

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KONSUMSI DAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN JAJANAN SISWA KELAS X SMKN 1 SEWON

Oleh: Penulis 1 : Anjani Mega Pertiwi
Penulis 2 : Dr. Badraningsih L, M. Kes
Universitas Negeri Yogyakarta
email: garin_risal@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :1) faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan., 2) frekuensi konsumsi makanan jajanan siswa kelas X Tata Boga SMKN 1 Sewon. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 95 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan persentase. Hasil penelitian diketahui bahwa: 1) Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan adalah: (a) faktor internal terdiri dari pengetahuan pada kategori tinggi (62,1%); sarapan pada kategori tinggi (58,9%); dan bekal pada kategori sedang (51,6%). (b) Faktor eksternal terdiri dari keluarga pada kategori tinggi (70,5%); teman sebaya pada kategori tinggi (68,4%); media massa pada kategori tinggi (56,8%); dan karakteristik makanan pada kategori sedang (48,4%). (2) Frekuensi konsumsi makanan jajanan yang dominan untuk makanan utama adalah soto (satu sampai dua kali seminggu), makanan panganan adalah gorengan (setiap hari), dan minuman adalah es teh (setiap hari).

Kata kunci: faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi, frekuensi konsumsi, makanan jajanan

FACTORS AFFECTING CONSUMPTION AND CONSUMPTION FREQUENCY OF STREET FOODS OF STUDENT CLASS X SMKN 1 SEWON

ABSTRACT

This research was aimed to find out: 1) the factors that affected street foods consumption, 2) the frequency of street foods consumption of grade X students of culinary of SMKN 1 Sewon. This research was quantitative descriptive. The sample in this research was 95 responden. The sampling technique was the simple random sampling. The data was analysed using descriptive analysis with percentage. The results of this research showed that: 1) the factors that affected street foods consumption were (a) internal factors consisted of knowledge, breakfast, and packed for lunch were 62,1%, high; 58,9%, high; and 51,6%, moderate, respectively (b) external factors consisted of family, peers, mass media, and the characteristics of food were 70,5%, high; 68,4%, high; mass media 56,8%, high; and 48,4%, moderate, respectively. 2) The dominant frequency of consumption of street food for main dish, snack food, and drink were soto (one to times a week), fried foods (every day), and iced tea (every day), respectively.

Keywords: factors affecting consumption, frequency of consumption, street food

PENDAHULUAN

Makanan jajanan termasuk salah satu jenis makanan yang sudah dikenal oleh anak-anak, terutama anak sekolah. Seiring dengan perkembangan zaman, makanan jajanan

semakin beragam jenisnya, baik yang diproduksi oleh pabrik maupun *home industry*. Begitu pula makanan jajanan yang dijual di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Jenis makanan jajanan yang biasa dijual adalah

makanan utama/berat (nasi rames, bakso, mie ayam, soto, lotek, dan lain-lain), makanan ringan (gorengan, wafer, keripik, dan lain-lain), dan minuman (es teh, es jeruk, minuman bersoda dan aneka minuman instan).

Makanan jajanan tersebut hampir setiap hari dikonsumsi oleh siswa baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil survey BPOM tahun 2014 menunjukkan bahwa 78% anak sekolah mengkonsumsi makanan disekitar sekolah. Dilihat dari tingkat keseringan mengonsumsi jajanan, sebanyak 48% responden memiliki frekuensi jajan sering atau selalu yaitu lebih dari empat kali per minggu, sedangkan 51% sisa kadang-kadang jajan dalam seminggu. Hanya satu persen siswa yang tidak pernah jajan. Menurut hasil penelitian Yunita Safitri (2009), sebesar 66% siswa memiliki frekuensi jajan lebih dari sebelas kali per minggu.

Pemilihan makanan jajanan yang dikonsumsi oleh siswa tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri siswa (faktor internal) dan dari luar atau lingkungan siswa (faktor eksternal). Pengetahuan tentang gizi merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi konsumsi makanan jajanan. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh dari mana saja. Menurut Marwanti (2000:7) bahwa kedalaman dan keluasan pengetahuan seseorang terhadap gizi akan menuntunnya dalam pemilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi.

