

ABSTRAK

ATHAQILLAH AZZAHRA. Gambaran Pengetahuan Makanan Sehat Dan Perilaku Jajan Siswa Kelas 6 Di SD Negeri 182 Pekanbaru. Dibimbing oleh Irma Susan Paramitha.

Pengetahuan mengenai makanan sehat berperan penting dalam membentuk kebiasaan konsumsi yang baik pada anak usia sekolah. Perilaku jajan yang tidak sehat dapat berdampak buruk pada kesehatan anak, terutama ketika dilakukan tanpa didasari pengetahuan yang memadai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang makanan sehat dan perilaku jajan pada siswa kelas VI di SDN 182 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel terdiri dari 57 siswa yang dipilih menggunakan teknik purpose sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang cukup mengenai makanan sehat (66,7%), dan sebagian besar menunjukkan perilaku jajan yang kurang sehat (56,1%). Temuan ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku. Diperlukan upaya pendidikan gizi secara lebih intensif untuk mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat.

Kata kunci: Pengetahuan makanan sehat, perilaku jajan, siswa sekolah dasar.

ABSTRACT

ATHAQILLAH AZZAHRA. Gambaran Pengetahuan Makanan Sehat Dan Perilaku Jajan Siswa Kelas 6 Di SD Negeri 182 Pekanbaru. Dibimbing oleh Irma Susan Paramitha.

Knowledge about healthy food plays a crucial role in shaping good dietary habits among school-aged children. Unhealthy snacking behavior can have negative impacts on children's health, especially when it is not supported by adequate knowledge. This study aims to describe the level of knowledge about healthy food and snacking behavior among sixth-grade students at SDN 182 Pekanbaru. The research used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 57 students selected using purpose sampling technique. The results showed that the majority of students had a moderate level of knowledge about healthy food (66.7%), and most of them exhibited unhealthy snacking behavior (56.1%). These findings indicate a gap between knowledge and behavior. More intensive nutrition education efforts are needed to promote healthier behavior.

Keywords: Healthy food knowledge, snacking behavior, elementary school student