



## PENILAIAN PERAN ORANG TUA DAN UPAYA PEMBENTUKAN KONSEP DIRI ANAK TERHADAP MAKANAN JAJANAN BERISIKO GIZI LEBIH (STUDI KUANTITATIF PADA ANAK DENGAN STATUS GIZI LEBIH DI SEKOLAH DASAR AL-BAITUL AMIEN KABUPATEN JEMBER)

Faza Qonitatul'An<sup>1</sup>, Mury Ririanty<sup>2</sup>, Iken Nafikadini<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

<sup>2</sup> Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

<sup>3</sup> Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.

---

### Info Artikel

Sejarah Artikel:  
Diterima  
Disetujui  
Di Publikasi

### Keywords:

Gizi Lebih; Konsep Diri; Peran Orang Tua.

---

### Abstrak

Permasalahan gizi lebih pada anak usia sekolah dasar dapat berlanjut hingga usia dewasa. Gizi lebih pada anak usia sekolah dasar dapat diakibatkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor perilaku seperti pola makan yang tidak memenuhi gizi seimbang (makanan jajanan berisiko gizi lebih terlalu banyak). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pendidik, pelindung dan pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kabupaten Jember. Penelitian ini merupakan penelitian analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini sebanyak 256 siswa dan sampel yang diperoleh melalui teknik *simple random sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara kepada 75 responden. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi logistik sederhana pada derajat kemaknaan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Hasil analisis menunjukkan terdapat pengaruh antara peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih. Namun, hasil lain menunjukkan tidak terdapat pengaruh antara peran orang tua sebagai pendidik dan pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.

---

## PARENT'S ROLE ASSESSMENT AND CHILDREN SELF CONCEPTUAL ESTABLISHMENT EFFORTS TOWARDS THE RISK OF OVERNUTRITION SNACKS (QUATITATIVE STUDY TOWARDS CHILDREN WITH OVERNUTRITION STATUS AT AL-BAITUL AMIEN ELEMENTARY SCHOOL OF JEMBER REGENCY)

---

### Abstract

Overnutrition problems in primary school-aged children will continue into adulthood. Overnutrition in primary school-aged children can be caused by several factors, one of them behavioral factors such as diet that does not meet balanced nutrition requirement (too much food with overnutrition risk). The purpose of this study was to analyze the influence between the assessment of the role of parents as educator, protector and regulator on the formation of self-concept of children related to foods with overnutrition risks in Al-Baitul Amien Elementary School of Jember Regency. This study used analytical with cross sectional approach. The population of this study were as many as

256 students and the samples through simple random sampling technique. The data were collected by interview to 75 respondents. The research analysis used simple logistic regression at 95% significance level ( $\alpha = 0.05$ ). The results showed the influence between the role of parents as a protector against the formation of self-concept on children related with foods with overnutrition risks. However, other results indicate that there is no influence between the role of parents as educator and regulator of the formation of self-concept on children related with foods with overnutrition risks.

## PENDAHULUAN

Salah satu faktor risiko penyakit tidak menular yang masih menjadi permasalahan di berbagai negara termasuk Indonesia yaitu gizi lebih. Masalah gizi lebih pada anak usia sekolah dasar akan berlanjut hingga usia dewasa sehingga dianggap sebagai hal yang serius. Keseriusan tersebut juga dilihat dari dampak jangka panjang yang akan ditimbulkan yaitu terjadinya berbagai penyakit seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes mellitus, kanker dan osteoarthritis<sup>(1)</sup>. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan bahwa secara nasional permasalahan gizi lebih pada anak usia sekolah (5-12 tahun) masih tinggi terdiri dari 10,8% gemuk dan 8,8% obesitas dan Jawa Timur termasuk dalam provinsi dengan permasalahan gizi lebih di atas prevalensi nasional<sup>(2)</sup>.

