

HUBUNGAN PERILAKU ORANG TUA MENGENAI POLA HIDUP SEHAT DENGAN PEMILIHAN JAJANAN PADA ANAK TK DESA PECORO BINDUNG

¹Wulandari, ¹Nikmatur Rohma, ¹Zuhrotul Eka Yulis

¹Universitas Muhammadiyah Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan

Email: andreyulian614@gmail.com, nikmaturrohmah@unmuhjember.ac.id,
zuhrotulekatulis@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Makanan jajanan sekolah merupakan hal yang perlu menjadi perhatian masyarakat, khususnya orang tua, pendidik, dan pengelola sekolah. Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat. Di sisi lain perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi. Dengan tujuan menganalisis hubungan perilaku orang tua mengenai pola hidup sehat dengan pemilihan jajanan pada anak TK di Desa Pecoro Bindung Metode: Desain penelitian ini yaitu korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah Simple random sampling dengan jumlah sampel 109 responden. Jumlah sampel yang digunakan adalah orang tua dari anak TK Pecoro Bindung. Hasil: perilaku orang tua dengan perilaku baik sebanyak 108 responden dengan pemilihan jajanan aman 97 responden dan pemilihan jajanan tidak aman 11 responden. Sedangkan perilaku orang tua buruk sebanyak 1 responden dengan pemilihan jajanan tidak aman 1 responden. Uji statistik yang digunakan adalah spearman rho. Berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan nilai (p value=0,000). Simpulan: Hasil menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku orang tua dengan pemilihan jajanan pada anak TK di desa Pecoro Bindung

Kata kunci : Perilaku Orang Tua , Pemilihan Jajanan, Anak

ABSTRACT

Introduction: School snacks are something that needs to be of concern to the public, especially parents, educators and school administrators. Food consumption behavior, like other behavior in a person, family or community, is influenced by insight and perspective and other factors related to appropriate actions (Priawanti, 2019). On the other hand, food consumption behavior is also influenced by a person's insight or perspective on nutritional issues. With the aim of analyzing the

Received: Oktober 2024

Reviewed: Oktober 2024

Published: Oktober 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

relationship between parental behavior regarding healthy lifestyles and snack choices among kindergarten children in Pecoro Bindung Village. Method: The design of this research is correlational with a cross sectional approach. The sampling technique used was simple random sampling with a sample size of 109 respondents. The number of samples used were parents of Pecoro Bindung Kindergarten children. Results: parental behavior with good behavior was 108 respondents with 97 respondents choosing safe snacks and 11 respondents choosing unsafe snacks. Meanwhile, 1 respondent had bad parental behavior with 1 respondent choosing unsafe snacks. The statistical test used is Spearman rho. Based on the results of statistical tests, a value was obtained (p value=0.000). Conclusion: The results show that there is a relationship between parental behavior and snack choices among kindergarten children in Pecoro Bindung village

Keywords: Parental Behavior, Snack Selection, Children

PENDAHULUAN

Masa anak-anak yaitu dari usia 0-6 tahun atau masa golden age merupakan masa yang penting untuk peningkatan pemeliharaan kesehatan bagi anak, karena kualitas anak sangat dipengaruhi oleh kesehatan selama masa tumbuh kembangnya. Anak sekolah di Indonesia banyak yang melewati sarapan dikarenakan orang tuanya yang membuat sarapan kesiangan. Kesehatan anak pada usia sekolah menjadi salah satu hal yang penting karena adanya keterkaitan antara kesehatan dan fungsi akademik karena periode ini merupakan periode belajar pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan anak usia sekolah tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas asupan yang baik (Khusni, 2019).

