

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Karakteristik anak usia sekolah dasar

Usia anak Sekolah Dasar (SD) merupakan periode yang akan mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik. Usia anak SD berkisar antara 6-12 tahun. Pada usia ini terdapat beberapa jenis perkembangan yaitu perkembangan fisik mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang. Perkembangan kognitif individu yang mencakup perubahan-perubahan dalam perkembangan pola pikir, yang dibagi menjadi operasional kongkrit (umur 7-11 Tahun) pada tahap ini telah memahami operasi logis dengan bantuan benda konkrit dan operasional formal (umur 12-15 tahun) pada tahap ini anak-anak telah memiliki kemampuan untuk berfikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan. Perkembangan psikososial yang berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu. Sampai dengan masa ini, anak pada dasarnya *egosentris* (berpusat pada diri sendiri) dan rasa berada pada dunia mereka sendiri (Sugiyanto, 2011).

Beberapa gambaran karakteristik anak SD antara lain adalah sebagai berikut : karakteristik yang pertama adalah senang bermain. Karakteristik yang kedua adalah senang bergerak. Pada orang dewasa dapat duduk berjam-jam untuk fokus, namun pada anak SD konsentrasi anak hanya dapat terfokus paling lama selama 30 menit. Karakteristik yang ketiga adalah anak SD senang bekerja dalam kelompok terutama pada teman sebaya. Mereka belajar pada aspek-aspek penting dalam proses sosialisasi, seperti: belajar memenuhi aturan-aturan kelompok, belajar setia kawan, belajar tidak tergantung pada diterimanya

dilingkungan, belajar menerima tanggung jawab, belajar bersaing dengan orang lain secara sehat (sportif). Karakteristik yang ke empat adalah anak SD senang merasakan atau melakukan dan memperagakan sesuatu secara langsung. Menurut teori perkembangannya, anak SD memasuki tahap operasional konkret sehingga pada kenyataannya apa yang telah dipelajari di lingkungan sekolah, ia akan belajar menghubungkan konsep-konsep yang baru tersebut dengan pengalamannya. Penjelasan yang telah diberikan di sekolah akan lebih mudah dipahami apabila mereka melaksanakan sendiri pada kehidupannya sehari-hari (sugiyanto, 2011).

Pada golongan usia sekolah khususnya usia SD, sejak bangun tidur di pagi hari hingga menjelang tidur di malam hari, waktu yang dimiliki anak lebih banyak dihabiskan di luar rumah baik di sekolah maupun tempat bermain. Kegiatan anak di sekolah menyita waktu terbesar dari aktifitas keseluruhan anak sehari-hari, termasuk aktifitas makan. Hal ini mempengaruhi kebiasaan waktu makan mereka yaitu pada umumnya ketika lapar anak lebih suka jajan. Makanan jajanan yang kurang mengandung nilai gizi dan kebersihannya kurang terjaga, maka akan menimbulkan dampak yang merugikan kesehatan (Sihadi, 2004).

2.2 Pendidikan gizi

2.2.1 Definisi

Pendidikan gizi merupakan media untuk memberikan informasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi baik kelompok masyarakat maupun individu. Pendidikan gizi diharapkan dapat memberikan perubahan perilaku yang mengarah kepada praktek gizi berupa tindakan-tindakan yang positif (FAO, 2006).

Salah satu tujuan pendidikan gizi adalah untuk memotivasi masyarakat untuk mengonsumsi makanan yang sehat. Anak-anak sangat penting untuk diberikan pendidikan gizi karena makanan yang sehat sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan serta anak akan cenderung untuk membawa kebiasaan makannya hingga dewasa. Gizi yang baik tidak hanya mempromosikan kesehatan fisik yang lebih baik dan mengurangi kerentanan terhadap penyakit serta berkontribusi terhadap perkembangan kognitif. (Taylor, 2002).

