BAB II
POLA MAKAN SEHAT, JAJANAN, DAN KEBIASAAN ORANG TUA

II.1 Pengertian Jajanan

Makanan jajanan yang dijual oleh pedangan kaki lima atau dalam istilah lain disebut "*street food*", menurut FAO (*Food Assosiation Organisation*) didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut.

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan/restoran, dan hotel. Jajanan merupakan segala jenis penganan yang dijajakan, jenis makanan yang dijual di kaki lima, pinggiran jalan, di stasiun, di pasar, di tempat pemukiman serta lokasi yang sejenis (Winarno, 1997).

Dari semua definisi dapat disimpulkan bahwa makanan jajanan adalah segala jenis panganan atau kudapan dan minuman yang dijual di warung-warung atau pedagang kaki lima yang siap saji dan dapat langsung disantap yang dibuat dari bahan-bahan untuk pembuatan makanan tanpa dicampur dengan bahan kimia dan dikemas dengan baik.

II.1.1 Jenis Makanan Jajanan

Seiring dengan perkembangan jaman semakin banyak ragam dari jajanan, hampir semua jenis jajanan dapat dengan mudah ditemui di pinggir-pinggir jalan.

Menurut Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (1998) dalam Lubis (2007) jenis-jenis makanan jajanan adalah sebagai berikut:

a. Makanan jajanan yang berbentuk panganan, misalnya kue-kue kecil, pisang goreng, kue putu, kue bugis, cilok, atau sebagainya.

b. Makanan jajanan yang diporsikan (menu utama) seperti pecal, mie bakso, nasi goreng, mie rebus dan sebagainya.
c. Makanan jajanan yang berbentuk minuman seperti es krim, es campur, jus buah, dan sebagainya.

II.1.2 Kandungan Nilai Gizi Makanan Jajanan

Berbagai jenis makanan jajanan yang dikonsumsi oleh seseorang harus mengandung nilai gizi. Proporsi makanan jajanan yang dikonsumsi rata-rata mengandung nilai gizi yang cukup. Jenis makanan jajanan seperti risoles, kue bugis, bola-bola, tergolong jenis makanan padat kalori diikuti oleh kue mangkok, bakpao, dan combro. Beberapa jenis makanan tersebut juga merupakan sumber protein yang baik seperti misalnya bakpao, bola-bola yang mengandung telur atau daging, mengandung nilai protein tinggi. Dari jenis makanan dengan kalori rendah tetapi tinggi protein adalah tahu pong dan cake kue.

Ada beberapa contoh makanan jajanan yang sering dikonsumsi anak sekolah seperti satu potong bakwan dengan berat 40 gram, energi 100 kalori, protein 1,7 gram; satu bungkus chiki dengan berat 16 gr, energi 80 kalori, protein 0,9 gram; coklat satu bungkus dengan berat 16 gram, energi 475 kalori, protein 2,0 gram; satu bungkus es mambo dengan berat 25 gram, energi 152 kalori, protein 0,0 gram, satu buah pisang goreng dengan berat 60 gram, energi 132 kalori, protein 1,4 gram; satu buah permen dengan berat 2 gram, energi 100 kalori, protein 0,0 gram; satu porsi somai dengan berat 170 gram, energi 95 kalori, protein 4,4 gram (Supariasa, Bakri, Bachyar. Fajar, Ibnu, 2001).

No.	Jajanan	Ukuran	Berat	Energi	Protein
			(g)	(kalori)	(g)
1.	Bakwan	1 buah	40	100	1,7
2.	Bakso	1 porsi	250	100	10,3
3.	Bihun goreng	1 porsi	200	308	5,9
4.	Getuk lindri	1 kerat	35	60	0,6
5.	Gado-gado	1 porsi	150	203	6,7
6.	Gemblong	1 buah	40	115	1,7
7.	Jenang	1 buah	60	220	2,6
8.	Keroket	1 buah	25	73	1,2
9.	Klepon	4 buah	50	107	0,6
10.	Kue apem	1 buah	45	84	1,5
11.	Lemper	1 buah	60	177	3,0
12.	Lopis	1 buah	60	98	1,7
13.	Misro	1 buah	50	109	0,4
14.	Pisang goreng	1 buah	60	132	1,4
15.	Risoles	1 buah	40	134	2,1