Menurut (Wang, 2019) jajanan anak di negara Belanda berperilaku jajanan sehat (65,4%) dan (37,2%) berperilaku jajanan tidak sehat anak-anak yang mengkonsumsi jajanan berakibat nafsu makan yang berkurang dan mengalami masalah pada gizinya yaitu 12,2% anak mengalami berat badan berkurang 11,4% anak mengalami berat badan lebih dari 14,6% anak mengalami obesitas. Sedangkan temuan yang mencengangkan lainnya Indonesia adalah 17,26-25,16% kasus keracunan pangan. Namun di wilayah Jawa timur tepatnya di Kabupaten Jember prevalensi masalah makanan gizi yang cukup tinggi yaitu 2,5% gizi buruk, 10,5% gizi kurang, dan 2% gizi lebih. Penyebab faktor sikap orang tua mengenai pola hidup sehat pemilihan jajan sembarangan ini akan berpengaruh terhadap penyebab kebiasaan jajan anak (Aderita, 2020). Orang tua harus mengetahui jajanan apa saja yang bergizi baik untuk anak dan jajanan apa saja yang tidak baik anak. Sehingga anak dapat dapat membiasakan jajan membeli jajan yang sehat. Sikap orang tua merupakan komponen penting yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan jajanan sehat. Sikap orang tua merupakan respon evaluatif yang dapat berupa respon positif maupun respon negatif terhadap perilaku seorang anak dalam memilih jajan sehat.

Makanan jajanan sekolah merupakan hal yang perlu menjadi perhatian masyarakat, khususnya orang tua, pendidik, dan pengelola sekolah. Perilaku konsumsi makan seperti halnya perilaku lainnya pada diri seseorang, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang dan faktor lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat (Priawanti, 2019). Di sisi lain perilaku konsumsi makan dipengaruhi pula oleh wawasan atau cara pandang seseorang terhadap masalah gizi. Perilaku makan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan meliputi faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kemampuan dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan.

Kebiasaan makan merupakan cara-cara individu atau kelompok masyarakat dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia, yang didasari pada latar belakang sosial budaya tempat mereka hidup. Anak usia sekolah mempunyai kebiasaan makan makanan jajanan. Kebiasaan jajan cenderung menjadi bagian budaya dalam suatu keluarga. Makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak. Nafsu makan anak berkurang dan jika berlangsung lama akan berpengaruh pada status gizi (Hasrul et al., 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di TK As Suniyah dan Al Hikmah masih ditemukan pemilihan jajan sembarangan di kalangan anak-anak. Hal ini diperoleh dari hasil wawancara salah satu guru pada Mei 2024 di TK As Suniyah dan Al Hikmah, guru tersebut mengatakan bahwa saat ini masih banyak anak yang jajan sembarangan. Dan hal tersebut terjadi sekitar 80%. Jajanan tersebut mengandung pewarna makanan seperti permen dan makanan yang mengandung bumbu balado.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik dalam melakukan penelitian untuk melihat adanya hubungan dukungan orang tua mengenai pola hidup sehat dengan pemilihan jajanan pada anak TK Desa Pecoro Bindung.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dari anak-anak TK As Suniyah dan Al Hikmah di Desa Pecoro Bindung yang berjumlah 150 sampel. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dari anak-anak TK As Suniyah dan Al Hikmah di Desa Pecoro Bindung yang berjumlah 150 sampel. Penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah teknik simple random sampling, teknik ini diambil secara random dan acak umumnya teknik random sampling memberi peluang kepada semua anggota populasi agar menjadi spesimen terpilih. Jumlah sampel yang didapatkan setelah dihitung menggunakan rumus slovin sebanyak 109 sampel.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Usia Ibu Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n=109 responden)

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
21-30 tahun	39	35,8%
31-40 tahun	70	64,3%
Total	109	100%

Dari tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar usia ibu pada anak TK Desa Pecoro Bindung yaitu 31-40 tahun sebanyak 70 responden dengan jumlah presentase 64,3%.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Ibu Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n=109 responden)

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Presentase (%)
SD	21	19,3%
SMP	37	33,9%
SMA	49	44,9%
S1	2	1,8%
Total	109	100%

Dari tabel 2 dapat disimpulkan bahwa jumlah tertinggi pendidikan terakhir ibu pada anak TK Desa Pecoro Bindung yaitu SMA sebanyak 49 responden dengan jumlah presentase 44,9%.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n=109 responden)

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
IRT	104	95,4%
Guru	2	1,8%
Wiraswasta	2	1,8%
Karyawan Swasta	1	0,9%
Total	109	100%