2.2.2 Pendidikan gizi di sekolah

Di antara beberapa kelompok masyarakat, sekolah adalah tempat yang sangat menguntungkan bagi pendidikan gizi. Tujuan dasar adalah untuk membantu anak-anak memperoleh pengetahuan gizi dan untuk mengembangkan dan mendorong kebiasaan makan serta pilihan makanan yang baik (FAO, 2006). Selain itu, Anak-anak juga dapat membantu untuk mengubah kebiasaan makan keluarga mereka. Jika mereka mempelajari prinsip-prinsip gizi yang sehat dan selalu menerapkannya, ketika mereka sendiri menjadi orang tua di masa depan mereka dapat menanamkan kebiasaan makan yang baik untuk anak-anak mereka dan akan membantu mencegah kekurangan gizi pada generasi berikutnya (Devadas RP, 2000).

Sekolah sangat baik untuk pendidikan gizi. Hampir semua anak hadir di sekolah setiap hari dan mengonsumsi setidaknya satu atau dua makanan sehari-hari di sekolah. Lingkungan sekolah dapat sangat mempengaruhi perilaku makan anak-anak, baik melalui contoh yang diberikan oleh para guru dan orang dewasa lainnya, dan makanan yang disajikan di kantin atau melalui paparan kebiasaan jajan teman. Pendidikan gizi yang efektif membantu membentuk faktor

lingkungan dan membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan untuk memilih makanan yang sehat (Taylor, 2002). Selain itu pendidikan Gizi diperlukan oleh anak usia sekolah sebagai sarana dalam menunjang status kesehatan anak. Hal ini dikarenakan pendidikan gizi dapat digunakan sebagai salah satu upaya peningkatan kemandirian, sikap kritis, dan kehati-hatian terkait pola makan dan pola hidup bersih dan sehat. (Dewi dkk, 2011).

2.2.3 Pendidikan gizi dengan media komik

Komik adalah suatu bentuk seni yang menggunakan gambar-gambar tidak bergerak yang disusun sedemikian rupa sehingga membentuk jalinan cerita. Biasanya, komik dicetak di atas kertas dan dilengkapi dengan teks. Komik dapat diterbitkan dalam berbagai bentuk, mulai dari strip dalam koran, dimuat dalam majalah, hingga berbentuk buku tersendiri. Gambar-gambar dalam komik berbeda dengan buku cerita bergambar. Peran gambar-gambar pada buku cerita bergambar, adalah “sekedar” sebagai ilustrasi yang lebih berfungsi mengkonkretkan, melengkapi, dan memperkuat sesuatu yang diceritakan secara verbal, sedangkan gambar-gambar yang terdapat dalam komik sudah mampu mewakili suatu peristiwa atau rentetan cerita yang sangat jelas tanpa disertai dengan adanya penjelasan secara verbal. Komik hadir dengan menampilkan gambar-gambar dalam panel-panel secara berderet yang disertai balon-balon teks tulisan dan membentuk sebuah cerita. Dalam kaitan ini sebagai istilah, komik dapat dipahami sebagai simulasi gambar dan teks yang disusun berderet per adegan untuk kemudian menjadi sebuah cerita (Lestari S, dkk. 2009).

Komik bukan cuma bacaan bagi anak-anak. Komik adalah suatu bentuk media komunikasi visual yang mempunyai kekuatan untuk menyampaikan informasi secara populer dan mudah dimengerti. Hal ini dimungkinkan karena komik memadukan kekuatan gambar dan tulisan, yang dirangkai dalam suatu alur cerita gambar membuat informasi lebih mudah diserap. Teks membuatnya lebih dimengerti, dan alur membuatnya lebih mudah untuk diikuti dan diingat. Dewasa ini komik telah berfungsi sebagai media hiburan yang dapat disejajarkan dengan berbagai jenis hiburan lainnya seperti film, TV, dan bioskop. Komik adalah juga media komunikasi visual dan lebih daripada sekedar cerita bergambar yang ringan dan menghibur. Sebagai media komunikasi visual, komik dapat diterapkan sebagai alat bantu pendidikan dan mampu menyampaikan informasi secara efektif dan efisien (Waluyanto, 2005).

