Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima
Volume 8 Nomor 2, 2026, 106-110
P-ISSN: 2654-7821 | E-ISSN: 2987-9132
DOI: https://doi.org/10.60010/jikd.v8i2.215

ORIGINAL ARTICLE Open Access

Pengetahuan Siswa dan Kaitannya dengan Preferensi dan Pola Konsumsi Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar X di Kediri

Student's Knowledge and Its Correlation with Snack Preferences and Consumption Patterns among Elementary School Students

Endah Retnani Wismaningsih[1]*, Yoanita Indra Kumala Dewi[2], Nofita Sari[3], Krisnita Dwi Jayanti[4] & Dadiek Sumardianto[5]

[1,2,3,4,5] *Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Kediri, Indonesia*

Penulis Korespondensi:
endah.wismaningsih@iik.ac.id

Proses Artikel
Dikirim : Desember 2025
Direview : Desember 2025
Diterima : Januari 2026
Tersedia Online : Januari 2026

Keywords: *Student's Knowledge, Snack, Preferences, Consumption Patern, Elementary School Student*

Kata Kunci: Pengetahuan Siswa, Jajanan, Preferensi, Pola Konsumsi, Siswa Sekolah Dasar

Diterbitkan oleh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila, Serang Banten

Hak cipta © [2026] [Endah Retnani Wismaningsih].
Artikel ini merupakan artikel akses terbuka yang diterbitkan di bawah lisensi *Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International* (CC BY-SA 4.0).
Lisensi: https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Abstract

Snacking is a behavioral trait that is particularly salient among students of elementary school age. This behavior can be exhibited in a variety of settings, including school cafeterias and other external locations during and outside of school hours. Snacking can have an impact on the nutritional balance of students, which is essential for their health and well-being. The study aimed to examine the association between students' knowledge and snack preferences among elementary school students. This study used an analytic observational design with a cross-sectional approach with 35 sample who were selected using a simple random sampling technique. The collection of data was executed through the administration of a questionnaire. Data analysis was performed using Spearman rank correlation. The results showed that 63% of students had good knowledge regarding healthy snack, while 51.4% demonstrated appropriate snack selection behavior. Statistical analysis revealed a significant positive association between students' knowledge and snack selection behavior (ρ = 0.436; p = 0.010), indicating a moderate correlation. However, other factors such as peer influence, availability of snacks, and environmental factors may also influence students' snack selection. Therefore, comprehensive school-based nutrition education and supportive food environments are essential to promote healthy snacking behavior among elementary school children.

Abstrak

Perilaku jajan merupakan perilaku yang identik dengan anak usia sekolah terutama siswa sekolah dasar. Perilaku ini dapat dilakukan siswa baik di dalam sekolah (kantin sekolah) ataupun di luar sekolah baik pada saat jam sekolah ataupun di luar jam sekolah. Perilaku jajanan ini akan dapat berpengaruh pada asupan gizi seimbang siswa yang diperlukan dalam perkembangan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan siswa dan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional dengan 34 sample yang ditentukan dengan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner.Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang pemilihan jajanan (62,9%), dan lebih dari setengah siswa telah melakukan pemilihan jajanan dengan tepat (51,4%). Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan pemilihan jajanan (ρ = 0,436; p = 0,010), dengan kekuatan korelasi sedang. Oleh karena itu, diperlukan intervensi pendidikan gizi berbasis sekolah yang didukung oleh lingkungan sekolah yang sehat untuk meningkatkan perilaku pemilihan jajanan pada anak sekolah dasar.

Cara Mengutip Artikel:
Wismaningsih, E. R., Dewi, Y. I. K., Sari, N., Jayanti, K. D., & Sumardianto, D. (2026). Pengetahuan siswa dan kaitannya dengan preferensi dan pola konsumsi jajanan pada siswa Sekolah Dasar X di Kediri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 8(2), 106-110. https://doi.org/10.60010/jikd.v8i2.215

