



GAMBARAN PENGETAHUAN, BESARAN UANG JAJAN DAN SIKAP TERHADAP PEMILIHAN JAJANAN PADA SISWA KELAS X DI SMAN 1 SUNGAI AMBAWANG

Najwa Azra Felisa, Ayu Rafiony, Suaebah
Jurusan Gizi Poltekkes Pontianak
Email: azrafelisanajwa@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Jajanan sekolah menjadi pilihan utama bagi anak-anak karena warnanya yang menarik, rasanya enak, dan harganya yang terjangkau. Namun, rendahnya kesadaran akan gizi yang baik sering kali menyebabkan anak memilih makanan kurang sehat. Pemahaman tentang gizi yang baik sangat penting untuk mendorong anak memilih jajanan sehat dan bergizi. Selain itu, besarnya uang jajan juga memengaruhi kebiasaan anak dalam memilih makanan.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui gambaran pengetahuan, besaran uang jajan dan sikap terhadap pemilihan jajanan pada siswa kelas X di SMAN 1 Sungai Ambawang.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain *cross-sectional* untuk menganalisis pengetahuan, besaran uang jajan dan sikap yang mempengaruhi pemilihan jajanan sehat di kalangan siswa kelas X SMAN 1 Sungai Ambawang. Penelitian ini dilakukan November 2024, di SMAN 1 Sungai Ambawang. Sampel yang di hasilkan 70 responden. Sampel diambil menggunakan teknik random sampling dengan perhitungan menggunakan rumus *slovin*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat.

Hasil Penelitian : Penelitian menunjukkan bahwa 82,9% siswa memiliki pengetahuan baik, 65,7% memiliki uang jajan kurang dari rata-rata, dan 92,9% memiliki sikap baik. Siswa dengan sikap baik sebagian besar memiliki pengetahuan baik dan uang jajan yang kecil..

Kesimpulan : Siswa-siswi kelas X SMAN 01 Sungai Ambawang memiliki pengetahuan yang baik, besaran uang jajan masih banyak kurang dari rata-rata, dan sikap yang baik.

Kata kunci : Pengetahuan, Besaran Uang Jajan, Sikap

OVERVIEW OF KNOWLEDGE, AMOUNT OF SCHOOL MONEY AND ATTITUDE TOWARDS CHOICE OF SNACKS AMONG CLASS X STUDENTS AT SMAN 1 SUNGAI AMBAWANG

Abstract

Background: School snacks are a primary choice for children due to their attractive colors, good taste, and affordable prices. However, a lack of awareness regarding proper nutrition often leads children to choose unhealthy foods. Understanding good nutrition is essential to encourage children to select healthy and nutritious snacks. Additionally, the amount of pocket money also influences children's food choices.

Objective: To determine the description of knowledge, amount of pocket money, and attitudes toward snack selection among 10th-grade students at SMAN 1 Sungai Ambawang.

Methods: This research used a descriptive method with a cross-sectional design to analyze the knowledge, amount of pocket money, and attitudes that influence the selection of healthy snacks among 10th-grade students at SMAN 1 Sungai Ambawang. The study was conducted in November 2024 at SMAN 1 Sungai Ambawang. A total of 70 respondents were selected using a random sampling technique and calculated using the Slovin formula. Data were collected through interviews and analyzed using univariate and bivariate analysis.

Results: The study showed that 82.9% of students had good knowledge, 65.7% had below-average pocket money, and 92.9% had a positive attitude. Students with a positive attitude mostly had good knowledge and a lower amount of pocket money.

Conclusion: The 10th-grade students at SMAN 1 Sungai Ambawang generally have good knowledge, many have below-average pocket money, and demonstrate positive attitudes.

Key Words: Knowledge, Pocket Money Amount, Attitude



Pendahuluan

Jajanan sehat merupakan makanan atau minuman yang diperoleh dari berbagai sumber, seperti pedagang keliling, kios, atau toko, yang tidak memberikan dampak buruk bagi kesehatan orang yang mengonsumsinya. Secara fisik, jajanan sehat harus bebas dari kontaminasi benda asing, seperti rambut, serpihan batu kecil, atau potongan kayu yang mungkin masuk ke dalam makanan. Dalam aspek biologis, jajanan yang sehat juga terbebas dari ancaman mikroorganisme seperti bakteri berbahaya ataupun serangga yang dapat mencemari makanan.