Gizi lebih pada anak usia sekolah dasar dapat diakibatkan oleh beberapa faktor, faktor risiko utama yang dapat menyebabkan gizi lebih pada anak usia 5 hingga 15 tahun yaitu faktor perilaku seperti pola makan yang tidak memenuhi gizi seimbang<sup>(2)</sup>. Penanaman peran orang tua yang baik dalam keluarga sangat diperlukan guna terciptanya anak yang berkualitas, baik dari aspek psikososial maupun aspek fisik<sup>(3)</sup>. Anak-anak yang tumbuh dan dibesarkan dengan pola asuh yang keliru, cenderung memiliki konsep diri yang negatif begitu juga sebaliknya<sup>(4)</sup>. Charles Horton Cooley berpendapat bahwa seseorang menjadi sama dengan orang lain melalui proses refleksi atau sikap bercermin kepada orang lain (*looking-glass self*), dengan kata lain perilaku jajan anak berpengaruh terhadap peran ibu dan peran tersebut dapat mempengaruhi konsep diri anak<sup>(3)</sup>.

Anak usia sekolah dasar di Kabupaten Jember yang mengalami gizi lebih sebesar 16.170 siswa. Kecamatan patrang

merupakan salah satu kecamatan yang termasuk memiliki prevalensi gizi lebih pada anak usia sekolah dasar yang cukup tinggi sebesar 1.842 siswa<sup>(5)</sup>. Kasus gizi lebih tertinggi di Kecamatan Patrang untuk siswa sekolah dasar yaitu di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kabupaten Jember dengan jumlah 256 siswa<sup>(6)</sup>. Mengingat risiko munculnya berbagai penyakit yang lebih serius diakibatkan oleh status gizi lebih pada anak seperti peningkatan kadar gula darah dan secara tidak langsung berdampak pada penurunan fungsi kognitif anak<sup>(7,8)</sup>. Berdasarkan hal tersebut peneliti ingin meneliti tentang pengaruh peran orang tua sebagai pendidik, pelindung dan pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.

## METODE

Jenis penelitian yang dilakukan yaitu analitik kuantitatif melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kabupaten Jember pada bulan Mei 2018. Populasi dalam penelitian ini yaitu sebesar 256 siswa, dengan jumlah sampel sebesar 75 siswa yang mengalami gizi lebih. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara langsung kepada responden menggunakan kuesioner. Selain itu juga dilakukan observasi terkait lingkungan sekolah seperti makanan jajanan yang dijual dikantin dan di luar pagar sekolah serta media yang mendukung terbentuknya konsep diri anak seperti poster makanan sehat dan perilaku sehat.

Analisis data yang digunakan terdapat dua tahap. Pertama tahap analisis data univariat yang memiliki tujuan untuk mendeskripsikan frekuensi variabel yang diteliti. Tahap kedua yaitu analisis bivariat

dengan menggunakan uji regresi logistik sederhana. Analisis regresi logistik sederhana merupakan model matematis yang digunakan untuk menganalisis pengaruh satu atau beberapa variabel independen dengan sebuah variabel dependen kategorik yang utamanya berbentuk dua *outcome*/ bersifat dikotom<sup>(9)</sup>.

## HASIL DAN PEMBAHASAN ANALISIS UNIVARIAT

### Konsep Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Konsep diri dapat dikatakan sebagai penilaian responden terhadap sikap dan perilakunya khususnya perilaku jajan yang dihubungkan dengan kondisi dirinya saat ini. Konsep diri anak yang satu dengan yang lain terkadang berbeda-beda hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Hasil terkait konsep diri anak dijelaskan secara rinci pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Konsep Diri Anak

No.	Konsep Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Positif	55	73,3
2.	Negatif	20	26,7
Total		75	100

Mayoritas responden memiliki konsep diri positif terhadap makanan jajanan berisiko gizi lebih sebanyak 55 responden dengan persentase sebesar 73,3%.