PENDAHULUAN

Perilaku jajan merupakan perilaku yang identik dengan anak usia sekolah. Perilaku ini dapat dilakukan siswa baik di dalam sekolah (kantin sekolah) ataupun di luar sekolah baik pada saat jam sekolah ataupun di luar jam sekolah. Perilaku ini didukung oleh orang tua sebagaimana disampaikan dalam penelitian (Utami & Waladani, 2017), dimana semua orang tua mengijinkan anaknya jajan. Selain itu dari penelitian tersebut diketahui bahwa sebagian besar uang jajan siswa yang tinggi yaitu lebih dari Rp. 5.000,- dan siswa lebih banyak membeli jajan berjenis gorengan (Utami & Waladani, 2017). (Suci, 2009), menyatakan banyak siswa memilih jajan di penjual jajanan di luar kawasan sekolah. Selain itu terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan anak usia sekolah dengan perilaku pemilihan jajanan makanan, dan antara sikap dengan perilaku pemilihan jajanan makanan (Fahleni & Tahlil, 2016). Selain pengetahuan dan sikap, banyak faktor yang mempengaruhi perilaku jajan siswa yakni uang jajan, peran orang tua dan pengaruh teman sebaya (Tambunan et al., 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sekolah merupakan satu sarana yang strategis untuk intervensi gizi dan kesehatan anak. Hal ini dikarenakan sebagian besar waktu dari anak dihabiskan sebagai siswa di sekolah sehingga keputusan konsumsi harian banyak terjadi di sekolah, termasuk keputusan dalam jajanan. Adanya intervensi gizi berbasis sekolah efektif dalam mengubah pola konsumsi makanan termasuk jajanan dan konsumsi buah dan sayur pada anak dan remaja (Medeiros et al., 2022; Pacific, 2020).

Fungsi jajanan dapat menjadi makanan utama atau makanan selingan anak dan menjadi sumber asupan gizi bagi anak (Kemdikbud, 2017). Sehingga konsumsi jajanan juga akan mempengaruhi asupan gizi seimbang siswa. Dimana gizi seimbang diperlukan siswa dalam pertumbuhan dan perkembangan mereka, termasuk perkembangan otak. Dengan demikian implementasi pendidikan gizi di lingkungan sekolah menjadi potensi dalam pencegahan malnutrisi baik gizi kurang maupun gizi lebih serta penyakit tidak menular di masa yang akan datang Oleh karena itu, penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pemilihan jajanan siswa SD perlu dilakukan untuk menjadi dasar pengambilan kebijkan oleh sekolah.

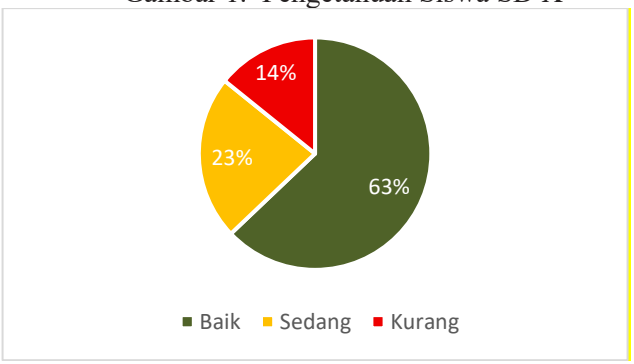
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di SD X dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 35 siswa yang ditentukan dengan teknik simple random sampling dengan kriteria siswa bersedia menjadi sampel penelitian dan bisa baca tulis. Instrumen/ alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang mencakup pertanyaan mengenai pemilihan pangan jajanan anak sekolah. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS dengan uji korelasi *Spearman Rank* untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan tentang jajanan sehat dan pemilihan jajanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi tingkat pengetahuan siswa tergambar dalam Gambar 1 sebagai berikut:

