

BAB 2

LANDASAN TEORITIS

2.1 Makanan Jajanan

2.1.1 Pengertian Makanan Jajanan

Makanan jajanan Menurut Food and Agriculture Organization (FAO) makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi, di rumah atau di tempat berjualan. Makanan jajanan dapat berupa minuman atau makanan dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi dan memikat. Variasi rasa, jenis dan terutama warna yang memikat dan menarik minat anak sekolah untuk membeli makanan jajanan.

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan/restoran, dan hotel (Kemenkes RI, 2003).

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/MENKES/SK/VII/2003, pada pasal 2 disebutkan penjamah makanan jajanan adalah orang yang secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan makanan dan peralatannya sejak dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai dengan penyajian. Penjamah makanan jajanan dalam melakukan kegiatan pelayanan penanganan makanan jajanan harus memenuhi persyaratan antara lain: tidak menderita penyakit mudah

menular misalnya batuk, pilek, influenza, diare, penyakit perut sejenisnya; menutup luka (pada luka terbuka/ bisul atau luka lainnya); menjaga kebersihan tangan, rambut, kuku, dan pakaian; memakai celemek, dan tutup kepala; mencuci tangan setiap kali hendak menangani makanan; menjamah makanan harus memakai alat/ perlengkapan, atau dengan alas tangan; tidak sambil merokok, menggaruk anggota badan (telinga, hidung, mulut atau bagian lainnya); tidak batuk atau bersin di hadapan makanan jajanan yang disajikan dan atau tanpa menutup mulut atau hidung (Kemenkes RI, 2003).

Pada pasal 9 juga disebutkan bahwa makanan jajanan yang dijajakan harus dalam keadaan terbungkus dan atau tertutup. Pembungkus yang digunakan dan atau tutup makanan jajanan harus dalam keadaan bersih dan tidak mencemari makanan (Kemenkes RI, 2003).

Makanan jajanan termasuk dalam kategori makanan siap saji yaitu makanan dan minuman yang dijual untuk langsung dikonsumsi tanpa proses pengolahan lebih lanjut. Ragam makanan jajanan antara lain bakso, mie goreng, nasi goreng, ayam goreng, burger, cakue, cireng, cilok, cimol, tahu, gulali, es lilin dan ragam pangan jajanan lainnya (Suhartini, 2016).

2.1.2 Fungsi Makanan Jajanan

Makanan jajanan selain berfungsi sebagai makanan selingan, juga berperan sebagai sarana peningkatan gizi masyarakat. Makanan jajanan sering berfungsi untuk menambah zat-zat makanan yang tidak atau kurang pada makanan utama dan lauk-pauknya. Makanan jajanan juga berfungsi, antara lain (Febry, 2010):

- a. Sebagai sarapan pagi.
- b. Sebagai makanan selingan yang dimakan diantara waktu makan makanan utama.
- c. Sebagai makan siang terutama bagi mereka yang tidak sempat makan di rumah.
- d. Sebagai penyumbang zat gizi dalam menu sehari-hari terutama bagi mereka yang berada dalam masa pertumbuhan.
- e. Sebagai produk yang mempunyai nilai ekonomi bagi para pedagang.

2.1.3 Pengaruh Makanan Jajanan

Pengaruh makanan jajanan terdiri dari dua yaitu pengaruh positif dari makanan jajanan dan pengaruh negatif dari makanan jajanan. Adapun pengaruh positif dan negatif dari makanan jajanan yaitu :

1. Pengaruh positif dari makanan jajanan

Kebiasaan jajan di sekolah sangat bermanfaat jika makanan yang dibeli itu sudah memenuhi syarat-syarat kesehatan, sehingga dapat melengkapi atau menambah kebutuhan gizi anak. Disamping itu juga untuk mencegah kekosongan lambung, karena setiap 3-4 jam sesudah makan, anak akan merasa lapar. Apabila anak merasa lapar, akan berpengaruh terhadap konsentrasinya sehingga anak tidak dapat memusatkan kembali pikirannya pada pelajaran yang diberikan oleh guru dikelasnya (Mavidayanti, 2016).

2. Pengaruh negatif dari makanan jajanan

Aspek negatif makanan jajanan yaitu apabila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan kelebihan asupan energi yang dapat menyebabkan obesitas.