Komik saat ini telah banyak dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran di dalam kelas, maupun sebagai media penyuluhan kesehatan bagi masyarakat mengenai topik-topik tertentu. Saat ini, di Indonesia telah beredar komik pembelajaran yang dibukukan, tetapi lebih banyak didominasi oleh komik untuk pembelajaran ilmu pengetahuan alam dan matematika. Respon dari masyarakat terhadap komik pembelajaran ini positif dan komik pembelajaran ini dianggap mampu membantu siswa untuk lebih mudah mempelajari konsep-konsep pelajaran yang sebelumnya dianggap sulit untuk dipahami (Listiyani & Widayati, 2012).

Muchlish (2009) mengemukakan tujuan penggunaan komik sebagai media pembelajaran dan penyuluhan adalah sebagai berikut; (1) untuk menerjemahkan sumber verbal (tulisan) dan memperjelas pengertian murid, (2) untuk memudahkan siswa berimajinasi (membayangkan) kejadian-kejadian yang

terdapat dalam gambar, (3) untuk membantu siswa mengungkapkan ide berdasar gambar narasi yang menyertainya, (4) mengongkretkan pembelajaran dan memperbaiki kesan-kesan yang salah dari ilustrasi secara lisan. Selain itu, salah satu keunggulan komik adalah merupakan media komunikasi yang efektif untuk menyampaikan pesan maupun ide yang rumit dan sulit pada kelompok usia anak-anak. Media penyuluhan ini juga dapat dipergunakan di dalam kelas atau pada saat pelatihan, dalam jumlah halaman yang sedikit atau banyak sampai ratusan halaman. Komik yang baik adalah komik yang memulai alur cerita secara sederhana dan mudah dimengerti, dilanjutkan dengan cerita yang telah disesuaikan dengan situasi dan kondisi setempat dimana media tersebut akan digunakan (N.Harford, 1997 dalam Pasaribu, H.ER, 2005).

2.3 Makanan Jajanan

2.3.1 Definisi

Menurut FAO, makanan jajanan atau yang dikenal dengan *street food* didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan atau dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Jajanan kaki lima dapat menjawab tantangan masyarakat terhadap makanan yang murah, mudah, menarik dan bervariasi (Sabat T, 2012).

2.3.2 Jenis Makanan Jajanan

Jenis makanan jajanan menurut Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi dalam Yunita dkk. (2009) dapat digolongkan menjadi 3 (tiga) golongan, yaitu: Makanan jajanan yang berbentuk panganan, makanan jajanan yang diporsikan (menu utama) dan Makanan jajanan yang berbentuk minuman. Menu makanan

jajanan yang berbentuk panganan seperti kue kecil-kecil, pisang goreng dan sebagainya, makanan jajanan yang diporsikan seperti pecel, mie bakso, nasi goreng dan sebagainya, dan makanan jajanan yang berbentuk minuman contohnya es krim, es campur, jus buah, es cendol dan sebagainya.

2.3.3 Peran Makanan Jajanan

Peranan makanan jajanan sebagai penyumbang gizi dalam menu sehari-hari tidak dapat dikesampingkan. Makanan jajanan kaki lima menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebanyak 36%, protein 29% dan zat besi 52% (Judarwanto, 2006). Jajanan bagi anak sekolah dapat berfungsi sebagai upaya pemenuhan energi karena aktivitas di sekolah yang tinggi. Apabila makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah dasar tidak mencukupi kebutuhan gizinya, maka akan dapat mengakibatkan gangguan gizi pada anak sekolah dasar. Hal ini akan dapat berakibat menurunnya konsentrasi belajar serta prestasi di sekolah. Oleh karena itu dapat dipahami peran penting makanan jajanan bagi pertumbuhan dan prestasi belajar anak sekolah.