Dari tabel 3 dapat disimpulkan bahwa jumlah tertinggi pekerjaan orang tua pada anak TK Desa Pecoro Bindung yaitu IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 104 responden dengan jumlah presentase 95,4%

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Perilaku Orang Tua Mengenai Pola Hidup Sehat Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n = 109 responden)

Perilaku Orang Tua	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	108	99,1%
Buruk	1	9%
Total	109	100%

Berdasarkan tabel 5.4 bisa disimpulkan bahwa Perilaku Orang Tua Mengenai Pola Hidup Sehat Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung yaitu dalam kategori perilaku baik sebanyak 108 responden dengan jumlah presentase 99,1%.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Pemilihan Jajanan Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n = 109 responden)

Perilaku Orang Tua	Frekuensi	Presentase (%)
Aman	97	89,0%
Tidak Aman	12	11,0%
Total	109	100%

Berdasarkan tabel 5.5 bisa disimpulkan bahwa Pemilihan Jajanan Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung yaitu dalam kategori jajanan aman sebanyak 97 responden dengan jumlah presentase 89,0%.

Tabel 6 Hubungan Perilaku Orang Tua Mengenai Pola Hidup Sehat Dengan Pemilihan Jajanan Pada Anak TK Desa Pecoro Bindung, (n = 109 responden)

Perilaku Orang Tua	Pemilihan Jajanan			p value	r
	Aman	Tidak Aman	Total		
Baik	97	11	108		
Buruk	0	1	1	0,000	0,522
Total	97	12	109		

Berdasarkan data dari tabel 5.6 menunjukkan hasil bahwa seluruh pengambilan data adalah 109 responden, hasil dari perilaku orang tua dengan perilaku baik sebanyak 108 responden dengan pemilihan jajanan aman 97 responden dan pemilihan jajanan tidak aman 11 responden. Sedangkan perilaku orang tua buruk sebanyak 1 responden dengan pemilihan jajanan tidak aman 1 responden.

Bersumber dari penelitian yang didapatkan dengan menggunakan uji statistic *Spearman Rho* menunjukkan *p value* sebesar 0,000 ($<0,05$) yang artinya H_1 diterima dan, terdapat hubungan antara perilaku orang tua dengan pemilihan jajanan pada anak . Dari koefisien korelasi (*r*) diketahui 0,522 yang artinya memiliki korelasi kuat dengan arah korelasi positif

PEMBAHASAN

Pola Hidup Pada Anak TK di Desa Pecoro Bindung

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir semua orang tua pada anak TK di Desa Pecoro Bindung memiliki kebiasaan pola hidup sehat. Hanya satu orang dari semua responden yang memiliki kebiasaan pola hidup buruk.

Pola hidup sehat adalah kebiasaan sehari-hari yang dilakukan secara holistic (menyeluruh) dimana mencakup upaya penerapan keseimbangan fisik, mental, dan spiritual, serta di dukung dengan mengkonsumsi makanan yang sehat, aktifitas fisik yang seimbang,

istirahat yang cukup, serta kemampuan dalam mengelola stress (Sumantrie, 2022). Menerapkan hidup sehat adalah memperhatikan asupan gizi yang dikonsumsi dan olahraga seimbang. Sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup dan membawa pengaruh positif bagi lingkungan. Penerapan hidup sehat ini juga telah menjadi penting dan perhatian dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Kemajuan teknologi saat ini seperti teknologi pangan dan produksi makanan olahan pun semakin meningkat. Kemajuan teknologi menyebabkan hidup tidak sehat akan membuat tubuh rentan terserang berbagai jenis penyakit (Bachri et al., 2021). Pola hidup sehat merupakan perilaku yang merujuk kepada kepedulian kesehatan seseorang terhadap tubuhnya sendiri serta menolong anggota keluarga untuk melaksanakan pola kehidupan bersih dan sehat, perilaku ini bisa dilakukan diberbagai lingkungan seperti lingkungan keluarga, sekolah, sosial dan sebagainya.

