

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan

Makanan merupakan bahan makanan mengandung zat gizi yang dimana zat gizi tersebut apabila masuk ke tubuh akan berguna bagi tubuh.²⁶ Jajanan merupakan makanan minuman yang dipersiapkan pedagang kaki lima di tempat keramaian yang langsung dikonsumsi tanpa pengolahan lebih lanjut.²¹

B. Makanan jajanan

Makanan jajanan adalah makanan ataupun minuman yang diproses langsung di tempat penjualan yang dijualbelikan ke masyarakat umum. Makanan jajanan suatu bagian yang tidak terpisahkan dari masyarakat.²⁷

1. Jenis-jenis makanan jajanan :

- a. Makanan utama merupakan jajanan berat yang dikenal dengan kelompok makanan utama. seperti mie ayam, bakso, nasi goreng lainnya.²⁸
- b. Makanan cemilan merupakan makanan dikonsumsi diantara dua waktu makan dapat menghilangkan rasa lapar sementara waktu dan diminati oleh berbagai kalangan karena warna menarik dan rasanya gurih.²⁹ Makanan cemilan terdiri dari :

- 1) Makanan cemilan basah merupakan makanan cemilan yang disiapkan di rumah terlebih dahulu atau di tempat penjualan. seperti pisang goreng, lempeng dan lain-lain.
- 2) Makanan camilan kering merupakan makanan cemilan di produksi oleh home industri maupun perusahaan. seperti keripik, kue kering, dan lainnya.³⁰

c. Minuman

Minuman umumnya berbentuk cair atau padat seperti es krim yang sangat dibutuhkan oleh makhluk hidup untuk menghilangkan rasa haus dan berguna bagi kelangsungan hidup.³¹

2. Karakteristik makanan jajanan

Karakteristik makanan jajanan adalah keempukan, rasa gurih dan harga menjadi faktor penting pemilihan makanan jajanan. Rasa makanan yang enak di lidah faktor utama mereka memilih makanan. Makanan jajanan dengan harga murah memungkinkan untuk membeli makanan setiap hari karena terjangkau dengan uang saku yang ada.^{6,32}

3. Fungsi makanan jajanan

Makanan jajanan adalah makanan selingan dapat berupa bekal dari rumah yang berfungsi sebagai asupan gizi anak sekolah guna menjaga konsentrasi untuk mempertahankan aktivitas fisik anak sekolah.³³

4. Keamanan makanan jajanan

Keamanan pangan adalah keadaan dan tindakan yang diperlukan untuk menghindarkan pangan dari cemaran biologis, kimia dan benda lain yang merugikan manusia.³⁴ Makanan aman adalah proses penanganan makanan mulai dari persiapan pembuatan hingga penyajian makanan yang bertujuan menghindari penyakit infeksi juga keracunan makanan yang terjaga hygiene sanitasinya.³⁵

5. Sumber atau penyebab makanan tidak aman

Kontaminasi merupakan zat asing yang masuk ke dalam makanan yang tidak dikehendaki.

a. Terjadinya pencemaran dapat dibagi dalam 2 (dua) cara, yaitu :

- 1) Pencemaran langsung, yaitu pencemaran masuk ke dalam secara langsung maupun tidak langsung, baik disengaja maupun tidak disengaja. Contoh: Masuknya rambut ke dalam nasi.
- 2) Pencemaran silang (cross contamination), yaitu pencemaran terjadi ketidaktahuan saat pengolahan makanan secara tidak langsung. Contoh: menggunakan pisau pada pengolahan untuk bahan makanan jadi (makanan yang sudah terolah).³⁶

b. Faktor yang menyebabkan adanya bakteri *E. coli* yaitu:

- 1) Faktor yang mendukung berkembangnya bakteri yaitu adanya makanan, terdapat air dan temperatur yang sesuai.

