



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: February, 9, 2026

Revised: February, 26, 2026

Available: February, 26, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

Abstract

Background: The incidence of illness and food poisoning caused by street food among school-age children is currently on the rise. School-age children develop snacking habits that are difficult to break, and snacks that do not meet health and nutritional requirements can be detrimental to their health. Therefore, children's ability to choose healthy snacks is crucial.

Purpose: To determine the relationship between the role of peers and the choice of snacks among students.

Method: This study employed a quantitative analytical method with a cross-sectional approach. The population and sample were all 73 fifth and sixth grade students of SD Negeri 1 Teubeng, Pidie Regency. The study was conducted from October 26 to November 6, 2024.

Results: The study showed that the majority of respondents chose healthy snacks, as many as 40 people (54.8%) and the majority had a positive peer role, as many as 42 people (57.5%). Statistical tests showed a relationship between the role of peers and snack choices among students, Pidie Regency, with a p value <0.05 (0.001).

Conclusion: There is a significant relationship between the role of peers and snack choices among students.

Keywords: Peer Role; Snacking Behavior; Students.

Pendahuluan: Angka kejadian penyakit dan keracunan akibat makanan jajanan pada anak usia sekolah saat ini cenderung meningkat. Anak usia sekolah memiliki kebiasaan jajan yang sulit dihilangkan, sementara makanan jajanan yang tidak memenuhi syarat kesehatan dan gizi dapat mengancam kesehatan. Sehingga, kemampuan anak dalam memilih jajanan yang sehat sangat diperlukan.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi sekaligus sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi kelas V dan VI SD Negeri 1 Teubeng Kabupaten Pidie yang berjumlah 73 orang. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 26 Oktober sampai dengan 06 November 2024.

Hasil: Mayoritas responden memilih jajanan sehat sebanyak 40 orang (54.8%) dan mayoritas memiliki peran teman sebaya yang positif sebanyak 42 orang (57.5%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan antara peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa dengan nilai $p < 0.05$ (0.001).

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa Sekolah Dasar.

Kata Kunci: Peran Teman Sebaya; Perilaku Jajanan; Siswa.

PENDAHULUAN

Ketersediaan dan keamanan pangan merupakan hak dasar manusia. Saat ini masalah tersebut menjadi keprihatinan dunia karena ratusan juta manusia dilaporkan menderita penyakit akibat keracunan pangan. Salah satu kelompok masyarakat yang sering mengalami masalah akibat keracunan makanan adalah anak sekolah. Jajanan anak sekolah berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk. Sehingga perlu diadakan sosialisasi untuk memberikan pengetahuan tambahan kepada orang tua maupun anak-anak mengenai pentingnya memilih jajanan (Saputra, Heriyanti, & Ningsih, 2024).

Menurut data World Health Organization menunjukkan 48 juta orang di Amerika keracunan makanan, 128.000 dirawat di rumah sakit, dan 3.000 orang meninggal tiap tahunnya akibat kandungan berbahaya dalam makanan yang dikonsumsi (Centers for Disease Control and Prevention, 2017; World Health Organization, 2020).

Berdasarkan data Badan Pengawas Obat dan Makanan (POM) Indonesia diketahui bahwa angka kejadian keracunan makanan di Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 50 Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan makanan dengan jumlah terpapar sebanyak 2.569 orang dan 1.783 orang di antaranya mengalami gejala sakit (attack rate sebesar 69.40%) dengan korban meninggal sebanyak 10 orang (case fatality rate sebesar 0.56%). Angka attack rate keracunan makanan mengalami peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 45.29% pada tahun 2019 46.62% pada tahun 2020. Kejadian keracunan paling banyak terjadi di Provinsi Sulawesi Selatan (9 kasus) sedangkan Provinsi Jawa Tengah berada di peringkat ke 5 dengan jumlah kasus sebanyak 3 kasus (Lukmana & Fitriana, 2023).

Keracunan makanan merupakan sebuah kondisi kesakitan yang disebabkan oleh makanan yang terkontaminasi oleh adanya bakteri yang menghasilkan toksin/racun atau oleh adanya makanan tambahan yang bersifat racun dalam makanan. Gejala keracunan ini ditandai dengan pusing, mual, muntah, diare, dan kejang perut yang

dapat timbul segera setelah makan suatu makanan bahwa kejadian keracunan 100% menyebabkan gejala diare, 72.2% gejala mual, 66.6% gejala demam dan pusing, serta 50% memiliki gejala muntah. Gejala keracunan muncul dengan jangka waktu 3-12 jam setelah makanan dikonsumsi (Prasetyaningrum, 2018).