Faktor yang dapat mempengaruhi pola hidup sehat yakni memelihara kebersihan (badan, pakaian, rumah). kebersihan diri seseorang yang harus di jaga meliputi kebersihan pencernaan, kebersihan mulut dan gigi, kebersihan mata, kebersihan rambut, tangan, kaki, dan kebersihan kulit. Pola makan dan minum yang sehat seperti bersih, bebas dari bibit penyakit, cukup kualitasnya dan kuantitasnya. Makanan yang bergizi dan seimbang sangat dibutuhkan oleh setiap anak untuk perkembangannya, makanan bergizi juga dibutuhkan untuk perkembangan otak supaya anak menjadi cerdas. Cara hidup yang teratur (makan, tidur, rekreasi dan istirahat yang teratur). Dan terakhir meningkatkan daya tahan tubuh dan kesehatan jasmani seperti melakukan vaksinasi untuk meningkatkan kekebalan tubuh (Wahyudi et al., 2023). Penelitian ini sejalan dengan Wiyandari (2022) yang menunjukkan bahwa hampir semua orang tua di TK Katolik Santo Bavo Madiun juga memiliki kebiasaan pola hidup sehat pada keluarganya.

Asumsi dari peneliti adalah penerapan pola hidup sehat sangat penting karena membawa banyak manfaat bagi kesejahteraan fisik, mental, dan emosional seseorang. Pola hidup sehat biasanya mencakup beberapa prinsip dasar yang dianggap penting untuk mencapai dan mempertahankan kesehatan optimal salah satu penerapan pola hidup sehat adalah dengan konsumsi makanan seimbang, pola makan yang mencakup beragam makanan bergizi, termasuk buah-buahan, sayuran, biji-bijian, protein, dan lemak sehat, dianggap esensial untuk kesehatan. Peneliti berasumsi bahwa pola makan yang seimbang dapat mencegah penyakit kronis dan mendukung fungsi tubuh yang optimal.

Pemilihan Jajanan pada Anak TK di Desa Pecoro Bindung

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anak TK di Desa Pecoro Bindung telah mengkonsumsi jajanan yang sehat dan aman. Hanya sebagian kecil responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi jajanan yang tidak aman dan tidak dianjurkan.

Jajanan sekolah merupakan salah satu varian makanan yang sering di konsumsi oleh anak-anak. Berdasarkan survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), banyak anak yang mengkonsumsi jajanan saat di sekolah. Tingginya persentase anak yang mengkonsumsi jajanan memungkinkan risiko terjadinya masalah kesehatan pada anak menjadi lebih besar. Namun ada fenomena yang perlu di waspadai oleh berbagai pihak, sering kali media memberitakan berbagai Pangan Jajanan Anak Sekolah ditemukan tidak higienis serta mengandung berbagai zat berbahaya mulai dari formalin, boraks, sampai dengan zat pewarna

berbahaya *Rodhamin B* dan *Methanyl Yellow*. Perilaku jajan anak sekolah sangat berpengaruh terhadap kesehatan, karena anak mengkonsumsi jajanan dari tempat yang sama dan dalam waktu yang cukup lama secara berkesinambungan, sementara anak sering menjadi korban akibat memilih jajanan yang berbahaya karena belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang jajanan aman. Misalnya terjadi keracunan makanan pada anak sekolah di beberapa wilayah (Anjani et al., 2021).

Makanan jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sering dikonsumsi dan dikenal oleh banyak orang, termasuk anak sekolah. Makanan jajanan berfungsi antara lain sebagai sarapan pagi; selingan yang dimakan di antara waktu makan makanan utama; fungsi sosial ekonomi yang penting, dalam arti pengembangan usaha makanan jajanan dapat meningkatkan status sosial ekonomi pedagang makanan jajanan; sebagai makan siang terutama bagi mereka yang tidak sempat makan siang di rumah; dan sebagai penyumbang zat gizi dalam menu sehari-hari terutama bagi mereka yang berada dalam masa pertumbuhan (Fitri et al., 2020).