- 2) Kemungkinan masuknya bakteri kedalam makanan antara lain saat makanan disiapkan, diolah, disimpan, dan disajikan.³⁷

6. Tanda/ Ciri makanan tidak aman

Makanan yang tidak aman adalah apabila dikonsumsi menimbulkan gangguan kesehatan manusia diakibatkan makanan terkontaminasi kuman, bahan kimia dan bahan berbahaya.³⁵

Ciri-ciri makanan tidak aman meliputi :

a. Tanda makanan jajanan berformalin

Tahu yang berformalin mempunyai ciri-ciri awet sampai berhari-hari pada suhu kamar, tahan selama 15 hari dilemari es; dan aroma formalin menyengat (kadar 0,5-1,0 ppm) tekstur kenyal, tidak padat tetapi tidak mudah hancur³⁸.

b. Tanda makanan jajanan mengandung boraks

Bakso yang berboraks mempunyai kekenyalan khas, warna jelas bersih, kilau seperti kaca, kristal transparan ke tembus cahaya dan warna lapisan putih berbeda dengan kekenyalan pada bakso yang menggunakan banyak daging.³⁹

c. Tanda makanan dan minuman jajanan mengandung pewarna *Rhodamin B* dan *Methanyl Yellow*

Bahan yang mengandung pewarna *Rhodamin B* adalah pentol, tahu maupun empek-empek berupa saos untuk tambahan pada makanan jajanan sedangkan yang dicurigai mengandung *Methanyl Yellow* berupa air perasan jeruk ditambahkan cairan berwarna kuning disebut sari jeruk minuman yang dikonsumsi anak-anak sekolah atau penjual.⁴⁰

d. Tanda makanan jajanan tercemar bakteri

Apabila *Coliform* terdapat pada bahan pangan, adanya cemaran oleh bakteri *Coliform* tidak dikehendaki baik dari nilai estetika, kebersihan, maupun kemungkinan terjadi infeksi yang berbahaya. Salah satu anggota kelompok *Coliform* adalah *E. coli*.

Sebab *E. coli* bakteri *Coliform* yang ada pada kotoran manusia dan sering disebut sebagai *Coliform fecal*.⁴¹

C. Penyakit Bawaan Makanan (*Food Borne Disease*)

Foodborne disease atau penyakit bawaan makanan merupakan penyakit dibawa oleh makanan yang terkontaminasi yang kemudian dikonsumsi oleh manusia, kontaminasi makanan dapat terjadi dalam setiap tahap mulai dari proses produksi hingga konsumsi.⁴²

Foodborne disease biasanya bersifat menular atau beracun dan disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau zat kimia yang masuk ke dalam tubuh melalui makanan atau air yang terkontaminasi. *Foodborne diseases* biasanya disebut dengan keracunan makanan. Patogen yang dibawa oleh makanan dapat menyebabkan diare hingga meningitis, sedangkan makanan yang terkontaminasi oleh zat kimia dapat menyebabkan keracunan ataupun penyakit jangka panjang seperti kanker.⁴²

D. Bakteri

Bakteri merupakan makhluk hidup yang berukuran kecil sehingga hanya dapat dilihat melalui mikroskop. Bakteri dapat mengalami perubahan bentuk yang ditimbulkan faktor makanan, suhu, dan lingkungan.⁴³

1. Mikrobiologi pada makanan

Mikrobiologi pada makanan yang menimbulkan infeksi keracunan makanan oleh bakteri hidup didalam makanan meliputi: ⁴³

a. *E. coli*

E. coli adalah jenis bakteri gram negatif. bakteri ini adalah penyebab infeksi saluran pencernaan. Pada umumnya, bakteri ini terdapat didalam usus besar manusia. *E. coli* tidak berbahaya, tetapi *E. coli* tipe O157:H7 mengakibatkan keracunan makanan yang serius yaitu diare berdarah karena eksotoksin yang dihasilkan bernama verotoksi.⁴⁴

E. coli yang masuk ke tubuh disebabkan konsumsi makanan yang tercemar antara lain olahan daging baik daging mentah atau matang, susu, ikan, sayuran, telur, dan peralatan masak.⁴⁵

b. *Salmonella sp*

Salmonella adalah bakteri yang dikenal sebagai salah satu *foodborne* dengan genus bakteri *enterobakteria* Gram negatif yang menimbulkan tifus dan paratifus.⁴⁶ Bakteri ini umumnya menyerang usus manusia. Bakteri ini dapat menyebabkan penyakit menular yang disebut *salmonellosis*. Bakteri *Salmonella sp.* merupakan bakteri yang bersifat anaerob fakultatif.⁴⁷