Masalah lain pada makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanan. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh tingkat rendahnya pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan (Anggraeni et al., 2020).

Kelebihan gizi pada remaja muncul karena pola makan bergizi tak seimbang. Kelebihan gizi timbul karena asupan gizi melebihi kebutuhan. Adapun kelebihan gizi terjadi, terutama, karena pola makan yang padat energi (kalori) dan melebihi kebutuhan untuk beraktivitas sehingga menimbulkan kegemukan akibat kelebihan energi. Terlalu sering mengonsumsi makanan jajanan akan mempengaruhi status gizi karena makanan jajanan tersebut kebanyakan mengandung tinggi/ karbohidrat sehingga membuat cepat kenyang, selain itu kebersihan dan standar gizi dari makanan jajanan itu sendiri masih diragukan (Ratu, 2022).

Kebiasaan makan yang diperoleh semasa remaja akan berdampak pada kesehatan dalam fase dewasa nanti. Ketidakseimbangan antara asupan yang positif (berlebihan) dan keluaran energi mengakibatkan penambahan berat badan. Namun remaja yang suka mengonsumsi jajanan cenderung meninggalkan makan utamanya dibanding remaja yang tidak suka mengonsumsi jajanan. Selain itu, pemilihan jenis jajanan yang dikonsumsi juga dapat mempengaruhi status gizi (Karmila & Fayasari, 2019).

2.1.4 Jenis Makanan Jajanan

Makanan jajanan dapat dibagi menjadi empat kelompok yaitu (Suhartini, 2016):

a. Makanan utama atau *main dish*

Makanan utama atau main dish contohnya nasi rames, nasi rawon, nasi pecel, dan lain sebagainya.

b. Makanan snacks

Makanan snacks contohnya kue-kue, onde-onde, pisang goreng, dan lain sebagainya.

c. Minuman

contohnya es teler, es buah, teh, kopi, es dawet, dan lain sebagainya.

d. Buah-buahan segar

Buah-buahan segar seperti mangga, durian, jeruk, dan lain sebagainya.

Menurut Nuryanto (2008) terdapat 2 (dua) jenis makanan kecil (Jajanan), yaitu :

1. Makanan jajanan dengan rasa manis Bila dilihat dari cara memasaknya dapat digolongkan menjadi dua, yaitu jenis makanan jajanan basah dan kering.

a. Kue basah manis, antara lain sebagai berikut :

- a) Aneka bubur, seperti: bubur sumsung, bubur candil, dan bubur sagu.
- b) Aneka kolak, seperti : kolak pisang kolak ubi, dan kolang kaling.
- c) Aneka jajan yang dikukus seperti : nagasari, putu mayang, dan kue lapis.

- d) Jajan yang direbus, seperti: kelepon, dan agar-agar.
- b. Kue kering manis antara lain sebagai berikut :
 - a) Aneka goreng-gorengan, seperti pisang goreng dan ubi kuning goreng.
 - b) Aneka kue yang dipanggang, seperti: bolu, kue kering dan yang dipanggang dengan cetakan, misalnya kue lempeng dan carabinka.
- 2. Makanan jajanan dengan rasa asin

Makanan jajanan dengan rasa asin, seperti lumpia dan risol.

2.1.5 Dampak Makanan Jajanan

Adapun dampak dari makanan jajanan yaitu (Febry, 2010) :

- a. Bagi anak-anak sekolah, makanan jajanan adalah pengenalan dengan beragam jenis makanan jajanan dapat menumbuhkan kebiasaan penganeekaragaman makanan sejak kecil.
- b. Terhadap kesehatan anak, makanan jajanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan (termasuk dalam hal ini: cara pengolahan makanan jajanan, penggunaan zat pewarna yang bukan pewarna makanan, cara penyajian, dll), sewaktu-waktu dapat mengancam kesehatan anak.
- c. Dapat mengakibatkan pengurangan nafsu makan di rumah.

2.2 Pengetahuan

2.2.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni, indera pendengaran, penglihatan, penciuman, perasaan dan perabaan. Sebagian pengetahuan manusia didapat melalui mata dan

telinga. Pengetahuan memiliki peranan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoatmodjo, 2014) yaitu :

1. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*comprehension*)

Memahami 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 dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat

diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang telah ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

SUMATERA UTARA MEDAN

2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Soekanto (2002), faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, antara lain:

1. Tingkat Pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.

2. Informasi

Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan lebih luas.