Anak sekolah biasanya membeli makanan dari pedagang di kantin sekolah maupun pedagang di sekitar rumah. Mengingat pentingnya peran makanan jajanan terhadap pertumbuhan, perkembangan dan prestasi belajar anak sekolah, serta sebagai upaya mencegah dan menghindari dampak buruk dan kandungan berbahaya dalam makanan jajanan, maka keamanan dan kualitas jajanan anak sekolah perlu diperhatikan. Anak usia sekolah memiliki kebiasaan jajan yang sulit untuk dihilangkan, sedangkan makanan jajanan yang tidak memenuhi syarat kesehatan dan gizi akan mengancam kesehatan anak sehingga diperlukan kemampuan anak dalam pemilihan jajanan yang tepat. Jajan sehat adalah mengandung zat gizi yang cukup dan seimbang juga harus aman, yaitu bebas dari bakteri, virus, parasit, serta bebas dari pencemaran zat kimia. Makanan dikatakan aman apabila kecil kemungkinan atau sama sekali tidak mungkin menjadi sumberpenyakit atau yang dikenal sebagai penyakit yang bersumber dari makanan (*foodborne disease*). Oleh sebab itu, makanan harus dipersiapkan, diolah, disimpan, diangkut dan disajikan dengan serba bersih dan telah dimasak dengan benar (Prasetyo et al., 2024). Sejalan dengan penelitian oleh (Desyana Fitri et al., 2022) bahwa sebagian besar anak telah mengkonsumsi jajanan sehat yang telah aman.

Peneliti berasumsi bahwa pemilihan jajanan sehat penting untuk anak. Anak pada usia pra sekolah merupakan berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan. Dimana pada tahap itu membutuhkan gizi yang sesuai untuk anak. Anak-anak TK membutuhkan nutrisi yang tepat untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan fungsi tubuh yang optimal. Jajanan sehat yang kaya akan vitamin, mineral, protein, dan serat membantu memenuhi kebutuhan gizi harian mereka.

Hubungan Pola Hidup Sehat Dengan Pemilihan Jajanan Pada Anak TK di Desa Pecoro Bindung

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji analisis *Spearman Rho* menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola hidup sehat yang telah diterapkan oleh orang tua dengan pemilihan jajanan pada anak TK di Desa Pecoro Bindung. Semua orang tua di TK yang ada di Desa Pecoro Bindung yang menerapkan pola hidup sehat anaknya memiliki perilaku konsumsi jajanan yang aman dan sehat. Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan dengan kekuatan sedang antara pola hidup sehat dengan pemilihan jajanan pada anak. Sejalan dengan penelitian

oleh Anjani (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara perilaku hidup sehat dengan pemilihan jajan sehat pada anak.

Teori Stimulus-Organism-Response (SOR) Model oleh Skinner telah menjelaskan bahwa perilaku bukan hanya sekedar reaksi sederhana terhadap rangsangan, melainkan suatu proses yang kompleks dan dinamis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti motivasi, antisipasi, dan kepribadian. Ketika orang tua menerima informasi yang lengkap dan meyakinkan tentang pentingnya pola hidup sehat, mereka cenderung lebih sadar dan penuh perhatian dalam memilih makanan untuk anaknya. Perilaku positif terhadap pola hidup sehat akan mempengaruhi keyakinan dan nilai-nilai orang tua, sehingga memotivasi mereka untuk lebih mengontrol kebiasaan makan anaknya.

Penerapan pola hidup sehat pada setiap individu dinilai menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan dan menentukan pola konsumsi pangan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Sasaran pendidikan gizi tidak hanya kaum wanita yang meliputi ibu yang berpendidikan dan pengetahuan gizinya baik akan sangat berperan dalam menyiapkan menu yang cukup mengandung energi dan protein, serta gizi lainnya pada keluarganya (Y.Kusumawati et al, 2022).

