

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Tentang Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mencari tahu, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dari tidak dapat menjadi dapat. Dalam proses mencari tahu ini mencakup berbagai metode dan konsep-konsep, baik melalui proses pendidikan maupun melalui pengalaman (Notoatmodjo, 2005). Pengetahuan ibu tentang makanan jajanan sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan untuk anak. Maksud dari pemilihan ini adalah seorang ibu juga harus mengetahui mengenai makan-makanan apa saja yang bergizi yang baik untuk anak dan makan-makanan apa saja yang tidak baik untuk anak. Ibu yang mengerti akan makanan jajanan yang sehat dan bebas dari cemaran mikroorganisme dan bahan kimia akan menjamin tumbuh kembang anak yang optimal.

Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan asupan energy. Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidak tahuan produsen

mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan. Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan 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. Istilah makanan jajanan tidak jauh dari istilah *junk food*, *fast food*, karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah makanan jajanan.

Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan ini khususnya meliputi pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang.

Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik. Ibu yang mempunyai pengetahuan luas tentang gizi, maka dapat memilih dan memberi makan anaknya dengan lebih baik. Peran orang tua terutama ibu, untuk mengarahkan anaknya dalam pemilihan makanan jajanan cukup besar.

Anak sekolah mempunyai banyak aktivitas sehingga sering melupakan waktu makan. Anak yang tidak sarapan pagi cenderung mengonsumsi energi dan zat gizi lebih sedikit daripada anak yang sarapan pagi. Kebiasaan makan pagi perlu diperhatikan untuk menyediakan energi bagi tubuh dan agar anak lebih mudah menerima pelajaran. Kebiasaan membawa bekal makanan pada anak ketika sekolah memberikan beberapa manfaat antara lain dapat menghindarkan dari

gangguan rasa lapar dan dari kebiasaan jajan. Hal ini sekaligus menghindarkan anak dari bahaya jajanan yang tidak sehat dan tidak aman.

Anak menempati posisi strategis dalam pengembangan sumberdaya manusia di masa depan. Anak merupakan kelompok penduduk yang paling rentan terhadap gangguan kesehatan dan gizi. Status imunitas, diet dan psikologi anak belum matang atau masih dalam taraf kelangsungan serta kualitas hidup anak sangat tergantung pada penduduk dewasa, dalam hal ini ibu atau orang tuanya. Orang tua pada dasarnya berkewajiban untuk menyajikan kondisi yang menguntungkan bagi pertumbuhan dan perkembangan bagi anaknya. Begitu juga dalam hal pemenuhan kebutuhan jasmani, dalam hal ini berkaitan dengan pemenuhan gizi pada makanan yang dikonsumsi sehari - hari oleh anak.

Dalam ukuran penulis beberapa ibu tidak memperhatikan pola konsumsi anak-anaknya dan mengetahui bahaya makanan jajanan. Hal ini juga dikarenakan banyaknya anak yang setiap harinya diberi keleluasan memilih makanan dan minuman yang tidak sehat dimana jajanan tersebut dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada anak terkadang hingga menimbulkan kematian. Secara perlahan hal ini akan menimbulkan masalah kesehatan pada generasi yang akan datang.

Menurut Barnadi, pengetahuan ialah suatu uraian yang lengkap dan tersusun tentang suatu obyek. Menurut Poerbakawatja, ilmu pengetahuan ialah suatu sistem dari berbagai pengetahuan yang masing-masing mengenai suatu lapangan pengalaman tertentu dan disusun dengan metode tertentu pula (induksi-induksi) sedemikian rupa menurut asas-asas tertentu sehingga menjadi suatu keseluruhan (kesatuan) yang bagian-bagiannya saling berhubungan satu dengan yang lain dan

dapat dipergunakan untuk menerangkan atau menginterpretasikan gejala-gejala tertentu dalam bidang itu (Ahmadi, 2003).

Watloly (2001) mengatakan bahwa pengetahuan (episteme, dalam bahasa Yunani) adalah salah satu kemampuan khas manusia membentuk peradaban global dan membawa akibat-akibat besar terhadap kodrat kemanusiaan. Pengetahuan juga dipandang sebagai salah satu unsur dasar kebudayaan. Bakhtiar menyatakan dalam kamus filsafat dijelaskan bahwa pengetahuan (knowledge) adalah proses yang diketahui manusia secara langsung dari kesadarannya sendiri. Dalam peristiwa ini yang mengetahui (subjek) memiliki yang diketahui (objek) di dalam dirinya sendiri sedemikian aktif yang mengetahui itu menyusun yang diketahui pada dirinya sendiri dalam kesatuan aktif (Notoatmodjo, 2005).

Watloly (2005) mengatakan bahwa setiap kegiatan yang dilakukan umumnya memberi manfaat. Pengetahuan merupakan upaya manusia yang secara khusus dengan objek tertentu, terstruktur, tersistematis, menggunakan seluruh potensi kemanusiaan dan dengan menggunakan metode tertentu. Pengetahuan merupakan sublimasi atau intisari dan berfungsi sebagai pengendali moral daripada pluralitas keberadaan ilmu pengetahuan (Notoatmodjo, 2005).

Sumber pengetahuan dapat dibedakan atas dua bagian besar yaitu bersumber pada daya indrawi, dan budi (intelektual) manusia. Pengetahuan indrawi dimiliki oleh manusia melalui kemampuan indranya tetapi bersifat relasional. Pengetahuan diperoleh manusia juga karena ia juga mengandung kekuatan psikis, daya indra memiliki kemampuan menghubungkan hal-hal konkret material dalam ketunggalannya. Pengetahuan indrawi bersifat parsial disebabkan oleh adanya

perbedaan kemampuan tiap indra. Pengetahuan intelektual adalah pengetahuan yang hanya dicapai oleh manusia, melalui rasio intelegensia. Pengetahuan intelektual mampu menangkap bentuk atau kodrat objek dan tetap menyimpannya di dalam dirinya (Notoatmodjo, 2005).

Menurut Notoadmojo (2003) ada 6 tingkatan pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif, yakni:

1. Tahu (*know*) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari keseluruhan bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan.
2. Memahami (*comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan.
3. Menerapkan (*application*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi yang sebenarnya. Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang nyata.
4. Analisa (*analysis*) adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih di dalam satu struktur

organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lainnya. Kemampuan analisa ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5. Sintesa (*Synthesis*) Menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk menyusun formulasi-formulasi yang ada.
6. Evaluasi (*Evaluation*) Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek atau materi. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor-faktor internal dan eksternal. Pengetahuan internal berasal dari dalam diri manusia sedangkan faktor eksternal adalah dorongan yang berasal dari luar berupa tuntutan untuk memenuhi kebutuhan hidup dan kehidupan. Notoatmodjo (2003) mengemukakan pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu : Pengalaman, Tingkat pendidikan, keyakinan, fasilitas, penghasilan, sosial budaya. Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain.