Kebiasaan jajan menjadi kebiasaan yang sulit dihilangkan di usia anak-anak sekolah. Berdasarkan data SKMI tahun 2019 menunjukkan sebanyak 91.1% anak Indonesia mengkonsumsi jajanan. Terdapat 6,205 kasus foodborne disease yang dilaporkan pada tahun 2019 oleh 257 rumah sakit dari 2.813 jumlah rumah sakit yang ada di Indonesia. Berdasarkan data kasus keracunan di tahun 2019 kasus dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak yaitu 3,516 kasus daripada kasus dengan jenis kelamin perempuan yaitu 2,689 kasus. Korban keracunan di tingkat usia remaja SMA menempati urutan tertinggi yaitu 2,185 kasus, diantaranya 1,193 berjenis kelamin laki-laki dan 992 berjenis kelamin perempuan. Urutan kedua dengan tingkat pendidikan SMP yaitu sebanyak 1,965 kasus, kemudian urutan ketiga adalah anak usia pendidikan SD yaitu sebanyak 872 kasus (Noor, 2022).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, ada 4,792 kasus keracunan pangan sepanjang periode 1 Januari-16 Oktober 2023. Jumlah kasus keracunan pangan pada tahun 2023 itu meningkat lebih dari 1,000 kasus dibanding sepanjang 2022 yang totalnya tercatat 3,514 kasus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM, 2018) yang dilakukan di 8 provinsi di Indonesia, 79 kabupaten/kota dengan sasaran 4,500 SD salah satunya di Provinsi Aceh. Konsumsi jajanan menyumbang sebesar 31.1% energi dan juga 27.4% protein dari total keseluruhan konsumsi pangan harian anak. Diketahui sejumlah 45.0% jajanan yang dijual pada anak sekolah tidak memenuhi syarat karena didalamnya terkandung beberapa zat yang berbahaya bagi tubuh seperti formalin, rhodamin, dan juga boraks. Selain itu, berdasarkan angka tersebut yang paling sering mengalami keracunan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) (78.57%) adalah pada kelompok siswa SD.

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2569>

Hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar

Adapun berdasarkan Dinas Kesehatan Aceh tahun 2020, proporsi gizi buruk dan kurang masih tinggi di Aceh, disebabkan dari memakan makanan yang tidak sehat dan jajanan sembarangan yang dilakukan oleh anak, dengan angka gizi buruk mencapai 14.2% dan gizi kurang mencapai 25.7% yang dapat mempengaruhi perkembangan anak pada tahap usia selanjutnya (Dinas Kesehatan Aceh, 2020).

Siswa SD di Kabupaten Pidie Provinsi Aceh mengalami kecuran makanan, sehingga berakibat fatal yang menyebabkan siswa tersebut mengalami mual, pusing, muntah yang timbul kisaran 20-30 menit setelah mereka memakan makanan tersebut (BPOM Pidie, 2024).

METODE

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa dan siswi Sekolah Dasar Negeri 1 Teubeng

kelas V dan VI berjumlah 73 siswa yang terbagi menjadi siswa laki-laki sebanyak 35 orang dan siswi Perempuan 38 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu 73 siswa dan siswi Sekolah Dasar Negeri 1 Teubeng.

Variabel yang digunakan diantaranya yaitu peran teman sebaya sebagai variabel independen sedangkan pemilihan jajanan pada siswa sebagai variabel dependen. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang telah melewati uji validitas dan reliabilitas sampel.

Analisis data dilakukan menggunakan dua analisis yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan variabel pemilihan jajanan sehat dan tidak sehat serta peran teman sebaya positif dan negatif. Selanjutnya analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji statistik chi square.

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2569>

Hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=73)

Variabel	Hasil
Pemilihan Jajanan	
Jajanan Sehat	40/54.8
Jajanan Tidak Sehat	33/45.2
Peran Teman Sebaya	
Positif	42/57.5
Negatif	31/42.5

Tabel 1. menunjukkan hasil dari 73 responden, sebanyak 40 responden yang memakan jajanan sehat berjumlah yaitu 40 (54.8%) dengan variabel peran teman sebaya positif berjumlah yaitu 42 responden (57.5%).

Tabel 2. Hubungan Peran Teman Sebaya Dengan Pemilihan Jajanan (N=73)

Peran Teman Sebaya	Pemilihan Jajanan		p value
	Jajanan Sehat n/%	Jajanan Tidak Sehat n/%	
Positif	30/71.4	12/28.6	0.001
Negatif	10/32.3	21/67.7	

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat dari 73 siswa/siswi yang menjadi responden, sebanyak 42 responden yang peran teman sebaya positif adalah mayoritas responden dengan pemilihan jajanan sehat yaitu 30 orang (71.4%). 31 responden yang peran teman sebaya negatif adalah mayoritas responden dengan pemilihan jajanan tidak sehat yaitu 21 responden (67.7%). Hasil uji statistik chi square didapatkan nilai p-value $0.001 < 0.05$ yang artinya ada hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan variabel pemilihan jajanan sehat, hasil penelitian pada Tabel 1. dapat dilihat bahwa dari 73 responden kelas V dan VI yang pemilihan jajanan sehat berjumlah yaitu 40 responden (54.8%), responden yang pemilihan jajanan tidak sehat yaitu 33 orang (45.2%).

Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan zat gizi lain yang berguna untuk pertumbuhan anak. Selain itu, jajanan tidak sehat dapat menyebabkan prestasi anak di sekolah juga terganggu. Pendidikan kesehatan berperan mengubah perilaku kesehatan seseorang sebagai hasil pengalaman belajar (Yani, 2022).

Hasil penelitian lain yang berjudul "Hubungan Peran Teman dengan Pemilihan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar" didapatkan hasil bahwa perilaku memilih jajanan sehat yaitu 17 orang (26.15%), sedangkan perilaku memilih jajanan tidak sehat yaitu 48 orang (73.84%) (Rahmiati, 2021). Berdasarkan hal tersebut, pemilihan jajanan pada anak menjadi faktor yang mendukung dalam kesehatannya dimana pemilihan jajanan yang sehat dapat memberikan energi dan gizi yang baik pada anak.

Selain itu pada variabel peran teman sebaya menunjukkan hasil penelitian pada Tabe 1 bahwa dari 73 responden kelas V dan VI memiliki peran teman sebaya positif berjumlah yaitu 42 responden (57.5%) dan responden dengan peran teman sebaya negatif yaitu 31 (42.5%). Peran teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai rekan bermain, tetapi juga sebagai agen sosialisasi yang memainkan peran penting dalam pembentukan karakter anak-anak. Teman sebaya dapat memberikan dukungan sosial, moral, dan emosional yang signifikan bagi siswa (Khasanah, 2018).

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2569>

Hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar

Hasil penelitian sebelumnya yang berjudul “Hubungan Peran Teman dengan Pemilihan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar” didapatkan hasil bahwa peran teman sebaya positif 24 orang (36.92%), sedangkan peran teman sebaya negatif 41 orang (63.07%) (Rahmiati, 2021). Berdasarkan hal tersebut, peran teman sebaya menjadi salah satu pengaruh yang sangat besar terhadap lingkungan siswa dan siswi karena mereka yang sering berinteraksi setiap hari akan meniru kebiasaan yang dilakukan oleh temannya.

Selanjutnya hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan menunjukkan hasil penelitian pada Tabel 2. menunjukkan bahwa dari 73 responden kelas V dan VI, sebanyak 42 responden yang peran teman sebaya positif dan pemilihan jajanan sehat yaitu 30 responden (71.4%). Selain itu dari 31 responden yang peran teman sebaya negatif adalah mayoritas responden dengan pemilihan jajanan tidak sehat yaitu 21 orang (67.7%). Hasil uji statistik chi square didapatkan nilai $p\text{-value } 0.001 < 0.05$ yang artinya ada hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa.

Perilaku memilih jajanan sering menjadi masalah utama pada anak usia sekolah, karena anak masih belum bisa memilah dan memilih mana jajanan yang sehat dan mana jajanan yang tidak sehat. Sedangkan anak usia sekolah mempunyai keinginan untuk mencoba dan meniru sesuatu yang mereka lihat. Perilaku tersebut dapat membuat anak salah dalam memilih jajanan, sehingga dapat mempengaruhi status gizi anak (Yurni, 2017).

Dukungan teman sebaya memiliki peranan penting dalam mempengaruhi aktivitas anak yang artinya hampir setiap kegiatan anak usia 7-12 Tahun dihabiskan di sekolah. Bersama teman-teman mereka. Anak usia sekolah kelas 4 mulai membentuk kelompok karena mereka ingin dianggap oleh teman mereka. Melalui adanya perbandingan group tersebut, kemungkinan besar anak akan melakukan apa yang dilakukan oleh teman mereka. Berdasarkan sebuah peer group terdapat support yang akan memicu munculnya beberapa keinginan anak yang diantaranya adalah termasuk keinginan untuk membeli jajan di sekolah yang mana menurut anak teman memberi dukungan dalam pemilihan jajanan di sekolah (Anggiruling, Ekayanti, & Khomsan, 2019).

