

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS 5 (LIMA) SD NEGERI 21 SUNGAI RAYA TENTANG JAJANAN SEHAT

Hadian Patusmayanti, Haryanto, Kharisma Pratama, Ridha Mardiyani
Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak
Email : Patusmayanti97@yahoo.co.id

ABSTRACT

Background : The snacking food is one kind of the food that is very famous among the children in the school age. It's still really lack of attention in selection the snacking food especially for the children in school age, both in terms of safety and hygiene of that snacking food. The dangerous of snacking food has a very bad risk for the healthiness. It can be happen because of the lack of education for the children in choosing which one is the good snacking food that is safe to consume and which one has the bad risk for the healthiness. In other way, it's required the education of healthiness to build the tradition of healthy life style toward the students. One of them is by counseling.

Purpose : To identify the effect of health education towards the levels of student knowledge about the healthy snacking food in grade 5 at 21 Sungai Raya elementary school.

Research Method : This research is a research using the quasi experiment by the design of pre and post without control. In this research, the sample is taken by using the purposive sampling. In this research, there are 60 (sixty) respondents and the analysis that is used by the researcher is Wilcoxon.

Result : Based on the statistic test, there are the differences of knowledge before and after given the health education.

Conclusion : based on the result of the study, it can be taken the conclusion that there is the influence of health education towards the levels of student knowledge about the healthy snacking food in grades 5 at 21 Sungai Raya, elementary school.

ABSTRAK

Latar belakang: Makanan jajanan merupakan salah satu jenis makanan yang sangat dikenal oleh anak usia sekolah. Dalam hal pemilihan makanan jajanan untuk anak usia sekolah masih kurang memperhatikan segi keamanan dan kebersihan makanan jajanan tersebut. Makanan jajanan yang berbahaya mempunyai resiko terhadap kesehatan. Hal ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan anak mengenai makanan jajanan yang aman untuk dikonsumsi. Diperlukan pendidikan kesehatan untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat pada siswa yaitu salah satunya dengan penyuluhan.

Tujuan: Untuk mengidentifikasi pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 sungai raya tentang jajanan sehat.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan metode *quasi eksperiment* dengan rancangan *pre and post test without control*. Dalam penelitian ini, sampel yang diambil dengan metode *purposive sampling*, teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah *nonprobability sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 responden dan analisis yang digunakan uji adalah *wilcoxon*.

Hasil: Berdasarkan dari uji statistik terdapat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan ($P < 0,05$).

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 tentang jajanan sehat.

Kata kunci: Tingkat pengetahuan, jajanan sehat.

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah yaitu golongan anak yang berada pada usia tujuh hingga dua belas tahun, dimana pada masa ini keseimbangan gizi anak perlu dijaga agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Suandi, 2012). Anak usia sekolah merupakan konsumen makanan yang telah aktif dan mandiri dalam menentukan makanan yang diinginkannya, baik makanan jajanan di sekolah maupun di tempat penjualan lainnya. Anak sekolah umumnya setiap hari menghabiskan seperti waktunya di sekolah, sehingga anak memiliki peluang yang lebih banyak untuk memperoleh makanan, terutama yang diperolehnya di luar rumah sebagai makanan jajanan (WHO, 2015).

Makanan jajanan ini merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan atau di tempat-tempat keramaian umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi (WHO, 2015). Makanan tersebut sering tidak disiapkan secara higienis dan juga menggunakan bahan-bahan berbahaya misalnya zat pewarna karena harganya yang murah (Khomsan, 2003). Jadi makanan jajanan adalah makanan yang di jual oleh pedagang di tempat keramaian atau tempat umum dengan siap saji atau langsung dimakan, namun, jarang sekali memperhatikan kebersihan dan kandungan dari makanan tersebut.

Makanan jajanan menurut *Food and Agriculture Organization* (FAO) didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang atau penjaja di jalan-jalan dan tempat keramaian umum lainnya yang dikonsumsi di tempat atau konsumsi tanpa proses persiapan dan proses pengolahan lebih lanjut (FAO, 2012).

