

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak dalam Memilih Jajanan yang Aman

Liza Phonna¹, Suriani², Roslaini³, Fani Khairawati⁴

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe

email: phonna.liza@gmail.com, fanykhairawati95@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam memilih jajanan yang aman. Desain Penelitian Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Desain ini dipilih untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap anak-anak terhadap keamanan jajanan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan. Populasi dan Sampel Populasi penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas IV dan V di salah satu sekolah dasar di SDN 2 LHOKSUKON. Hasil menunjukkan bahwa sebelum pendidikan, sebagian besar anak berada pada kategori pengetahuan cukup. Namun, setelah mengikuti program pendidikan, proporsi anak dengan pengetahuan baik meningkat hingga 88%, sementara hanya 12% yang berada dalam kategori cukup. Pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap anak-anak dalam memilih jajanan yang sehat dan aman, Penemuan ini menegaskan pentingnya pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran anak akan keamanan jajanan.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Jajanan yang aman

Abstract

The purpose of this study was to examine the effect of health education on children's knowledge and attitudes in choosing safe snacks. Research Design This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach without a control group. This design was chosen to measure changes in children's knowledge and attitudes towards snack safety before and after being given an intervention in the form of health education. Population and Sample The population of this study were elementary school students in grades IV and V at one of the elementary schools in SDN 2 LHOKSUKON. The results showed that before education, most children were in the category of sufficient knowledge. However, after participating in the education program, the proportion of children with good knowledge increased to 88%, while only 12% were in the sufficient category. Health education about snack safety has been shown to have a significant effect on increasing children's knowledge and changing attitudes in choosing healthy and safe snacks. This finding confirms the importance of health education in increasing children's awareness of snack safety.

Keywords: Health Education, Safe Snacks

1. PENDAHULUAN

Keamanan makanan merupakan isu penting, terutama dalam konteks jajanan yang sering dikonsumsi oleh anak-anak sekolah. Jajanan yang dijual di lingkungan sekolah seringkali kurang memenuhi standar kebersihan dan kesehatan, sehingga berisiko menimbulkan penyakit, seperti diare, keracunan makanan, hingga infeksi parasit. Anak-anak yang kurang memiliki pengetahuan tentang kebersihan makanan cenderung memilih jajanan tanpa mempertimbangkan aspek keamanan. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi tentang keamanan jajanan guna melindungi kesehatan anak-anak dan meningkatkan pemahaman mereka tentang makanan yang layak dikonsumsi.

Pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anak-anak terkait keamanan makanan. Pendidikan ini dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti penyuluhan langsung, media visual, atau pendekatan interaktif yang menarik bagi anak-anak. Studi menunjukkan bahwa dengan memberikan informasi yang tepat, anak-anak dapat mengubah pola pikir dan sikap mereka terhadap kebiasaan mengonsumsi makanan yang lebih aman dan sehat. Selain itu, perubahan sikap ini juga berpotensi memengaruhi perilaku mereka dalam jangka panjang, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

Namun, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengevaluasi sejauh mana pendidikan kesehatan dapat memengaruhi pengetahuan dan sikap anak-anak terhadap keamanan jajanan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengukur dampak pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap anak-anak di sekolah dasar. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi program pendidikan kesehatan di sekolah serta membantu meningkatkan kualitas jajanan yang dikonsumsi oleh anak-anak.

Makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9%, dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energi dan protein anak sekolah dasar (Rahmi dan Muis, 2005), sedangkan menurut Handayani (2011) ditinjau dari jumlah energi yang masuk, makanan jajanan menyumbang kebutuhan energi maksimum 68,15 %. Dampak negatif dari kebiasaan jajan yang salah sangat beragam, masalah jajanan yang berkaitan dengan tingkat keamanannya yaitu penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan (BPOM RI, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Kristianto dkk (2013) menemukan jajanan anak ternyata sebanyak 15 jajanan (71,14%), 4 jajanan (23,5%), 5 jajanan (18,5%) positif mengandung berturut-turut formalin, boraks, dan rhodamin B.