Faktor lainnya adalah tidak sarapan di rumah dan tidak membawa bekal. Terkadang alasan tidak sarapan dirumah adalah karena

terburu-buru. Hal ini juga berkaitan dengan peran orang tua/ keluarga dalam menyediakan makanan dirumah serta pemberian uang saku. Sehingga dalam hal ini peran orang tua sangat penting dalam menyediakan makanan yang baik dan sehat untuk anak, serta mengontrol uang saku yang akan diberikan pada anaknya. Pola makan seorang anak dalam suatu keluarga sangat dipengaruhi oleh pola makan yang diterapkan dan diajarkan oleh orang tuanya, terutama ibu yang menyusun dan mengolah menu dan bahan makanan bagi keluarga setiap hari (Joko Susanto, 2004:35).

Banyaknya aktivitas yang dilakukan di luar rumah membuat seorang remaja sering dipengaruhi teman sebayanya. Pemilihan makanan tidak lagi didasarkan pada kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi, untuk kesenangan dan supaya tidak kehilangan status. Survey di AS yang melibatkan 766 remaja, yang menyatakan selama akhir pekan remaja memanfaatkan dua kali waktunya lebih banyak untuk bergaul dengan rekan-rekannya daripada dengan keluarganya (Ali Khomsan, 2010:120). Menurut hasil penelitian Thiruselvakumar D (2014), sebanyak 50% remaja setuju bahwa mereka sering mengonsumsi makanan saat sedang berkumpul bersama teman-temannya dan saat sedang tidak dirumah.

Media massa berpengaruh dalam konsumsi makanan jajanan. Media massa merupakan tempat untuk memperkenalkan produk makanan jajanan berupa iklan. Iklan-iklan makanan tidak jarang menonjolkan karakteristik fisik dari makanan seperti warna,

bentuk, rasa, dan tampilan kemasan. Hal ini bertujuan untuk menarik konsumen.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK N 1 Sewon. Seperti halnya di sekolah-sekolah lainnya, SMK N 1 Sewon memiliki kantin yang menjual berbagai macam jenis makanan jajanan. Selain itu di luar lingkungan sekolah juga dijumpai beberapa pedagang makanan jajanan keliling dan warung makanan jajanan milik warga setempat. Hal ini dikarenakan SMK N 1 Sewon terletak disekitar pemukiman warga.

Objek penelitian ini adalah siswa kelas X Tata Boga. Adapun alasannya karena siswa kelas X Tata Boga telah mendapatkan pelajaran ilmu gizi yang dapat menambah pengetahuan tentang gizi makanan siswa. Selain itu, siswa Tata Boga kelas X juga telah diajarkan bagaimana cara mengolah makanan yang baik dengan selalu memperhatikan kebersihan dalam mengolah makanan. Hal ini yang membedakan dengan siswa program keahlian yang lain. Pengetahuan yang telah diperoleh disekolah diharapkan dapat menjadi bekal dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil observasi, makanan jajanan yang dijual di dalam maupun di luar SMK N 1 Sewon ada yang diproduksi oleh pabrik maupun *home industri*. Akan tetapi sebagian dari makanan jajanan tersebut ada yang tidak mencantumkan label makanan, tidak diketahui komposisi bahan yang digunakan, dan tidak terdapat tanggal kadaluarsa. Hal ini dapat membahayakan siswa yang mengkonsumsinya karena

kurangnya informasi keamanan yang didapatkan dari makanan jajanan tersebut.

Selain itu saat pagi hari, masih banyak dijumpai beberapa siswa yang membeli makanan jajanan untuk sarapan. Pada saat jam istirahat, terlihat hanya ada beberapa siswa saja yang membawa bekal. Selebihnya siswa yang tidak membawa bekal ada yang membeli makan jananan di kantin dan ada pula yang hanya dikelas. Saat jam pulang sekolah banyak pula dijumpai siswa yang membeli makanan jajanan dikantin sekolah maupun di luar sekolah.