Tabel II.1. Kandungan Gizi berbagai jenis jajanan
Sumber: Khomsan, 2010

Keterangan	Tingkat konsumsi energi dan protein % AKG
Definisi tingkat berat	< 70
Definisi tingkat sedang	70 – 79
Definisi tingkat ringan	80 – 89
Normal	90– 119
Diatas kecukupan	>199

Tabel II.2. Kategori tingkat konsumsi energi dan protein
Sumber: Kodyat Benny A, Minarto, Raoef Rahman, Sianturi Galopong, dan Iryanis (1996).

- Kecukupan Gizi yang Dianjurkan

  Kecukupan gizi yang dianjurkan RDA (*recommended dietary allowances*) adalah banyaknya masing-masing zat gizi yang harus terpenuhi dari makanan untuk mencakup hampir semua orang sehat. Kecukupan gizi dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, aktivitas, berat dan tinggi badan, genetika, serta keadaan hamil, dan menyusui.

  Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran apa yang dikonsumsinya dalam jangka waktu yang cukup lama. Keadaan gizi dapat berupa gizi kurang maupun gizi lebih.

Jenis Kelamin	Energi	Protein
Laki-Laki	2000	45
Perempuan	1900	54

Tabel II.3. Nilai kecukupan energi dan kecukupan protein usia 10 s/d 12 tahun
Sumber: (Almatsier, 2007).

II.1.3 Keuntungan dan Kerugian dari Jajan

Menurut Khomsan (2010), Pada umumnya anak-anak lebih menyukai jajan di warung maupun kantin sekolah daripada makanan yang telah tersedia di rumah. kebiasaan jajan sebenarnya memiliki beberapa manfaat/ keuntungan, antara lain:

1. Merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan energi karena aktivitas fisik di sekolah yang tinggi terutama bagi anak yang tidak sarapan pagi.
2. Pengenalan berbagai jenis makanan jajanan akan menumbuhkan kebiasaan penganekaragaman pangan sejak kecil.
3. Memberikan perasaan meningkatnya gengsi anak di mata teman-temannya di sekolah.

Menurut Irianto (2007), jajan tidak hanya memiliki keuntungan namun jajan yang terlalu sering dan menjadi kebiasaan akan berakibat negatif/ kerugian, antara lain:

1. Nafsu makan menurun.
2. Makanan yang tidak higienis akan menimbulkan berbagai penyakit.
3. Salah satu penyebab terjadinya obesitas pada anak.
4. Kurang gizi sebab kandungan gizi pada jajanan belum tentu terjamin.
5. Pemborosan.

II.2 Pengertian Pola Makan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia pola merupakan sistem; cara kerja, dalam hal pemikiran pola merupakan sesuatu yang diterima seseorang dan dipakai sebagai pedoman, sebagaimana diterimanya dari masyarakat sekelilingnya. Sedangkan makan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia makan merupakan kegiatan memasukkan makanan ke dalam mulut serta mengunyah dan menelannya. Jadi pola makan dapat diartikan sebagai cara atau usaha dalam mengatur kegiatan makan untuk memenuhi kebutuhan tubuh untuk menjadi lebih baik. Menurut Depkes RI (2009), pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit.