Aspek negatif lain yang ditimbulkan dari makanan jajanan adalah adanya kelebihan kalori sehingga menyebabkan obesitas, secara nasional masalah obesitas pada anak (5-12 tahun) masih tinggi yaitu 18,8 %. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa anak mengonsumsi lebih dari sepertiga kebutuhan kalori sehari yang berasal dari makanan jajanan jenis *fast food* dan *soft drink* sehingga berkontribusi meningkatkan asupan yang melebihi kebutuhan dan menyebabkan obesitas (Adair, 2005). Salah satu faktor yang mempengaruhi

kebiasaan jajan pada anak adalah karena anak menyukai kemasan yang menarik dan rasanya yang enak atau faktor fisik (Ananto P, 2006). Hal ini sama dengan yang diungkapkan oleh Elliott (2009) yang melakukan penelitian di Ottawa menyebutkan bahwa anak-anak menyukai bentuk kemasan yang lebih menarik.

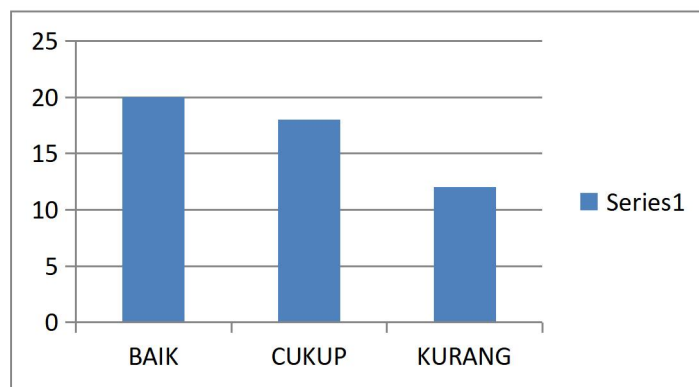
2. METODE

Desain Penelitian Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Desain ini dipilih untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap anak-anak terhadap keamanan jajanan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan. Populasi dan Sampel Populasi penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas IV dan V di salah satu sekolah dasar di SDN 2 LHOKSUKON. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, di mana sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu, yaitu: Siswa kelas IV dan V yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pendidikan kesehatan dan Orang tua siswa memberikan izin untuk berpartisipasi dalam penelitian. Jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 50 siswa yang dianggap representatif untuk mengukur pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap.

Instrumen Penelitian Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari dua bagian, yaitu: Kuesioner Pengetahuan: Berisi 10-15 pertanyaan pilihan ganda terkait konsep keamanan jajanan, kebersihan, dan cara memilih makanan yang sehat. Kuesioner Sikap: Berisi 10-15 pernyataan dalam skala Likert 4 poin (Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju) untuk mengukur sikap siswa terhadap kebiasaan memilih jajanan yang aman. Validitas dan reliabilitas kuesioner akan diuji sebelum digunakan melalui uji coba pada sampel kecil di luar populasi penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran pengetahuan sebelum mendapat pendidikan kesehatan



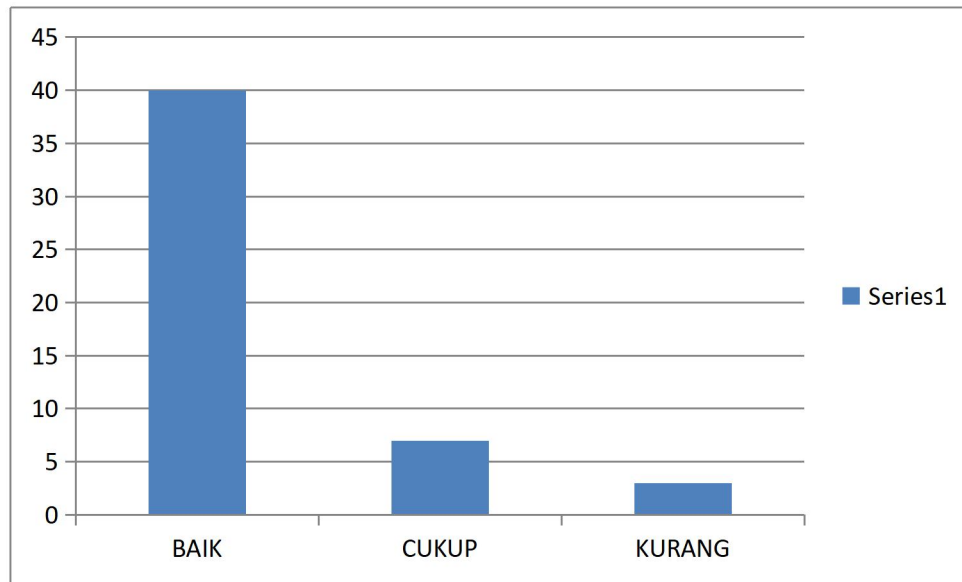
Gambar 1. Pengetahuan sebelum mendapat pendidikan kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan, pengetahuan siswa sebagian besar berada