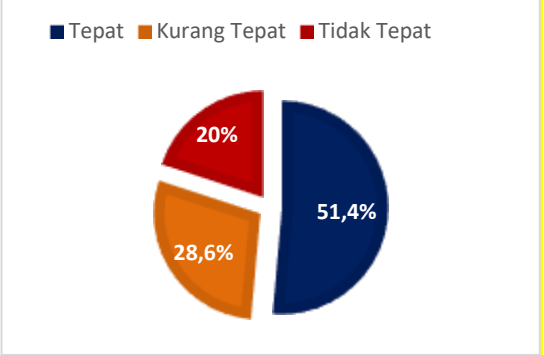
Gambar 1. Pengetahuan Siswa SD X



Berdasarkan gambar 1, sebesar 63% siswa memiliki pengetahuan yang baik mengenai pemilihan jajanan. Pengetahuan tersebut mencakup pengetahuan mengenai pengertian jajanan, jenis jajanan, pemilihan jajanan yang aman. Sebagian besar siswa telah mengetahui dalam memilih jajanan yang aman, jika jajanan dalam kemasan, maka siswa harus memperhatikan kandungan gizi, label halal, tanggal kadaluwarsa. Sedangkan untuk jajanan tidak dalam kemasan maka yang diperhatikan selain warna jajanan, higiene penjual yang diperhatikan mencakup penyajian jajanan yang ditutup, serta kebersihan tempat penjual dan penjual jajanan.

Adapun distribusi pemilihan jajanan dapat dilihat pada gambar 2.

Gambar 2. Pemilihan Jajanan Siswa SD X



Berdasarkan gambar 2, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SD X, yaitu sebanyak 51,4%, telah tepat dalam memilih jajanan. Sementara itu, 28,6% memilih jajanan dengan kurang tepat dan 20% siswa yang mampu memilih jajanan dengan tidak tepat. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun lebih dari separuh siswa telah memilih jajanan dengan pertimbangan kesehatan dan keamanan pangan, masih terdapat proporsi siswa yang memilih jajanan tanpa mempertimbangkan aspek kesehatan secara optimal.

Hasil uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman Rank diperoleh nilai koefisien korelasi Spearman (ρ) = 0,436 dan nilai signifikansi (p-value) = 0,010. Nilai p = 0,010 (< 0,05) menunjukkan hubungan tersebut signifikan secara statistik. Sehingga, terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dan pemilihan jajanan. Nilai koefisien korelasi Spearman ρ = 0,436 berada pada kategori korelasi sedang, artinya pengetahuan memiliki pengaruh yang cukup berarti terhadap pemilihan jajanan, namun masih terdapat faktor lain yang turut memengaruhi perilaku tersebut.

Korelasi yang berada pada kategori sedang (ρ = 0,436) menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan merupakan faktor penting, namun bukan satu-satunya determinan pemilihan jajanan. Pemilihan jajanan anak juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengaruh teman sebaya, harga dan ketersediaan jajanan di sekitar sekolah, uang saku, serta kurangnya pengawasan terhadap pedagang kaki lima. Hal ini menjelaskan mengapa masih terdapat siswa dengan pengetahuan baik tetapi pemilihan jajanan belum sepenuhnya tepat, serta siswa dengan pengetahuan sedang yang menunjukkan perilaku pemilihan jajanan yang bervariasi (Fatimah, 2018; Iklima, 2017; Nurhasanah & Purnamasari, 2020; Rahmawati et al., 2019; Sari et al., 2020; Waryana, 2013).

Jenis jajanan yang biasa dikonsumsi siswa seperti milor, papeda, jajanan kemasan, es Pop Ice, serta cilok dengan tambahan saos, kecap, dan sambal, menunjukkan bahwa siswa lebih cenderung memilih makanan berdasarkan rasa dan tampilan, bukan berdasarkan kandungan gizinya. Jajanan seperti itu sering kali tinggi kalori, lemak, gula, garam, dan bahan tambahan makanan seperti pewarna dan pengawet, namun rendah zat gizi esensial seperti vitamin, mineral, dan serat.

Penelitian (Iklima, 2017) memperkuat hasil ini dengan menunjukkan bahwa 93,6% responden memilih jajanan karena rasanya yang gurih atau pedas, dan banyak dari mereka menyukai makanan dengan vetsin (MSG) berlebih dan saos sambal. Hal ini menunjukkan bahwa preferensi rasa menjadi faktor utama dalam pengambilan keputusan konsumsi, bukan pertimbangan kesehatan.

Hal yang serupa juga ditemukan dalam penelitian (Fatimah, 2018) yang menyebutkan bahwa siswa sekolah dasar cenderung memilih jajanan berdasarkan rasa, warna yang menarik, dan harga yang murah. Penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan gizi anak dengan kebiasaan memilih jajanan, di mana anak dengan pengetahuan gizi rendah lebih cenderung memilih jajanan tidak sehat.