Pengalaman yang sudah diperoleh dapat memperluas pengetahuan seseorang. pendidikan dapat membawa wawasan atau pengetahuan seseorang. Secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah. Keyakinan, biasanya keyakinan diperoleh secara turun-temurun dan tanpa

adanya pembuktian terlebih dahulu. Keyakinan ini bisa mempengaruhi pengetahuan seseorang, baik keyakinan itu sifatnya positif maupun negatif.

Fasilitas sebagai sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, misalnya radio, televisi, majalah, koran, dan buku. Penghasilan tidak berpengaruh langsung terhadap pengetahuan seseorang. Akan tetapi bila seseorang berpenghasilan cukup besar maka dia akan mampu untuk menyediakan atau membeli fasilitas-fasilitas sumber informasi. Sosial budaya, kebudayaan setempat dan kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, persepsi, dan sikap seseorang terhadap sesuatu.

B. Pengertian Upaya

Pengertian upaya dalam kehidupan sehari-hari diartikan sebagai suatu usaha dan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang atau badan yang melaksanakan kegiatannya dalam rangka untuk mewujudkan tujuan ataupun maksud dari apa yang dikerjakan (Kamus Umum Bahasa Indonesia, 1991). Upaya tersebut harus dilaksanakan secara serius dan mempunyai kemauan yang tinggi untuk mewujudkannya. Tanpa usaha atau kegiatan maka apa yang telah diupayakan tidak akan terwujud.

Membicarakan mengenai kesehatan anak, tentunya nutrisi adalah hal yang paling banyak dibahas. Anak masih memiliki tingkat imunitas yang tidak sebaik orang dewasa. Oleh karena itu asupan gizi mereka sudah sepatutnya harus diperhatikan. Menjaga nutrisi yang cukup sesuai dengan usia, berat badan, serta aktivitas akan meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tidak mudah diserang penyakit. Selain makanan, asupan multivitamin juga bisa diberikan. Suplemen yang mengandung

berbagai vitamin yang dibutuhkan tubuh semasa pertumbuhan dan perkembangan akan membantu pula ketahanan tubuh mereka. Asalkan diberikan secara tepat baik secara komposisi maupun dosis.

Selain asupan makanan dan multivitami, kebersihan menjadi hal penentu pula bagi pertumbuhan dan perkembangan buah hati kita. Peran orang tua di sini sangat penting. Bakteri dan virus yang sering mengancam kesehatan anak memang berada di mana-mana. Kondisi lingkungan sangat perlu diperhatikan. Mulai dari kebersihan pakaian, mainan yang biasa mereka pegang, kebersihan orang-orang yang paling dekat, hingga kebersihan makanan harus diperhatikan. Hal ini juga berhubungan dengan imunitas mereka yang belum kuat. Jika kondisi lingkungan anak tidak diatur dan diperhatikan secara baik dan seksama, maka kesehatan tubuh akan terancam. Anak tidak akan mudah menentukan mana yang bersih atau kotor.

Hal yang paling sering menjadi penyebab sakitnya anak adalah faktor makanan. Kebiasaan untuk jajan sembarangan menjadi faktor penting bagi perkembangan ke depannya. Anak yang cenderung jajan sembarangan akan rentan sakit. Mereka harus diajarkan sejak dini bagaimana harus memilih makanan dan minuman mana yang boleh atau tidak boleh dimakan. Lalu diajarkan keharusan untuk cuci tangan memakai sabun sebelum makan. Kebiasaan kecil seperti ini sangat penting demi terciptanya imunitas tubuh yang baik. Ketika kebiasaan hidup bersih ditekankan diharapkan kesehatan anak juga tetap terjaga.

Pengertian lain menurut Poerwadarminta upaya adalah usaha (syarat) untuk menyampaikan sesuatu maksud, akal, ikhtiar (Poerwadarminta dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, 1991). Sedangkan menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia upaya merupakan usaha atau ikhtiar yang dilakukan untuk mencapai suatu maksud atau sasaran dalam memecahkan suatu persoalan. Upaya tersebut dilaksanakan secara berkesinambungan hingga suatu persoalan dapat terpecahkan atau dapat mencapai sasaran yang diharapkan. Dengan upaya-upaya tersebut diharapkan berbagai kendala yang menghambat suatu tujuan dapat diatasi.

C. Pengertian Ibu

Menurut Baqir Sharif Al-Qarashi (2003) bahwa para ibu merupakan sekolah-sekolah paling utama dalam pembentukan kepribadian anak, serta saran, untuk memenuhi mereka dengan berbagai sifat mulia, sebagaimana sabda Nabi Muhammad SAW yang artinya: “Surga di bawah telapak kaki ibu”, menggambarkan tanggung jawab ibu terhadap masa depan anaknya (Kartono, 2010).

Melihat kesehatan anak yang tumbuh dengan sehat merupakan cerminan dari bagaimana ibu itu sendiri merawat anaknya sukses atau tidaknya ibu menumbuh kembangkan anaknya dapat dilihat dari kesehatan anak tersebut, Ibu mana yang tidak senang dan bangga melihat buah hatinya bahagia dan sukses dalam mengarungi kehidupan. Untuk mewujudkan hal tersebut orang tua khususnya ibu perlu dan butuh mempersiapkan dan melakukan banyak hal. Mulai dari nutrisi, lingkungan juga psikologi. Semua hal tersebut dalam rangka mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Sebagai seorang ibu yang notanbennya

lebih banyak berkomunikasi dengan bauh hati maka ia harus lebih aktif dan agresif dalam memberikan contoh yang sempurna. Meski tidak menapik pentingnya peran sang ayah dan lingkungan sebagai aspek yang tak terpisahkan dari proses tumbuh kembangnya psikologi anak,

Selama ini yang diketahui oleh para ibu pada umumnya adalah berperan sebatas membesarkan dan melindungi anak agar kelak menjadi individu yang mandiri dan kompeten. Namun seperti apa proses membesarkan anak terutama perkembangan psikologi anak, kerap menjadi tanda tanya besar dalam kenyataan. Baik itu peran sebagai ayah maupun ibu.

Hal tersebut terjadi karena sang ibu membawa memiliki target dengan kualitas yang dibuat secara pribadi. Selain itu juga berbagai kebutuhan yang kompleks dalam peranannya sebagai orangtua dalam membangun psikologi anak. Sama halnya seperti anak, orangtua juga memiliki jenis kelamin dan temperamen yang berbeda, sehingga turut memberikan cara-cara yang berbeda dalam pengasuhan yang secara tidak langsung berpengaruh pada psikologi anak.

Kadang kala ibu juga turut membawa pengalaman masa lalunya terdahulu saat diasuh oleh orangtuanya di masa kecil dan sejumlah nilai-nilai budaya yang ada di lingkungannya juga membentuk apa yang ia lakukan di sama sekarang sebagai ibu. Selain itu, juga memiliki kehidupan sosial yang dapat mempengaruhi psikologi anak seperti, hubungan bersama pasangan, keluarga besar, dan dunia kerja dari kehidupan ia sendiri.