dalam kategori baik, dengan 20 siswa (40%), diikuti oleh kategori cukup dengan 12 siswa (24%), dan kategori kurang sebanyak 18 siswa (36%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan, mayoritas siswa memiliki pengetahuan yang baik, meskipun masih ada sebagian yang memiliki pemahaman yang cukup dan kurang. Faktor penyebabnya kemungkinan berasal dari pengajaran gizi dan makanan di sekolah serta peran orang tua yang semakin mudah mendapatkan informasi tentang jajanan melalui media massa.

Gambaran pengetahuan setelah mendapat pendidikan kesehatan



Gambar 2. Pengetahuan setelah mendapat pendidikan kesehatan

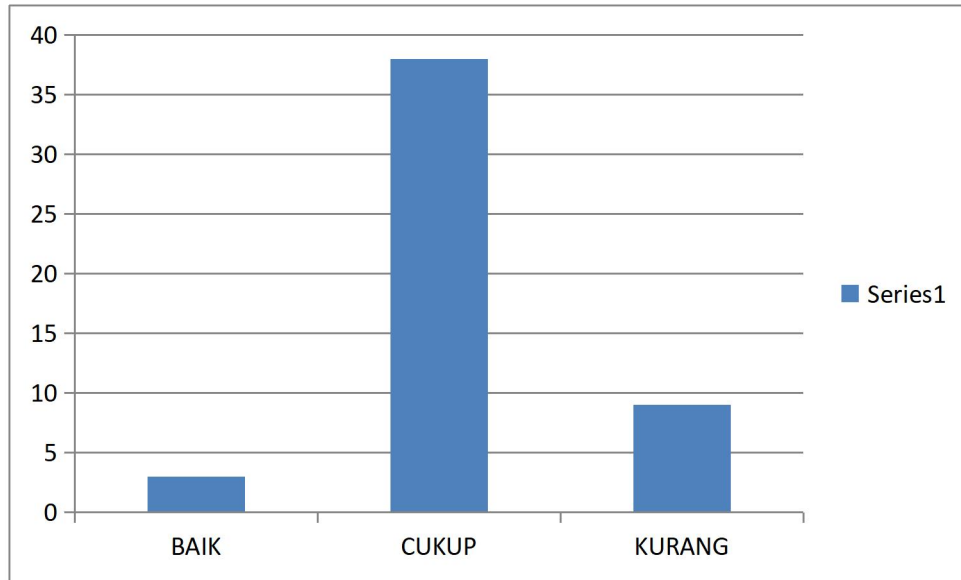
Grafik di atas menunjukkan bahwa pengetahuan anak setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang keamanan jajanan sebagian besar pengetahuan responden kategori baik, yaitu sejumlah 40 siswa (80%), dan untuk kategori cukup sejumlah 7 orang siswa (14%), dan katagori kurang sebanyak 3 orang (6%).

Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Sebelum diberikan pendidikan, pengetahuan yang baik hanya mencapai 40%, namun setelah intervensi, angka tersebut meningkat drastis menjadi 80%. Ini menunjukkan efektivitas program pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa. Selain itu, penurunan pada kategori cukup dan kurang juga memperkuat argumen bahwa intervensi tersebut berhasil mengurangi ketidaktahuan atau kurangnya pemahaman siswa tentang keamanan jajanan.

