

**KECENDERONGAN KONSUMSI MAKANAN MODERN PADA ANAK
PRASEKOLAH DI TAMAN KANAK-KANAK : Studi kasus di TK Islam Al-
Azhar Pusat dan TK Islam Mutia, Kecamatan Kebayoran Baru, Jakarta Selatan**

Oleh : Hermina; Tjetjep S. Hidayat dan Trintrin T. Mudjiyanto

ABSTRAK

Kemajuan di bidang ekonomi terutama di perkotaan menyebabkan perubahan pada gaya hidup, antara lain perubahan dalam pola makan. Perubahan dari pola makan tradisional ke pola makan barat, seperti fast food (makanan modern) yang banyak mengandung kalori, lemak dan kolesterol. Ditambah kehidupan yang disertai stres dan berkurangnya aktifitas fisik, terutama di kota besar mulai menimbulkan dampaknya dengan meningkatnya masalah gizi lebih dan penyakit degeneratif. Penelitian ini dilakukan untuk menggali data konsumsi makanan modern pada anak-anak pra sekolah (murid TK) di TK favorit dan TK bukan favorit di wilayah Jakarta Selatan. Tujuan penelitian untuk melihat bagaimana kecenderungan konsumsi makanan modern pada anak TK. Responden adalah ibu-ibu dari anak TK (59 orang) dan guru TK (10 orang). Hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan makanan modern banyak dikonsumsi oleh anak-anak prasekolah. Sebagian besar anak (>60%) di TK favorit sudah biasa mengonsumsi fried chicken, burger, pizza, donat modern, roti bakery, ice cream, daging steak dan spaghetti dengan frekuensi konsumsi yang bervariasi. Sedangkan anak-anak di TK bukan favorit sebagian besar mengonsumsi makanan modern berupa chiki, agar-agar/jeli, es, permen dan makanan kemasan lain yang menggunakan zat pewarna/zat additive lain dengan harga yang relatif murah yang akan berdampak negatif terhadap kesehatan anak. Untuk itu pendekatan informasi tentang perilaku gizi yang baik dan benar perlu disampaikan sedemikian rupa berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) dengan menyandingkan makanan tradisional sebagaimana yang diwariskan dalam pemasyarakatan gerakan Alim Ulama Makanan Indonesia yang telah digalakan sejak awal Repelita VI ini.

Pendahuluan

Anak-anak prasekolah (murid TK) di perkotaan merupakan salah satu segmen penting dalam masyarakat yang perlu diperhatikan dari sudut konsumsi makanannya. Karena makanan yang biasa dikonsumsi sejak masa kanak-kanak akan membentuk pola kebiasaan makan selanjutnya. Berbagai jenis makanan yang tergolong modern seperti dunkin donuts, pizza, fried chicken, burger, ice cream dan sebagainya dari berbagai merk dagang sangat gencar diiklankan melalui media massa terutama di media elektronik dan dipasarkan secara intensif terutama di kota-kota besar seperti Jakarta.

Anak-anak TK selain masih dalam proses pertumbuhan dan pengenalan lingkungan, mereka termasuk rawan terhadap pengaruh makanan-makanan dan minuman-minuman modern. Makanan modern memiliki daya pikat karena selain praktis dan cepat dalam penyajian, juga mengandung gensi bagi sementara golongan masyarakat (1). Selain itu makanan modern mengandung zat lemak, protein, karbohidrat, kolesterol dan garam relatif tinggi dan jika sering dikonsumsi secara berkesinambungan dan berlebihan dapat mengakibatkan masalah gizi lebih (over nutrition) dengan kemungkinan konsekuensi seperti: kegemukan, tekanan darah tinggi, kencing manis, gangguan jantung koroner dan lainnya (2).