Sementara itu, dari segi kimiawi, jajanan sehat tidak boleh mengandung bahan kimia berbahaya, termasuk zat pengawet yang tidak aman, pewarna yang dilarang atau tidak ditujukan untuk makanan, serta bahan-bahan kimia lainnya yang dapat membahayakan kesehatan. Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk dan menyebabkan prestasi anak sekolah menurun.

Jajanan sekolah disukai siswa karena warna, rasa, dan harganya yang menarik. Namun, rendahnya pengetahuan gizi dan minimnya pengawasan menyebabkan banyak siswa memilih jajanan tidak sehat yang mengandung zat berbahaya, seperti bahan kimia atau biologis (Putri et al., 2023). WHO dan BPOM mencatat tingginya kasus keracunan makanan, terutama di kalangan pelajar, WHO (*World Health Organization*) memperkirakan bahwa ada 600 juta orang, atau sekitar 1 dari 10 orang di dunia, jatuh sakit setelah mengonsumsi makanan yang terkontaminasi. Juga pada tahun 2022, rumah sakit di Indonesia menerima 6.205 laporan kasus keracunan makanan, dengan sebagian besar kasus berada di kalangan siswa-siswi SMA (Sekolah Menengah Atas), yaitu 2.185 kasus, yang terkait dengan makanan olahan (BPOM RI, 2022).

Besarnya uang jajan berpengaruh signifikan terhadap kebiasaan anak dalam memilih jajanan. Meskipun demikian, anak sekolah biasanya diberikan uang saku untuk membeli makanan di sekolah. Salah satu faktor utama yang menyebabkan anak memilih makanan yang lebih beragam adalah peningkatan jumlah uang jajan yang diterima (Al et al., 2016).

Sikap terhadap makanan jajanan adalah respons internal siswa dalam memilih jajanan. Remaja SMA sering kali tidak terkendali dalam memilih makanan, dan jika mereka mengonsumsi makanan yang tidak sehat, ini dapat berdampak negatif pada kesehatan, seperti menyebabkan diare atau masalah pencernaan lainnya (Yani & Reynaldi, 2022). Kantin dapat dikatakan sebagai kantin sehat

bila setidaknya memenuhi syarat penjamah makanan yang sehat dan terlatih, *hygiene* dan sanitasi, serta penjualan menu sehat. Kantin yang nyaman, aman dan menyediakan menu makanan bergizi sangat menunjang pola makan sehat di sarana pendidikan. Hingga saat ini, belum terdapat metode standar untuk pengukuran lingkungan makanan yang disepakati oleh berbagai negara. Pengembangan model kantin sehat membutuhkan dukungan dari institusi, untuk menjamin terpenuhinya standar yang sudah dibuat. Pengembangan kantin sehat harus melihat dari tiga sisi, yaitu konsumen (mahasiswa), produsen (pedagang) dan jalur distribusi (kantin). Jajanan ini memiliki risiko tinggi terhadap kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang, karena sering kali mengandung gizi yang tidak memadai dan dapat rentan terhadap kontaminasi mikroba. Makanan jajanan juga diartikan sebagai makanan yang diolah dan hasil buatan sendiri dan juga termasuk junk food yang mana dikonsumsi di luar rumah ataupun dijual di pinggir jalan. Rendahnya kualitas makanan dan minuman, serta kurangnya standar kebersihan pada jajanan yang dijual, menjadi penyebab utama masalah ini. Karena itu, jajanan dan anak sekolah merupakan dua hal yang saling terkait dan sulit untuk dipisahkan (Wulandari et al., 2022).

Permasalahan pangan di Indonesia sering kali diwarnai oleh kasus keracunan makanan, yang mengakibatkan perhatian terhadap keamanan pangan menjadi terabaikan. Berbagai tindakan perlu dilakukan untuk memastikan bahwa makanan terbebas dari kontaminasi yang dapat membahayakan kesehatan. Selain itu, keamanan pangan juga harus budaya masyarakat, sehingga menjadikannya aman untuk dikonsumsi (Njatrijani, 2021). Jika seseorang dipaksa mengonsumsi makanan yang tidak aman, hal itu bisa berpotensi membahayakan kesehatan dan mengganggu asupan gizi, dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang serius, bahkan berpotensi mengakibatkan kematian. Salah satu contohnya adalah diare yang berkepanjangan akibat mengonsumsi makanan tidak aman, yang dapat menyebabkan gangguan penyerapan zat gizi (Wahongan et al., 2021).

