

ABSTRAK

HANNISATUL FARDINDA. Gambaran Pengetahuan Makanan Sehat Pada Perilaku Pemilihan Jajan Pada Siswa di SDN 028 Desa Kubang Jaya Kabupaten Kampar Kecamatan Siak Hulu. Dibimbing oleh ROZIANA, SST, M.Gizi.

Masa anak usia sekolah merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang, sehingga asupan nutrisi yang baik sangat dibutuhkan. Sebagian besar waktu anak-anak dihabiskan di lingkungan sekolah, yang mendorong mereka untuk mengonsumsi jajanan. Namun, kurangnya pengetahuan tentang makanan sehat menyebabkan banyak siswa memilih jajanan tanpa mempertimbangkan kandungan gizi dan dampaknya terhadap kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang makanan sehat dengan perilaku pemilihan jajanan pada siswa SDN 028 Kubang Jaya. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner yang dibagikan kepada 57 siswa berusia 10–11 tahun. Kuesioner terbagi menjadi dua bagian, yakni pengetahuan tentang makanan sehat dan perilaku dalam memilih jajanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan kategori pengetahuan baik tentang makanan sehat cenderung memiliki perilaku pemilihan jajanan yang baik pula. Sebanyak 19 responden (51,4%) menunjukkan perilaku sangat baik dan 18 responden (48,6%) menunjukkan perilaku baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan tentang makanan sehat dapat berkontribusi terhadap perilaku konsumsi jajanan yang lebih sehat dan aman bagi anak-anak usia sekolah.

Kata kunci : *Pengetahuan makanan sehat, perilaku jajan, siswa SD*

ABSTRACT

HANNISATUL FARDINDA. Gambaran Pengetahuan Makanan Sehat Pada Perilaku Pemilihan Jajan Pada Siswa di SDN 028 Desa Kubang Jaya Kabupaten Kampar Kecamatan Siak Hulu. Dibimbing oleh ROZIANA, SST, M.Gizi.

The school-age period is a crucial stage in a child's growth and development, requiring adequate nutritional intake to support these processes. Children spend most of their time in the school environment, which encourages them to consume snacks. However, a lack of knowledge about healthy food leads many students to choose snacks without considering their nutritional content and potential health effects. This study aims to examine the relationship between knowledge of healthy food and snack selection behavior among students at SDN 028 Kubang Jaya. The research employs a descriptive qualitative method, with data collected through questionnaires distributed to 57 students aged 10–11 years. The questionnaire consists of two sections: knowledge about healthy food and snack selection behavior. The results indicate that students with a good level of knowledge about healthy food tend to demonstrate better snack selection behavior. A total of 19 respondents (51.4%) showed very good behavior, while 18 respondents (48.6%) exhibited good behavior. These findings suggest that increasing students' knowledge about healthy food can contribute to healthier and safer snacking habits among school-age children.

Keywords: *Healthy food knowledge, snacking behavior, elementary school students*