Menanamkan kebiasaan makan yang baik dan memperkenalkan makanan sehari-hari yang beragam sebaiknya dilakukan sejak dini (3,4). Pola makan pada umumnya

telah dimiliki oleh masyarakat dan menyatu dalam sistem sosial budaya berbagai golongan etnik daerah di perkotaan maupun di pedesaan. Pola makan dalam berbagai kelompok masyarakat merupakan cerminan dari kebiasaan makan individu, keluarga atau masyarakat tertentu. Kebiasaan makan anak TK sangat tergantung kepada kebiasaan makan keluarganya di rumah dan lingkungannya terutama di sekolah TK.

Tujuan penelitian ini adalah menggali data konsumsi makanan modern pada kalangan anak prasekolah (murid TK) di perkotaan. Dalam makalah ini dibahas mengenai kecenderungan kebiasaan makan anak TK terhadap jenis-jenis makanan modern khususnya di DKI Jakarta.

Bahan dan Cara

Lokasi

Penelitian dilakukan di DKI Jakarta, yaitu di TK Islam Al-Azhar pusat di Jalan Sisingamangaraja dan di TK Islam Mutia di Jalan Haji Syahrin, Kecamatan Kebayoran Baru Jakarta Selatan. Penentuan lokasi dan sekolah TK dilakukan secara sengaja dengan persetujuan Kanwil Depdikbud DKI Jakarta, Kantor Dinas Depdikbud Jakarta Selatan bersama dengan peneliti. TK Islam Al-Azhar pusat dipilih berdasarkan kriteria sekolah favorit yang mencirikan golongan masyarakat dengan tingkat sosial ekonomi menengah ke atas. Sedangkan TK Mutia dipilih berdasarkan kriteria sekolah TK bukan favorit yang mencirikan golongan masyarakat dengan tingkat sosial ekonomi menengah ke bawah.

Responden dalam penelitian ini adalah ibu-ibu dari murid TK yang bersedia untuk diwawancara dan guru-guru TK. Jumlah ibu-ibu murid TK yang menjadi responden masing-masing sebanyak 28 orang di TK Al-Azhar pusat (TK favorit) dan 31 orang di TK Mutia (TK bukan favorit). Sedangkan jumlah guru TK yang menjadi responden adalah 10 orang, masing-masing sebanyak 6 orang di TK Al-Azhar dan 4 orang di TK Mutia. Sebanyak 28 anak di TK Al-Azhar dan 31 anak di TK Mutia dipilih sebagai sasaran dalam penelitian ini.

Jenis dan cara pengumpulan data

Data yang dikumpulkan meliputi tingkat sosial ekonomi keluarga dilihat dari tingkat pendidikan serta jenis pekerjaan ibu dan ayah, umur ibu dan ayah serta jumlah keluarga inti. Data ini dikumpulkan melalui kuesioner yang dibagikan kepada responden. Data antropometri anak diperoleh dengan mengukur berat badan dan tinggi badan anak menggunakan timbangan injak dan microtoice. Data kebiasaan makan anak terhadap jenis-jenis makanan modern digali melalui wawancara mendalam dikombinasi dengan kuesioner yang dibagikan kepada responden. Pengamatan dilakukan terhadap jenis-jenis makanan bekal anak yang biasa dibawa ke sekolah. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel deskriptif untuk menggambarkan kecenderungan konsumsi makanan anak TK terhadap jenis-jenis makanan modern berdasarkan ciri TK favorit dan TK bukan favorit.

Hasil**Karakteristik keluarga**

Sebagian besar keluarga anak prasekolah di kedua TK yang diteliti merupakan keluarga kecil dan merupakan keluarga inti dengan jumlah anggota keluarga berkisar antara 3-4 orang. Ibu murid di kedua TK yang diteliti merupakan wanita usia subur (WUS) yaitu berusia antara 25-40 tahun dan umur ayah umumnya di atas 30 tahun. Latarbelakang pendidikan orangtua murid berbeda antara TK favorit dan bukan favorit. Di TK favorit orangtua murid umumnya adalah sarjana yakni 97% (ayah) dan 80% (ibu). Sementara di TK bukan favorit orangtua murid sebagian besar adalah tamat SMA yakni sebanyak 57% (ayah) dan sebanyak 43% (ibu). Bahkan masih ada orangtua murid yang hanya tamat SD dan SMP. Selengkapnya disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Jumlah keluarga menurut tingkat pendidikan orangtua murid