Masalah kesehatan yang sering ditemukan pada anak karena konsumsi makanan jajanan adalah penurunan nafsu makan, gangguan saluran pencernaan dan jika dikonsumsi secara terus menerus akan mempengaruhi status gizi anak. Hal tersebut dimungkinkan karena anak sering membeli makanan jajanan sembarangan. Anak cenderung memilih jenis jajanan yang murah, biasanya semakin rendah

harga suatu barang atau jajanan maka semakin rendah pula kualitasnya seperti digunakannya bahan-bahan makanan yang kurang baik dan biasanya sudah tercemar oleh kuman (Saroso, 2009).

Salah satu gangguan pencernaan yang sering dialami oleh anak akibat konsumsi jajanan sembarangan adalah diare. Diare sering dikaitkan dengan penyakit yang ditularkan secara fecal-oral melalui masuknya makanan atau minuman yang terkontaminasi bakteri, salah satunya *Escherichia coli*. Kontaminasi sendiri juga dapat terjadi karena makanan atau minuman yang tidak dimasak dengan sempurna, memakan masakan mentah, dan tidak melakukan kebersihan personal terutama pada penjamah makanan (Junias & Balelay, 2008).

Berdasarkan penelitian Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) menunjukkan bahwa 60% jajanan anak sekolah tidak memenuhi standar mutu dan keamanan pangan dan 45% jajanan anak ditemukan berbahaya. Kondisi seperti ini dapat disebabkan oleh mikroba beracun baik karena pengolahan makanan yang tidak benar maupun penggunaan bahan tambahan pangan (BTP) yang tidak diizinkan (BPOM, 2012).

Perubahan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi angka kejadian diare pada anak. Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor intern dan ekstern. Faktor yang mempengaruhi perilaku jajanan dibagi menjadi tiga kelompok yaitu faktor terkait makanan, faktor personal berkaitan dengan pengambilan keputusan pemilihan dan konsumsi makanan, dan faktor sosial ekonomi. Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi perilaku jajanan. Pengetahuan ini khususnya meliputi pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi, dan motivasi dari luar. Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan (Bondika, 2011).

Menurut Bintaria (2011) pengetahuan gizi sangat diperlukan dalam

upaya pemilihan makanan yang akan dikonsumsi, dengan tujuan agar makanan tersebut memberikan gizi sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh. Pengetahuan gizi sebaiknya telah ditanamkan sedini mungkin. Anak yang didasari dengan pengetahuan gizi yang baik akan memperhatikan keadaan gizi setiap makanan yang dikonsumsi. Rendahnya pengetahuan gizi anak sekolah menyebabkan keterbatasan dalam menangani masalah gizi dan kesehatan sekali pun di daerah tempat tinggalnya banyak tersedia bahan makanan dan pelayanan kesehatan yang memadai yang dapat menyampaikan informasi tentang bagaimana mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan anak dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup. Pengetahuan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah (Solihin, 2005).

Pendidikan kesehatan adalah istilah yang diterapkan pada penggunaan proses pendidikan secara terencana untuk mencapai tujuan kesehatan yang meliputi beberapa kombinasi dan kesepakatan belajar atau aplikasi pendidikan didalam bidang kesehatan (Notoatmodjo, 2013).

Sedangkan menurut Sulih (2006) pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku secara terencana pada diri individu, kelompok atau masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat.

Berdasarkan hasil penelitian Kiki dkk (2018) dengan judul penelitian "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dalam Pemilihan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah 7-9 Tahun Desa Ngantru Kecamatan Ngantang Kabupaten Malang", didapatkan hasil $p\text{-value} = (0,000) < (0,050)$ yang artinya menolak H_0 sehingga pendidikan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dalam pemilihan jajanan.. Sedangkan didapatkan $r\text{-value} =$

(0,840) artinya pendidikan kesehatan memiliki pengaruh yang tinggi terhadap pengetahuan anak dalam pemilihan jajanan. Hal ini dibuktikan dari grafi perbandingan diketahui sebelum berangkat sekolah dan membekali anak makanan. Hal ini akan mendukung perkembangan anak yang lebih baik dengan terpenuhinya gizi yang seimbang bagi anak.