Berdasarkan latar belakang di atas, diperlukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi dan frekuensi konsumsi makanan jajanan siswa kelas X Tata Boga SMKN 1 Sewon.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: 1) faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan siswa kelas X Tata Boga SMKN 1 Sewon, 2) frekuensi konsumsi makanan jajanan siswa kelas X Tata Boga SMKN 1 Sewon.

METODE PENELITIAN

Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian

Pada penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian dilaksanakan mulai dari Desember 2015 hingga Juni 2016 di SMK N 1 Sewon yang beralamatkan di Pulutan, Pendowoharjo, Sewon, Bantul.

Populasi/Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X Tata Boga di SMK N 1 Sewon Tahun Ajaran 2015/2016 yang berjumlah 128 siswa. Jumlah sampel yang

diambil berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan taraf signifikansi 5% yaitu 95 siswa.

Prosedur

Pengujian dilakukan terhadap instrumen yaitu validitas dan reliabilitas instrumen. Hasil uji validitas faktor pengetahuan 4 item tidak valid dan 21 item valid. Pada instrumen faktor sarapan 1 item tidak valid dan 7 item valid, faktor bekal 2 item tidak valid dan 6 item valid, faktor peran keluarga 1 item tidak valid dan 7 item valid, pada faktor teman sebaya 2 item tidak valid dan 6 item valid, faktor media massa 1 item tidak valid dan 7 item valid, dan faktor karakteristik makanan 3 item tidak valid dan 7 item valid.

Hasil uji reliabilitas instrumen pengetahuan adalah 0,833 dan instrumen faktor lainnya adalah 0,891.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes, kuesioner dan *food frequency questionnaire*. Tes digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan pernyataan tertutup. Kuesioner ini digunakan untuk mengetahui sikap dan tindakan responden dalam mengkonsumsi makanan jajanan serta faktor yang mempengaruhinya.

Food frequency questionnaire digunakan untuk mengetahui frekuensi konsumsi dan jenis makanan jajanan yang disukai.

Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2015:29). Data digambarkan dengan kata-kata ataupun kalimat yang dipisahkan menurut kategori untuk memperoleh kesimpulan. Data digolongkan dalam tiga kategori yakni tinggi, sedang, dan rendah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan

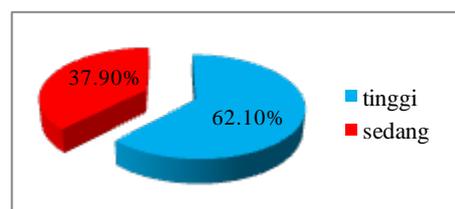
Terdapat dua faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan siswa kelas X Tata Boga SMK N 1 Sewon yakni faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Faktor internal terdiri dari faktor pengetahuan, faktor sarapan, dan faktor bekal.

1) Faktor Pengetahuan

Hasil data faktor pengetahuan dapat dilihat pada Gambar 1.

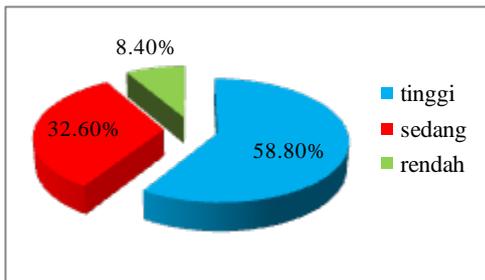


Gambar 1. Pie Chart Faktor Pengetahuan

Berdasarkan Gambar 1 tersebut, faktor pengetahuan berada pada kategori tinggi sebesar 62,1% dan pada kategori sedang sebesar 37,9%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor pengetahuan berada pada kategori tinggi sebesar 62,1%.

2) Faktor Sarapan

Hasil data faktor sarapan dapat dilihat pada Gambar 2.