II.3 Pola Makan Sehat Sesuai Gizi Seimbang

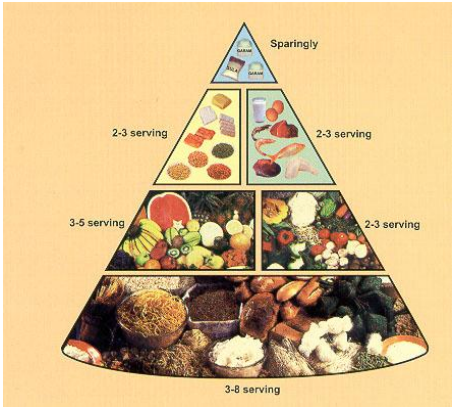
Gizi berasal dari bahasa Arab "Al-Gizal" yang artinya makanan dan manfaatnya untuk kesehatan. Dapat juga diartikan sari makanan yang bermanfaat untuk kesehatan. Yang dimaksud dengan seimbang adalah keseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat gizi, antara kelompok pangan sumber tenaga, sumber pembangunan (lauk pauk) dan sumber zat pengatur (sayuran dan buah) serta keseimbangan antar waktu makan (pagi, siang dan malam). Yang dimaksud dengan gizi seimbang adalah pola makan

yang seimbang antar zat gizi yang diperoleh dari aneka ragam makanan dalam memenuhi kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat, cerdas dan produktif (Hardani 2010).

Pada tahun 1950, pedoman tentang pola makan sehat yang memenuhi gizi seimbang tertuang pada slogan 4 sehat 5 sempurna yang isinya antara lain:

1. Makanan pokok sumber karbohidrat/kalori
2. Lauk-pauk sumber protein hewani dan nabati
3. Sayur mayur sumber vitamin dan mineral
4. Susu sumber lemak, protein dan kalsium

Pada tahun 1992, Direktorat Gizi Masyarakat Indonesia mengeluarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang sebagai panduan untuk mengatur pola makan sehat agar sesuai dengan gizi seimbang. Pedoman ini berisi 13 pesan dasar gizi seimbang disertai logo tumpeng (kerucut) dan anjuran porsi makan menurut umur.



Gambar II.1 Gambar pedoman umum gizi seimbang
Sumber: http://www.gizi-depkes.go.id/pugs.jpg
Diakses pada: 27 Februari 2013

Bahan makanan dikelompokan berdasarkan fungsi utama zat gizi, yang dikenal dengan istilah Tri Guna Makanan, yaitu:

1. Sumber zat tenaga (padi-padian, umbi-umbian, dan tepung-tepungan).
2. Sumber zat pengatur (sayuran dan buah).

3. Sumber zat pembangun (kacang-kacangan, makanan hewani dan hasil olahannya). Digambarkan kelompok bahan makanan yang penggunaannya dibatasi yaitu gula dan garam.

Tiga belas pesan dasar Pedoman Umum Gizi Seimbang dari Direktorat Gizi Masyarakat Indonesia tahun 1992, diantaranya sebagai berikut:

1. Memakan aneka ragam makanan setiap hari.
2. Memakan makanan untuk memenuhi kecukupan energi.
3. Memakan makanan sumber karbohidrat setengah dari kebutuhan energi.
4. Membatasi konsumsi lemak dan minyak sampai 25% dari kecukupan energi.
5. Menggunakan garam beryodium.
6. Memakan makanan sumber zat besi.
7. Memberikan ASI saja pada bayi sampai umur 6 bulan dan berikan MP-ASI sesudahnya.
8. Membiasakan makan pagi.
9. Minuml air bersih yang aman dan cukup jumlahnya.
10. Melakukan aktivitas fisik secara teratur.
11. Menghindari minuman yang beralkohol.
12. Memakan makanan yang aman bagi kesehatan.
13. Membaca label pada makanan yang dikemas.

II.3.1 Pola Konsumsi Makanan

Dalam artikel Pedoman Umun Gizi Seimbang Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia yang dikeluarkan pada tanggal 27 April 2009, dijelaskan bahwa kebutuhan gizi seseorang bergantung kepada:

1. Golongan umur
2. Jenis Kelamin
3. Berat badan dan tinggi badan
4. Aktivitas sehari-hari

Anjuran jumlah porsi makanan memenuhi gizi seimbang anak laki-laki usia 1-12 tahun

Bahan Makanan	1-3 th 1200 kkal	4-6 th 1700 kkal	7-9 th 1900 kkal	10-12 th 2000 kkal
Nasi	3 p	4 p	4,5 p	5 p
Sayuran	1.5 p	2 p	3 p	3 p
Buah	3 p	3 p	3 p	4 p
Tempe	1 p	2 p	3 p	3 p
Daging	1 p	2 p	2 p	2,5 p
Susu	1 p	1 p	1 p	1 p
Minyak	3 p	4 p	5 p	5 p
Gula	2 p	2 p	2 p	2 p