Oleh karena itu, sang ibu perlu melakukan sejumlah penyesuaian agar kebutuhan-kebutuhan psikologi anak jadi terpenuhi. Dengan semakin tumbuh kembangnya anak akan semakin banyak tuntutan dalam memenuhi berbagai

kebutuhan dalam hidupnya. Baik secara fisik, motorik, kognitif (kemampuan berpikir dan kecerdasan), emosi dan sosial, hingga kebutuhan akan berbagai nilai dan norma.

Dengan semakin tumbuh kembangnya maka semakin besar pula kebutuhan akan bimbingan akan psikologi yang dibutuhkan. Itulah sebabnya, para ibu diharapkan mampu memahami tugas-tugas perkembangan psikologi anak dalam setiap tahap tumbuh kembangnya, oleh karenanya para ibu juga perlu untuk belajar dalam proses mendidik anak untuk hasil psikologi yang diharapkan.

Menurut Jean Piaget pakar psikologi anak terkenal asal Swiss, dalam menumbuh kembangkan psikologi anak, si kecil perlu melakukan aksi tertentu atas lingkungannya untuk dapat mengembangkan cara pandang yang kompleks dan cerdas atas setiap pengalamannya. Sehingga psikologi anak dapat tumbuh dengan maksimal. Hal tersebut dikarenakan sudah menjadi tugas para ibu untuk memberi anak pengalaman yang dibutuhkannya agar mereka bisa mengembangkan kecerdasan, terutama perkembangan psikologinya.

Relatif sulit untuk menguraikan apa yang dimaksud dengan kecerdasan karena ukurannya begitu kompleks. Kecerdasan tidak sebatas hanya kecerdasan yang terukur dari kemampuan anak dalam belajar membaca, berhitung, atau menggambar. Lebih dari itu, kecerdasan adalah kemampuan berpikir pada tingkatan yang lebih tinggi. Didalamnya mencakup pembentukan konsep, pemecahan masalah, kreativitas, memori dan persepsi.

Ada sejumlah kemampuan kognitif atau kemampuan berpikir yang menggambarkan kecerdasan psikologi anak, antara lain yaitu kemampuan untuk mengelompokkan pola, memodifikasi perilaku agar lebih adaptif, penalaran

deduktif dan induktif serta mengembangkan konsep. Semuanya sangat berguna untuk membangun psikologi anak yang semakin baik sesuai tumbuh kembangnya.

Dalam perkembangan psikologi anak, salah satu kemampuan yang sangat dikenal luas oleh para ibu adalah kemampuan melakukan penalaran berpikir secara matematis, seperti yang dimiliki oleh Albert Einstein. Kecerdasan psikologi anak pada area tersebut dipercaya dapat mewakili kecerdasan psikologi anak pada area yang lain. Mengembangkan kecerdasan psikologi anak dalam melakukan kemampuan berpikir logis akan meningkatkan kecerdasan psikologi anak secara umum, meski sesungguhnya para ibu dapat mengembangkan berbagai kemampuan logika berpikir lain yang ada pada anak. Seperti logika berpikir dalam menganalisis masalah dalam sebuah cerita, gambar atau balok, gerakan tari atau senam, dan irama lagu.

Perkembangan psikologi anak sangat besar dipengaruhi dan diperankan oleh ibu, keluarga dan juga lingkungannya. Oleh kerananya sangat disarankan untuk para orang tua terutama para ibu. Hal tersebut bertujuan agar dapat memberikan pendidikan psikologi yang maksimal kepada si anak demi tumbuh kembang yang optimal dan sempurna. Sampai pada akhirnya dapat terpenuhinya tumbuh kembang si buah hati dengan seimbang.

Kreativitas merupakan faktor penting yang mendukung seseorang untuk mencapai kesuksesan. Bila kita mengamati orang-orang yang sukses, kita mendapati bahwa kesuksesan mereka bukan semata-mata karena inteligensi mereka yang tinggi, namun lebih merupakan hasil keberanian mereka untuk membuat lompatan yang tidak biasa. Mereka berani membuat sesuatu yang baru, berpikir lain daripada

kebiasaan orang, atau dengan kata lain, memanfaatkan kreativitas mereka untuk membuat sesuatu terobosan yang unik.

Proses pendidikan sangat berpengaruh terhadap perkembangan kreativitas seorang anak. Pendidikan yang dimaksud bukan hanya pendidikan di sekolah, melainkan juga pendidikan di rumah oleh orangtua. Orangtua, sebagai pendidik pertama dan utama bagi seorang anak, mempunyai kesempatan istimewa untuk membangkitkan kreativitas anak, sebab dari figur orangtua lah seorang anak pertama kali mengembangkan cara berpikir dan membentuk sikap belajarnya. Hal inilah yang selalu membuat ibu Na, menyempatkan diri untuk berkumpul bersama di hari libur demi memberikan keistimewaan anak berkreativitas sesuai keinginan mereka, akan dimanfaatkan untuk apa hari libur bersama itu.

Salah satu peran ibu terhadap anak-anaknya di rumah adalah sebagai pendidik dan pengayom pertama sebelum masuk pendidikan formal, yang sangat berarti dalam perkembangan dan pertumbuhan segala potensi anak. Seorang ibu yang mampu memberikan pendidikan awal (basic education) yang benar yaitu pendidikan akhlak (moral education) dan pendidikan pengembangan potensi pikir dan kreativitas sejak dalam lingkungan keluarganya, maka anak tersebut akan cepat menyesuaikan kondisi diluar lingkungan keluarganya dan mampu melakukan penajaman dan pencerahan pemikiran secara cepat . Seorang ibu wajib memiliki kecukupan ilmu pengetahuan untuk dapat mengarahkan anak-anaknya kepada kebaikan dan serta suri tauladan yang baik di hadapan anak-anaknya.

Seperti apa anak yang disebut kreatif? Anak yang kreatif biasanya menunjukkan karakteristik sebagai anak punya rasa ingin tahu tinggi, intuitif, berani ambil

resiko, keteguhan/ketekunan, suka dengan sesuatu yang rumit dan punya rasa humor. Beberapa penelitian menemukan bahwa anak yang kreatif sering melakukan permainan imajinasi dan lebih dimotivasi oleh faktor internal daripada faktor eksternal seperti adanya insentif. Namun tidak selamanya anak yang kreatif tampil sebagai anak yang menyenangkan. Paul Torrance (1962) juga menemukan bahwa anak yang kreatif juga bisa tampil sebagai anak yang keras kepala, senang mengoreksi, dan berpuas diri/sombong.

Karakter yang menjurus negatif seperti di atas sering disalahartikan dan kemudian mendapatkan perlakuan kurang tepat dari orang-orang di sekitarnya. Bagaimanapun karakter yang ditunjukkan anak, yang terpenting adalah penerimaan dari orang-orang di sekitarnya sehingga anak merasa nyaman untuk terus mengembangkan diri dan mengarah ke pembentukan kreativitasnya.