Seorang individu dapat mengalami gangguan

perilaku jika terdapat hambatan saat berada pada lingkungan yang tidak memfasilitasi kondisi pertumbuhan. Sebagian anak-anak menyukai jajan yang dibeli oleh teman mereka. Hal ini memicu anak untuk membeli jajan yang sama dengan teman mereka. Selain itu, saat jam istirahat anak diajak oleh teman-teman mereka untuk membeli jajan. Ajakan teman akan membuat anak merasa dianggap dalam sebuah kelompok. Sehingga besar kemungkinan anak yang tadinya tidak memiliki keinginan untuk membeli jajan saat istirahat, pada akhirnya mereka akan membeli jajan karena merasa tidak enak untuk menolak ajakan teman-teman mereka (Yurni, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan terdapat hubungan peer group support dengan perilaku memilih jajanan pada anak usia sekolah dasar (Rahmiati, 2021). Sebagian besar responden mempunyai peer group support negatif dan perilaku memilih jajanan negatif. Hasil dari uji statistik Chi Square telah didapatkan angka signifikan $p\text{ value } (0.000 < 0.05 \text{ atau } (p\text{ value } < \alpha))$, sehingga dapat dinyatakan bahwa peer group support mempunyai hubungan yang signifikan terhadap perilaku memilih jajanan pada anak usia sekolah dasar.

Berdasarkan pembahasan tersebut dapat dipahami bahwa peran teman sebaya berpengaruh terhadap pemilihan jajanan sehat maupun tidak sehat bagi responden. Anak-anak yang seumuran akan melihat dan mencontoh temannya dalam memilih jajanan. Pemilihan jajanan memiliki peranan penting dalam menentukan status gizi anak. Anak usia sekolah membutuhkan gizi yang cukup karena anak sedang berada pada usia perkembangan akan dimulai. Status gizi yang dibutuhkan anak usia sekolah harus seimbang dengan kebutuhan dan aktivitasnya

SIMPULAN

Mayoritas siswa memiliki pemilihan jajanan pada kategori sehat dan peran teman sebaya yang positif, serta terdapat hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa dengan nilai $p\text{-value } 0.001 < 0.05$. Sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan pemilihan jajanan, seperti peran orang tua,

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2569>

Hubungan peran teman sebaya dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar

pengetahuan gizi, atau lingkungan sekolah, serta menggunakan desain penelitian yang lebih beragam dan data yang lebih terbaru agar hasil penelitian semakin komprehensif dan relevan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggiruling, D. O., Ekayanti, I., & Khomsan, A. (2019). Analisis faktor pemilihan jajanan, kontribusi gizi dan status gizi siswa sekolah dasar. *Jurnal MKMI*, 15(1).

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). (2018). *Laporan tahunan Badan POM tahun 2018*. Jakarta: BPOM RI. Diakses dari: <https://www.pom.go.id>

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Pidie. (2024). *Laporan kejadian keracunan pangan jajanan anak sekolah*. Pidie. Diakses dari: <https://pusakom.pom.go.id>

Centers for Disease Control and Prevention. (2017). *Foodborne illness surveillance*. CDC.

Dinas Kesehatan Aceh. (2020). *Profil kesehatan Provinsi Aceh tahun 2020*. Banda Aceh: Dinkes Aceh. Diakses dari: <https://dinkes.acehprov.go.id>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman teknis sarana dan prasarana kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses dari: <https://farmalkes.kemkes.go.id>

Khasanah, U. (2018). Peran teman sebaya dalam pembentukan karakter anak usia sekolah. *Jurnal Pendidikan*. 3(1), 5-12.

Lukmana, A., & Fitriana, R. (2023). Kejadian luar biasa keracunan makanan di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 5(1) 75-85.

Noor, M. (2022). Foodborne disease pada anak usia sekolah di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. (7(5).134-139.

Prasetyaningrum, Y.. (2018). Faktor risiko dan gejala keracunan makanan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 7(3), 6-13.

Rahmianti, B. F. (2021). Hubungan peran teman dengan pemilihan jajanan pada siswa sekolah dasar. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 2(1), 87-94.

Saputra, F. E., Hariyanto, A., & Ningsih, A. D. (2024). *Representasi tingkat pengetahuan tentang penanganan syncope pada siswa SMPN 8 Kota Mojokerto* (Direktorat dissertation, Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI)

World Health Organization. (2020). *Food safety and foodborne illness*. Diakses dari: <https://www.who.int>

Yani, A. (2022). Pendidikan kesehatan dan perubahan perilaku konsumsi jajanan pada anak sekolah. *Jurnal Promosi Kesehatan*. 3(2), 23-31.

Yurni, A. (2017). Perilaku pemilihan jajanan pada anak usia sekolah. *Jurnal Keperawatan Anak*. 3(1), 35-41.

Novita Sari*, Putri Zahara, Dian Devita, Lisnawati Rahayu, Azhar Mualim

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam

Korespondensi penulis: Rauzatul Mulia. *Email: nsari9809@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i3.2569>