3. Budaya

Tingkah laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.

4. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

2.3 Sikap

2.3.1 Pengertian Sikap

Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dengan kata lain sikap belum merupakan tindakan tetapi merupakan predisposisi perilaku atau reaksi tertutup. Sikap terhadap kesehatan adalah penilaian seseorang terhadap hal-hal yang terkait dengan pemeliharaan kesehatan misalnya sikap terhadap gizi makanan (Notoatmodjo, 2010).

Sikap dalam memilih makanan jajanan merupakan penggabungan dari sesuatu yang dipelajari dan dilihat, misalnya melalui berbagai iklan dan media

massa. Dalam hal ini pendidikan gizi sangat diperlukan karena dapat membentuk sikap mental dan perilaku positif terhadap gizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap pemilihan makanan jajanan adalah sikap dalam pemilihan makanan (Notoatmodjo, 2012a).

Menurut Notoatmodjo (2012), tingkatan sikap terbagi menjadi 4 yaitu :

1. Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek.

2. Merespon (*responding*)

Memberi jawaban bila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan atau suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, berarti bahwa orang menerima ide tersebut.

3. Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah atau suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

2.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Azwar (2012) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap terhadap suatu objek antara lain :

1. Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi yang terjadi secara tiba-tiba atau mengejutkan yang meninggalkan kesan paling mendalam pada jiwa seseorang. Kejadian-kejadian dan peristiwa-peristiwa yang terjadi berulang-ulang dan terus-menerus, lamakelamaan secara bertahap diserap ke dalam individu dan mempengaruhi terbentuknya sikap.

2. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Dalam pembentukan sikap pengaruh orang lain sangat berperan, misalnya dalam kehidupan masyarakat yang hidup di pedesaan, mereka akan mengikuti apa yang diberikan oleh tokoh masyarakat.

3. Kebudayaan

Dimana kita hidup mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap. Dalam kehidupan di masyarakat diwarnai dengan kebudayaan yang ada di daerahnya.

4. Media masa

Media masa elektronik maupun media cetak sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan opini dan kepercayaan seseorang. Dengan pemberian informasi melalui media masa mengenai sesuatu hal akan memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap.

5. Lembaga pendidikan

Dalam lembaga pendidikan dan lembaga agama berpengaruh dalam pembentukan sikap, hal ini dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.

2.4 Anak Sekolah Dasar

2.4.1 Pengertian Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah dasar adalah anak berusia 6-12 tahun. Pada awal usia 6 tahun anak mulai masuk sekolah. Dengan demikian anak-anak ini masuk ke dalam dunia baru, mereka mulai banyak berhubungan dengan orang-orang di luar keluarganya dan berkenalan pula dengan suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya (Setiawan, 2013).

Sebagai akhir masa kanak-kanan (*late childhood*) yang berlangsung dari usia 6 tahun sampai tiba saatnya anak menjadi matang secara seksual, yaitu 13 tahun bagian perempuan dan 14 tahun bagi anak laki-laki. Anak sekolah dasar dibagi atas dua kelompok yaitu kelompok usia 7- 9 tahun dan kelompok usia 10-12 tahun (Suhartini, 2016).

Anak sekolah merupakan kelompok yang sangat peka untuk menerima perubahan atau pembaharuan, karena kelompok anak sekolah sedang berada dalam taraf pertumbuhan dan perkembangan. pada tahap ini anak dalam kondisi peka terhadap stimulan sehingga mudah dibimbing, diarahkan dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, termasuk juga mengenal kebiasaan dalam memilih makanan jajanan yang sehat (Notoatmodjo, 2007).

Anak- anak usia sekolah dasar pada umumnya sudah dapat memilih dan menentukan makanan apa yang disukai dan mana yang tidak disukai. Anak-anak

mempunyai sifat yang berubah-ubah terhadap makanan. Seringkali anak memilih makanan yang salah, terlebih lagi jika orangtuanya tidak memberikan petunjuk kepada anak. Selain itu, anak-anak lebih banyak menghabiskan waktu luar rumah, sehingga lebih mudah menjumpai aneka bentuk dan jenis makanan jajanan, baik yang dijual di sekitar sekolah, lingkungan bermain ataupun pemberian teman. Anak usia sekolah dasar selalu ingin mencoba makanan yang baru dikenalnya (Moehji, 2009).

Pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah akan terganggu karena menderita sakit. Keadaan ini akan memengaruhi proses belajar, yang lebih lanjut akan memengaruhi konsentrasi dan prestasi belajar di sekolah. Adapun pada usia sekolah keterlibatan anak untuk aktifitas diluar rumah mengakibatkan menurunnya pengaruh orang tua dan anggota keluarga dalam penentuan kebiasaan makan. Anak juga cenderung untuk menuruti kata-kata gurunya dalam segala hal termasuk makanan yang baik untuk dikonsumsi (Hantia, 2021).

2.5 Kajian Integrasi Keislaman

2.5.1 Konsep Pola Makan Dalam Islam

Pola makan adalah suatu bentuk kebiasaan konsumsi makanan yang dilakukan oleh seseorang dalam kegiatan makannya sehari-hari. Pola makan yang sehat meliputi 3 macam, seperti Jenis makanan, Porsi makan, dan frekuensi makan dalam sehari.

Islam mengatur setiap aspek kehidupan manusia, termasuk bidang kesehatan yang meliputi gizi. Islam mewajibkan pengikutnya untuk hanya makan halal, makanan sehat dalam jumlah sedang. Al-Qur'an memiliki

beberapa ayat yang menguraikan tentang tuntunan makan dan minum.

Sebagaimana firman Allah SWT (QS. Al-Baqarah: 168) :

وَلَا يَأْتِيهَا النَّاسُ كُلُّهُمْ مِمَّا فِي الرِّزْقِ حُلٌ طَيِّبًا وَلََّا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

Artinya : “Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu (QS. Al-Baqarah: 168)”.

Ayat diatas ditunjukkan kepada seluruh manusia untuk menerapkan konsep hidup sehat dimana kita harus memperhatikan makanan dan minuman yang dikonsumsi, Allah swt memerintahkan manusia untuk memakan makanan yang halal dan baik. Yang dimaksud dengan makanan halal adalah makanan yang halal secara ketat dari segi halal, baik halal dari segi kandungan maupun kandungannya. Apabila kita mengkonsumsi sesuai dengan apa yang telah disyariatkan-Nya maka apa yang kita konsumsi akan menjadi sebagai dorongan agar konsep hidup sehat tadi terwujud.

Berdasarkan tafsir Kementerian Agama bahwa, Wahai manusia Makanlah dari rizki Allah yang Dia halalkan bagi kalian yang terdapat di bumi, dalam keadaan bersih dan bukan najis, yang bermanfaat dan tidak memadorotkan, dan janganlah kalian mengikuti jalan-jalan setan dalam penetapan halal dan haram, bid'ah serta maksiat-maksiat. Sesungguhnya ia adalah musuh kalian yang amat nyata permusuhanannya.

Sebagaimana firman Allah SWT (QS.Al-A'raf: 31) :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

Artinya : “Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan” (QS.Al-A'raf: 31).

Berdasarkan tafsir Kementerian Agama, bahwa Wahai anak cucu Adam, pastikan diri kalian ketika akan melaksanakan shalat berada dalam kondisi berhias sesuai yang disyariatkan dengan mengenakan pakaian yang menutup aurat, memperhatikan kebersihan dan kesucian dan lain sebagainya. Makan dan minumlah dari barang yang baik-baik yang di karuniakan Allah kepada kalian, dan janganlah kalian melampaui batas kewajaran dalam hal itu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas dan berlebihan dalam makanan dan minuman dan hal lainnya.

Ayat tersebut menegaskan bahwa makan makanan halal dalam jumlah yang seimbang itu perlu bagi manusia. Hal ini sesuai dengan teori nutrisi, terkadang dikenal sebagai ide nutrisi seimbang.