Pengelompokkan konsep diri positif maupun negatif seseorang dilihat dari komponen-komponen penyusunnya. Berikut hasil penelitian dari kelima komponen konsep diri pada 75 responden siswa Sekolah Dasar Al-Baitul Amien yang mengalami status gizi lebih :

### a. Citra Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Tabel 2. Distribusi Citra Diri Anak

No.	Citra Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Positif	51	68
2.	Negatif	24	32
Total		75	100

Citra diri yang dimiliki oleh responden penelitian mayoritas tergolong positif yaitu sebanyak 51 responden (68%).

### b. Ideal Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Tabel 3. Distribusi Ideal Diri Anak

No.	Ideal Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Positif	61	81,3
2.	Negatif	14	18,7
Total		75	100

Mayoritas responden penelitian memiliki ideal diri yang positif dengan jumlah 61 responden (81,3%).

### c. Harga Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Tabel 4. Distribusi Harga Diri Anak

No.	Harga Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Tinggi	40	53,3
2.	Rendah	35	46,7
Total		75	100

Harga diri yang tinggi dimiliki oleh sebagian besar responden penelitian yaitu sebanyak 40 responden (53,3%).

d. Peran Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Tabel 5. Distribusi Peran Diri Anak

No.	Peran Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	65	86,7
2.	Tidak Baik	10	13,3
	Total	75	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki peran diri yang baik yaitu sebanyak 65 responden (86,7%).

e. Identitas Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Tabel 6. Distribusi Identitas Diri Anak

No.	Identitas Diri	Jumlah	Persentase (%)
1.	Positif	55	73,3
2.	Negatif	20	26,7
	Total	75	100

Hasil menunjukkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini memiliki identitas diri positif sebanyak 55 responden dengan persentase sebesar 73,3%.

**Penilaian Peran Orang Tua Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Penilaian peran orang tua yang diteliti dalam penelitian ini meliputi peran orang tua sebagai pendidik, pelindung dan pengontrol terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih yang dikonsumsi oleh responden. Secara keseluruhan hasil penelitian mengenai penilaian peran orang tua terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih diuraikan sebagai berikut :

Tabel 7. Penilaian Peran Orang Tua Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

No.	Penilaian Peran Orang Tua	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	65	86,7
2.	Tidak Baik	10	13,3
	Total	75	100

Keseluruhan penilaian yang diberikan responden mengenai peran orang tua terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih yang dikonsumsi anak mayoritas dapat dikatakan baik. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil, sebanyak 65 responden (86,7%) menilai bahwa peran orang tua mereka tergolong baik. Hasil penelitian dari ketiga peran (pendidik, pelindung dan pengontrol) dijabarkan sebagai berikut :

a. Peran Orang Tua sebagai Pendidik

Tabel 8. Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pendidik

No.	Peran Pendidik	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	63	84
2.	Tidak Baik	12	16
	Total	75	100

Penilaian responden terhadap peran orang tua sebagai pendidik terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih sebagian besar tergolong baik dengan hasil penelitian sebanyak 63 responden (84%).

b. Peran Orang Tua sebagai Pelindung

Tabel 9. Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pelindung

No.	Peran Pelindung	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	68	90,7
2.	Tidak Baik	7	9,3
	Total	75	100

Mayoritas responden penelitian menilai baik mengenai peran orang tua sebagai pelindung terhadap makanan jajanan yang berisiko gizi lebih yaitu sebanyak 68 responden (90,7%).

c. Peran Orang Tua sebagai Pengontrol

Tabel 10. Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pengontrol

No.	Peran Pengontrol	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	44	58,7
2.	Tidak Baik	31	41,3
	Total	75	100

Mayoritas responden memiliki penilaian orang tua sebagai pengontrol terhadap makanan jajanan berisiko gizi lebih tergolong baik sebanyak 44 responden (58,7%).