Perilaku dan kebijakan seorang ibu sangat tergantung pada tingkat pendidikan dan pengalamannya. Zaman dengan secepat mungkin dapat berubah sehingga menuntut seorang ibu yang tanggap dan cerdas dalam menuntun anak-anaknya, sehingga krisis moralitas bangsa dapat teratasi. Para remaja tidak lagi terjerumus dalam kehidupan yang glamor, tetapi mereka akan berkembang menjadi anak-anak yang cerdas dan kreatif serta taat dan patuh terhadap Sang Pencipta (Kartono, 2010).

Para ibu harus bekerja keras mendidik anak dan mengawasi tingkah laku mereka dengan menanamkan dalam benak mereka berbagai perilaku terpuji serta tujuan-tujuan mulia. Adapun tugas-tugas para ibu dalam mendidik anak-anaknya yaitu :

1. Para ibu harus membiasakan perbuatan-perbuatan terpuji pada anak.
2. Para ibu harus memperingatkan anak-anak mereka akan segala kejahatan dan kebiasaan buruk, perilaku yang tidak sesuai dengan kebiasaan sosial dan agama.
3. Para ibu harus memiliki kesucian dan moralitas sebagai jalan pendidikan untuk putra-putri mereka.
4. Para ibu jangan berlebihan dalam memanjakan anak.
5. Para ibu harus menanamkan pada anak rasa hormat pada ayah mereka.
6. Para ibu jangan pernah menentang suami, sebab akan menciptakan aspek kebencian dengan kedengkian satu sama lain.
7. Para ibu harus memberi tahu pada kepala keluarga setiap penyelewengan tingkah laku anak-anak mereka.
8. Para ibu harus melindungi anak dari hal-hal buruk menggoda serta dorongan-dorongan perilaku anti sosial.
9. Para ibu harus menghilangkan segala ajaran atau metode yang dapat mencederai kesucian serta kemurnian atau meruntuhkan moral dan etika seperti buku-buku porno novel.
10. Para ibu harus memelihara kesucian dan perilaku terpuji.

D. Pangan Jajanan Anak

Pangan merupakan kebutuhan manusia yang sangat mendasar karena berpengaruh terhadap eksistensi dan ketahanan hidup manusia. Manusia membutuhkan energi untuk menjamin kelangsungan hidupnya. Energi itu sendiri diperoleh dari bahan

pangan yang di konsumsi yang mengandung berbagai zat-zat kimia yang dikenal sebagai zat gizi. (Dewi Cakrawati dan Mustika. 2012)

Selain itu zat gizi yang terkandung dalam bahan pangan, tidak hanya menyediakan sumber energy tapi juga dapat mempertahankan kesehatan. Zat gizi merupakan komponen yang terdapat dalam bahan pangan yang terurai selama proses pencernaan dalam tubuh. Zat gizi dibutuhkan tubuh dalam jumlah yang memadai untuk pertumbuhan perkembangan dan kebugaran tubuh. Zat gizi yang dimaksud termasuk didalamnya air, karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin. (Dewi Cakrawati dan Mustika NH. 2012)

Menurut Winarno (1997) menyebutkan bahwa makanan jajanan adalah jenis makanan yang dijual di kaki lima, pinggiran jalan, di stasiun, di pasar, tempat pemukiman serta lokasi yang sejenis. Dan sekarang ini bukan hanya di pedagang kaki lima jajan dapat di temukan, bahkan jajanan juga banyak sekarang di jual di tempat-tempat penjualan yang dapat dikatakan lebih elit, seperti di alfamart dan indomaret, yang tempat nya lebih nyaman untuk dapat mendapatkan jajan, dan juga ditempat tersebut jajanan banyak sekali pilihannya.

Umumnya makanan jajanan ini dibagi empat kelompok yaitu makanan utama (*main dish*), panganan (*snacks*), golongan minuman, dan buah-buahan segar. Makanan jajanan memiliki jenis yang sangat banyak dan sangat bervariasi dalam bentuk, rasa, dan harga. Keamanan Pangan merupakan kondisi dan upaya yang diperlukan untuk mencegah pangan dari kemungkinan cemaran biologis, kimia, dan benda lain, yang dapat mengganggu, merugikan dan membahayakan

kesehatan manusia. Saat ini sekitar 40 – 48% bahan berbahaya dan penggunaan tambahan pangan masih dapat dijumpai di sekitaran kita.

Kasus Keracunan Pangan di Indonesia : Pada tahun 2009, telah dilaporkan oleh beberapa media mengenai kejadian luar biasa (KLB) keracunan pangan di tanah air yang telah memakan banyak korban. Umumnya, ini dikarenakan konsumsi makanan dan minuman pada jamuan makan ataupun di rumah tangga. Yang lebih menyedihkan adalah masih cukup banyaknya produk-produk yang mengandung bahan berbahaya bukan untuk pangan (*nonfood grade*) dan dapat menyebabkan kanker serta kematian beredar luas dan dikonsumsi termasuk oleh siswa-siswi SD. Awal Januari 2010, BPOM Semarang menemukan jajanan mengandung formalin dan pewarna merah tekstil yaitu rhodamin B pada kerupuk (www.mediaindonesia.com, 05/01/2010). BPOM Banten juga menjumpai hampir seluruh produk pangan jajanan anak yang dijual di lingkungan SDN II Serang mengandung pewarna tekstil, formalin, dan boraks. Di sejumlah SD di Yogyakarta, boraks ditemukan pada jenis jajanan berupa bakso goreng, cilok, dan kerupuk legendar sedangkan rhodamin B ditemukan pada es puter, es lilin, dan arum manis. Selain rhodamin B, methanil yellow (pewarna kuning tekstil) dan beberapa pewarna lainnya juga telah dilarang penggunaannya pada pangan. Bahan-bahan berbahaya ini masih saja dijumpai dalam makanan dan minuman kita termasuk jajanan anak-anak dan jajanan tradisional hingga saat ini.

Bukan hanya isu bahan berbahaya yang bukan untuk pangan seperti boraks, formalin, dan pewarna tekstil saja yang perlu menjadi perhatian tetapi juga masih banyak hal lain yang mempengaruhi keamanan pangan. Kasus yang lain misalnya

cemaran logam berat, melamin, sapi gelonggongan (sapi digelongsong air untuk menambah berat daging), dan ayam tiren (ayam mati kemaren) juga meresahkan dan membahayakan keamanan konsumen. Daging sapi gelonggongan ditemukan masih beredar hingga akhir 2009 lalu sedangkan ayam tiren dijumpai di Madiun (Jawapos, 13/01/2010). Selain itu, penggunaan tawas berlebihan dan beberapa bahan tambahan pangan lain dengan dosis yang jauh melewati batas aman juga membahayakan kesehatan konsumen.