Penelitian (Nurhasanah & Purnamasari, 2020) menemukan bahwa sebanyak 62% siswa SD di kota X mengonsumsi jajanan yang mengandung bahan tambahan makanan yang melebihi batas aman, seperti pewarna dan penyedap buatan. Dampak dari konsumsi makanan tersebut dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif seperti obesitas, hipertensi, bahkan gangguan metabolisme sejak usia dini.

Kondisi ini diperparah dengan lemahnya pengawasan terhadap jajanan yang dijual di sekitar lingkungan sekolah. Banyak pedagang kaki lima menjajakan makanan yang tidak terjamin kebersihannya serta tidak memiliki izin edar dari BPOM atau Dinas Kesehatan. Selain itu, anak-anak sering kali belum mampu membaca label makanan atau memahami informasi nilai gizi.

Menurut (WHO, 2016), pendidikan gizi sejak usia dini merupakan salah satu strategi utama dalam mencegah risiko penyakit tidak menular (PTM) di masa depan. WHO juga merekomendasikan sekolah sebagai tempat intervensi penting karena sebagian besar waktu anak dihabiskan di sekolah dan banyak keputusan konsumsi makanan dilakukan di sana.

Untuk mengatasi masalah ini, beberapa langkah strategis perlu dilakukan, antara lain:

1. Pendidikan gizi secara terintegrasi dalam kurikulum sekolah, termasuk kegiatan pembiasaan memilih makanan sehat melalui program UKS dan kantin sehat.
2. Pengawasan dan regulasi terhadap jajanan yang dijual di sekitar sekolah, termasuk pelatihan bagi penjual jajanan agar menyediakan makanan yang lebih sehat.
3. Pelibatan orang tua dalam edukasi gizi, karena pola konsumsi anak sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan keluarga di rumah.
4. Kampanye makan sehat yang menarik dan menyenangkan, seperti lomba bekal sehat, kelas memasak sederhana, atau pengenalan label pangan.

Intervensi gizi berbasis sekolah berupa program

mengkombinasikan pendidikan gizi dengan modifikasi perubahan lingkungan seperti akses jajanan sehat, pembatasan makanan/jajanan tidak sehat di lingkungan sekolah serta pelibatan guru dan orang tua dalammendidik anak terkait memilih dan menyediakan makanan sehat terbukti lebih efektif dalam meningkatkan konsumsi makanan/ jajanan sehat pada anak. Dalam upaya perubahan perilaku, selain akses terhadap makanan/jajanan tidak sehat juga perlu diperhatikan faktor lain yakni kebiasaan teman sebaya. (Medeiros et al., 2022; Pacific, 2020)

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masalah pemilihan jajanan tidak hanya terkait pada anak sebagai konsumen, tetapi juga melibatkan sistem pendidikan, keluarga, lingkungan, dan kebijakan publik. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan multi-sektor dan komprehensif untuk membentuk perilaku konsumsi jajanan sehat pada anak usia sekolah.

Jajanan tersebut biasa dibeli pada pedagang kaki lima baik di sekitar sekolah maupun sekitar tempat mengaji. Adapun uang jajan yang diberikan oleh orang tua berkisar antara Rp.2.000,- s/d Rp. 5.000,- per hari. Faktor ekonomi juga memengaruhi pola konsumsi jajanan siswa. Hasil wawancara menunjukkan bahwa uang jajan yang diberikan oleh orang tua berkisar antara Rp2.000 – Rp5.000 per hari. Dengan jumlah tersebut, anak-anak cenderung memilih jajanan yang murah dan mengenyangkan, meskipun kualitas gizinya rendah. Sebagaimana dijelaskan oleh (Waryana, 2013), keterbatasan uang saku mendorong siswa membeli makanan berdasarkan harga dan bukan kandungan gizi atau keamanan pangannya.

Penelitian oleh (Rahmawati et al., 2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah uang saku harian dan jenis jajanan yang dikonsumsi. Semakin kecil jumlah uang saku, semakin besar kemungkinan anak-anak membeli jajanan dengan kualitas rendah karena lebih terjangkau dan tersedia dalam jumlah besar di sekitar sekolah.