Metode

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional* yaitu subjek penelitian hanya di observasi sekali saja dan pengukuran dilakukan dalam rentang waktu yang telah ditentukan. Sampel diambil menggunakan teknik random sampling dengan perhitungan menggunakan rumus *slovin*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat.



Hasil

Karakteristik

Berikut hasil penelitian dari karakteristik siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang

Tabel 1 Karakteristik sampel

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	29	40,8
Perempuan	41	57,7
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 1, hasil penelitian siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang bahwa siswa kelas 10 sebagian besar jenis kelamin perempuan yaitu 41 siswa (57,7%).

Tabel 2 Penghasilan ayah

Penghasilan	n	%
Besar	56	80,0
Kecil	14	20,0
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 2, hasil penelitian siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang menunjukkan bahwa penghasilan ayah memiliki penghasilan yang besar/cukup dari UMR Kubu Raya (Upah Minimum Regional) yaitu sebanyak 56 ayah siswa (80,0%) sebesar Rp. 2.750.000

Tabel 3 Penghasilan ibu

Penghasilan	n	%
Besar	42	60,0
Kecil	28	40,0
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 3, Hasil penelitian siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang menunjukkan bahwa penghasilan ibu memiliki penghasilan yang besar/cukup dari UMR Kubu Raya (Upah Minimum Regional) yaitu sebanyak 42 ibu siswa (60,0%) sebesar Rp. 2.750.000

Tabel 4 Pengetahuan siswa

Pengetahuan	n	%
Baik	58	82,9
Kurang Baik	12	17,1
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 4, hasil penelitian menunjukkan siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang terhadap pengetahuan siswa, diketahui bahwa siswa SMAN 1 Sungai Ambawang mempunyai persentasi lebih banyak yang baik. Pengetahuan baik yaitu 82,9% dengan jumlah siswa 58 orang.

Tabel 5 Uang jajan siswa

Uang Jajan	n	%
Besar	62	88,6
Kecil	8	11,4
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 5 diatas hasil penelitian

siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang terhadap besarnya uang saku dari 70 siswa diketahui bahwa uang jajan yang besar yaitu 88,6% dengan jumlah siswa 24 orang.

Tabel 6 Sikap Siswa

Sikap Siswa	n	%
Baik	65	92,9
Kurang	5	7,1
Total	70	100

Berdasarkan Tabel 6 diatas hasil penelitian siswa kelas 10 SMAN 1 Sungai Ambawang terhadap sikap dari 70 siswa diketahui bahwa siswa SMAN 1 Sungai Ambawang banyak yang memiliki sikap baik yaitu 92,9% dengan jumlah siswa 65 orang.

Tabel 7 Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pemilihan Jajanan di SMAN 01 Sungai Ambawang.

Sikap Pemilihan Jajanan					
Pengetahuan	Baik		kurang		n %
	n	%	n	%	
Baik	55	78,6	3	4,3	58 82,9
Kurang	10	14,3	2	2,9	12 17,1
Total	65	92,9	5	7,1	70 100

Berdasarkan Tabel 7, hasil penelitian menunjukkan, siswa SMAN 01 Sungai Ambawang menunjukkan bahwa pada siswa yang pengetahuannya baik lebih banyak yang memiliki sikap baik dalam memilih jajanan (78,6%) dibandingkan dengan sikap yang kurang baik. Sedangkan pengetahuan yang kurang baik lebih banyak yang memiliki sikap baik dalam memilih jajanan(14,3%) dibandingkan dengan sikap kurang baik.

Tabel 8 Hubungan Sikap memilih makanan jajanan dan besaran uang jajan di SMAN 01 Sungai Ambawang.

Sikap Pemilihan Jajanan					
Pengetahuan	Baik		kurang		n %
	n	%	n	%	
Baik	57	81,4	5	7,1	62 88,6
Kurang	8	11,4	0	0	8 11,4
Total	65	92,9	5	7,1	70 100

Berdasarkan Tabel 8, siswa SMAN 01 Sungai Ambawang menunjukkan bahwa pada siswa yang uang jajannya besar lebih banyak yang memiliki sikap yang baik dalam memilih jajanan (81,4%)



dibandingkan dengan sikap yang kurang baik. Sedangkan uang jajan yang kecil lebih banyak yang memiliki sikap yang baik dalam memilih jajanan (11,4%) dibandingkan sikap yang kurang baik.