Selain mempunyai aspek positif, makanan jajanan juga mempunyai aspek negatif yaitu:

1. Kue yang dibeli biasanya terbuat dari tepung dan gula yang hanya mengandung karbohidrat saja, walaupun ada zat gizi lain jumlahnya sangat sedikit.
2. Anak menjadi terlalu kenyang terutama bila frekuensi jajan sering sehingga akan mengurangi konsumsi makanan utama.
3. Kebersihan makanan jajanan diragukan karena masih banyak makanan jajanan yang berisiko terhadap kesehatan karena penanganannya sering tidak higienis, yang memungkinkan makanan jajanan terkontaminasi oleh mikroba

beracun maupun penggunaan bahan tambahan pangan (BTP) yang tidak diizinkan (Wisnu Cahyadi, 2006).

2.3.4 Makanan Jajanan Sehat dan Aman

2.3.4.1 Kriteria Jajanan sehat dan aman

Pangan jajanan yang sehat dan aman adalah pangan jajanan yang bebas dari bahaya fisik, cemaran bahan kimia dan bahaya biologis. Direktorat Perlindungan Konsumen (2006) mengemukakan bahwa ketiga golongan tersebut yakni bahaya fisik adalah cemaran berupa benda asing yang masuk ke dalam pangan, seperti isi stapler, batu/kerikil, rambut dan kaca. Bentuk dari cemaran akibat bahaya kimia dapat berupa cemaran bahan kimia yang masuk ke dalam pangan atau karena racun yang sudah terkandung di dalam bahan pangan, seperti: cairan pembersih, pestisida, cat, jamur beracun, jengkol. Yang terakhir cemaran dalam makanan adalah bahaya biologis yang dapat disebabkan oleh mikroba patogen penyebab keracunan pangan, seperti: virus, parasit, kapang, dan bakteri.

Ciri-ciri makanan jajanan yang tidak layak dikonsumsi seperti berbau basi, berubah warna, rasa, dan tekstur (menjadi lembek), berlendir atau berbusa, berjamur, mengeras atau mengering, terdapat ulat atau benda asing lainnya, makanan kadaluarsa dan makanan kemasan yang rusak misalnya kaleng mengembung (Astarianti, 2011)

2.3.4.2 Kiat / tips memilih pangan yang sehat dan aman

Adapun kiat memilih pangan jajanan yang sehat dan aman menurut Direktorat Perlindungan Konsumen (2006) yaitu :

(1) Hindari pangan yang dijual di tempat terbuka, kotor dan tercemar, tanpa penutup dan tanpa kemasan. (2) Beli pangan yang dijual ditempat bersih dan terlindung dari matahari, debu, hujan, angin dan asap kendaraan bermotor. Pilih tempat yang bebas dari serangga dan sampah. (3) Hindari pangan yang dibungkus dengan kertas bekas atau koran. Belilah pangan yang dikemas dengan kertas, plastic atau kemasan lain yang bersih dan aman. (4) Hindari pangan yang mengandung bahan pangan sintetis berlebihan atau bahan tambahan pangan terlarang dan berbahaya. Biasanya pangan seperti itu dijual dengan harga yang sangat murah. (5) Warna makanan atau minuman yang terlalu menyolok, besar kemungkinan mengandung pewarna sintetis, jadi sebaiknya jangan dibeli. (6) Untuk rasa, jika terdapat rasa yang menyimpang, ada kemungkinan pangan mengandung bahan berbahaya atau bahan tambahan pangan yang berlebihan.