Pangan jajanan termasuk kategori pangan siap saji yaitu makanan atau minuman yang merupakan hasil proses dengan cara atau metode tertentu, untuk langsung disajikan, dan juga realitanya saat ini banyak sekali dijumpai di lingkungan rumah, lingkungan masyarakat dan sekitar sekolah, hampir setiap hari dikonsumsi sebagian besar anak usia sekolah, dan harga terjangkau oleh anak-anak..

Pangan dan gizi merupakan komponen yang sangat penting dalam pembangunan dalam rangka meningkatkan kualitas sumberdaya manusia (SDM). Tumbuh kembang anak yang optimal tergantung pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar dalam meningkatkan status gizi. Oleh karena itu anak yang dalam masa sekolah perlu mendapatkan pembinaan terutama sekolah dasar yaitu mengenai pengetahuan bagaimana memilih makanan jajanan yang sehat baik di lingkungan sekolah, rumah, dan lingkungan masyarakat yang lebih luas, karena anak usia sekolah adalah investasi bangsa.

Alasan mengapa anak suka jajan. Pertama karena anak tidak sempat makan pagi sebelum ke sekolah (karena ibu tidak sempat menyiapkan, anak tidak nafsu makan, atau anak lebih senang jajan). Kedua, alasan psikologis pada anak (gengsi,

anak bisa mendapat uang saku). Ketiga, kebutuhan biologis yang perlu dipenuhi (kegiatan fisik yang memerlukan tambahan asupan).

Dalam ukuran penulis saat ini anak-anak semakin terpesona dengan junk food, seperti permen, cokelat, dan makan-makanan siap saji lainnya. Tapi makanan ini tidak memberikan nutrisi yang tepat untuk anak-anak. Gizi anak adalah yang paling penting dan memastikan bahwa anak mendapatkan jumlah nutrisi yang baik adalah tanggung jawab orang tua terutama ibu.

E. Pengetahuan Ibu Terhadap Makanan

Pengetahuan ibu mengenai makan-makanan yang bergizi dan tidak bergizi sangatlah diperlukan bagi seorang ibu karna itu akan menentukan asupan gizi yang nantinya akan masuk dan dikonsumsi oleh anak-anak mereka terutama yang masih sedang dalam masa pertumbuhan. Pengetahuan ibu mengenai makan-makanan sehat dan bergizi untuk anak ini dapat ibu temukan dari :

1. Membaca majalah-majalah makanan sehat
2. Acara-acara televisi yang menyiarkan bagaimana mengolah makan-makanan yang sehat
3. Membaca koran

Dari pengetahuan ibu mengenai makan-makanan yang bergizi ada beberapa kandungan zat yang ibu harus ketahui, zat-zat apa saja yang bermanfaat untuk anak seperti, karbohidrat, lemak, protein, mineral, vitamin karna zat-zat ini akan sangat berguna untuk asupan gizi anak. Fungsi zat gizi secara umum adalah sebagai sumber energy, zat pembangun dan pengatur. Fungsi tersebut dapat

dipenuhi dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari mencakup nasi, ikan, daging, susu, sayuran, buah, gula, margarine, dan lain sebagainya. Setiap kelompok gizi memiliki fungsi masing-masing, seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin. Serat pun kini menjadi komponen yang penting dalam komposisi diet makanan sehari-hari. (Cakrawati, 2012)

Berikut fungsi dari zat-zat gizi yang terdapat pada makanan (Cakrawati, 2012) :

1. Karbohidrat dalam makanan dapat berbentuk pati seperti yang terdapat dalam sereal atau pun gula seperti yang terkandung dalam buah-buahan. Fungsi utama dari karbohidrat adalah menyediakan energy yang dibutuhkan tubuh.
2. Lemak dalam makanan dapat berbentuk minyak seperti yang ditemukan dalam biji-bijian, mentega ataupun berbentuk lemak seperti yang terdapat dalam daging. Lemak berperan dalam penyediaan energi, dan pemanas tubuh.
3. Protein dalam makanan dapat berupa kasein yang ada dalam susu, atau albumin dalam telur, globulin dalam kacang-kacangan dan gluten dalam gandum. Fungsi utama dari protein adalah membentuk jaringan baru dan memperbaiki jaringan yang rusak dalam tubuh.
4. Mineral, dibutuhkan dalam pembentukan tubuh seperti pembentukan tulang, gigi, dan struktur jaringan, mineral dapat di temukan pada bahan pangan dalam bentuk komposisi organik dan anorganik.
5. Vitamin dapat ditemukan pada makanan seperti tepung, roti, daging, buah-buahan dan sayur-sayuran. Vitamin berperan sebagai pengatur pada proses metabolisme tubuh.

Selain pengetahuan mengenai makan-makanan bergizi ibu juga perlu mengetahui kandungan zat yang tidak baik untuk anak seperti metanil yellow, formalin, boraks, dan rhodamin B zat tersebut ada dan banyak beredar pada makanan anak, bahayanya zat-zat ini adalah sebagai berikut :

1. Formalin mengandung unsur aldehida yang mudah bereaksi dengan protein. Hal yang paling membahayakan jika formalin berdosisi tinggi masuk ke tubuh ialah bisa menimbulkan kanker.
2. Boraks adalah senyawa kimia yang mempunyai sifat dapat mengembangkan, memberi efek kenyal, serta membunuh mikroba. jika tertelan akan menyebabkan mual, muntah, perut perih, dalam jumlah banyak menyebabkan kurang darah, muntah darah dan kematian.
3. Metanil Yellow adalah salah satu zat pewarna yang tidak diizinkan untuk ditambahkan ke dalam bahan makanan. Metanil Yellow digunakan sebagai pewarna untuk produk-produk tekstil (pakaian), cat kayu, dan cat lukis. Metanil juga biasa dijadikan indikator reaksi netralisasi asam basa, jika tertelan dalam jumlah yg besar dapat juga menyebabkan keracunan dan kanker.
4. Rhodamin B biasanya dipakai dalam pewarnaan kertas, di dalam laboratorium digunakan sebagai pereaksi untuk identifikasi Pb, Bi, Co, Au, Mg, dan Th. Rhodamin B jika tertelan dapat menimbulkan gejala keracunan dan air seni berwarna merah atau merah muda.

Seperti yang diketahui zat-zat berbahaya diatas ternyata banyak terdapat pada makan-makanan masa kini seperti saat ini yang dikenal dengan sebutan junkfood (makanan sampah) atau makanan cepat saji, yang di katakan makan sampah

adalah makanan yang sangat sedikit sekali kandungan gizinya dan bahkan mungkin sama sekali nol juga tinggi akan lemak dan berikut adalah penjelasan mengenai makanan-makanan junkfood tersebut :

1. Gorengan

Junk food ini mengandung kalori, lemak/minyak, dan oksidan yang tinggi. Jika dikonsumsi secara teratur, dapat menimbulkan berbagai macam penyakit mulai dari obesitas, penyakit jantung koroner, hingga kanker (karena zat karsiogenik yang dihasilkan dalam proses penggorengan).