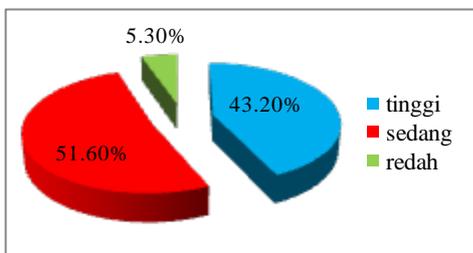


Gambar 2. Pie Chart Faktor Sarapan

Berdasarkan Gambar 2 tersebut, faktor sarapan berada pada kategori tinggi sebesar 58,9%, pada kategori sedang sebesar 32,6%, dan pada kategori rendah sebesar 8,4%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor sarapan berada pada kategori tinggi sebesar 58,9%.

3) Faktor Bekal

Hasil data faktor bekal dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Pie Chart Faktor Bekal

Berdasarkan Gambar 3 tersebut, faktor bekal berada pada kategori tinggi sebesar 43,2%, pada kategori sedang sebesar 51,6%, dan pada kategori rendah sebesar 5,3%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa

faktor bekal berada pada kategori sedang sebesar 51,6%.

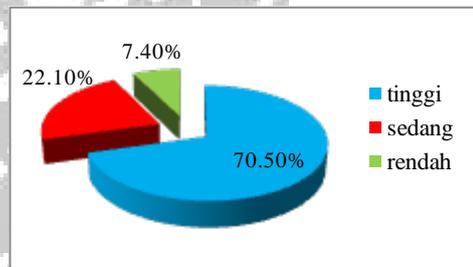
Berdasarkan hasil analisis data pada faktor internal ditinjau dari ketiga sub variabel yang mewakili, dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini menyatakan bahwa faktor pengetahuan berada pada kategori tinggi sebesar 62,1%; faktor sarapan berada pada kategori tinggi sebesar 58,8%; dan faktor bekal berada pada kategori sedang 51,6%.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang. Faktor eksternal terdiri dari faktor peran keluarga, faktor teman sebaya, faktor media massa dan faktor karakteristik makanan.

1) Faktor Peran Keluarga

Hasil data faktor peran keluarga dapat dilihat pada Gambar 4.

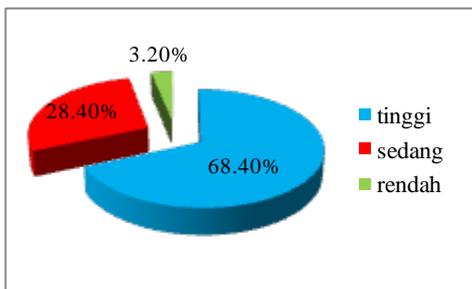


Gambar 4. Pie Chart Faktor Peran Keluarga

Berdasarkan Gambar 4 tersebut, faktor peran keluarga berada pada kategori tinggi sebesar 70,5%, pada kategori sedang sebesar 22,1%, dan pada kategori rendah sebesar 7,4%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor peran keluarga berada pada kategori tinggi sebesar 70,5%.

2) Faktor Teman Sebaya

Hasil data faktor teman sebaya dapat dilihat pada Gambar 5.

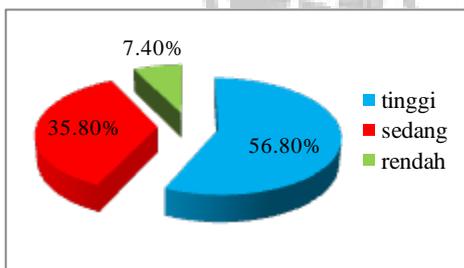


Gambar 5. Pie Chart Faktor Teman Sebaya

Berdasarkan Gambar 5 tersebut, faktor teman sebaya berada pada kategori tinggi sebesar 68,4%, pada kategori sedang sebesar 28,4%, dan pada kategori rendah sebesar 3,2%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor teman sebaya berada pada kategori tinggi sebesar 68,4%.