Perilaku jajan dan pilihan jajan anak pada usia sekolah sangat dipengaruhi oleh orangtua, teman sebaya. Orangtua, guru dan masyarakat bertanggung jawab terhadap situasi saat anak memilih jajan di sekolah, baik dari jenis jajan yang dibeli, jumlah jajan yang dibeli dan waktu mereka membeli jajanan. Dibutuhkan perilaku positif baik terutama orangtua secara berkelanjutan untuk memberikan contoh perilaku jajan yang sehat, selain itu orangtua dan guru juga wajib memberikan wawasan, bimbingan dan nasehat dan sehat saat mereka diluar rumah (Januariana & Zebua, 2022). Orang tua harus mengedukasikan anak agar lebih memilih jajan sehat/makanan ringan salah satunya adalah dengan membuat atau membawakan bekal yang dipilih dan disiapkan sendiri oleh orang tua. Orang tua juga dapat menunjukkan kepada anak untuk membeli makanan di kantin sekolah yang memenuhi syarat kebersihan. Ajarkan anak memilih jajan sehat/makanan ringan yang bersih, tidak dihindangi serangga/lalat.

Orang tua yang menerapkan pola hidup sehat akan mengajarkan anak mengenai makanan yang bisa dikonsumsi oleh anak dan orang tua juga akan menjadi contoh untuk anak dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari. Oleh karena itu orang tua sebaiknya dapat menyajikan dan mengkonsumsi makanan yang sehat seperti sayur dan buah-buahan. Orang tua dengan pola hidup yang sehat akan memiliki pengetahuan mengenai pemilihan jajanan. Pengetahuan makanan dan kesehatan adalah penguasaan anak tentang makanan bergizi seimbang, kebersihan dan kesehatan makanan serta penggunaan bahan tambahan dalam makanan jajanan (Putra, 2023).

Peneliti berasumsi bahwa orang tua yang menjalani pola hidup sehat cenderung menjadi teladan yang baik bagi anak-anak mereka. Anak-anak sering kali meniru kebiasaan makan dan gaya hidup orang tua mereka. Anak-anak yang melihat orang tuanya memilih makanan sehat lebih mungkin untuk memilih jajanan yang sehat juga. Orang tua yang memahami pentingnya gizi dan pola makan seimbang cenderung mengedukasi anak-anak mereka tentang pilihan

makanan yang sehat. Pendidikan gizi di rumah mempengaruhi pemahaman anak-anak tentang pentingnya mengonsumsi jajanan yang sehat.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan hubungan antara pola hidup sehat dengan pemilihan jajanan pada anak TK di Desa Pecoro Bindung mencapai beberapa kesimpulan, yaitu:

1. Perilaku orang tua mengenai pola hidup sehat anak TK di Desa Pecoro Bindung hampir semua termasuk dalam kategori baik.
2. Pemilihan jajanan pada anak TK di Desa Pecoro Bindung hampir semua termasuk kategori aman.
3. Terdapat hubungan signifikan antara pola hidup sehat dengan pemilihan jajanan pada anak Tk di Desa Pecoro Bindung.

Penelitian diharapkan orang tua untuk selalu menerapkan pola hidup yang sehat dan terus mengawasi mengenai makanan yang dikonsumsi oleh anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adventus, M., Jaya, I. M. M., & Mahendra, D. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. In Pusdik SDM Kesehatan
- Akbar, H., Alexander, N., Paundanan, M., & Agustin. (2021). The Relationship of Knowledge with the Attitudes of Parents in Choosing Healthy Stays for Students in I Upai State School North Districts Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4, 164–171.
- Anjani, D., Noviati, P. R., & Rohimat, M. (2021). Hubungan Pemilihan Jajanan Sehat dalam Mengembangkan Perilaku Hidup Sehat pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar*, 8(2), 98–106. <https://doi.org/10.17509/jppd.v8i2.40497>
- Bachri, S., & Mulyati, M. (2021). Pola Hidup Sehat Masyarakat Di Era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Pengabdian Teratai*, 2(2), 79–84. <https://doi.org/10.55122/teratai.v2i2.243>
- Dahlia, B., Wati, S., Ajin, Surti, W., Fadila, & Aprilia, S. (2023). Edukasi Pentingnya Jajanan Sehat Bagi Anak Sekolah di SD Negeri 1 Wawoangi Kabupaten Buton Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bina Usada Bali*, 1(1), 42–45.
- Desyana Fitri, A., Fransiska Helena Marpaung, D., & Tsamrotul Fuadah, N. (2022). Tingkat pengetahuan anak tentang gizi dan perilaku pemilihan jajanan pada anak sekolah. *THE JOURNAL OF Mother and Child Health Concerns*, 1(1), 33–36. <https://doi.org/10.56922/mchc.v1i1.234>
- Fitri, Y., Al Rahmad, A. H., Suryana, S., & Nurbaiti, N. (2020). Pengaruh penyuluhan gizi tentang jajanan tradisional terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku jajan anak sekolah. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 13. <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.186>
- Hidayatulloh, & Hartoto. (2022). Hubungan Antara Pola Hidup Sehat dan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 133–138.
- Januariana, N., & Zebua, H. (2022). Pemilihan Jajanan Anak Sekolah Dasar Mardi Lestari Kecamatan Medan Petisah Kota Medan. *Jurnal Kesehatan Dan Masyarakat (Jurnal KeFis)*, 2, 2–2.