Pendidikan	TK Favorit				TK Bukan Favorit			
	Ayah		Ibu		Ayah		Ibu	
	n	%	n	%	n	%	n	%
SD	-	-	-	-	3	9.7	4	12.9
SMP	-	-	-	-	3	9.7	10	32.3
SMA	-	-	2	7.1	20	64.5	15	48.4
Akademi	1	3.6	2	7.1	1	3.2	1	3.2
Perguruan Tinggi	27	96.4	24	85.8	4	12.9	1	3.2
Jumlah	28	100.0	28	100	31	100.0	31	100.0

Jenis pekerjaan ayah di TK favorit dan bukan favorit umumnya adalah pegawai swasta atau wiraswasta yakni sebanyak 82% di TK favorit dan sebanyak 74% di TK bukan favorit. Status pekerjaan ayah di TK favorit lebih tinggi dibandingkan dengan di TK bukan favorit. Jenis pekerjaan ayah di TK favorit misalnya sebagai manajer perusahaan, dosen, dokter, karyawan bank, pengusaha dan sejenisnya. Sedangkan jenis pekerjaan ayah di TK bukan favorit misalnya sebagai karyawan perusahaan/pabrik, guru, satpam atau berdagang. Sementara sebagian besar ibu-ibu dari murid TK yang diteliti adalah tidak bekerja (sebagai ibu rumah tangga) yakni sebanyak 73% ibu di TK favorit dan sebanyak 86% ibu di TK bukan favorit (Tabel 2).

Tabel 2. Jumlah keluarga menurut jenis pekerjaan orangtua murid

Jenis Pekerjaan	TK Favorit				TK Bukan Favorit			
	Ayah		Ibu		Ayah		Ibu	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Swasta/Wiraswasta	25	89.3	4	14.3	23	74.2	1	3.2
Pegawai Negeri	3	10.7	2	7.1	5	16.2	2	6.5
Sopir	-	-	-	-	1	3.2	-	-
Satpam	-	-	-	-	1	3.2	-	-
Dagang	-	-	-	-	1	3.2	1	3.2
Tidak bekerja	-	-	22	78.6	-	-	27	87.1
Jumlah	28	100.0	28	100	31	100.0	31	100.0

Karakteristik Anak

Telah diteliti sebanyak 28 anak di TK favorit dan 31 anak di TK bukan favorit. Jumlah anak laki-laki (15 anak) di TK favorit lebih banyak daripada anak perempuan (17 anak), sedangkan di TK bukan favorit anak laki-laki (14 anak) lebih sedikit dari anak perempuan (17 anak) dan anak prasekolah di TK yang diteliti sebagian besar berumur 4-5 tahun. Status gizi anak menurut pengukuran antropometri BB/U dan BB/TB sebagian besar adalah cukup baik, namun tampak adanya kecenderungan beberapa anak dengan status gizi lebih bila diukur dengan kriteria BB/U yakni sebanyak 6 anak di TK favorit dan seorang anak di TK bukan favorit. Selengkapnya disajikan pada Tabel 3 dan Tabel 4.

Tabel 3. Jumlah anak menurut umur di TK favorit dan bukan favorit

Umur (bulan)	TK Favorit		TK Bukan Favorit	
	n	%	n	%
< 48	-		2	6,5
48 - 59	24	85,7	13	41,9
60 - 71	4	14,3	16	51,6
Jumlah	28	100,0	31	100,0

Tabel 4. Status gizi anak menurut BB/U dan BB/TB

Status Gizi	TK Favorit (n=28)				TK Bukan Favorit (n=31)			
	BB/U		BB/TB		BB/U		BB/TB	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Gizi kurang	-	-	-	-	-	-	-	-
Gizi baik	22	78,6	22	78,6	1	3,2	-	-
Gizi lebih	6	21,4	6	21,4	29	93,6	31	100,0
					1	3,2	-	-
Jumlah	28	100,0	28	100,0	31	100,0	31	100,0

