi seseorang dalam menentukan sikap dan perilaku konsumsi makanannya. Makanan sehat adalah makanan yang mengandung zat gizi seimbang dan cukup sesuai kebutuhan tubuh, mencakup karbohidrat kompleks, protein, vitamin, mineral, dan serat, serta rendah lemak jenuh, gula, dan garam (Kemenkes RI, 2021). Individu yang memiliki pengetahuan baik tentang makanan sehat cenderung lebih selektif dalam memilih jajanan dan lebih sadar akan risiko konsumsi makanan yang tidak sehat. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan tentang gizi dapat menyebabkan pemilihan makanan yang sembarangan, yang dalam jangka panjang meningkatkan risiko penyakit degeneratif, seperti obesitas, diabetes, dan hipertensi.

Berdasarkan hasil opini penelitian, peneliti beropini bahwa tidak terdapat kesenjangan antara fakta dan teori. Fakta menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik, yang mencerminkan adanya paparan informasi atau edukasi terkait makanan sehat yang mungkin telah diberikan di lingkungan panti asuhan. Namun, masih adanya responden dengan pengetahuan cukup dan kurang yang menunjukkan bahwa distribusi informasi belum merata atau belum sepenuhnya

dipahami oleh semua anak. Hal ini bisa disebabkan oleh perbedaan latar belakang pendidikan, minat individu terhadap informasi kesehatan, atau keterbatasan media pembelajaran yang tersedia dengan anak-anak yang hanya mendapatkan informasi dari petugas kesehatan di panti asuhan. Oleh karena itu, peningkatan edukasi gizi secara rutin dan kontekstual perlu dilakukan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak panti asuhan mengenai pentingnya mengkonsumsi makanan sehat, yang nantinya dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi jajanan mereka di kehidupan sehari-hari.

2. Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya

Berdasarkan fakta dari hasil penelitian, dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan sikap dalam memilih jajanan dari total 32 responden (100%) menunjukkan bahwa mayoritas memiliki sikap tidak jajan sembarangan, yaitu sebanyak 21 responden (66%). Sementara itu, sebanyak 11 responden (34%) masih memiliki kebiasaan jajan sembarangan dalam memilih jajanan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki sikap yang positif dalam menjaga pola konsumsi makanan di luar waktu makan utama, meskipun masih terdapat sekelompok yang belum menunjukkan perilaku selektif terhadap jajanan.

Berdasarkan teori, menurut (Notoatmodjo, 2012) sikap merupakan reaksi atau respon tertutup dari seseorang terhadap suatu objek yang melibatkan aspek kognitif (pengetahuan), afektif (perasaan), dan konatif (kecenderungan bertindak). Dalam konteks konsumsi jajanan, sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, serta lingkungan sosial. Menurut Kemenkes RI (2021), kebiasaan jajan sembarangan dapat meningkatkan risiko terpapar zat aditif berbahaya, makanan dengan kandungan gizi rendah, serta pencemaran mikroba yang membahayakan kesehatan. (Fauziah, 2024), Sikap yang tidak jajan sembarangan dapat mencerminkan adanya atau sejauh mana kesadaran individu untuk memilih dan menyadari pentingnya makanan-makanan yang lebih aman, higienis, dan bernilai gizi, sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan, atau sebaliknya, mengikuti tren jajanan yang kurang

sehat seperti makanan ultra-proses dan tinggi gula, khususnya pada kelompok anak-anak dan usia remaja.

Berdasarkan opini peneliti, peneliti beropini bahwa tidak terdapat kesenjangan antara fakta dan teori. Fakta bahwa sebagian besar responden memiliki sikap tidak jajan sembarangan menunjukkan adanya pengaruh positif dari pengetahuan dan lingkungan terhadap pembentukan perilaku sehat. Sikap ini kemungkinan besar terbentuk karena adanya pembiasaan, edukasi, atau pengawasan dari pengasuh panti terhadap makanan yang dikonsumsi anak-anak. Namun, masih adanya responden yang jajan sembarangan menunjukkan perlunya upaya lanjutan dalam meningkatkan kesadaran dan penguatan perilaku selektif terhadap makanan, misalnya melalui penyuluhan gizi, pembiasaan membaca label makanan, serta edukasi tentang dampak negatif jajanan tidak sehat. Dengan demikian, pembentukan sikap yang baik dalam memilih jajanan merupakan bagian penting dalam mendukung pola konsumsi sehat secara keseluruhan sehingga anak-anak di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya memilih untuk tidak jajan sembarangan lagi.

3. Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya

Berdasarkan fakta, dari hasil analisis statistik menggunakan uji Spearman's Rho pada hubungan antara Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$. Dengan demikian, H_1 diterima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang makanan sehat dengan sikap dalam memilih jajanan. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan responden mengenai makanan sehat, maka semakin besar kemungkinan mereka memiliki sikap yang positif, yaitu tidak jajan sembarangan. Sebaliknya, pengetahuan yang kurang cenderung diikuti oleh perilaku konsumsi jajanan yang kurang selektif.