Tabel II.4 Anjuran jumlah porsi makanan memenuhi gizi seimbang anak laki-laki usia 1-12 tahun
Sumber: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Keterangan:

- p = porsi
- 1 p nasi = 100 g (3/4 gelas)
- 1 p sayuran = 100 g (1 gelas)
- 1 p buah = 50 g (1 buah)
- 1 p tempe = 50 g (2 potong sedang)
- 1 p daging = 50 g (1 potong sedang)
- Untuk anak perempuan, porsi nasi dikurangi 1 p dan untuk porsi daging dikurangi ½ p.

II.3.2 Pengaturan Pola Makan Sehat dan Efektif Bagi Anak.

Pola makan yang dikenal selama ini oleh para orang tua adalah merupakan pola makan tiga kali sehari dengan makan pada pagi hari, siang hari, dan malam hari. Namun pola makan ini belum begitu efektif pada anak karena anak selalu bergerak membuat anak membutuhkan asupan energi yang lebih, jika hanya mengandalkan pola makan tiga kali sehari tidak akan cukup untuk memenuhi

kebutuhan energi dan protein anak sehari-hari. Dengan demikian anak akan memenuhi kebutuhan energi yang kurang dengan cara melakukan kegiatan makanan jajanan yang pastinya tidak bisa dikontrol kesehatan makanannya oleh orang tua.

Mitayani dan Sartika (2010) mengatakan bahwa makanan pada anak usia sekolah harus serasi, selaras dan seimbang. Serasi artinya sesuai dengan tingkat tumbuh kembang anak. Selaras adalah sesuai dengan kondisi ekonomi, sosial budaya serta agama dari keluarga. Seimbang artinya nilai gizinya harus sesuai dengan kebutuhan berdasarkan usia dan jenis bahan makanan seperti karbohidrat, protein, dan lemak. Ada beberapa penatalaksanaan pemberian makan pada anak sekolah diantaranya adalah:

1. Mengusahakan anak sarapan pagi dan minum susu sebelum berangkat ke sekolah.
2. Pada saat jam istirahat anak memakan bekal makanan yang dibawa dari rumah (dua jam setelah belajar di sekolah).
3. Makan siang tepat pada waktunya dan memenuhi kebutuhan zat-zat gizi.
4. Kudapan sore untuk anak dalam menjalani aktivitas di luar rumah.
5. Makan malam tepat pada waktunya dan minum susu sebelum tidur.

II.3.3 Pola Makan Lima Kali Sehari

Menurut Lanny Dewi seorang dokter spesialis kesehatan gizi dalam website RS.Harapan Kita Jakarta menerangkan. jadwal makan yang ideal dijalankan agar mempunyai pola makan yang baik adalah lima sampai enam kali sehari yaitu sarapan pagi, kudapan siang, makan siang, kudapan sore, makan malam, dan bila perlu ditambah dengan snack malam agar terhindar dari sakit mag. Dianjurkan mengkonsumsi makanan dalam porsi kecil tapi sering.

Pola makan lima kali sehari merupakan pola penjadwalan makan dengan menambah waktu makan menjadi lima kali dalam satu hari, yaitu sarapan pagi, kudapan siang, makan siang, kudapan sore, dan makan malam. Pola makan ini membagi porsi makan yang dianjurkan dalam panduan umum gizi seimbang menjadi lima kali. Pembagian ini bertujuan agar dapat memenuhi kebutuhan tubuh untuk terus mencerna makanan dan menyerap nutrisi dari makanan dan merubahnya menjadi energi agar tubuh tidak kekurangan energi saat melakukan aktivitas sehari-hari.