Pembahasan

a. Pengetahuan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X SMAN 1 Sungai Ambawang memiliki pengetahuan yang baik terkait pemilihan jajanan sehat (82,9%). Hal ini konsisten dengan penelitian Mauliddiyah (2021), yang juga menemukan dominasi pengetahuan baik pada siswa. Meskipun sekolah belum secara aktif memberikan edukasi khusus terkait jajanan sehat, informasi yang disampaikan secara informal oleh guru, orang tua, dan kegiatan sekolah Adiwiyata tampaknya turut berkontribusi pada tingkat pengetahuan ini. Pengetahuan yang baik berperan penting dalam membentuk sikap siswa terhadap makanan yang dikonsumsi.

Pengetahuan yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa yang mengetahui mengenai apa itu jajanan yang sehat dan apa saja jajanan yang sehat dan kandungan apa yang berbahaya di dalam makanan ataupun minuman yang biasa di jajankan. Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengetahuan. Pengetahuan ini khususnya meliputi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi sikap seseorang (Rahmi, 2018). Pengetahuan merupakan faktor intern yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan ini meliputi pengetahuan gizi makanan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar (Iklima, 2017).

Penelitian ini menggunakan alat kuesioner pengetahuan dengan 20 soal mengenai jajanan yang sehat, pengertian jajanan, dan penyebab kasus keracunan. Ciri-ciri jajanan sehat ini ditandai dengan komposisi gizi yang seimbang dan mencukupi kebutuhan tubuh, kebersihan makanan yang terjamin dari proses produksi hingga penyajian, serta tidak mengandung pengawet, pewarna makanan yang berlebihan, atau pemanis buatan yang bisa merusak kandungan asli dari makanan tersebut. Selain itu, jajanan sehat juga harus dalam kondisi yang baik, tidak basi, dan tidak melebihi masa kadaluarsa, sehingga aman untuk dikonsumsi (Lestari & Thisrty, 2021).

Namun, pengetahuan saja tidak selalu sejalan dengan perilaku. Dalam beberapa kasus, siswa yang sudah mengetahui jenis jajanan yang sehat tetap memilih jajanan yang kurang sehat karena faktor lain seperti rasa, harga, kebiasaan,

atau pengaruh teman sebaya. Oleh karena itu, selain peningkatan pengetahuan, perlu adanya pendekatan yang komprehensif, seperti pembiasaan perilaku sehat, pengawasan jajanan di lingkungan sekolah, serta keterlibatan guru dan orang tua dalam memberikan edukasi secara konsisten. Dengan pengetahuan yang memadai, siswa diharapkan mampu membuat keputusan yang lebih bijak dalam memilih jajanan, sehingga dapat mendukung tumbuh kembang yang optimal serta mencegah risiko penyakit akibat konsumsi makanan tidak sehat di usia dini.

b. Uang Jajan

Jumlah uang jajan yang diberikan orang tua dapat menjadi penentu pemilihan makanan jajanan anak seperti apabila anak diberikan uang jajan yang berlebih maka dapat membuat anak menjadi leluasa dalam memilih makanan jajanan (Rahayu, 2020). Namun, temuan menarik muncul pada besaran uang jajan, di mana mayoritas siswa (88,6%) memiliki uang jajan cukup (\geq Rp10.000). Ini berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya (Mauliddiyah, 2021), yang menunjukkan lebih banyak siswa memiliki uang jajan rendah. Uang jajan yang cukup besar dapat memberikan kebebasan lebih bagi siswa dalam memilih jajanan, namun tanpa dibarengi pengetahuan gizi yang memadai, hal ini bisa mendorong konsumsi jajanan yang tidak sehat. Faktor sosial, seperti keinginan diterima dalam lingkungan pertemanan, juga dapat memengaruhi keputusan siswa dalam memilih makanan (Setyobudi et al., 2021).

Ketika anak mendapatkan jumlah uang saku yang cukup besar, tetapi tidak memiliki pengetahuan tentang cara memilih jajanan yang sehat, mereka akan kesulitan untuk memilih dengan baik. Akibatnya, anak cenderung memilih jajanan yang murah, enak, dan menarik, tanpa mempertimbangkan kandungan gizi atau keamanan makanan tersebut (Tukiman et al., 2023).