Konsumsi Makanan Modern

Kecenderungan murid-murid TK mengkonsumsi makanan modern tampak lebih menonjol di TK favorit dibandingkan dengan TK bukan favorit. Pada Tabel 5 dapat dilihat bahwa di TK favorit sekitar 60-100% murid pernah atau sudah biasa mengkonsumsi jenis-jenis makanan modern seperti : fried chicken (100%), donat modern seperti dunkin donuts, cal donuts dan sejenisnya (100%), roti bakery (85,6%), pizza (75,0%), burger (60,7%), spaghetti (60,7%) dan yang lainnya. Sebagian dari mereka biasa mengkonsumsi fried chicken dengan frekuensi 1-6 kali/minggu (50,5%). Untuk jenis makanan seperti donat modern, pizza, daging steak, ice cream dan roti bakery mereka mengkonsumsinya dengan frekuensi 1-4 kali/bulan (21,4-39,3%). Sedangkan jenis makanan modern lainnya seperti burger dan spaghetti mengkonsumsi secara kadang-kadang atau jarang yakni kurang dari 1 kali/bulan (32,1-39,3%).

Sementara murid-murid di TK bukan favorit kebiasaan mengkonsumsi makanan modern lebih kecil bila dibandingkan dengan di TK favorit, yakni sekitar 16-68% dari mereka pernah mengkonsumsi makanan modern seperti : fried chicken (67.7%), burger (48.3%), pizza (29%), donat modern (48%) dan yang lainnya. Mereka pada umumnya mengkonsumsi jenis-jenis makanan tersebut secara kadang-kadang atau jarang yakni kurang dari 1 kali/bulan (29.0-48.3%).

Tabel 5. Jumlah anak menurut frekuensi konsumsi makanan modern di TK favorit dan bukan favorit

Jenis Makanan Modern	*)	TK Favorit (n=28)		TK Bukan Favorit (n=31)	
		n	%	n	%
1. Fried Chicken	1				
	2	14	50.5	3	9.7
	3	5	17.9	5	16.1
	4	9	32.1	13	41.9
	5			10	32.3
2. Burger	1				
	2	5	17.9	1	3.2
	3	3	10.7	2	6.4
	4	9	32.1	12	38.7
	5	11	39.3	16	51.7
3. Pizza	1				
	2	4	14.3		
	3	6	21.4		
	4	11	39.3	9	29.0
	5	7	25.0	22	71.0
4. Spaghetti	1				
	2	4	14.3		
	3	2	7.1	1	3.2
	4	11	39.3	4	12.9
	5	11	39.3	26	83.9
5. Daging Steak	1				
	2	6	21.4	-	
	3	6	21.4	2	6.4
	4	7	25.0	3	9.7
	5	9	32.2	26	83.9
6. Donat modern (dunkin donuts, cal donuts dll.)	1				
	2	6	21.4	-	
	3	6	21.4	-	
	4	13	46.0	15	48.3
	5			16	51.7
7. Roti bakery	1	3	10.7		
	2	8	28.6		
	3	11	39.3	3	9.7
	4	2	7.2	4	12.9
	5	4	14.2	24	77.4
8. Ice Cream (swensen, walls, campina dll.)	1	3	10.7		
	2	5	17.9	8	25.8
	3	7	25.0	5	16.1
	4	13	46.4	8	25.8
	5	-		10	32.3

Keterangan :

- *) = Frekuensi konsumsi
- 1 = Frekuensi konsumsi 1 kali/hari
- 2 = Frekuensi konsumsi 1-6 kali/minggu
- 3 = Frekuensi konsumsi 1-4 kali/bulan
- 4 = Frekuensi konsumsi jarang (kurang dari 1 kali/bulan)
- 5 = Belum mengkonsumsi

Jenis makanan modern yang relatif lebih banyak disukai atau lebih sering dikonsumsi oleh murid-murid TK, baik di TK favorit maupun TK bukan favorit umumnya sama yakni : fried chicken, ice cream, donat modern, burger dan pizza. Jenis makanan tersebut banyak dikonsumsi oleh sekitar 60-100% di TK favorit dan sekitar 29-67% di TK bukan favorit. Jenis makanan tersebut juga biasa dikonsumsi sebagai makanan bekal di sekolah oleh murid-murid di TK favorit (lihat Tabel 6).