Menjaga kesehatan sendiripun dasar pertama dan salah satu sisi tindakan pencegahan dari penyakit, sedangkan sisi yang lain adalah menjaga kesehatan lingkungan. Dalam hal ini, kehidupan manusia sangat dipengaruhi oleh badan yang sehat dan lingkungan yang bersih, untuk menjaga pola hidup yang sehat yang nantinya memberikan pengaruh positif bagi kesehatan seseorang. Begitu juga sebaliknya, jika seseorang kurang memperhatikan kesehatan dan kebersihan lingkungan maka dampak yang akan terjadi adanya berbagai virus atau penyakit yang akan menyerang tubuh sehingga ia tidak lagi merasakan kesehatan. Oleh karena itu, seseorang perlu menjaga gaya hidupnya dengan baik dan teratur untuk mendapatkan hidup sehat (Wati, 2019).

Sebagai contoh gaya hidup orang sekarang yang disebut sebagai gaya hidup pragmatisme (gaya hidup serba instan), yakni seseorang lebih menyukai hal-hal yang praktis, tidak repot dan cepat saji. Gaya hidup yang demikian misalnya

mengonsumsi makanan siap saji (*fast food, soft drink*), penggunaan bumbu penyedap msg yang mengandung bahan kimiawi sintetis, tidak baik bagi kesehatan, kandungan bahan pengawetnya sedikit demi sedikit akan menumpuk dalam tubuh dan menimbulkan penyakit di kemudian hari. Makanan siap saji tersebut sangat berbahaya karena kandungan lemak jenuh dan kolesterolnya yang tinggi (Hashman, 2012).

Berkaitan dengan pola makan sehat, di dalam hadis Nabi sudah ada tata cara makan sehat yang sudah dianjurkan oleh Nabi Muhammad saw. yaitu hadis yang berbunyi:

حَدَّثَنَا أَبُو الْمُغِيرَةِ قَالَ حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ سُلَيْمٍ الْكِنَانِيُّ قَالَ حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ جَابِرٍ الطَّائِيُّ قَالَ سَمِعْتُ الْمُقْدَامَ بْنَ مَعْدِي كَرِبَ الْكِنْدِيَّ قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَا مَلََّ ابْنُ آدَمَ وَغَاةَ شَرِّ مَا بَطْنُ حَسْبُ ابْنِ آدَمَ أَكْلًا تَ يُقِمُّنْ صَلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لَمْ مَحَالَةً فَتَلْتُ طَعَامٍ وَتَلْتُ شَرَابٍ وَتَلْتُ لِنَفْسِهِ

Artinya : *Telah menceritakan kepada kami Abu Al Mughhirah berkata; telah menceritakan kepada kami Sulaiman bin Sulaim Al Kinani berkata; telah menceritakan kepada kami Yahya bin Jabir Ath-Tha`i berkata; saya telah mendengar Al Miqdam bin Ma'di Karib Al kindi berkata; saya mendengar Rasulullah Shallallahu'alaihiwasallam bersabda:*

"Tidaklah anak Adam mengisi tempat yang lebih buruk dari perut. Cukuplah bagi anak Adam memakan beberapa suap yang dapat menegakkan tulang rusuknya. Jika hal itu tidak mungkin maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiganya untuk bernafas." (HR. Ahmad: 16556)

Di tengah beragam penyakit yang selalu menyertai lingkungan, kesadaran dalam mengatur pola hidup sehat menjadi sangat penting. Menjaga kesehatan tergantung pada makan dan minum yang wajar dan pada kemampuan orang dalam menjaga pakaian, tempat tinggal, udara, tidur, bangun, mobilitas, istirahat, seks, buang air dan perawatan tubuh. Jika aspek-aspek ini terpenuhi sesuai dengan kondisi tubuh, daerah, usia, dan kebiasaan, maka seorang akan memiliki kesehatan yang baik hingga akhir hayatnya. Kesehatan adalah salah satu nikmat besar yang

Allah anugerahkan kepada umat manusia dan merupakan salah satu pahalanya yang baik. Kesehatan merupakan nikmat dari seluruh nikmat dunia yang terbesar dan orang-orang yang mempunyai pemahaman yang komprehensif seharusnya berusaha keras untuk mempertahankan kesehatan mereka dengan menghadapi apa yang dapat merusak kesehatan (Sapie, 2017). Allah berfirman dalam QS. Taha Ayat 114 :