Pola makan lima kali sehari tentu akan lebih baik dari pola makan tiga kali sehari karena pola makan lima kali sehari membuat tubuh selalu mencerna makanan, pada pola makan tiga kali sehari rentan waktu dari jadwal makan satu (pukul 06.00) ke jadwal makan dua (12.00) memiliki rentang waktu enam jam, sedangkan proses pencernaan manusia terjadi tiga jam setelah itu tidak ada bahan makanan yang dapat dicerna oleh tubuh sehingga dapat membuat tubuh menjadi lemas dan malas dalam melakukan aktivitas. Sedangkan pada pola makan lima kali sehari tubuh dapat mencerna makanan terus menerus karena rentan waktu antara jam makan tiga jam, sehingga akan dapat membuat tubuh menjadi tidak lemas dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Pola makan lima kali sehari sangat cocok untuk diterapkan pada anak usia sekolah dalam usaha untuk penekanan aktivitas jajan anak, karena pola makan lima kali sehari akan membuat anak terus merasa kenyang dan membuat anak menjadi tidak jajan. Apabila pola makan tiga kali sehari, ketika anak merasa lapar maka anak akan memenuhinya dengan jajanan.

II.4 Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak

Salah satu peran orang tua terhadap anak-anaknya di rumah adalah sebagai pendidik dan pengayom pertama sebelum masuk pendidikan formal, yang sangat berarti dalam perkembangan dan pertumbuhan segala potensi anak. Orang tua yang mampu memberikan pendidikan awal (*basic education*) yang benar yaitu pendidikan akhlak *(moral education*) dan pendidikan pengembangan potensi pikir dan kreativitas sejak dalam lingkungan keluarganya, maka anak tersebut akan cepat menyesuaikan kondisi diluar lingkungan keluarganya dan mampu melakukan penajaman dan pencerahan pemikiran secara cepat. Orang tua wajib memiliki kecukupan ilmu pengetahuan untuk dapat mengarahkan anak-anaknya kepada kebaikan dan serta suri tauladan yang baik di hadapan anak-anaknya. Perilaku dan kebijakan seorang orang tua sangat tergantung pada tingkat pendidikan dan pengalamannya (Marwani, 2006).

II.3.1 Tugas Orang tua dalam Mendidik Anak

Baqir Sharif, 2003 dalam Arya, 2010 mengatakan bahwa para orang tua perlu bekerja keras mendidik anak dan mengawasi tingkah laku mereka dengan menanamkan dalam benak mereka berbagai perilaku terpuji serta tujuan-tujuan mulia. Adapun tugas-tugas para orang tua dalam mendidik anak-anaknya yaitu:

1. Para orang tua membiasakan pada anak perbuatan baik.
2. Para orang tua harus memperingatkan anak-anak mereka akan segala kejahatan dan kebiasaan buruk, perilaku yang tidak sesuai dengan kebiasaan sosial dan agama.
3. Para orang tua memiliki tingkah laku dan perbuatan yang baik di hadapan anak-anak.
4. Para orang tua tidak berlebihan dalam memanjakan anak.
5. Para orang tua perlu menanamkan pada anak rasa hormat pada yang lebih tua dari mereka.
6. Para orang tua melindungi anak dari hal-hal buruk menggoda serta dorongan-dorongan perilaku anti sosial.

II.3.2 Pengetahuan Orang Tua dalam Memberikan Makanan pada Anak

Seiring perkembangan zaman, umumnya orang tua kurang memperhatikan kegiatan makan anaknya lagi. Mereka beranggapan bahwa anak usia sekolah sudah tahu kapan ia harus makan dan anak mulai banyak melakukan kegiatan di luar rumah, sehingga sulit bagi orangtua untuk mengawasi jenis makanan apa saja yang mereka makan.

Pola makan seorang anak pada dasarnya dapat dibentuk oleh keluarganya, terutama orang tua. Orang tua yang mampu memperhatikan pola konsumsi anak-anaknya, maka orang tua dapat mengontrol dan menasihati makanan apa yang seyogianya dikonsumsi dan makanan apa yang sebaiknya dihindari (Khomsan, 2010). Orang tua perlu memiliki pengetahuan dalam memilih makanan untuk anaknya agar mencegah timbulnya gangguan kesehatan (Mitayani & Sartika, 2010).