**ANALISIS BIVARIAT**

**Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pendidik Terhadap Konsep Diri Anak**

Analisis pengaruh penilaian peran orang tua sebagai pendidik terhadap pembentukan konsep diri anak yang memiliki status gizi lebih terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kecamatan Patrang Kabupaten Jember ini menggunakan uji regresi logistik sederhana. Pada penelitian ini derajat kepercayaan yang digunakan sebesar 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil dari analisis tersebut disajikan pada tabel berikut :

Tabel 11. Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pendidik Terhadap Konsep Diri Anak

Peran Pendidik	Konsep Diri Anak				p value
	Positif		Negatif		
	n	%	n	%	
Baik	51	68	12	16	0,276
Tidak Baik	8	10,7	4	5,3	
Total	59	78,7	16	21,3	

Tabel 11 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang memiliki konsep diri positif dengan peran orang tua yang baik sebagai pendidik terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih sebesar 51 siswa (68%). Namun, hasil lainnya menunjukkan sebanyak 8 siswa memiliki konsep diri positif dengan peran orang tua sebagai pendidik yang tidak baik. Hasil dari uji bivariat tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pendidik terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.

**Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pelindung Terhadap Konsep Diri Anak**

Analisis pengaruh penilaian peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak yang memiliki status gizi lebih terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kecamatan Patrang Kabupaten Jember ini menggunakan uji regresi logistik sederhana. Pada penelitian ini derajat kepercayaan yang digunakan sebesar 95% ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil dari analisis tersebut disajikan pada tabel berikut :

Tabel 12. Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pelindung Terhadap Konsep Diri Anak yang Memiliki Status Gizi Lebih Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Penilaian Peran Pelindung	Konsep Diri Anak				p value
	Positif		Negatif		
	N	%	n	%	
Baik	58	77,3	1 0	13,3	0,002
Tidak Baik	1	1,3	6	8	
Total	59	78,7	1 6	21,3	

Hasil analisis pada tabel 12 menunjukkan bahwa mayoritas responden

yang memiliki konsep diri positif dengan peran orang tua yang baik sebagai pelindung terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih sebesar 58 siswa (77,3%). Analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kecamatan Patrang.

### **Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pengontrol Terhadap Konsep Diri Anak**

Adapun hasil analisis tersebut disajikan dalam tabel 13 sebagai berikut :

Tabel 13. Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pengontrol Terhadap Konsep Diri Anak yang Memiliki Status Gizi Lebih Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih

Penilaian Peran Pengontrol	Konsep Diri Anak				p value
	Positif		Negatif		
	n	%	N	%	
Baik	35	46,7	9	12	0,825
Tidak Baik	24	32	7	9,3	
Total	59	78,7	16	21,3	

Mayoritas responden yang memiliki konsep diri positif dengan peran orang tua yang baik sebagai pengontrol terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih sebesar 35 siswa (46,7%). Sedangkan siswa yang memiliki konsep diri positif dengan peran orang tua tidak baik sebanyak 24 siswa (32%). Hasil dari uji bivariat tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.

### **Hasil Observasi Kondisi Lingkungan Sekolah**

Hasil observasi kondisi lingkungan di Sekolah Dasar Al-Baitul Amien Kecamatan

Patrang Kabupaten Jember diperoleh bahwa terdapat berbagai macam makanan jajanan yang disediakan oleh kantin sekolah, tidak terkecuali makanan jajanan yang berisiko gizi lebih. Makanan jajanan berisiko gizi lebih yang dijual di kantin sekolah yaitu makanan yang mengenyangkan (gorengan), makanan coklat dan minuman kemasan manis. Selain itu, terdapat pedagang yang menjual makanan berisiko gizi lebih di luar pagar sekolah. Hasil lain dari observasi yang dilakukan di lingkungan sekolah yaitu belum tersedianya poster-poster tentang makanan sehat, makanan jajanan yang berisiko gizi lebih serta perilaku jajan yang sehat di lingkungan sekolah.

## **PEMBAHASAN**

### **Konsep Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Konsep diri dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pemahaman atau penilaian anak sekolah dasar (responden) terhadap makanan jajanan berisiko gizi lebih yang dijumpai sehari-hari baik di lingkungan rumah maupun lingkungan sekolah. Konsep diri berperan penting sebagai pengarah dan penentu perilaku, sehingga diharapkan dan diupayakan seseorang memiliki lebih banyak ciri-ciri konsep diri yang positif<sup>(10)</sup>. Konsep diri yang positif tersebut telah dimiliki oleh sebagian besar responden.