2. Mi Instan dan Makanan Cepat saji (fast food)

Makanan yang sangat lezat dan praktis ini ternyata mengandung garam dalam jumlah sangat tinggi, serta vitamin dan mineral dalam jumlah sangat rendah. Kadar garam yang tinggi mengandung trans lipid, memperberat beban ginjal dan pembuluh darah jantung, serta menaikkan tekanan darah.

3. Daging Olahan

Makanan yang dapat dimasukkan ke dalam kategori ini adalah makanan seperti baso, sosis, nugget, ham, corned, dan sebagainya. Makanan jenis ini mengandung garam nitrit yang beresiko menimbulkan kanker, pengawet dan pewarna yang beresiko bagi hati, serta natrium yang memberatkan kerja ginjal dan membuat tekanan darah labil.

4. Sajian Manis Beku

Es krim adalah contoh junk food golongan ini. Junk food ini mengandung kadar mentega tinggi yang menyebabkan obesitas, kadar gula tinggi yang mengurangi nafsu makan, dan suhu rendah yang memberi efek negatif bagi usus.

5. Makanan Kaleng

Kandungan vitamin dan protein makanan dalam kaleng tentu saja sudah berkurang jika dibandingkan dengan yang alami. Hal ini otomatis menurunkan nilai gizinya, ditambah dengan interaksinya dengan kaleng dan pengawet yang mengandung berbagai macam zat kimia berbahaya. Buah kaleng jauh lebih berbahaya lagi, karena mengandung kadar gula dan kalori yang sangat tinggi.

Berdasarkan penjelasan mengenai makanan-makanan yang tidak bergizi diatas terdapat pula hasil penelitian mengenai makanan junkfood yang diteliti oleh Dr. Stephanie Fulton, peneliti dari University of Montreal : Menurut hasil penelitian yang dilakukan Dr. Stephanie Fulton, peneliti dari University of Montreal, yang dikutip oleh jadigitu.com Fulton dan tim membandingkan dua kelompok hewan percobaan yang diberi makan diet rendah lemak (lemak terdiri 11 persen dari kalori dalam makanan), dan hewan yang diberi makan diet tinggi lemak selama 6 minggu (lemak terdiri dari 58 persen dari kalori dalam makanan). Pada akhir penelitian, kelompok yang tinggi lemak mengalami peningkatan 11 persen ukuran pinggang. Peneliti kemudian menganalisis otak, serta emosi dan perilaku setelah makan.

Peneliti menemukan bahwa kelompok hewan yang diberi makanan tinggi lemak lebih mudah cemas, Tikus ini juga memiliki tingkat kortisol lebih tinggi, yaitu hormon yang berhubungan dengan stres. Ini menjelaskan tentang siklus depresi dan perilaku negatif," jelas Dr. Fulton. Selain itu juga terdapat contoh kasus anak karena terlalu sering mengkonsumsi makanan-makanan junkfood : Seorang gadis 17 tahun bernama Stacey Irvine meninggal dunia setelah divonis dokter

mengalami anemia dan gizi buruk. Ironis, kematian Irvine diakui oleh orangtuanya akibat kecanduan makanan cepat saji (junkfood) yang sudah dikonsumsi sejak usia dua tahun. (Okehealth, 2012)

Kasus Irvine ini pun akhirnya membuat banyak ibu di Inggris mempertimbangkan kebiasaan makan sang anak sebelum status buruk pada kesehatan buah hati. Ibu dari Stacey pun baru melarang Stacey mengonsumsi makanan cepat saji tersebut setelah tim medis Stacey menyerukan hal itu. (Okehealth, 2012) Kematian Irvine ini seharusnya dapat menjadi pelajaran bagi semua orangtua. Tidak dapat dipungkiri, keterbatasan waktu sering kali membuat orangtua cenderung menggampangkan menu makanan anak. Sehingga kini, anak-anak pun lebih gemar makanan cepat saji ketimbang sayur buatan ibu di rumah. . (Okehealth, 2012).

Akibat kesibukan orangtua, seringkali menjadikan alasan tidak memiliki waktu untuk membuatkan makanan sehat atau jajanan bagi si kecil. Mereka lebih memilih memberikan makanan jenis junk food atau makanan siap saji yang tidak memiliki kandungan gizi yang cukup. Berikut diatas adalah makan-makanan yang perlu diwaspadai oleh ibu, dan 5 jenis makanan ini sudah ditetapkan oleh Badan kesehatan dunia (WHO), ada 5 jenis makanan yang perlu di kurangi, bahkan dihindari. Karena jika terus menerus dikonsumsi akibat mengakibatkan efek mengganggu kesehatan.

Ibu adalah sosok yang tidak pernah lepas dari kehidupan kita, tanpa sosok ibu kita tidak akan pernah ada di dunia ini, bahkan banyak orang-orang hebat yang tidak akan pernah bisa menjadi hebat tanpa didukung dengan sosok ibu hebat di

belakangnya, ada begitu banyak definisi dan arti dari ibu namun semua arti dan definisi itu bersumber pada satu kesimpulan, bahwa ibu adalah sosok yang sangat hebat terlepas dari segala kekurangan yang dimilikinya. (Carapedia. 2012). Di sini penelitian ingin mengetahui bagaimana upaya ibu dalam menjaga kesehatan pangan jajan anak, oleh karena itu ibu yang dimaksud disini adalah bagaimana upaya dari seorang ibu itu sendiri dalam menjaga kesehatan pangan jajan anaknya, dimulai dari pengetahuan ibu itu sendiri mengenai makan-makanan yang bergizi dan yang tidak bergizi dalam ukuran penulis ibu memegang peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan anaknya terutama dari segi pangan jajanan anak, dan bagaimana cara ibu dalam menjaga hal tersebut merupakan juga hal yang sangat perlu diperhatikan.

F. Faktor Anak Suka Jajan

Kebanyakan orang tua mungkin mempunyai pemahaman bahwa arti kasih sayang orang tua adalah dengan memberikan segala hal yang diinginkan oleh anaknya bisa dipenuhi semuanya. Tetapi bila ada hal-hal yang bisa berdampak kurang baik kepada kesehatan anaknya tentunya juga hal ini tidak juga bisa dibenarkan. jadi orang tua harus selektif pula dalam memberikan dan memenuhi keinginan sang anak. Orang tua yang bijak akan bisa mempertimbangkan apa yang sebaiknya dipenuhi dari permintaan si anak, apa yang mesti ditunda di lain waktu, serta apa yang tidak harus diberikan. Demikian pula bila sang anak suka jajan. Bukannya tidak memperbolehkan anak jajan, tetapi harus bisa memilih jajanan yang sehat dan juga jajanan mana yang kurang sehat bagi sang anak.