Berdasarkan teori, pengetahuan merupakan domain kognitif yang berperan penting dalam pembentukan sikap dan perilaku individu. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan yang baik akan

membentuk sikap positif, yang kemudian mempengaruhi tindakan seseorang dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam hal memilih makanan dan jajanan. Sikap terhadap makanan dipengaruhi oleh seberapa jauh seseorang memahami kandungan gizi, dampak makanan tidak sehat, dan pentingnya konsumsi makanan yang aman, higienis, serta bergizi seimbang (Kemenkes RI, 2021). Individu dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung menghindari jajanan tidak sehat yang mengandung zat aditif berbahaya, pewarna buatan, dan kadar gula atau garam berlebih. Penelitian terdahulu juga menunjukkan hasil yang sejalan. Studi oleh Pratiwi dan Widodo (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi jajanan sehat pada remaja di lingkungan sekolah. Responden dengan pengetahuan tinggi lebih banyak menunjukkan perilaku selektif terhadap makanan yang dikonsumsi. Penelitian oleh Rahma dan Lestari (2022) pada anak-anak panti asuhan juga menunjukkan bahwa edukasi gizi yang baik mampu membentuk sikap dan kebiasaan makan yang sehat, termasuk dalam memilih jajanan yang tidak berisiko bagi kesehatan. Sementara itu, menurut studi oleh Marlina & Hadi (2023), tingkat pengetahuan gizi yang rendah berasosiasi dengan meningkatnya frekuensi konsumsi makanan cepat saji dan jajanan tidak sehat.

Berdasarkan opini peneliti, hasil penelitian ini konsisten dengan teori dan penelitian sebelumnya. Analisis hubungan pengetahuan tentang makanan sehat dengan sikap pilihan jajanan menunjukkan adanya hubungan signifikan. Pada pengetahuan tentang makanan sehat kategori pengetahuan baik 78 % responden dengan sikap pilihan tidak jajan sembarangan dan 22 % responden dengan sikap pilihan jajan sembarangan, pengetahuan tentang makanan sehat kategori pengetahuan cukup 67 % dengan sikap pilihan tidak jajan sembarangan dan 33 % responden dengan sikap pilihan jajan sembarangan, sedangkan pengetahuan tentang makanan sehat kategori pengetahuan kurang 20 % dengan sikap pilihan tidak jajan sembarangan dan 80 % responden dengan sikap pilihan jajan sembarangan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku konsumsi anak-anak di panti

asuhan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, semakin besar juga kemungkinan seseorang memiliki kesadaran untuk memilih makanan yang lebih aman dan bergizi. Peneliti berpendapat bahwa upaya penyuluhan, pemberian informasi visual dan pendekatan interaktif seperti pelatihan membaca label makanan perlu ditingkatkan di lingkungan panti asuhan untuk memperkuat sikap positif dalam konsumsi makanan. Dengan demikian, pembentukan pengetahuan yang baik sejak dini merupakan fondasi penting dalam menciptakan pola hidup sehat secara berkelanjutan.

5. KESIMPULAN

Hubungan Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Dengan Sikap Pilihan Jajanan Di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank* diperoleh diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$. Dengan demikian, H_1 diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang makanan sehat dengan sikap pilihan jajanan pada anak-anak di Panti Asuhan Imanuel Kota Palangka Raya. Artinya, semakin baik pengetahuan seseorang tentang makanan sehat, semakin besar kemungkinan mereka memiliki sikap tidak jajan sembarangan.

REFERENSI

- Apriliyana, B. A. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Kelas I dan II Di SDN Karangrejo 1 Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan. Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun 2022.
- Fauziah, M. (2024). Manajemen Kantin Sehat Sekolah. Yogyakarta: Pustaka Edukasi Nusantara.
- Febriani, K., Candrawati, E., & Putri, R. M. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajan Pada Anak Usia Sekolah 7-9 Tahun Desa Ngantru Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang. *Journal Nursing News*, XI(1), 31–37
- Kemenkes RI. (2023). Pedoman Jajanan Anak Sekolah yang Aman dan Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Marianthi, D., Ismail, I., Alamsyah, T., & Hayati, W. (2020). Pendidikan kesehatan dengan teknik bermain kartu edukasi dapat membentuk sikap jajan sehat pada anak usia sekolah. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(2), 147. <https://doi.org/10.30867/action.v5i2.310>
- Notoatmodjo, S. (2022). Promosi kesehatan dan sikap kesehatan. PT Rineka Cipta.
- Purba, A. J. B. (2021). Gambaran Sikap Anak Usia Sekolah Dalam Jajan Sembarangan Di Desa Kuta Gugung Kec. Naman Teran Kab. Karo Sumatera Utara Tahun 2021. Program Studi Ners Tahap Akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
- Sunarto, S., Mustamin, M., & Apriani, N. W. (2024). Penyuluhan Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Jajan Anak Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 43–47. <https://doi.org/10.32382/medkes.v19i1.589>
- WHO. (2024). Estimating the burden of foodborne diseases. World Health Organization. <https://www.who.int/activities/estimating-the-burden-of-foodborne-diseases/estimates-of-the-global-burden-of-foodborne-diseases>.
- Usmayanti, H. P., Haryanto, H., & Pratama, K. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas 5 (Lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang Jajanan Sehat. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 6–11. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.113>.