Konsep diri yang positif maupun negatif tersebut dapat dilihat dari citra diri, ideal diri, harga diri, peran diri dan identitas diri yang dimiliki. Sebagian besar responden memiliki citra diri yang positif. Citra diri yang positif dalam penelitian ini menunjukkan bahwa responden mampu menilai atau mengerti jenis makanan jajanan yang dapat menambah berat badan apabila dikonsumsi secara berlebih seperti makanan gorengan, minuman kemasan yang manis serta makanan coklat. Begitu juga dengan

ideal diri, sebagian besar responden memiliki ideal diri yang positif. Ideal diri yang positif menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengetahui makanan yang seharusnya mereka konsumsi serta baik untuk kesehatan tubuh mereka contohnya seperti buah dan sayur.

Komponen ketiga dari konsep diri yaitu harga diri, sebagian besar responden memiliki harga diri yang tinggi. Harga diri yang tinggi tersebut menunjukkan bahwa responden merasa senang dan percaya diri dengan kondisi saat ini. Selain itu peran diri yang dimiliki sebagian besar responden tergolong baik seperti menuruti larangan orang tua dan melakukan olahraga setiap minggu. Komponen terakhir dari konsep diri yaitu identitas diri, sebagian besar responden memiliki identitas diri positif.

Gabungan dari kelima komponen di atas inilah yang memberi gambaran bahwa sebagian besar responden memiliki konsep diri yang positif. Hasil tersebut sesuai dengan pendapat Thalib yaitu konsep diri positif ditandai dengan adanya rasa percaya diri yang tinggi pada seseorang, memandang dirinya secara positif dan tidak mudah melakukan tindakan-tindakan yang bersifat destruktif terhadap dirinya sendiri maupun orang yang berada disekitarnya<sup>(11)</sup>.

### **Penilaian Peran Orang Tua Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Mengingat pentingnya pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan yang berisiko gizi lebih tersebut, maka diperlukannya peran orang tua yang tepat. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Soeroso, penanaman peran orang tua yang baik dalam keluarga sangat diperlukan guna terciptanya anak yang berkualitas baik dari aspek psikososial maupun aspek fisik<sup>(3)</sup>.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas orang tua memiliki peran yang baik terhadap makanan jajanan yang dikonsumsi anak terutama makanan jajanan

berisiko gizi lebih. Sebagian besar orang tua telah menjelaskan tentang makanan jajanan yang baik bagi tubuh serta bahaya dari mengonsumsi makanan jajanan secara berlebihan. Selain itu, sebagian besar orang tua telah melarang anak untuk tidak membeli makanan jajanan terlalu banyak baik makanan jajanan yang berada di sekitar rumah maupun di sekolah. Sikap tersebut merupakan wujud dari peran orang tua sebagai pelindung terhadap makanan jajanan yang dikonsumsi. Sedangkan wujud peran orang tua sebagai pengontrol yang baik dalam penelitian ini yaitu sebagian besar orang tua mengingatkan anak agar tidak membeli makanan jajanan seperti coklat dan gorengan terlalu banyak.

Hasil dari penilaian peran orang tua tersebut sesuai dengan hasil konsep diri yang dimiliki oleh anak. Penelitian lain membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara peran ibu dengan konsep diri anak, yang menandakan bahwa semakin baik peran ibu maka konsep diri anak semakin baik pula<sup>(12)</sup>. Namun tidak semua peran yang dijalankan orang tua dapat membentuk konsep diri anak yang positif.