Berdasarkan hasil penelitian Isti dkk (2017) dengan judul penelitian "Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Keamanan Jajanan terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak", menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan terhadap pengetahuan dan sikap anak, berdasarkan uji regresi yang dihasilkan pengaruh pendidikan kesehatan memang terbilang kecil yaitu hanya sebesar 0,7%, hal ini disebabkan karena perbedaan pengetahuan dan sikap anak. Menurut Notoatmodjo (2003). bahwa salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak adalah dengan adanya penyuluhan atau pendidikan kesehatan.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pre and post test without control*. Penelitian *quasi eksperimen* adalah penelitian yang menguji coba suatu intervensi pada sekelompok subyek dengan atau tanpa kelompok pembanding namun tidak dilakukan randomisasi untuk memasukkan subjek ke kelompok perlakuan atau kontrol (Dharma, 2011). Penelitian *pre and post without control*. Peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembanding. Efektifitas perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai *pre post* dengan *post test* (Dharma, 2011).

Penelitian ini populasinya adalah siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya yang berjumlah 70 orang.

Kriteria eksklusi adalah responden yang tidak layak diteliti menjadi sampel yaitu :

- Siswa yang tidak hadir pada saat penelitian.
- Anak yang tidak kooperatif dan tidak dapat diajak bekerjasama.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

a. Karakteristik Berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
10 tahun	24	40.0%
11 tahun	28	46.7%
12 tahun	7	11.7%
13 tahun	1	1.7%
Total	60	100%

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang paling dominan adalah 11 tahun sebanyak 28 responden (46,7%).

b. Karakteristik Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	41	68.3%
Perempuan	19	31.7%
Total	60	100%

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yang paling dominan adalah laki-laki sebanyak 41 responden (68,3%).

Analisa Bivariat

Analisa bivariat penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang jajanan sehat.

Tabel 3. Hasil Analisa Pengaruh Pendidikan Kesehatan

Variabel	Tingkat Pengetahuan				Nilai P
	Pretest		Post-test		
	n	%	n	%	
Baik	0	0	53	88.3	
Cukup	59	98.3	7	11.7	
Kurang baik	1	1.7	0	0	
Total	60	100	60	100	0,000

Berdasarkan tabel 4.3 hasil penelitian didapatkan bahwa *pretest* tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat adalah sebanyak (98.3%) jawaban cukup dan (1.7%) jawaban kurang baik. setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat yaitu *post-test* sebanyak (88,3%) jawaban baik dan (11.7%) jawaban cukup. Hasil analisa data menggunakan uji *paired sample test* didapat nilai *pvalue* tingkat pengetahuan $\alpha=0,00$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang jajanan sehat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan yaitu dengan pendidikan kesehatan bahwa mengalami peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan yaitu semua responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang jajanan sehat. Hal ini sesuai dengan peran pendidikan kesehatan dalam merubah sikap, pendidikan kesehatan bukan hanya proses penyadaran masyarakat atau pemberian dan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan saja tetapi juga disertai upaya-upaya yang memfasilitasi perubahan sikap (Notoadmodjo, 2010).

Pendapat ini didukung oleh Hasrul (2016), pencegahan dalam kesehatan diartikan sebagai ilmu dan seni mencegah penyakit, serta memperpanjang hidup dan meningkatkan kesehatan fisik dan mental dari efisiensi untuk berbagai kelompok masyarakat yang dilakukan oleh petugas kesehatan masyarakat. Menurut Notoadmodjo (2010) adanya suatu tindakan seperti pendidikan kesehatan

akan menjadi stimulus rangsangan dalam diri seseorang, kemudian akan terjadi proses stimulus yang memungkinkan seseorang untuk mengambil respon yang ada pada sikap tertutup.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan Komalasari, W (2016) yang menyatakan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan anak tentang jajanan sehat, sesuai dengan teori bahwa promosi kesehatan merupakan suatu upaya untuk kegiatan menciptakan peningkatan pengetahuan atau perilaku masyarakat dalam pemeliharaan kesehatan mereka. Diperkuat oleh penelitian Ariandani (2011) bahwa anak yang pernah memperoleh informasi mengenai jajanan sehat sebelumnya memiliki pengetahuan yang baik dibandingkan dengan anak yang belum pernah memperoleh informasi.

Berdasarkan hasil penelitian ini ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang jajanan sehat.