- Lasalewo, T., Mardhn, H., & Hariana. (2022). Edukasi Pola Hidup Sehat dan Bersih di SDN 6 Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terindeksi*, 1(1), 30–35.
- Lestari, A. (2021). Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Jajanan Kantin Sekolah dengan Status Gizi Siswa SD Inpres Moutong Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 87–94.
- Lestari, T. T., & Thristy, I. (2021). Pentingnya Jajanan Sehat Untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Implementa Husada*, 2(4), 388–391.
- Pasaribu, S., Komalasari, O., Suheti, & Putri, R. (2023). Hubungan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Tidak Aman Pada Anak Usia Sekolah Dasar di RW 006 Parigi Lama Pondok Aren Tangerang Selatan. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 6(1), 1–8.
- Prasetio, P. A., Nugraha, F. F., & Rahayu, G. D. S. (2024). Peningkatan pengetahuan bagi siswa tentang makanan jajanan sehat dan pola hidup sehat melalui olahraga kesehatan. 7(1), 115–123. <https://doi.org/10.22460/as.v7i1.21495>
- Putra, Y. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Pada Anak Usia Sekolah: Literature Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 276–289.
- Septianto, A., Wahyu, Nurmutia, S., Feblidiyanti, N., & Junaenah. (2020). Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah. *Drdikasi PKM UNPAM*, 1(2), 55–62.
- Skinner, B. F. (2014). *Verbal Behavior* (5th ed.). Prentice-Hall, Inc.
- Sumantrie, P., & Limbong, M. (2022). Edukasi Manajemen Pola Hidup Sehat di Desa Pegagan Julu, Kabupaten Dairi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 4(2), 247. <https://doi.org/10.26714/jsm.4.2.2022.247-252>
- Wahyudi, I., Simanjuntak, V., Fachrurrozi Bafadal, M., & Wardhani, R. (2023). Penerapan Pola Hidup Sehat Dalam Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Karakter Disiplin Pada Siswa Mas Khulafaur Rasyidin. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 81. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v6i1.9956>
- Wiyandari, E. W., Afifah, D. R., & Afifah, S. N. (2022). Keterlibatan orang tua dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat di TK Katolik Santo Bavo Madiun. *Senassdra*, 1, 951–957. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SENASSDRA/article/view/2907%0Ahttp://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SENASSDRA/article/download/2907/2282>
- Y.Kusumawati et al. (2022). Pengetahuan Ibu Hamil dan Ibu Balita tentang Pengolahan Makanan Sehat di Desa Krajan. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper KESMAS UMS*, 174–185.
- Yani, L., Rachmayani, I., Sriwrthini, N., & Nurhasanah. (2024). Identifikasi Penerapan Pola Hidup Sehat Bagi Anak Usia Dini Melalui Pembiasaan Sarapan Bergizi di Kecamatan Janapria. *Pendas : Jurnal Pendidikan Dasar*, 9(1), 5384–5397.
- Young, G. (2016). Unifying Causality and Psychology. In *Unifying Causality and Psychology: Being, Brain, and Behavior* (Vol. 2, Issue 1). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-24094-7>