Orang tua mengetahui penatalaksanaan pemberian makanan pada anaknya yang masih sekolah seperti pemantauan asupan makanan, jenis makanan, menentukan jumlah makanan dan mendidik dalam perilaku makan anak (Hidayat, 2009).

II.3.3 Kebiasaan-Kebiasaan Orang Tua yang Memberikan Efek Buruk dalam Pemberian Makan.

Kebiasaan-kebiasaan orang tua dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang seperti halnya tidak membiasakan sarapan pagi, tidak membiasakan memberikan bekal makanan yang membuat anak lebih banyak jajan, tidak menerapkan aturan jam makan yang membuat anak menjadi tidak teratur dalam hal waktu makan, membiasakan menggunakan penyedap rasa yang membuat anak menjadi terbiasa dengan rasa yang gurih, dan masih beranggapan bahwa hanya dengan makan tiga kali sehari sudah dirasa cukup dalam memenuhi semua kebutuhan nutrisi, energi, dan gizi anak. Dengan di

sadari ataupun tidak disadari hal tersebut dapat memberikan dampak buruk bagi anak, anak akan merasa terbiasa dengan apa yang dibiasakan orang tua hingga anak menjadi dewasa, kesibukan bekerja para orang tua dan kurangnya waktu luang bersama anak sering kali menjadi penghalang dalam upaya pemberian makanan sehat bagi anak.

II.5 Analisa Masalah

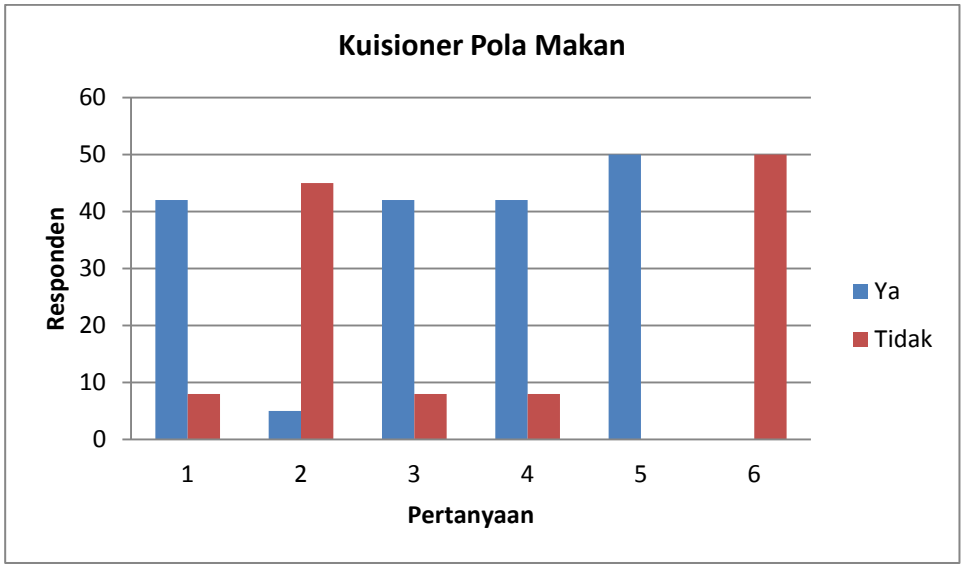
Berdasarkan dari fokus masalah yang telah ditentukan sebelumnya, maka permasalahan terletak pada kebiasaan anak dalam mengkonsumsi jajanan karena kebiasaan orang tua dalam pemberian makan yang tidak tepat serta penerapan pola makan yang tidak dapat memenuhi kebutuhan energi anak sehari-hari. Saat ini orang tua menerapkan pola makan kepada anak hanya tiga kali dalam sehari yang membuat anak menjadi melakukan aktifitas jajan dalam memenuhi kebutuhan energi sehari-hari. Untuk penyelesaian masalah ini, perlu dilakukan analisa masalah. Sumber data diperoleh dari hasil penelitian yaitu melalui:

a. Data primer

Proses pencarian data yang dilakukan adalah dengan mengebarkan lima puluh kuisioner kepada masyarakat umum yang terdapat di sekitar kawasan perbelanjaan Bandung Indah Plaza (BIP) tepatnya di Jl. Merdeka No. 56 Bandung pada tanggal 20 Mei 2013. Alasan dipilihnya Kawasan perbelanjaan Bandung Indah Plasa dalam pencarian data primer adalah karena pusat perbelanjaan merupakan tempat yang banyak di datangi oleh orang tua khususnya ibu, mulia dari status sosial menengah kebawah sampai menengah keatas, agar bisa mendapatkan data yang beragam.