SARAN

1. Bagi instansi Terkait

Bagi pihak sekolah perlu meningkatkan sarana dan prasarana bagi siswa Sekolah Dasar seperti memiliki kantin sehat tersendiri di lingkungan sekolah.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan pada anak Sekolah Dasar dengan meningkatkan pelaksanaan program dan edukasi melalui penyuluhan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu diadakan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dengan variabel-variabel lain yang berhubungan dengan jajanan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aisyah, U. N. (2015). *Hubungan pengetahuan dan sikap anak terhadap perilaku pemilihan makanan jajanan yang sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem*.
- [2] Angraini, W., Betrianita, B., dkk. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan di Kota Bengkulu*. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(1), 1-13.
- [3] Aprillia, B. A., & Aprillia, B. A. (2011). *Faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar* (Doctoral dissertation, Diponegoro).
- [4] Aprillia, Bondika Ariandani, 2011, *Faktor Yang Berhubungan Dengan pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak sekolah Dasar*, Semarang: Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- [5] BPOM RI. (2007). *Jajanan Anak Sekolah. Food Watch Sistem Keamanan Pangan Terpadu*. Vol 1.
- [6] Candra, A. A., Setiawan, B., & Damanik, R. (2014). *Pengaruh pemberian makanan jajanan, pendidikan gizi, dan suplementasi besi terhadap status gizi, pengetahuan gizi, dan status anemia pada siswa sekolah dasar*. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(2), 103-108.
- [7] Dharma Kusuma K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans Infomedia.
- [8] Ditjen Bina Gizi, (2011). *Pedoman Keamanan Pangan di Sekolah Dasar*. Jakarta: <http://jurnal.uai.ac.id/index.php/SST/article/viewFile/26/23>. diakses tanggal 11 November 2018.
- [9] Febriani, K., Candrawati, E., & Putri, R. M. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajanan*.

- Pada Anak Usia Sekolah 7-9 Tahun Desa Ngantru Kecamatan Ngantang Kabupaten.* Nursing News: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan, 3(1).
- [10] Febry, F. (2010). *Kebiasaan Jajan Pada Anak.* Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. Vol 1.
- [11] Hidayat, AA. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba.
- [12] Hidayat, A. Azis. (2005). *Pengantar Ilmu Anak, Edisi 1.* Jakarta: Salemba Medika.
- [13] Hidayat, A. Alimul. (2007). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah.* Jakarta: Salemba Medika.
- [14] Hidayat, A. Alimul. (2007). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah.* Jakarta: Salemba Medika.
- [15] Komalasari. (2016). *Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Tentang Jajanan Sehat.* Bandung. Refika Aditama.
- [16] Nasution. (2004). *Metode Research : Penelitian Ilmiah.* Jakarta : Bumi Aksara.
- [17] Notoadmodjo, S. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: PT Rineka Cipta.
- [18] Notoadmodjo, Soekidjo, (2010). *Prinsip-prinsip Dasar Ilmu Masyarakat.* Jakarta: PT Rineka Cipta.
- [19] Notoadmodjo, S. (2003). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.
- [20] Notoadmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Edisi Revisi.* Jakarta: Rineka Cipta.
- [21] Notoadmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni.* Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
- [22] Oktaviana, M. (2018). *Pengetahuan Orang Tua Tentang Jajanan Sehat Pada Anak di Desa Bajang Kecamatan Mlarak Kabupaten Ponorogo.* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- [23] Peraturan Pemerintah dan Dirjen POM. (1998). Nomor 722/Menkes/Per/IX/1988 *Tentang Bahan Tambahan Makanan.* Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- [24] Peraturan Pemerintah Nomor 003 tahun. (2012). *Bahan Tambahan Pangan. Prilaku Memilih Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung 2 Kota Depok.* Skripsi S1, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2015.
- [25] Siwi, L. R., Yunitasari, E., & Krisnana, I. (2014). *Meningkatkan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah Melalui Media Audio Visual.* Jurnal Pediomaternal, 3(1), 1-8.
- [26] Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk Penelitian.* Bandung: Alfabeta.
- [27] Suraoka, I Putu dan I Dewa Nyoman Supariasa. 2012. *Media Pendidikan Kesehatan.* Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [28] Suliha, Uha, dkk. (2006). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan.* Jakarta: EGC.
- [29] Wong, D.L., Eaton, M.H., Wilson, D., Winkelstein, M.L., & Schwartz, P. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Wong.* Jakarta: EGC, 2008.
- [30] Zamiyati, M. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Makanan Sehat Pada Anak Sekolah Usia 10-12 Tahun Di SD Negeri Pengkol Kulon Progo* (Doctoral dissertation, Universitas Aisyiyah Yogyakarta). (naskah publikasi 5) *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 1 (3).