Pendidikan gizi sejak dini, baik dari rumah maupun sekolah, sangat diperlukan untuk membentuk perilaku konsumsi yang sehat. Sekolah dapat bekerja sama dengan pengelola kantin untuk menyediakan pilihan makanan sehat yang menarik dan terjangkau, sekaligus memberikan edukasi secara berkala tentang pentingnya memilih makanan bergizi. Intervensi berbasis sekolah seperti program “Kantin Sehat” dan “PJAS (Pangan Jajanan Anak Sekolah)” dari BPOM, dapat menjadi langkah strategis untuk mengontrol pola konsumsi siswa (Sari et al., 2020).

Dengan demikian, uang jajan bukan hanya soal nominal, tetapi juga bagaimana



anak memahami nilai dari uang tersebut dan dampaknya terhadap kesehatan mereka. Edukasi gizi, pengawasan, dan pembiasaan memilih makanan sehat adalah kunci untuk memastikan bahwa uang jajan yang diberikan orang tua tidak justru menjadi sumber masalah, tetapi menjadi bagian dari pembelajaran hidup sehat bagi anak-anak.

Namun demikian, keterbatasan uang jajan tetap dapat menjadi tantangan jika tidak diimbangi dengan ketersediaan jajanan sehat dan murah di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan kantin untuk menyediakan pilihan makanan sehat dengan harga terjangkau. Selain itu, peran orang tua dalam mengatur besaran uang jajan dan memberikan edukasi tentang pentingnya memilih makanan yang sehat juga sangat penting. Dengan pengelolaan uang jajan yang bijak dan dukungan dari lingkungan sekitar, siswa dapat belajar mengatur keuangannya sekaligus membiasakan diri memilih jajanan yang tidak hanya enak, tetapi juga aman dan bergizi.

c. Sikap

Sikap dapat dipahami sebagai gabungan antara pemikiran dan emosi yang mendorong individu untuk bertindak, berdasarkan apakah mereka memiliki ketertarikan atau ketidaksukaan terhadap suatu hal. Terdapat tiga komponen utama dalam sikap, yaitu kognisi (pikiran), emosi (perasaan), dan perilaku (tindakan), yang bisa bersifat konsisten atau tidak, tergantung pada situasi yang dihadapi (Kusumasari, 2015).

Namun, sikap siswa terhadap jajanan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan saja. Faktor lingkungan sosial seperti teman sebaya, kebiasaan keluarga, serta budaya di sekitar juga sangat memengaruhi keputusan mereka. Dalam beberapa kasus, tekanan dari lingkungan pertemanan dapat membuat siswa lebih memilih jajanan yang populer atau sedang tren, meskipun jajanan tersebut kurang sehat. Sikap siswa dinilai berdasarkan reaksi atau respon dalam menjawab pernyataan dengan pilihan sangat sesuai (ss), sesuai (s), tidak sesuai (ts), sangat tidak sesuai (sts). Hal ini dapat dikatakan bahwa sikap siswa kelas X memiliki sikap yang baik dalam memilih jajanan yang baik. Dari segi sikap, sebanyak 92,9% siswa menunjukkan sikap positif terhadap pemilihan jajanan yang sehat dari 70 siswa responden. Ini menjadi kesadaran yang tinggi meskipun keterbatasan fasilitas sekolah, seperti kantin yang belum memenuhi standar kantin sehat.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Mauliddiyah (2021), yang mencatat lebih dari

80% siswa menunjukkan sikap positif. Sikap yang baik dapat terbentuk dari kombinasi antara pengetahuan, lingkungan, dan pengaruh luar seperti keluarga atau kampanye sekolah. Meskipun sikap dan pengetahuan siswa sudah baik, tantangan tetap ada pada lingkungan fisik sekolah, seperti kurangnya fasilitas kantin sehat, makanan yang dijual secara terbuka, dan masih digunakannya plastik sebagai wadah.

Sebagai sekolah Adiwiyata, penting bagi SMAN 1 Sungai Ambawang untuk meningkatkan edukasi formal, bekerja sama dengan lembaga seperti BPOM, dan memperbaiki fasilitas agar mendukung kebiasaan makan sehat siswa secara menyeluruh. SMAN 01 Sungai Ambawang masih terdapat kekurangan masih banyak makanan jajanan yang terbuka tanpa ditutupi agar terhindar dari serangga, masih menggunakan wadah plastik, yang seharusnya mencerminkan sekolah Adiwiyata, tempat sampah yang dekat dengan tempat meja makan dan lebih banyak makanan yang dijual *ciki/Snack* dari pada makanan berat.