### **Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pendidik Terhadap Konsep Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara peran orang tua sebagai pendidik terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan yang berisiko gizi lebih pada anak yang mengalami gizi lebih di SD Al-Baitul Amien Kabupaten Jember. Tujuan dari peran orang tua sebagai pendidik dalam penelitian ini yaitu memberikan tambahan pengetahuan kepada anak terkait makanan jajanan yang berisiko gizi lebih.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ridwan *et al.*, yang menyatakan bahwa pengetahuan yang

dimiliki seseorang tidak memiliki hubungan dengan konsep diri yang mereka miliki. Pengetahuan bukan satu-satunya penyebab konsep diri positif<sup>(13)</sup>. Pembentukan konsep diri juga didasarkan pada pengalaman yang telah dialami oleh diri sendiri dan interaksi dengan orang lain<sup>(14)</sup>.

Terkadang anak sebenarnya mengetahui dampak yang akan terjadi akibat mengonsumsi makanan jajanan secara berlebih, namun apabila mereka tidak mengalami dampak tersebut mereka akan cenderung tidak percaya, sehingga dapat mempengaruhi konsep diri yang mereka miliki. Hal tersebut mengingat anak usia sekolah dasar berada pada tahap kongkretoprarasional, pada tahap ini anak akan memiliki salah satu proses berfikir yang disebut sebagai proses repokrasi. Proses repokrasi merupakan sebuah proses pemikiran yang bertujuan untuk mencari hubungan timbal balik antar beberapa hal.

### **Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pelindung Terhadap Konsep Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan yang berisiko gizi lebih. Charles Horton Cooley memiliki pendapat bahwa seseorang menjadi sama dengan orang lain melalui proses bercermin kepada orang lain. Proses tersebut terdapat tiga tahapan yaitu seseorang memberikan aksi kepada orang lain, orang lain bereaksi atas aksi yang diberikan dan kemudian reaksi tersebut diinterpretasikan (dipertimbangkan) oleh orang yang melakukan aksi atau disebut sebagai proses pembentukan konsep diri. Peran orang tua sebagai pelindung merupakan salah satu bentuk reaksi dari perilaku anak yang jajan terlalu banyak

ataupun membeli makanan jajanan yang berisiko gizi lebih. Hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh antara peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak telah sesuai jika dilihat dari teori cermin diri tersebut.

Peran orang tua sebagai pelindung dalam penelitian ini mengarah pada pola sikap dan perilaku orang tua dalam menjaga anak dari segala hal yang berbahaya (kesehatan anak) terkait makanan jajanan yang dikonsumsi anak. Peran orang tua tersebut seperti melarang anak agar tidak membeli makanan jajanan berisiko gizi lebih dan pemberian sanksi (*punishment*) kepada anak yang jajan sembarangan salah satunya makanan jajanan berisiko gizi lebih. Sanksi yang diberikan orang tua dapat berupa pengurangan uang jajan setiap harinya. Sejalan dengan perkembangan konsep diri anak, anak perlu untuk diperkenalkan dengan harapan-harapan dan aturan-aturan, instruksi maupun larangan<sup>(15)</sup>.

### **Analisis Pengaruh Penilaian Peran Orang Tua sebagai Pengontrol Terhadap Konsep Diri Anak Terkait Makanan Jajanan Berisiko Gizi Lebih**

Analisis terakhir yaitu pengaruh antara peran orang tua sebagai pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak. Peran orang tua sebagai pengontrol dalam penelitian ini dimaksudkan sebagai pola sikap dan perilaku orang tua yang cenderung untuk memperhatikan makanan jajanan yang dikonsumsi anak setiap hari seperti mengingatkan agar tidak jajan sembarangan dan selalu bertanya terkait makanan jajanan apa saja yang dibeli oleh anak. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang positif antara peran orang tua sebagai pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan yang berisiko gizi lebih.