Tabel 6. Jumlah responden menurut jenis makanan bekal anak ke sekolah

Jenis Makanan Bekal	TK Favorit (n=28)		TK Bukan Favorit (n=31)	
	n	%	n	%
Nasi + lauk pauk	5	17.9	-	-
Nasi goreng	9	32.1	2	6.5
Mie goreng	13	46.4	4	12.9
Roti bakery	22	78.6	-	-
Roti biasa (keliling)	-	-	23	74.2
Goreng-gorengan	2	7.1	17	54.8
Biskuit	18	64.3	24	77.4
Fried Chicken	9	32.1	-	-
Burger	6	21.4	-	-
Pizza	4	14.3	-	-
Donat modern	11	39.3	1	3.2
Kue-kue	12	42.9	1	3.2
Permen	-	-	5	16.1
Chiki/sejenisnya	-	-	31	100.0
Agar-agar/jeli	-	-	18	58.1

***) Setiap responden dapat menyebutkan lebih dari satu jenis makanan bekal yang biasa dibawa anak ke sekolah**

Pada Tabel 6 tampak bahwa jenis makanan bekal anak TK yang dibawa ke sekolah cukup beragam. Sebagian besar anak biasanya membawa makanan ke sekolah berupa roti yakni sebanyak 78.6% anak membawa roti bakery di TK favorit dan 74.2% anak membawa roti biasa di TK bukan favorit. Pilihan jenis-jenis makanan modern sebagai makanan bekal anak sudah tampak di TK favorit yakni selain roti bakery adalah burger (21.4%), fried chicken (32.1%), donat modern (39.3%) dan pizza (14.3%). Hal ini mungkin karena merupakan makanan kesukaan anak sehingga anak mau membawa makanan tersebut sebagai makanan bekal ke sekolah atau kemungkinan sudah menjadi pilihan kebiasaan makan keluarga.

Sedangkan di TK bukan favorit makanan modern yang biasa dikonsumsi oleh anak sebagai makanan bekal ke sekolah adalah berupa chiki (100.0%), agar-agar/jeli (58.1%) dan permen (16.1%). Makanan tersebut mungkin kesukaan anak sehari-hari di rumah. Padahal makanan tersebut bagi anak balita dan anak prasekolah dapat berdampak negatif terhadap kesehatan dan pola kebiasaan makan anak. Dari hasil

wawancara dengan ibu-ibu dari anak TK bukan favorit sebagian besar anaknya mengalami susah makan.

Tabel 7. Jumlah responden menurut kebiasaan jajan anak *)

Jenis Makanan Bekal	TK Favorit (n=28)		TK Bukan Favorit (n=31)	
	n	%	n	%
Biskuit	1	3.6	9	29.0
Roti/kue	1	3.6	4	12.9
Goreng-gorengan	-	-	5	16.1
Chiki	6	21.4	22	71.0
Permen/sejenisnya	8	28.6	19	61.3
Coklat/sejenisnya	4	14.3	4	12.9
Agar/agar/jeli	1	3.6	10	32.3
Es	9	32.1	20	64.5
Makanan modern	22	78.6	1	3.2
Makanan tradisional	18	64.3	11	35.5

*) Setiap responden dapat menyebutkan lebih dari satu jenis makanan jajan biasa dibeli anak/orangtua

Hampir semua anak TK biasa jajan atau kadang-kadang jajan makanan, baik anak-anak di TK favorit (96.4%) maupun di TK bukan favorit (96.8%). Dari hasil wawancara dengan ibu-ibu murid, di TK favorit sebagian besar anak biasa jajan bersama orangtua dan makan bersama di tempat penjual makanan atau dibawa dan dimakan sekehuarga di rumah. Sedangkan menurut ibu-ibu murid di TK bukan favorit sebagian besar anak jajan dan memilih sendiri makanan di warung atau pada penjaja keliling seperti siomay, mie bakso, mie ayam dan sejenisnya (64.3%). Sementara di TK bukan favorit makanan jajan yang sering dikonsumsi anak adalah berupa chiki dan sejenisnya (71.0%), permen (61.3%) dan es (64.5%).