3) Faktor Media Massa

Hasil data faktor media massa dapat dilihat pada Gambar 6.

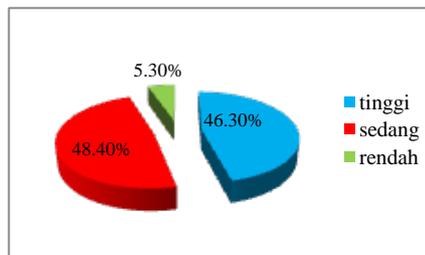


Gambar 6. Pie Chart Faktor Media Massa

Berdasarkan Gambar 6 tersebut, faktor media massa berada pada kategori tinggi sebesar 56,8%, pada kategori sedang sebesar 35,8%, dan pada kategori rendah sebesar 7,4%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor media massa berada pada kategori tinggi sebesar 56,8%.

4) Faktor Karakteristik Makanan

Hasil data faktor karakteristik makanan dapat dilihat pada Gambar 7.



Gambar 7. Pie Chart Faktor Karakteristik Makanan

Berdasarkan Gambar 7 tersebut, faktor karakteristik makanan berada pada kategori tinggi sebesar 46,3%, pada kategori sedang sebesar 48,4%, dan pada kategori rendah sebesar 5,3%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa faktor karakteristik makanan berada pada kategori sedang sebesar 48,4%.

Berdasarkan hasil analisis data pada faktor eksternal ditinjau dari keempat sub variabel yang mewakili, dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini menyatakan bahwa faktor peran keluarga berada pada kategori tinggi sebesar 62,1%; faktor teman sebaya berada pada kategori tinggi sebesar 58,8%; faktor media massa berada pada kategori tinggi sebesar 51,6% dan faktor karakteristik makanan berada pada kategori sedang sebesar 48,4%.

2. Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan

a. Makanan Utama

Tabel 1. Persentase Frekuensi Konsumsi Makanan Utama

Nama Makanan Jajanan	Persentase (%) Konsumsi Makanan Jajanan					
	A	B	C	D	E	F
Bakso	0	41,1	15,8	26,3	14,7	2,1
Mi ayam	0	43,1	23,1	22,1	11,6	0
Soto	7,4	46,3	27,4	11,6	7,4	0
Nasi rames	14,7	32,6	25,3	14,7	1,1	11,6
Mi instan	2,1	38,9	14,7	26,3	11,6	6,3
Pempek	1,1	27,4	22,1	23,1	13,7	12,6

Keterangan :

- A : setiap hari E : 3-4x/bulan
 B : 1-2x/minggu D : 1-2x/bulan
 C : 3-4x/minggu F : Tidak Pernah

Berdasarkan Tabel 1 tersebut, frekuensi konsumsi makanan utama paling banyak adalah soto (46,3%) dengan frekuensi satu sampai dua kali seminggu.

b. Makanan Panganan

Tabel 2. Persentase Frekuensi Konsumsi Makanan Panganan

Nama Makanan Jajanan	Persentase (%) Konsumsi Makanan Jajanan					
	A	B	C	D	E	F
Gorengan	48,4	20	26,3	4,2	1,1	0
Cilok	3,1	36,8	20	18,9	10,5	10,5
Batagor	3,1	38,9	21,1	15,8	12,6	8,4
Siomay	7,4	38,9	27,4	12,6	9,5	4,2
Chiki	22,1	22,1	28,4	9,5	10,5	7,4
Kripik	26,3	37,9	29,5	2,1	3,1	1,1
Permen	37,9	29,5	28,4	2,1	1,1	1,1
Coklat	2,1	34,7	21,1	18,9	11,6	11,6
Biskuit/wafer	18,9	34,7	23,1	11,6	7,4	4,2

Keterangan : Lihat Tabel 1.