Kontaminasi bakteri *Salmonella sp* berasal dari hewan sakit seperti ternak ayam yang sakit mengekskresikan basil-basil *Salmonella* melalui fesesnya.⁴⁸

c. *Clostridium*

Clostridium perfringens dan *C. botulinum* umum terdapat di alam, misalnya tanah, sampah, debu, kotoran hewan dan manusia, serta bahan makanan asal hewan. Bakteri ini menghasilkan 5-7 jenis enterotoksin tipe A, B, C, D, E, dan F, dan sebagai penyebab keracunan makanan pada hewan dan manusia.

d. *Shigella spp.*

Shigella spp. merupakan bakteri patogenik yang dapat mengakibatkan shigellosis (*disentri basiler*) pada manusia dan hewan. *Shigella* berasal dari nama seorang ilmuwan Jepang, Kiyoshi Shiga, yang pertama kali mengisolasi *Shigella dysenteriae* tipe 1.

e. *Vibrio spp.*

Ada 3 spesies *Vibrio* yang dapat mengakibatkan *foodborne diseases* pada manusia, yaitu *V. cholerae* (serogrup O1, non-O1 dan O39), *V. parahaemolyticus*, dan *V. vulnificus*

f. *B. anthracis*

B. anthracis menyebabkan penyakit antraks pada hewan dan manusia (SIEGMUND, 1979). Bakteri ini sensitif terhadap

lingkungan, tidak tahan panas, dan mati dengan perebusan selama 2 – 5 menit. Sporanya sangat tahan selama bertahun-tahun pada suhu pembekuan, di dalam tanah dan kotoran hewan.

E. Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah dasar merupakan anak pada fase pertumbuhan fisik menjadi lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat, dan juga lebih banyak belajar berbagai keterampilan.⁴⁹ Anak merupakan sasaran utama mengkonsumsi makanan jajanan sekolah karena belum memiliki pengetahuan mengenai jajanan yang sehat.⁵⁰ Umumnya setiap hari anak sekolah dasar menghabiskan seperempat waktu di sekolah. Dengan itu anak mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang kandungan gizi dan kebersihannya belum diketahui akan berpengaruh terhadap kesehatan dan menimbulkan masalah kesehatan.⁵¹

F. Perilaku

a. Pengertian perilaku

Perilaku adalah aktivitas makhluk hidup yang bersangkutan. Aktivitas manusia dikelompokkan menjadi dua yaitu, aktivitas yang diamati dan aktivitas yang tidak diamati.⁵²

b. Faktor Terjadinya Perilaku

Faktor terjadinya perilaku yaitu kesehatan dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu: ⁵³

1) Faktor predisposisi (*Predisposing factors*)

Faktor yang memudahkan terjadinya perilaku seseorang.

2) Faktor Pemungkin (*Enabling factors*)

Faktor yang memungkinkan perilaku atas tindakannya seperti tersedianya sarana dan prasarana atau fasilitas untuk terjadinya perilaku kesehatan.

3) Faktor Penguat (*Reinforcing factors*)

Faktor yang mendorong terjadinya perilaku. meskipun seseorang tahu dan mampu untuk berperilaku sehat tetapi tidak melakukannya, misalnya, ada anjuran dari orang tua.