Bahasan

Informasi di atas menunjukkan bahwa kecenderungan konsumsi makanan modern pada kalangan anak prasekolah di TK khususnya di Jakarta sudah tampak. Hal ini terlihat dari sebagian besar anak di TK favorit (>60%) sudah biasa mengkonsumsi jenis-jenis makanan modern, seperti: fried chicken, donat modern (dunkin donuts, cal donuts, dll), roti bakery, ice cream, burger, pizza, daging steak dan spaghetti. Frekuensi konsumsi mereka relatif bervariasi yakni fried chicken 1-6 kali per minggu (50%), pizza, donat modern, daging steak, ice cream dan roti bakery mereka mengkonsumsinya 1-4 kali per bulan (21-39%), sedangkan burger dan spaghetti mereka hanya mengkonsumsi secara kadang-kadang atau jarang yakni kurang dari 1

kali per bulan (32-39%). Kebiasaan makan seperti ini tentu akan terbawa sampai anak menginjak masa remaja atau bahkan sampai dewasa dan apabila dikonsumsi secara berlebihan dan berkesinambungan akan berdampak negatif terhadap kesehatan. Seperti ditemukan dari hasil penelitian Mudjianto, T. dkk, yang mengungkapkan bahwa kebiasaan mengkonsumsi jenis makanan modern sudah tampak juga dikalangan remaja di enam kota besar di Indonesia (DKI Jakarta, Bandung, Semarang, Yogyakarta, Surabaya dan Denpasar). Dari penelitian tersebut disebutkan bahwa fried chicken dan french fries sudah menjadi jenis makanan yang biasa dikonsumsi para remaja pada waktu makan siang atau makan malam walaupun jumlah konsumennya masih relatif terbatas dan terbanyak di Jakarta (5).

Kebiasaan anak-anak TK mengkonsumsi makanan modern berupa chiki, agar-agar/jeli dan makanan lain yang dikemas menarik dengan zat pewarna menyolok dan zat additive lain tentu tidak dapat dilarang terutama seperti yang ditemukan pada anak-anak di TK bukan favorit. Oleh karena itu anjuran melarang anak mengkonsumsi jenis makanan tersebut di lingkungan sekolah adalah tepat, karena jika tidak ada peraturan sekolah untuk melarangnya kemungkinan besar anak-anak TK akan mengkonsumsinya setiap saat, kapan saja dan dimana saja. Keadaan ini tentu akan berdampak negatif terhadap kesehatan anak.

Pembangunan ekonomi di negeri kita telah berhasil meningkatkan kemakmuran masyarakat. Dengan meningkatnya daya beli, para keluarga muda cenderung memanjakan anak-anak mereka, termasuk dalam pemberian makanan berlebihan kepada bayi dan anak (6). Di samping itu jenis-jenis makanan modern sebagai pilihan makanan untuk anak dan keluarga semakin meningkat seperti tampak pada keluarga anak di TK favorit di Jakarta. Hal ini kemungkinan karena Jakarta merupakan kota metropolitan sehingga pengaruh globalisasi ikut berpengaruh terhadap trend konsumsi makanan modern pada keluarga-keluarga muda. Oleh karenanya, pendekatan pemberian informasi tentang perilaku gizi yang baik dan benar perlu dipasarkan sedemikian rupa berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) dengan menyandingkan makanan tradisional sebagaimana yang diharapkan dalam pemasyarakatan gerakan "Aku Cinta Makanan Indonesia" yang telah digalakkan sejak awal Repelita VI (7).