Masa kanak – kanak paling sering dikeluhkan oleh orang tua adalah sebagai masa dimana anak sangat sulit untuk makan, apalagi makanan rumahan yang diracik sendiri oleh ibunya. Bahkan, terdapat banyak orang tua yang putus asa karena anaknya sangat sulit makan sehingga mereka membiarkan anak-anaknya membeli jajanan yang memang mereka sukai dibandingkan dengan makanan olahan ibunya sendiri yang menurut mereka kurang lezat. Hal ini menjadi faktor yang menyebabkan permasalahan gizi pada anak yang tidak tercukupi.

Berbagai jenis jajanan yang di sajikan secara menarik banyak ditawarkan oleh penjual yang diedarkan di sekolah-sekolah maupun warung-warung yang tersebar di penjuru pemukiman warga. Namun, tidak banyak masyarakat yang tahu kandungan gizi yang ada dalam makanan yang di jual belikan dan sangat laris manis dibeli oleh anak-anak. Di sisi lain, orang tua selalu memberikan uang jajan untuk anaknya ketika hendak berangkat sekolah maupun sekedar pergi bermain. Hal ini dilakukan dengan alasan para orang tua tidak tega melihat anaknya menangis ketika merengek meminta jajan karena permintaannya tidak dipenuhi. Orang tua akan merasa bersalah jika tidak dapat memenuhi permintaan anaknya tersebut, karena mereka bekerja mencari uang juga digunakan untuk memenuhi kebutuhan anak mereka.

Selain rasanya yang lezat dan dikemas secara menarik, faktor lain yang membuat anak lebih menyukai untuk jajan dari pada makan makanan yang disajikan ibu dirumah adalah langkanya bahan makanan yang mengandung nutrisi yang baik bagi tubuh untuk diolah dan menurunnya keterampilan para ibu dalam mengolah bahan makanan menjadi sesuatu yang sehat dan menarik bagi anak-anak mereka. Moehdji (dalam Mariani) mengatakan bahwa sebagian besar

kejadian gizi buruk pada anak dapat dihindari apabila ibu mempunyai cukup pengetahuan tentang bagaimana cara mengolah bahan makanan dan cara mengatur menu.

Pangan sebagai kebutuhan pokok manusia harus selalu diupayakan untuk dicukupi dan tersedia setiap waktu di setiap rumahtangga. Pangan yang kita konsumsi di samping sebagai sumber karbohidrat, juga sebagai sumber protein, vitamin dan mineral. Sebenarnya bahan makanan yang kaya nutrisi dapat dengan mudah didapatkan mengingat bahan makanan yang bergizi tidak harus mahal. Protein dan karbohidrat dapat diperoleh melalui umbi-umbian yang dapat dengan mudah tumbuh di halaman atau kebun rumah. Kalsium dan zat besi juga bisa diperoleh dari kacang-kacangan dan sayuran hijau yang biasa ditanam di kebun-kebun milik warga.

Semua faktor yang berhubungan dengan status gizi anak juga berhubungan dengan ketersediaan sumberdaya keluarga seperti pendidikan dan pengetahuan ibu, pendapatan keluarga, status bekerja ibu, sanitasi dan kesehatan rumah. Seseorang akan maju dan berhasil bila ditunjang dengan pendidikan yang memadai atau baik. Demikian juga dengan pendidikan orang tua mempunyai kaitan yang erat dengan tugasnya sebagai pendidik yang pertama dan utama bagi anak. Melalui pendidikan akan di peroleh perkembangan masyarakat, sehingga dapat diduga bahwa penambahan waktu untuk mengikuti pendidikan akan menambah kesadaran satu pihak dan perkembangan dipihak lain. Apabila orang tua tidak memiliki pengetahuan atau tingkat pendidikan yang cukup baik dan luas tentang kesehatan, makanan/gizi, cara mendidik anak, cara bergaul dengan masyarakat sekitar, maupun pengetahuan atau keterampilan yang berkaitan

dengan pekerjaan, sehingga dalam memberikan pendidikan kepada anak tentu juga sesuai dengan apa yang dimiliki. Namun sebaliknya jika orang tua memiliki pengetahuan atau pendidikan yang cukup tinggi ataupun baik, wawasannya luas, maka dalam memberikan pendidikan kepada anak akan baik pula sesuai dengan apa yang dimiliki.

Pengaruh lingkungan masyarakat juga membawa dampak pada kebiasaan untuk jajan. Anak-anak sekolah misalnya, akan merasa iri jika teman-temannya membeli jajanan ketika jam istirahat tiba namun dia sendiri tidak membelinya. Mereka akan merasa berbeda dengan teman-temannya yang lain. Masyarakat mempunyai pengaruh perkembangan yang sangat besar dalam kehidupan individu. Kegiatan jajan bagi anak kadang dapat diartikan sebagai proses untuk menyamakan dirinya dengan teman-teman yang ada disekitarnya, dan sebagai ajang untuk mendapatkan teman.

Keluarga merupakan bagian dari masyarakat. Awal dari masyarakat pun dapat kita katakan berasal dari hubungan antar individu, kemudian kelompok yang lebih membesar lagi menjadi kelompok yang besar orang-orang yang disebut dengan masyarakat. Jadi keluarga dapat diartikan inti dari masyarakat. Maka segala tindak perilaku dalam keluarga juga tidak dipungkiri bisa jadi adalah pengaruh dari masyarakat sekitar. Jika keluarga pada umumnya sudah membatasi jajan anak perharinya, belum tentu anak akan menuruti. Dia pasti akan terpengaruh teman-temannya yang membeli jajan lebih dari dirinya dan pasti dia akan meminta kepada orang tuanya untuk disamakan dengan teman-teman yang lainnya.

Dalam keluarga, orangtua juga perlu mengawasi kebiasaan jajan anaknya, mengarahkan dan memberikan pemahaman tentang jajanan yang aman, sehat dan bergizi. Membiasakan anaknya sarapan di rumah sebelum berangkat sekolah, atau memberi bekal makanan dari rumah yang bersih, sehat, aman dan bergizi. Memberikan pengetahuan atau sosialisasi mengenai makanan sehat juga menjadi kewajiban bagi orang tua agar anak dapat memilih makanan sejak dini. Mulai dari si ibu sebagai orang pertama yang menjadi lawan interaksi dari si anak, kemudian anggota-anggota keluarga lainnya dan seterusnya nanti dalam masyarakat. Proses sosialisasi yaitu proses membantu individu melalui proses belajar dan penyesuaian diri bagaimana cara hidup.