Peran edukasi gizi di sekolah sangat penting untuk membentuk sikap positif terhadap jajanan sehat. Program-program seperti kantin sehat dan pelatihan memilih makanan bergizi dapat membantu meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pilihan jajanan yang tepat. Di sisi lain, sikap negatif terhadap jajanan sehat sering kali muncul karena kurangnya ketersediaan jajanan sehat yang terjangkau dan menarik di lingkungan sekolah. Jika pilihan jajanan sehat terbatas dan harganya lebih mahal, siswa cenderung kembali memilih jajanan yang murah dan mudah didapat meskipun kurang sehat.

Oleh karena itu, peran sekolah dan pengelola kantin untuk menyediakan jajanan sehat yang terjangkau sangat penting dalam mendukung perubahan sikap siswa. Secara keseluruhan, sikap dalam pemilihan jajanan merupakan hasil interaksi kompleks antara pengetahuan, lingkungan sosial, faktor emosional, dan ketersediaan pilihan. Pembentukan sikap yang baik harus didukung oleh pendidikan, lingkungan yang kondusif, serta keterlibatan semua pihak seperti orang tua, guru, dan pengelola kantin.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa siswa kelas X SMAN 01 Sungai Ambawang secara umum memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pemilihan jajanan



sehat, dengan 82,9% responden menunjukkan pengetahuan yang memadai. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah memahami konsep dasar mengenai makanan jajanan yang sehat dan berbahaya bagi kesehatan. Dengan bekal informasi yang cukup, siswa lebih mampu membedakan antara jajanan yang layak konsumsi dan yang berpotensi membahayakan kesehatan.

Siswa juga sudah dibekali dari rumah terkait jajanan yang sehat dan tidak baik untuk kesehatan lewat media sosial dan orang tua. Selain itu, sebagian besar siswa (88,6%) memiliki uang jajan dalam kategori cukup, yaitu di atas atau sama dengan Rp 10.000 per hari. Besaran uang jajan ini berpengaruh pada kebebasan siswa dalam memilih jenis jajanan yang mereka konsumsi.

Uang jajan yang cukup memungkinkan siswa untuk lebih variatif dalam memilih jajanan, namun tetap diperlukan pembekalan pengetahuan agar pilihan yang diambil adalah jajanan yang sehat dan aman. Secara keseluruhan, kombinasi antara pengetahuan yang baik, sikap positif, dan kemampuan mengelola uang jajan secara bijak merupakan faktor penting dalam mendorong kebiasaan memilih jajanan yang sehat dan bergizi di kalangan remaja sekolah.

Sementara itu, sikap siswa terhadap pemilihan jajanan juga tergolong baik, yang tercermin dari kecenderungan siswa untuk mempertimbangkan aspek kebersihan, keamanan, dan nilai gizi saat memilih jajanan. Sikap positif ini sebagian besar dimiliki oleh siswa dengan pengetahuan yang baik dan uang jajan yang cukup, menunjukkan adanya kesadaran dan tanggung jawab individu dalam menjaga kesehatan melalui konsumsi makanan yang tepat.

Dari segi sikap, sebagian besar siswa (92,9%) menunjukkan sikap yang positif terhadap pemilihan jajanan yang sehat. Sikap ini mencerminkan kesadaran dan tanggung jawab siswa dalam menjaga kesehatan melalui pola konsumsi makanan yang tepat. Meskipun begitu, sikap positif ini perlu terus didukung dengan fasilitas dan edukasi yang memadai di lingkungan sekolah. Juga diberikan edukasi terkait kantin sehat pada penjual jajanan.

Siswa menunjukkan kesadaran dalam mempertimbangkan aspek kebersihan, keamanan, dan kandungan gizi dalam jajanan yang mereka konsumsi. Sikap positif ini menjadi faktor pendukung yang kuat dalam mendorong kebiasaan memilih jajanan sehat, meskipun terdapat keterbatasan dari sisi finansial.

Kantin sehat adalah kantin yang menyediakan makanan dan minuman yang aman, bergizi, bersih, dan bebas dari bahan berbahaya. Kantin seperti ini mendukung tumbuh kembang siswa dan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Dengan begitu SMAN 1 Sungai Ambawang sudah bisa dibilang sekolah Adiwiyata.