2.4 Sikap

2.4.1 Pengertian

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang, tidak senang, setuju tidak setuju, baik tidak baik (Notoatmodjo, 2007)

2.4.2 Tingkatan sikap

Sikap terdiri dari berbagai tingkatan, yakni :

1. Menerima (*receiving*), diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).
2. Merespon (*responding*), yaitu memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi sikap karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan

atau mengerjakan tugas yang diberikan. Terlepas dari apakah pekerjaan yang dilakukan tersebut benar atau salah berarti orang itu telah menerima ide tersebut.

3. Menghargai (*valuing*), yaitu mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah.
4. Bertanggung jawab (*responsible*), yaitu bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko (Notoatmodjo, 2007).

2.4.3 Sifat sikap

Sikap dibagi menjadi 2 sifat yaitu :

1. Sikap positif merupakan kecenderungan dari suatu tindakan untuk mendekati, menyenangkan, dan mengharapkan terhadap objek tertentu.
2. Sikap negatif merupakan kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, dan tidak menyenangkan objek tertentu.

2.4.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap

Menurut (Azwar, 2004 dalam purtiantini 2010) faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, pengaruh media massa, serta lembaga pendidikan dan agama. Faktor yang mempengaruhi perubahan sikap yang pertama adalah Pengalaman pribadi merupakan apa yang telah ada yang sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan anak dalam memilih makanan jajanan. Kedua, sikap dipengaruhi oleh orang lain yang dianggap penting. Di antara orang yang biasanya dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru. Pada umumnya anak cenderung untuk memiliki sikap searah

dengan sikap orang yang dianggap penting. Ketiga, sikap dipengaruhi oleh kebudayaan. Kebudayaan masyarakat mempunyai kekuatan yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan yang akan dikonsumsi. Aspek sosial Budaya pangan adalah fungsi pangan dalam masyarakat yang berkembang sesuai dengan keadaan lingkungan, agama, adat, kebiasaan, dan pendidikan masyarakat tersebut. Keempat, pemberitaan dalam media massa juga dapat mempengaruhi perubahan sikap dari seseorang. Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan secara objektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisnya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya. Kelima, sikap dipengaruhi oleh Lembaga pendidikan dan lembaga agama. Konsep moral dan ajaran agama dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan suatu kepercayaan dari individu. Oleh sebab itu konsep ini akan memungkinkan untuk dapat mempengaruhi sikap.

2.4.5 Cara pengukuran sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap adalah rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai objek sikap yang hendak diungkap. Pernyataan sikap mungkin berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap. Pernyataan ini disebut dengan pernyataan yang *favorable*. Sebaliknya pernyataan sikap mungkin berisi hal-hal negatif mengenai objek sikap yang bersifat tidak mendukung maupun kontra terhadap objek sikap. Pernyataan tersebut disebut pernyataan *unfavorable*.

Suatu skala sikap sedapat mungkin diusahakan agar terdiri atas pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dalam jumlah yang seimbang. Dengan demikian pernyataan yang disajikan tidak semua berisi pernyataan positif maupun pernyataan negatif yang seolah-olah isi skala memihak atau tidak mendukung sama sekali dari objek sikap. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat / pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-pernyataan hipotesis kemudian ditanyakan pendapat responden melalui kuisioner.

Salah satu teknik pengukuran sikap seseorang dapat menggunakan Skala Likert (Method of Summated Ratings). Skala Likert yang merupakan suatu pengukuran dengan skala ordinal. Setiap indikator akan dijabarkan ke dalam sebuah pertanyaan tertutup yang akan dituangkan ke dalam daftar pertanyaan dengan menetapkan skala Likert pada alternatif jawaban. Semua pernyataan yang *favorable* kemudian diubah nilainya kedalam angka, yaitu setuju nilainya 5 sedangkan untuk yang tidak setuju nilainya 1. Sebaliknya, untuk pernyataan *unfavorable* nilai skor setuju nilainya 1 dan skor tidak setuju nilainya 5. Skala likert disusun dan diberi skor sesuai dengan skala interval (*equal-interval scale*) yang telah ditetapkan (Wawan dan Dewi, 2010).