Hal tersebut dapat diakibatkan oleh pengontrolan orang tua secara langsung

yang hanya bisa dilakukan ketika anak berada di rumah. Anak usia sekolah dasar memungkinkan sekali mengingkari sesuatu hal karena mereka memasuki tahap kongkret prarasional (proses negasi). Pengontrolan yang kurang maksimal tersebut juga bisa dilihat dari segi kontinuitas orang tua dalam mengingatkan dan menanyakan jenis makanan jajanan apa saja yang dibeli di sekolah. Kebiasaan sehari-hari yang dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya yang dilakukan secara kontinyu akan membentuk kebiasaan dan kepribadian anak<sup>(16)</sup>. Calhoun dan Acocella mengemukakan sumber informasi yang penting terkait pembentukan konsep diri anak selain orang tua yaitu teman sebaya<sup>(10)</sup>. Sehingga memungkinkan sekali pembentukan konsep diri anak juga dipengaruhi oleh teman sebayanya.

## KESIMPULAN

- a. Mayoritas responden memiliki konsep diri yang positif terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.
- b. Mayoritas penilaian terhadap peran orang tua sebagai pendidik, pelindung dan pengontrol baik terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.
- c. Tidak terdapat pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pendidik terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.
- d. Terdapat pengaruh antara penilaian peran orang tua sebagai pelindung terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.
- e. Tidak terdapat pengaruh antara peran orang tua sebagai pengontrol terhadap pembentukan konsep diri anak terkait makanan jajanan berisiko gizi lebih.

## SARAN

- a. Orang tua diharapkan dapat melakukan perlindungan, pengontrolan serta

pemberian pendidikan terkait makanan jajanan yang sehat secara kontinyu kepada anak melalui penyediaan sarapan yang sehat, membiasakan anak untuk jajan sehat serta mengikuti komunitas *parenting*.

- b. Komite sekolah dapat membentuk pertemuan secara rutin dengan wali murid sebagai wadah pemberian edukasi kepada orang tua siswa mengenai pentingnya memberikan pendidikan, perlindungan serta pengontrolan terkait pola konsumsi makanan jajanan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. 2012. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas Pada Anak Sekolah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
2. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Depkes RI.
3. Soeroso, A. 2008. *Psikologi 2 Edisi Pertama*. Jakarta: Quadra.
4. Abdullah, N. 2015. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Konsep Diri Anak Usia Sekolah. *Prosiding Psikologi dan Kemanusiaan*. ISBN: 978-979-796-324-8.
5. Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. 2017. *Data Kesehatan Usia Anak Sekolah Kabupaten Jember 2017*. Jember: Dinas Kesehatan Kabupaten Jember.
6. Puskesmas Patrang. 2017. *Status Gizi Anak Usia Sekolah Dasar Kecamatan Patrang Kabupaten Jember 2017*. Jember: Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.

7. Amany, T., dan R., Sekartini. 2017. Hubungan Antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa SDN 03 Pondok Cina Depok Tahun 2015. *Sari Pediatri*. Vol.18, Ed.6, hal: 487-491.
8. Cida, T., S. Hadi, dan A. Sutriningsih. 2017. Perbedaan Kadar Glukosa Darah Pada Anak dengan Indeks Massa Tubuh Normal dan *Overweight* Di SDK Sang Timur Malang. *Nursing News*. Vol.2, Ed.1, hal: 147
9. Hastono, S.P. 2016. *Analisis Data pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
10. Ghufron, M. N., dan R. Risnawati. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
11. Thalib, S. B. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Prenada Media Group.
12. Pangesti, C. B., dan W. D. Agussafutri. 2017. Hubungan Peran Ibu dengan Konsep Diri Anak Usia 3-5 Tahun. *Jurnal KesMaDaSka*, hal: 161-166.
13. Ridwan, A., W. S. Astutik, dan Y. D. Astutik. 2010. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Jerawat. *Jurnal AKP*, Vol.1, Ed.1, hal: 19-21
14. Nirmalawati. 2011. Pembentukan Konsep Diri Pada Siswa Pendidikan Dasar dalam Memahami Mitigasi Bencana. *Jurnal SMARTek*, Vol.9, Ed.1, hal: 61-69.
15. Sunarti, E. 2014. *Mengasuh dengan Hati*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
16. Graha, C. 2008. *Keberhasilan Anak di Tangan Orang Tua*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.