G. Perilaku memilih makanan jajanan

Perilaku adalah cara seseorang bertindak yang sama diikuti oleh semua anggota di lingkungannya. Sehingga perilaku merupakan hasil pengalaman dan proses interaksi terhadap lingkungan yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan.⁵⁴

H. Faktor determinan memilih makanan jajanan

a. Unsur harga

Harga merupakan salah satu variabel utama yang menentukan pemilihan jajanan anak sekolah dasar. Pengeluaran uang saku anak untuk jajan (50 – 80%) yang tergolong tinggi, mengindikasikan jajanan merupakan prioritas. Nilai rata-rata pengeluaran jajanan siswa yang mendekati Rp1.500,00 dari harga jajanan setempat, jenis jajanan yang dapat dibeli anak berada pada kisaran 1 – 2 jenis. Untuk menunjang aktivitas fisik yang tinggi di sekolah, seharusnya anak memilih jajanan energi tinggi (150 – 200 Kkal).⁶

Data menunjukkan mayoritas responden memperoleh uang jajan tiap harinya sebesar Rp 5000 yakni sebanyak 37 responden (45,1%) maka anak menyesuaikan pemilihan makanan jajanan dengan ketersediaan uang yang mereka miliki.^{6,55} Hasil penelitian tersebut faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar mengemukakan bahwa sebagian besar respondennya mempergunakan uang jajan.⁵

b. Cita rasa

Variabel cita rasa atau rasa gurih adalah faktor penting lain pemilihan makanan jajanan. Rasa gurih merupakan unsur "basic taste". Komponen palatability mencakup unsur tekstur, temperatur, warna, bentuk, dan sound. Basic taste terdiri atas unsur sweet, sour, salty, bitter, dan umami. Rasa gurih dipersepsi sama dengan rasa asin dengan alasan untuk menimbulkan rasa gurih diperlukan garam. reseptor asin dan gurih berbeda. Reseptor untuk senyawa garam

antara lain kanal ion dalam mikrovili yang memungkinkan ion garam langsung masuk ke dalam sel. Akumulasi ion sodium menyebabkan depolarisasi yang mengakibatkan ion Ca^{2+} masuk dalam sel. Selanjutnya, ion kalsium menyebabkan pengeluaran sinyal neurotransmitter yang diterima oleh sel syaraf dan meneruskannya ke otak.⁶

Data menunjukkan responden menyukai makanan digoreng karena rasa yang sesuai dengan selera (59.5%). Makanan digoreng merupakan makanan yang gurih biasanya dikonsumsi dengan tambahan cabe rawit atau sambal yang membuat anak ketagihan seperti bakso goreng, martabak telur, chicken nugget, dan cireng.⁵⁶

c. Aneka ragam bentuk

Jajanan yang disukai anak pada umumnya adalah jajanan yang menarik melalui rasa, harga dan penampilannya, jajanan yang anak pilih tentu makanan yang menurut mereka enak, teman-teman menyukainya. Menarik dari segi warna dan rasa. Padahal kebanyakan dari jajanan tersebut mengandung bahan kimia yang berbahaya dan juga tidak lepas dari cemaran biologis. Salah satu contoh makanan yang sangat digemari anak adalah permen. Selain rasanya manis sekarang makanan tersebut juga tersedia dengan berbagai bentuk dan warna yang disukai anak-anak. Hal ini perlu diperhatikan, karena apabila permen dijadikan santapan pengganti makanan pagi atau siang, maka anak hanya akan menambah masukan energi ke dalam tubuh tanpa memberi zat gizi.²⁵

Bentuk makanan jajanan semakin beraneka ragam mampu menarik anak mengkonsumsi makanan jajanan meliputi bakso, gorengan, keripik, berbagai macam minuman es dan minuman kemasan.⁹