Perilaku konsumsi pangan pada dasarnya merupakan bentuk penerapan kebiasaan makan. Perilaku konsumsi pangan anak-anak dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pengetahuan dan sikap terhadap makanan. Pembentukan dua faktor tersebut tergantung pada lingkungan sekolah serta lingkungan rumah dan keluarga (8). Pemberian paket KIE kepada ibu-ibu murid-murid TK dan guru TK cukup mendapat respon dan dapat meningkatkan wawasan konsumsi mereka (9). Hal ini tentu akan berpengaruh dalam pemilihan jenis makanan yang akan dikonsumsi oleh keluarga dan anak-anak mereka, karena keluarga yang merupakan unit terkecil dari suatu masyarakat berperan penting dalam pembentukan kebiasaan makan anak. Seperti disebutkan oleh Sanjur, bahwa wawasan konsumsi yang merupakan faktor internal yang ada pada tiap individu akan berpengaruh terhadap kebiasaan makan (8).

Simpulan

Telah tampak kecenderungan makanan modern dikonsumsi pula oleh anak-anak TK, baik di TK favorit maupun di TK bukan favorit. Sebagian besar anak di TK favorit (>60%) sudah biasa mengonsumsi makanan modern seperti: fried chicken, donat, roti bakery, ice cream, burger, pizza, daging steak dan spaghetti dengan frekuensi konsumsi yang bervariasi dan terbanyak adalah fried chicken dengan frekuensi 1-6 kali seminggu (50%). Sedangkan anak-anak di TK bukan favorit sebagian besar mengonsumsi makanan modern berupa chiki, agar-agar/jeli, es, permen dan makanan kemasan lainnya yang menggunakan zat pewarna/zat pengawet dengan harga relatif lebih murah yang akan berdampak negatif terhadap kesehatan anak.

Saran

Perlu dikembangkan suatu pedoman gizi seimbang dan pedoman untuk keamanan konsumsi pangan bagi guru TK dan ibu-ibu murid TK, dengan memperhatikan temuan-temuan kebiasaan makan yang terdapat pada kalangan anak-anak TK dewasa ini, baik di TK favorit maupun di TK bukan favorit di kota-kota besar.

Anjuran untuk melarang membawa makanan bekal ke sekolah berupa chiki, permen, agar-agar/jeli dan makanan lain yang dikemas dan memakai zat pewarna atau zat additive lainnya sebaiknya diterapkan di sekolah TK terutama di TK bukan favorit.

Rujukan

1. Asmoro, S. *Perkembangan pangan dalam menunjang dunia kepariwisataan*. Prosiding: Seminar Pengembangan Pangan Tradisional Dalam Rangka Penganekaragaman Pangan. Jakarta: Kantor Menteri Negara Urusan Pangan/Bulog, 1993.
2. Suyono, S dan S. Djauzi. *Penyakit degeneratif dan gizi lebih*. Widyakarya Pangan dan Gizi V, Jakarta, LIPI, 1994.
3. Susanto, D. *Pengorganisasian masyarakat memperkenalkan kebiasaan makan yang baik*. Widyakarya Nasional Khasiat Makanan Tradisional. Kantor Menteri Negara Urusan Pangan RI, Jakarta, 1995.
4. Husaini, M.A. *Makanan bayi dan anak serta alternatif cara peningkatan gizinya*. Berita IPTEK 1983, 27(4).
5. Mudjianto; dkk. *Kebiasaan makan golongan remaja di enam kota besar di Indonesia*. Penelitian Gizi dan Makanan 1994, 17:98-107.
6. Satoto. *Komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) gizi lebih sebagai bagian dari KIE gizi ganda*. Kelompok studi dan pengembangan kesehatan komunitas, UNDP. Dalam : Risalah Widyakarya Pangan dan Gizi V, LIPI, 1994.
7. Soekirman. *Buku panduan 13 pesan dasar gizi seimbang*. Departemen Kesehatan RI. Jakarta, 1995.
8. Sanjur, D. *Social and cultural perspectives in nutrition*. Prentice Hall, Inc, USA, 1982.
9. Hermiina; dkk. *Introduksi paket komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) penganekaragaman konsumsi pangan lewat Taman Kanak-kanak*. Bogor: Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi, 1996