Di sekolah ini juga sudah ada beberapa fasilitas tempat cuci tangan.

Secara keseluruhan, terdapat hubungan yang saling mendukung antara pengetahuan yang baik, sikap positif, dan pengelolaan uang jajan dalam perilaku pemilihan jajanan sehat. Ketiganya membentuk dasar yang penting dalam membangun pola konsumsi yang lebih sehat dan bertanggung jawab pada remaja sekolah.

Saran

Dengan demikian saran yang bisa diberikan, meskipun siswa telah menunjukkan pengetahuan dan sikap yang baik serta memiliki uang jajan yang cukup, sekolah perlu mengambil peran lebih aktif dalam menyediakan edukasi gizi secara berkelanjutan dan memperbaiki fasilitas kantin agar mendukung kebiasaan konsumsi jajanan sehat. Kerjasama dengan pihak terkait seperti BPOM juga dapat menjadi langkah strategis untuk memastikan keamanan dan kualitas jajanan yang dijual di lingkungan sekolah.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dan para pemangku kepentingan untuk terus meningkatkan program-program pendidikan gizi dan menciptakan lingkungan sekolah yang sehat serta kondusif bagi tumbuh kembang siswa secara optimal.

Diperlukan juga edukasi terkait kebersihan lingkungan kantin kepada penjual karna SMAN 1 sudah termasuk sekolah Adiwiyata sehingga ini juga menjadi nilai penting untuk sekolah sehat. Pastikan tersedia juga tempat cuci tangan untuk siswa dan penjual jajanan. Tempat sampah yang harus jauh dari tempat jual dan tempat konsumsi jajanan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan seluruh siswa kelas X SMAN 1 Sungai Ambawang yang telah memberikan izin dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Dosen Pembimbing yang selalu siap sedia membimbing hingga terselesaikan nya tugas akhir ini. Kepada pihak keluarga yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta bantuan selama proses penyusunan jurnal ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, khususnya dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya memilih jajanan yang sehat di lingkungan sekolah. hingga terselesaikan nya tugas akhir ini. Kepada pihak keluarga yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta bantuan selama proses penyusunan jurnal ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, khususnya dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya memilih jajanan yang sehat di lingkungan sekolah



Daftar Pustaka

Kesehatan, 12(1), 45–52.

- Al, S., Al, I., Cilacap, I., No, C., Cilacap, S., Korespondensi, A., Kesehatan, J., & Irsyad, A. (2016). Jurnal Kesehatan Al Irsyad (JKA), Vol. IX, No. 2, September 2016 37. IX(24), 37–42.
- Ananda Muhamad Tri Utama. (2022). Skripsi Pengetahuan Dan Sikap Tentang Jajanan Pada Remaja Di Sma Negeri Sulawesi Tenggara Dan Sma Negeri Sulawesi Selatan Di Masa Pandemi Covid-19. 9, 356–363.
- Andini, T. S., & Hidayat, T. (2022). Uang Saku dan Pilihan Jajanan Tidak Sehat di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 22(1), 101–110.
- BPOM RI. (2022). Badan Pengawas Obat Dan Makanan. *Hermes*, 4(2), 1–8.
- Dewi, R. S., & Sulistyowati, E. (2019). Pengaruh Uang Saku terhadap Perilaku Konsumsi Jajanan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 7(2), 89–97.
- Effendi, S. U., Khairani, N., Jusah, D., Melianti, R., & Agustien, T. (2022). Promosi Kesehatan Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas) Di Sd N 101 Kota Bengkulu. *Insan Mandiri : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 21–24. <https://doi.org/10.58639/Im.V1i1.4>
- Handayani, L., & Pratiwi, A. D. (2019). Hubungan Pengetahuan Pedagang dengan Penggunaan Bahan Berbahaya pada Jajanan Anak Sekolah. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 18(1), 9–16.
- Iklima, N. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. 5(1), 8–17.
- Kedokteran, P. S., Kedokteran, F., Islam, U., & Syarif, N. (2019). Jajanan Dengan Kejadian Diare Pada Siswa Sdn.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Kantin Sekolah Sehat*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kusumasari, R. N. (2015). Lingkungan Sosial Dalam Perkembangan Psikologis Anak. *Jurnal Ilmu Komunikasi (J-IKA)*, II(1), 32–38. <https://ejournal.bsi.ac.id/Ejurnal/Index.php/Jika/Article/View/200>
- Lestari, I. A., & Wibowo, A. (2020). Hubungan Antara Penerapan Kantin Sehat dan Perilaku Konsumsi Jajanan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan*