Berdasarkan Tabel 2 tersebut, frekuensi konsumsi makanan panganan paling banyak adalah gorengan (48,4%) dengan frekuensi setiap hari.

c. Minuman

Tabel 3. Persentase Frekuensi Konsumsi Minuman

Nama Minuman	Persentase (%) Konsumsi Minuman					
	A	B	C	D	E	F
Es teh	55,8	18,9	24,2	0	1,1	0
Es jeruk	51,6	17,9	27,4	0	2,1	1,1
Susu/ es susu	48,4	18,9	23,1	2,1	4,2	3,1
Minuman serbuk	3,1	30,5	32,6	14,7	9,5	9,5
Minuman gelas aneka rasa	3,1	38,9	21,1	14,7	11,6	10,5
Minuman bersoda	0	33,7	18,9	16,8	17,9	12,6

Keterangan : Lihat Tabel 1.

Berdasarkan Tabel 3 tersebut, frekuensi konsumsi minuman paling banyak adalah es teh (55,8%) dengan frekuensi setiap hari.

Pembahasan

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan

Faktor pengetahuan menunjukkan pada kategori tinggi. Kemungkinan hal ini didukung oleh pengetahuan gizi yang telah didapatkan siswa disekolah dari mata pelajaran ilmu gizi. Pengetahuan dalam memilih makanan jajanan adalah kemampuan seseorang dalam memilih makanan jajanan yang diperoleh dari pengalaman dan proses belajar di sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Faktor sarapan menunjukkan pada kategori tinggi. Kemungkinan hal ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang telah didapatkan oleh siswa yaitu kesadaran akan pentingnya sarapan sebelum berangkat sekolah. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Imam Aulia (2012), bahwa responden yang tidak rutin sarapan akan lebih sering mengonsumsi makanan jajanan dibandingkan dengan responden yang rutin mengonsumsi sarapan pagi.

Faktor bekal menunjukkan pada kategori sedang. Kemungkinan hal ini dipengaruhi oleh peran orang tua dalam menyediakan makanan dirumah. Menurut Moehji dalam Safriana (2012:75), pemberian bekal pada anak dapat menghindarkan anak dari kebiasaan jajan dan menghindarkan dari gangguan penyakit akibat makanan yang tidak bersih.

Faktor peran keluarga menunjukkan pada kategori tinggi. Kemungkinan hal ini karena keluarga sangat berperan penting dalam konsumsi makanan anak terutama makanan jajanan. Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Safriana (2012), ada hubungan bermakna antara tingkat pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan dukungan orang tua dengan perilaku memilih jajanan.

Faktor teman sebaya menunjukkan pada kategori tinggi. Kemungkinan hal ini dikarenakan remaja tersebut ingin dapat diterima oleh teman sebayanya. Berdasarkan hasil penelitian Thiruselvakumar D (2014), bahwa sebanyak 50% remaja setuju bahwa mereka sering mengonsumsi makanan saat sedang berkumpul bersama teman-temannya dan saat sedang tidak dirumah.

Faktor media massa menunjukkan pada kategori tinggi. Hal ini kemungkinan dikarenakan pengaruh dari iklan yang ada di media massa. Iklan-iklan di TV tidak jarang menonjolkan karakteristik fisik dari makanan seperti rasa yang renyah, rasa manis dan rasa coklat. Hal ini membuat anak-anak berkeinginan kuat untuk segera mencicipinya (Ali Khomsan, 2010:117).

Faktor karakteristik makanan jajanan menunjukkan pada kategori sedang. Dalam mengonsumsi makanan jajanan remaja biasanya cenderung lebih suka makanan yang memiliki rasa pedas, gurih, dan manis.

2. Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan

Jenis makanan utama yang paling sering dikonsumsi adalah soto. Frekuensi makanan jajanan berat diketahui paling banyak dikonsumsi satu sampai dua kali seminggu. Kemungkinan hal ini karena soto lebih mengenyangkan dari pada makanan jajanan berat lainnya. Hal ini dikarenakan dalam penyajian soto terdapat nasi, daging, sayur, bahkan terkadang ditambahkan mie bihun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yunita Safitri (2009), diketahui bahwa frekuensi makanan jajanan berat/ utama siswa adalah tiga sampai lima kali dalam seminggu.