Ada beberapa contoh permintaan anak yang acapkali diminta. Biasanya itu menjadi alasan mereka untuk menikmati jajan yang mungkin sering kita dengar dalam keseharian. Faktor seperti iklan di televisi cukup besar memberikan pengaruh terhadap jajan anak. Apalagi untuk saat ini, iklan jajanan anak-anak begitu bombastisnya muncul dilayar televisi. Banyak sekali kasus yang terjadi dimasyarakat seorang anak yang merengek-rengok minta dibelikan susu kotak setelah melihat iklan susu kotak di televisi. Selain itu ada juga anak yang menangis meraung-raung minta dibelikan coklat karena melihat temannya itu jajan di warung. Jadi ada banyak cara untuk menarik anak untuk jajan. Tayangan iklan di televisi, gambar di majalah anak, atau karena melihat temannya yang sedang jajan, berikut terdapat contoh kasus mengenai permintaan anak untuk jajan, (Kompasiana. 2012) :

“Ma, besok aku mau jajan chiki itu ya di sekolah...” Ucap Mira bocah kelas 3 SD sambil menunjuk sebuah tayangan iklan makanan ringan di televisi. Lalu tidak lama kemudian, “Ma, aku juga mau jajan itu besok” sambil menarik tangan mama untuk mengajaknya melihat iklan biskuit

yang sedang muncul di layar tivi. “Ma.. nanti beliin es krim ya. Di kulkas *udah* habis *tuh*” seru Mira ketika ada tayangan iklan es krim di televisi.

Selain contoh diatas terdapat pula faktor lain yang dapat mempengaruhi mengapa seorang anak ingin jajan diluar rumah, (Kompasiana. 2012) :

1. Kebiasaan anak jajan di luar rumah mungkin saja, karena apa yang disajikan di rumah tidak menarik baginya. Dalam beberapa kasus yang kami temukan di lapangan, anak jajan di warung karena dia merasa bosan dengan sajian atau menu yang ada di rumah.
2. Kebiasaan mengemil. Bila di rumah sering kali mengemil dan makanan yang dia suka tidak ada, maka anak akan pergi ke warung untuk mencari makanan pengganti untuk cemilannya.
3. Orang tua yang royal belanja. Anak meniru sifat orangtua yang suka berbelanja makanan. Ditambah bila orangtua jarang memasak dirumah untuk anak akan memberikan cukup alasan bagi anak untuk mencari jajanan diluar.
4. Cukup uang untuk jajan. Orang tuanya terbiasa memberikan uang yang cukup banyak pada anak dan gampang menuruti keinginan anaknya untuk jajan.

Dalam ukuran penulis mengatasi anak yang suka jajan tidaklah gampang, apalagi bila itu terpola cukup lama. Dibutuhkan ekstra kesabaran untuk mengurangi nafsu jajan si anak. Tambah lagi dengan adanya pihak lain seperti paman, tante, atau tetangga yang suka memberikan uang jajan kepada anak supaya mereka bisa dekat dengan anak. Ini secara tidak langsung memberikan kesempatan kepada anak untuk berlaku konsumtif.

Bagi orangtua terutama ibu yang sudah mengerti tentang bahayanya jajan sembarangan juga harus mengajarkan dan mengingatkan kepada orang terdekat anak untuk membantu orangtua dalam mendidik anaknya supaya berhati-hati dalam menggunakan uang jajan. Orangtua tidak perlu sungkan untuk melakukan itu karena anak adalah tanggung jawab orangtua.

Anak sebagai buah hati orangtua memang memberikan kebahagiaan dalam kehidupan berkeluarga. Yang menjadi masalah dalam kebahagiaan ini adalah bila orangtua terlalu memanjakan anak sampai memberikan uang jajan yang berlebihan atau mengabdikan semua keinginan anak untuk jajan. Bukan kebahagiaan yang didapat, tapi anak akan berpola hidup konsumtif dan mengabaikan kesehatan mereka.

G. Kerangka Pikir

Pangan adalah kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan harus ditangani dan dikelola dengan baik dan benar agar bermanfaat bagitubuh. Namun, apabila penanganan dan pengelolaannya tidak baik dan benar maka pangan tersebut tidak terjamin dalam hal aspek gizi dan keamanannya. Pangan tersebut jika dikonsumsi manusia dapat menyebabkan penyakit akut maupun kronis yang pada akhirnya dapat mempengaruhi status gizi dan kesehatan seseorang.

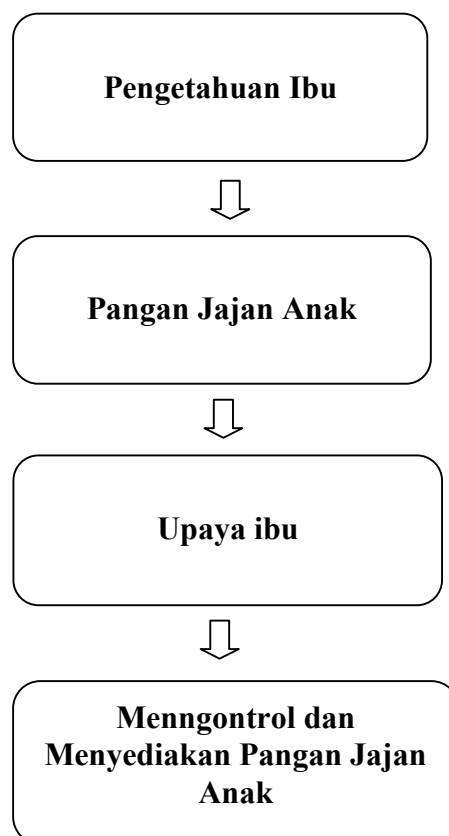
Berdasarkan kajian pustaka, dapat ditarik suatu kerangka pikir bahwa upaya ibu dalam menjaga kesehatan pangan jajan anak sangatlah penting bagi kehidupan sosial anak. Karena yang dilihat sekarang ini pangan jajanan anak yang beredar diluar banyak sekali yang tidak bermanfaat dan tidak mengandung gizi (Junk Food) padahal yang diketahui bahwa anak memerlukan asupan gizi yang cukup dalam masa pertumbuhan mereka.

Dari sini hal sangat perlu diperhatikan adalah dari pengetahuan ibu itu sendiri mengenai pangan jajan anak, terutama kandungan gizi yang terkandung dalam makanan anak, dan bahayanya jika terlalu sering mengkonsumsi makan-makanan yang mengandung pengawet.

Cara ibu dalam menyediakan pangan jajan anak dirumah juga harus diperhatikan, selalu melihat kehygienisan makanan yang nantinya akan di konsumsi oleh anak juga bagaimana cara dari seorang ibu dapat membuat makanan yang bergizi dirumah menjadi menarik dan enak agar anak menjadi tertarik akan makan-makanan yang tersedia didalam rumah, yang terakhir bagaimana upaya ibu dalam

mengontrol pangan jajan anak diluar rumah, langkah selanjutnya yang dapat juga dilakukan adalah mengajarkan anak untuk dapat selalu melihat komposisi yang ada pada makanan tersebut sehingga anak dapat memilih mana makanan yang baik untuk dapat dikonsumsi, juga mengajarkan kepada anak untuk dapat melihat tanggal kaduarsa dari makanan tersebut apakah masih layak konsumsi.

Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui seperti apa pengetahuan dan upaya ibu dalam menjaga kesehatan pangan jajan anak di “Kampung Suka Marga Kelurahan Rajabasa Kecamatan Rajabasa kota Bandar Lampung” Secara sederhana, penelitian ini dapat digambarkan dengan kerangka pikir sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Pikir