- Lestari, T. T., & Thisrty, I. (2021). Pengabdian Masyarakat Pentingnya Jajanan Sehat Untuk Anak Sekolah Dasar. 2(4), 390–393.
- Mauliddiyah, N. L. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Uang Saku Terhadap Sikap Dalam Memilih Makanan Siswa Sma Islam Pb Soedirman Selama Masa Pandemi Covid-19. 6.
- Mavidayanti, H. (2016). Kebijakan Sekolah Dalam Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Info Artikel. JHE Journal Of Health Education, 1(1), 71–77. [Http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jhcalthedu/](http://Journal.Unnes.Ac.Id/Sju/Index.Php/Jhcalthedu/)
- Njatrijani, R. (2021). Pengawasan Keamanan Pangan. Law, Development And Justice Review, 4(1), 12–28. [Https://Doi.Org/10.14710/Ldjr.V4i1.11076](https://doi.org/10.14710/Ldjr.V4i1.11076).
- Pribadi, T., Keswara, U. R., Widodo, S., Alparizi, M., Marlena, L., Pritasari, L., & Wulandari, H. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Dan Jajanan Tidak Sehat. Journal Of Public Health Concerns, 2(4), 196–202. [Https://Doi.Org/10.56922/Phc.V2i4.249](https://doi.org/10.56922/Phc.V2i4.249)
- Putri, D. A., Sari, I. P., Afifah, I., Fahriza, M. G., Wiwin, N. W., Asthiningsih, & Mufilihatini, S. K. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara, 2, 2.
- Rahayu, S. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Siswa Sekolah Dasar Negeri Gentan. Jurnal Pendidikan Teknik Boga, 1–9.
- Rahmi, S. (2018). Ditimbulkan Apabila Mengonsumsi Makanan Jajanan Yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Pengertian Makanan Menurut Adriani Dan Wirjatmadi Merupakan Bahan Makanan Selain Obat Yang Mengandung Zat Gizi Dan Atau Unsur Atau Ikatan Senyawa Kimia Yang Dapat Diubah Menj. Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian 2018 CARA, 260–265.
- Sari, D. A., & Hidayati, R. (2020). Identifikasi Bahan Berbahaya dalam Jajanan Anak Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(1), 25–32.



- Setyawati, A., & Rahmawati, R. (2019). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Sikap dan Perilaku Memilih Jajanan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(1), 56–63.
- Setyobudi, A., Sirait, R. W., & Soly, T. C. (2021). Hubungan Faktor Besar Uang Jajan Dan Pengetahuan Siswa Tentang Gizi Dengan Pola Konsumsi Pangan Siswa Sekolah Dasar Gereja Masehi Injili Di Timor Oesapa, Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang. *Jurnal Pangan Gizi Dan Kesehatan*, 10(1), 40–47. <https://doi.org/10.51556/Ejpazih.V10i1.134>
- Tukiman, Mauliddina, S., & Jayusman, D. D. K. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Pada Siswa Di Sdn 101774 Desa Sampali Tahun 2023. *Exellent Midwifery Journal*, 6(2), 29–39.
- Wahongan, A. S., Simbala, Y., & Gosal, V. Y. (2021). Strategi Mewujudkan Keamanan Pangan Dalam Upaya Perlindungan Konsumen. *Lexet societatis*, 9(3), 1–26.
- Wahyuni, D. (2021). Analisis Hubungan Antara Besarnya Uang Saku dan Pemilihan Makanan Jajanan Siswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33–40.
- Wulandari, N. S., Kusmiati, S., Sofyana, H., & Nursyamsiyah, N. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Anak Sekolah Dasar Usia 10-12 Tahun Dalam Memilih Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas). *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(1), 73–86. <https://doi.org/10.34011/Jkifn.V2i1.113>
- Yani, R., & Reynaldi, F. (2022). Hubungan Perilaku Siswa Tentang Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Anak Di Sd Negeri 2 Teunom. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 53–64. <https://doi.org/10.32672/Jbe.V10i1.4117>