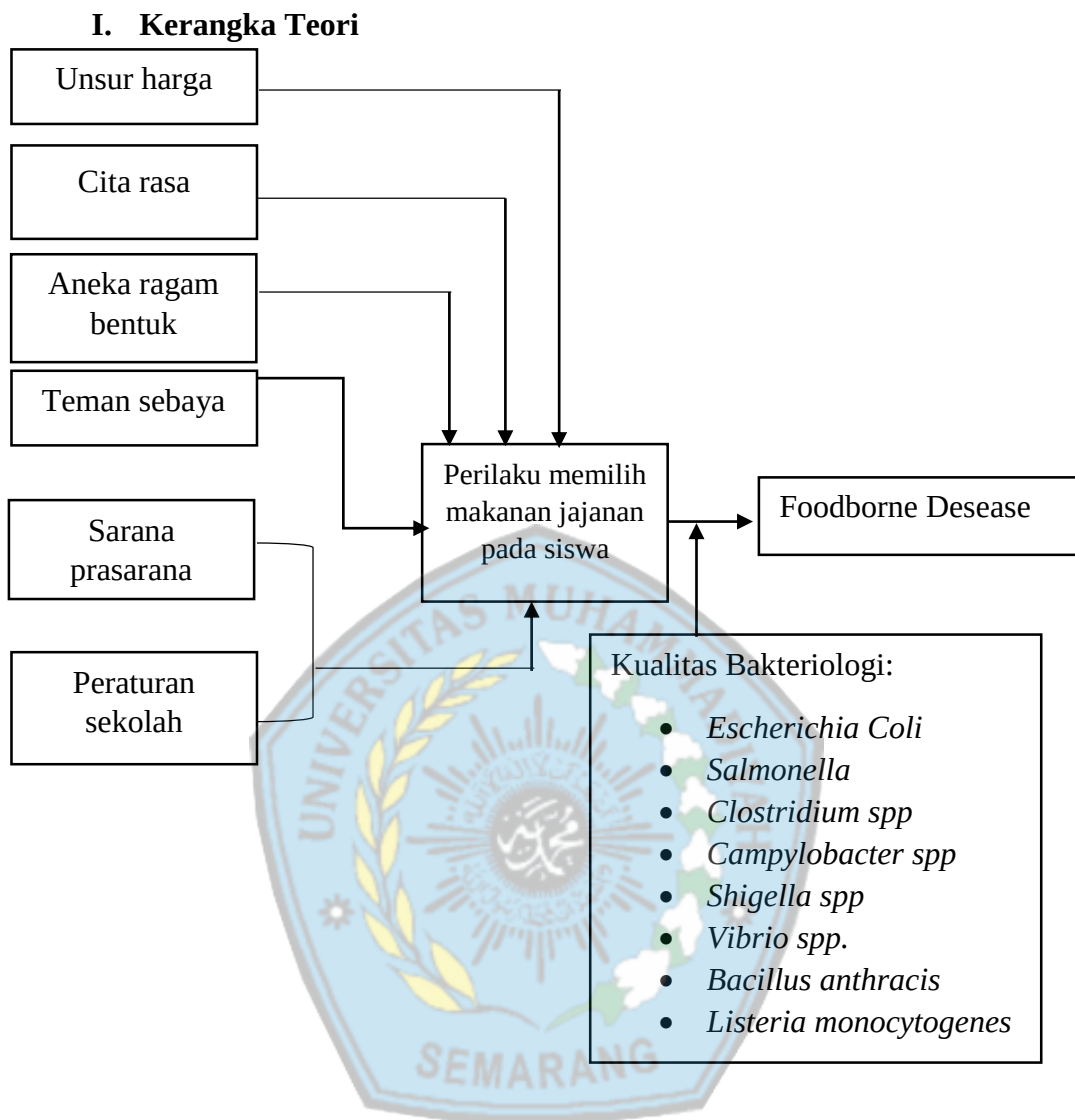
d. Teman sebaya

Teman sebaya merupakan variabel penting dalam memilih jajanan. Teman sebaya juga memberikan dampak meminimalkan

atau memaksimalkan perilaku jajanan yang tidak sehat pada anak usia sekolah.⁵⁷

Pengaruh teman sebaya (*peer group*) pada anak akan semakin besar dengan adanya keinginan atau hasrat yang besar dari dalam diri anak untuk dapat diterima sebagai anggota tertentu, sehingga ia memutuskan untuk menyesuaikan tingkah lakunya dengan aturan kelompok tersebut. Tentunya ini juga merupakan faktor munculnya kebiasaan jajan pada anak. Siswa SD sudah mulai memiliki sifat ingin diterima dikelompok bermainnya. Sehingga sering kali mereka mengikuti peraturan yang terdapat di kelompok bermainnya termasuk dalam memilih jajanan.⁵⁸





Bagan 2.1 Kerangka Teori ^{9, 11, 42, 61, 62, 63,}