Selain itu, keberadaan pedagang kaki lima yang tidak memiliki pengawasan ketat dari pihak sekolah atau dinas kesehatan, serta kurangnya edukasi gizi baik dari sekolah maupun orang tua, memperkuat pola konsumsi yang tidak sehat ini. (Sari et al., 2020) menegaskan bahwa anak-anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dalam membentuk kebiasaan makan, dan intervensi harus dimulai dari pengawasan jajanan sekolah hingga peningkatan literasi gizi.

Oleh karena itu, penting untuk melakukan pendekatan multi-level yang melibatkan:

1. Sekolah, melalui penyediaan kantin sehat dan pembatasan pedagang tidak resmi di lingkungan sekolah.
2. Orang tua, dengan memberikan edukasi gizi kepada anak dan mengarahkan pilihan jajanan yang lebih sehat serta memberikan bekal makanan dari rumah.
3. Pemerintah daerah, melalui pengawasan ketat terhadap pedagang kaki lima di sekitar sekolah dan tempat ibadah serta penyuluhan berkala terkait keamanan pangan.

Dengan intervensi yang tepat dan kolaboratif, diharapkan pola konsumsi jajanan anak dapat berubah ke arah yang lebih sehat, menunjang pertumbuhan, dan mencegah risiko penyakit sejak dini. Intervensi tersebut dapay dimulai melalui kebijakan oleh sekolah dengan bekerja sama dengan dinas pendidikan maupun dinas kesehatan untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung jajanan sehat melalui proram UKS, pendidikan gizi, peraturan kantin sehat, dan promosi kesehatan mengenai pemilihan jajanan sehat.

PENUTUP

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa dan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar. Siswa dengan pengetahuan yang baik cenderung melakukan pemilihan jajanan dengan tepat, messkipun demikian masih terdapat siswa yang memilih jajanan dengan kurang tepat dan tidak tepat yang menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang menentukan perilaku jajan siswa upaya peningkatan perilaku pemilihan jajanan sehat perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendidikan gizi berkelanjutan, penyediaan lingkungan sekolah yang mendukung jajanan sehat, serta keterlibatan aktif guru dan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

Fahleni, R., & Tahlil, T. (2016). Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Usia Sekolah di Aceh Besar. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 1(1).

Fatimah, S. (2018). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pemilihan Jajanan Anak SD. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 13(2), 65–72.

Iklima, N. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Keperawatan BSI, 5(1), 8–17.

Kemdikbud. (2017). Seri Pendidikan Orang Tua: Jajanan Sehat. Kemdikbud.

Medeiros, G. C. B. S. d., Azevedo, K. P. M. d., Garcia, D., Oliveira Segundo, V. H., Mata, Á. N. d. S., Fernandes, A. K. P., Santos, R. P. d., Trindade, D. D. B. d. B., Moreno, I. M., Guillén Martínez, D., & Piuvezam, G. (2022). Effect of School-Based Food and Nutrition Education Interventions on the Food Consumption of Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(17), 10522. https://doi.org/10.3390/ijerph191710522

Nurhasanah, R., & Purnamasari, I. (2020). Kandungan Bahan Tambahan Makanan pada Jajanan Anak Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Kesehatan Anak, 8(1), 21–28.

Pacific, R. (2020). Contribution of Home and School Environment in Children's Food-Choice. (Nama Jurnal Sesuai Artikel).

Rahmawati, I., Arini, A., & Purwaningrum, N. (2019). Hubungan Jumlah Uang Saku dengan Pemilihan Jajanan Tidak Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(1), 34–40.

Sari, N. L., Pratiwi, R., & Handayani, F. (2020). Peran Lingkungan Sekolah terhadap Pola Konsumsi Jajanan Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Gizi Dan Kesehatan, 8(2), 105–112.

Suci, E. S. (2009). Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. Psikobuana, 1(1), 29–38.

Tambunan, G. N., Ariswati, & Syamsul, D. (2019). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku Jajan Anak di SD Wilayah Kerja Puskesmas Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan. PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 9(1), 65–75.

Utami, W., & Waladani, B. (2017). Gambaran Perilaku Makanan Jajanan Siswa di SDN Kalibeji 2 Sempor. 315–322.

Waryana. (2013). Gizi dalam Daur Kehidupan. Nuha Medika.

WHO. (2016). Report of the Commission on Ending Childhood Obesity. WHO.