No	Pertanyaan	Responden	Jawaban	
			Ya	Tidak
1	Apakah anda memberikan sarapan setiap hari sebelum anak pergi ke sekolah?	50	42	8
2	Apakah anda membuatkan bekal makanan untuk anak di sekolah?	50	5	45
3	Apakah anda mengetahui Pola makan sehat?	50	42	8
4	Apakah pola makan yang anda lakukan di rumah termasuk pola makan sehat?	50	42	8
5	Apakah pola makan tiga kali sehari merupakan pola makan sehat?	50	50	0
6	Apakah ada pola makan yang lebih baik dari pola makan tiga kali sehari?	50	0	50

Tabel II.5 Hasil Kuisioner



Gambar II.2 Gambar grafik kuisionaer

b. Data sekunder

Proses pencarian data selanjutnya dilakukan dengan melalui media buku, makalah akademik dan media internet yang berhubungan dengan permasalahan.

II.5 Penyelesaian Masalah

Berdasarkan analisa data primer dan sekunder yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa yang menjadi permasalahan adalah kontradiksi antara anggapan para orang tua dengan kenyataan sehari-hari, para orang tua beranggapan bahwa pola makan yang biasa dilakukan sudah sehat tapi kenyataannya tidak diiringi dengan perilaku serta kebiasaan pola makan yang sehat dan paradigma masyarakat menganggap bahwa pola makan tiga kali sehari merupakan pola makan sehat yang baik bagi anak. Dengan demikian, maka penyelesaian masalah atau solusi yang paling tepat dilakukan yaitu dengan mengenalkan pola makan sehat lima kali sehari dalam bentuk media informasi yang komunikatif yang sesuai dengan kebutuhannya. Media informasi berupa kampanye sosial merupakan sarana yang tepat untuk mengenalkan pola makan lima kali sehari pada orang tua khususnya ibu. Tujuannya untuk mengajak para orang tua untuk merubah kebiasaan pola makan tiga kali sehari menjadi lima kali sehari yang tentunya dapat lebih bermanfaat bagi anak dalam mensuplai kebutuhan energi dan dapat mengurangi intensitas jajan anak.

II.6 Tinjauan Kampanye

Kampanye sosial merupakan sarana atau media informasi yang mengkomunikasikan pesan-pesan yang berisi tentang masalah sosial kemasyarakatan, dan bersifat non komersil.

Tujuan dari kampanye sosial adalah untuk menumbuhkan kesadaran masyarakat akan gejala-gejala sosial yang sedang terjadi.

Kriteria penentuan kampanye pelayanan masyarakat adalah:

- Non Komersil
- Tidak bersifat keagamaan

- Tidak bermuatan politik
- Berwawasan nasional
- Diperuntukan bagi semua masyarakat
- Diajukan oleh organisasi yang telah diakui dan diterima
- Dapat diiklankan
- Memiliki dampak dan kepentingan tinggi sehingga mendapat dukungan media lokal maupun nasional.

Kampanye merupakan media yang dapat menjangkau secara langsung masyarakat, dapat lebih mudah mengajak secara persuasif masyarakat untuk dapat merubah kebiasaan yang kurang baik menjadi lebih baik, dengan memperlihatkat kenyataan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

Kampanye sosial sebagai media informasi dapat mempermudah orang tua dapat menegathui masalah yang sangat dekat sekali terjadi kepada anak dengan membahas secara ringkas tentang permasalahan yang terjadi serta cara penanggulangan dari masalah itu sendiri.