فَتَعَلَىٰ هَالِكٍ أَلَمِكُ الْحَقِّ وَلَوْ أَنَّهُ لَرَأَىٰ الْقُرْآنَ مِنْ قَبْلُ أَنْ يُؤْذَنَ لَكَ وَحْيُهُ وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا

Artinya : Maka Mahatinggi Allah, Raja yang sebenar-benarnya. Dan janganlah engkau (Muhammad) tergesa-gesa (membaca) Al-Qur'an sebelum selesai diwahyukan kepadamu, dan katakanlah, "Ya Tuhanku, tambahkanlah ilmu kepadaku. "

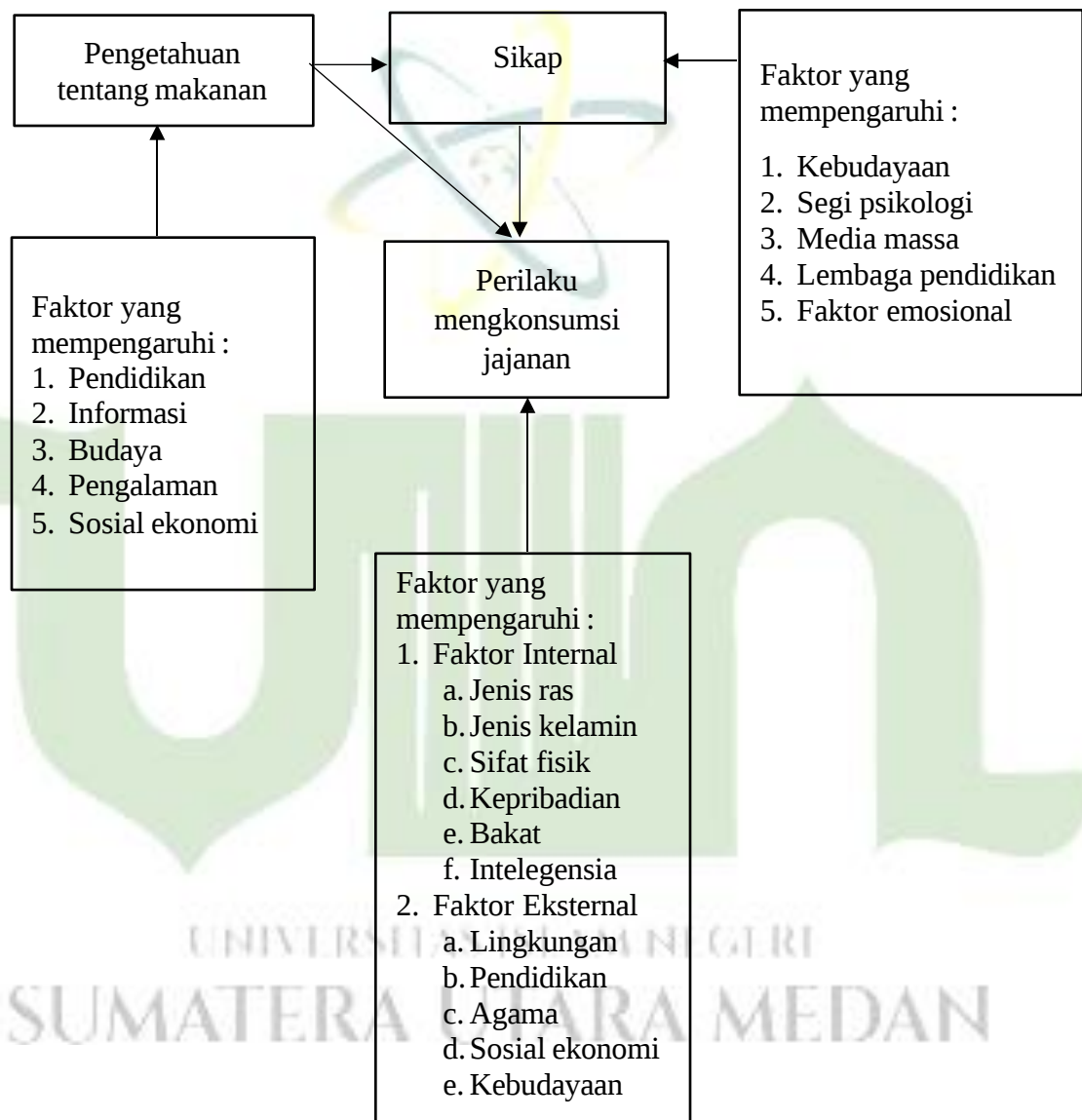
Tafsir Ringkas Kementrian Agama RI bahwa usai berpesan kepada keluarganya, maka musa berjalan mendekati api itu. Ketika dia mendatangnya, tiba-tiba dia dipanggil oleh suara yang berasal dari arah api itu, 'wahai musa!'¹². 'sungguh, aku yang memanggilmu adalah tuhanmu yang memelihara dan membimbingmu. Maka, sebagai penghormatan, hendaknya engkau lepaskan kedua terompahmu karena saat ini sesungguhnya engkau berada di lembah yang suci, tuwa. '.