Frekuensi makanan panganan diketahui bahwa gorengan paling banyak dikonsumsi setiap hari. Kemungkinan hal ini dikarenakan gorengan memiliki rasa yang gurih dan harganya murah. Akan tetapi hal tersebut tidak menjamin bahwa makanan tersebut aman dan sehat untuk dikonsumsi. Sedangkan hasil penelitian Yunita Safitri (2009), frekuensi makanan jajanan ringan siswa adalah lebih dari sebelas kali per minggu, sehingga disimpulkan setiap hari siswa mengonsumsi makanan jajanan ringan.

Frekuensi minuman diketahui bahwa es teh paling banyak dikonsumsi setiap hari. Kemungkinan hal ini dikarenakan es teh memiliki harga yang murah. Diketahui bahwa biasanya minuman es teh dihidangkan dengan porsi yang banyak. Akan tetapi hal tersebut belum tentu aman dan sehat untuk dikonsumsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yunita Safitri (2009), frekuensi jajan minuman enam sampai delapan kali per minggu, sehingga dapat dikatakan setiap hari siswa mengonsumsi jajanan minuman.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi makanan jajanan adalah faktor internal terdiri dari pengetahuan pada kategori tinggi (62,1%); sarapan pada

kategori tinggi (58,9%); bekal pada kategori sedang (51,6%). Faktor eksternal terdiri dari keluarga pada kategori tinggi (70,5%); teman sebaya pada kategori tinggi (68,4%); media massa pada kategori tinggi (56,8%); dan karakteristik makanan pada kategori sedang (48,4%).

2. Frekuensi konsumsi makanan jajanan yang dominan untuk makanan utama adalah soto (satu sampai dua kali seminggu), makanan panganan adalah gorengan (setiap hari), dan minuman adalah es teh (setiap hari).

Saran

Bedasarkan simpulan yang telah dipaparkan di atas maka dalam kesempatan ini penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa supaya dapat memilih makanan jajanan dengan cermat dilihat dari kandungan gizi dan kebersihan makanan jajanan tersebut, serta tidak mudah terpengaruh oleh teman maupun iklan di media massa.
2. Bagi orang tua supaya mengontrol dan membatasi konsumsi jajanan anak-anaknya yaitu dengan selalu menyediakan sarapan pagi, bekal, dan dapat mengontrol pemberian uang saku.
3. Bagi kantin sekolah hendaknya supaya memperhatikan makanan yang akan dijual baik dari kebersihan, keamanan makanan dan kandungan gizi makanan yang akan dijual.

4. Bagi penjual makanan jajanan supaya sering mengganti minyak bekas dengan minyak yang baru dan juga dapat mengurangi atau lebih baik lagi tidak menggunakan vetsin dalam makanan yang dijual.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Khomsan. (2010). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Imam Aulia. (2012). *Hubungan Antara Karakteristik Siswa, Pengetahuan, Media Massa, dan Teman Sebaya dengan Konsumsi Makanan Jajanan pada Siswa SMA Negeri 68 Jakarta Tahun 2012*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Joko Susanto. (2004). *Mengolah Menu Dan Bahan Makanan Bagi Keluarga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Marwanti. (2000). *Pengetahuan Masakan Indonesia*. Yogyakarta: Adicita Karya Nusa.
- Safriana. (2012). *Perilaku Memilih Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar tahun 2012*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Sugiyono. (2015). *Statistika untuk Peneletian*. Bandung: Alfabeta.
- Thiruselvakumar D. (2014). *Factors Affecting Food Choice And Attitude Of Choosing Food Items Among Adolescents In South India*. International Journal of Scientific and Research Publications, Volume 4, Issue 4.
- Yunita Safitri. (2009). *Kebiasaan Jajan Siswa Sekolah Dasar (Studi Kasus Di SDN Lawanggintung 01 Kota Bogor)*. Jurnal Gizi dan Pangan, Nopember 2009 4(3): 167 – 175.