Islam adalah agama yang memuliakan orang berilmu. Derajat orang-orang yang berilmu lebih tinggi dibanding orang yang tak berilmu. Dengan ilmu, seseorang tak mudah sesat dalam kehidupan karena ilmu ibarat cahaya yang akan meneranginya dari gelapnya kebodohan. Orang yang berilmu juga lebih mungkin menggapai cita-cita, keinginan, dan harapan. Kita sebagai orang muslim wajib menuntut ilmu. Dalam pandangan Islam, menuntut ilmu dianggap sangat penting. Alasannya, karena belajar dalam Islam bertujuan agar kita dapat ilmu untuk hidup di dunia dan memperoleh bekal untuk di akhirat.

Menuntut ilmu merupakan hal yang wajib dilakukan oleh kita sebagai umat muslim. Karena dengan menuntut ilmu dapat memperluas wawasan kita tentang pengetahuan dan dapat meningkatkan kemampuan diri kita. Selain itu, menuntut ilmu juga salah satu bentuk ibadah yang diwajibkan di dalam Islam.

2.6 Kerangka Teori

Adapun kerangka teori pada penelitian ini yaitu :

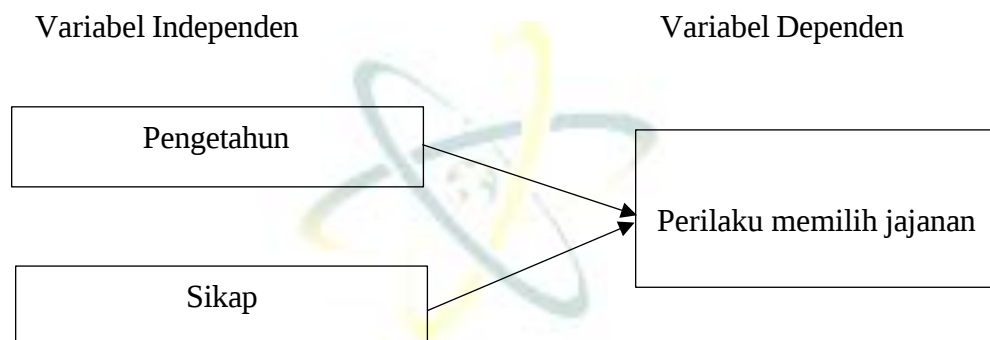


Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Notoadmodjo, 2003), (Sunaryo,2004), (Suhardjo, 2010), dalam (Ratu, 2022)

2.7 Kerangka Konsep

Dengan adanya kerangka konsep akan mengarahkan kita untuk menganalisis hasil penelitian (Notoatmodjo,2012). Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku pemilihan jajanan pada Siswa di SD Negeri 064977 Kota Medan, disajikan dalam kerangka konsep dibawah ini :



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep diatas bahwa kerangka konsep pada penelitin ini yaitu variabel yang sering mempengaruhi. Adapun variabel independen pada penelitian ini yaitu pengetahuan dan sikap. Sedangkan variabel dependen pada penelitian ini yaitu perilaku memilih jajanan.

2.8 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konsep penelitian, maka hipotesis penelitian sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan dengan perilaku pemilihan jajanan pada Siswa di SD Negeri 064977 Kota Medan.
2. Ada hubungan hubungan sikap dengan perilaku pemilihan jajanan pada Siswa di SD Negeri 064977 Kota Medan.