Program pendidikan ini kemungkinan membantu siswa memahami pentingnya memilih jajanan yang aman, dan hal ini dapat berkontribusi pada perubahan perilaku yang lebih sehat. Namun, meskipun hasilnya sangat positif,

perlu diperhatikan bahwa masih ada sejumlah kecil siswa yang berada di kategori cukup dan kurang, menunjukkan bahwa pendidikan lanjutan atau pendekatan yang lebih personal mungkin diperlukan untuk mencapai hasil yang optimal bagi semua siswa.

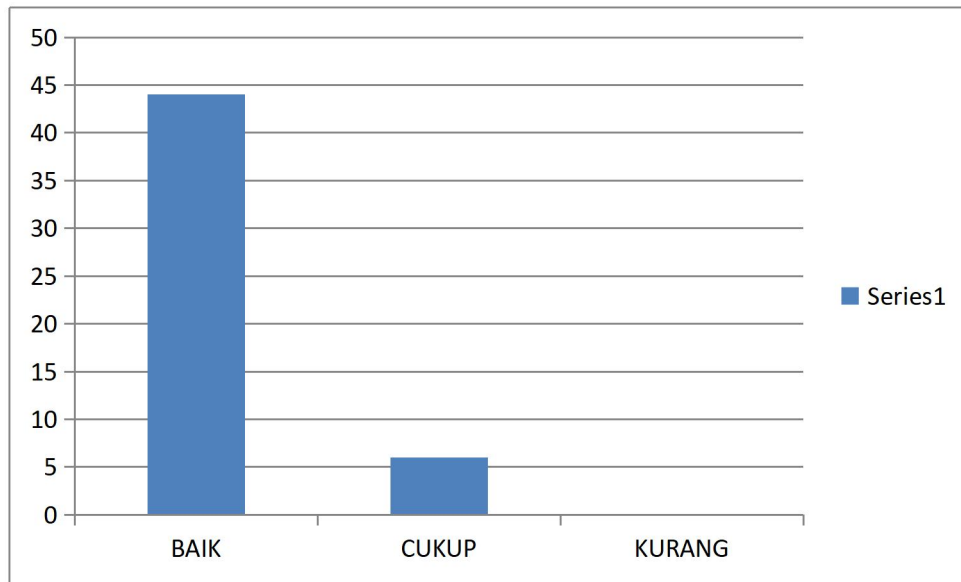
Gambaran sikap sebelum mendapat pendidikan kesehatan



Gambar 3. Sikap sebelum mendapat pendidikan kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang keamanan makanan jajanan, mayoritas siswa memiliki sikap yang cukup baik, dengan 76% berada dalam kategori cukup. Sebagian kecil siswa berada dalam kategori kurang (18%), sementara hanya 6% yang memiliki sikap yang baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebelum intervensi pendidikan, pemahaman siswa mengenai keamanan jajanan belum sepenuhnya tercermin dalam sikap yang optimal, meskipun pengetahuan siswa tentang keamanan makanan jajanan mungkin sudah ada, hal tersebut belum sepenuhnya terinternalisasi dalam sikap mereka. Mayoritas siswa memiliki sikap yang cukup baik, namun belum mencapai tingkat yang optimal, yang mungkin menunjukkan bahwa pengetahuan mereka belum cukup kuat untuk mendorong perubahan perilaku atau kebiasaan yang lebih baik. Faktor-faktor seperti kurangnya pemahaman mendalam, kurangnya dorongan lingkungan, atau belum adanya kesadaran penuh mengenai dampak negatif dari jajanan yang tidak aman dapat menjadi alasan mengapa sikap siswa belum maksimal sebelum diberikan pendidikan kesehatan.

Gambaran sikap setelah mendapat pendidikan kesehatan



Gambar 4. Sikap setelah mendapat pendidikan kesehatan

Setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai keamanan jajanan, jumlah siswa dengan kategori pengetahuan baik meningkat signifikan hingga mencapai 44 siswa (88%), sementara kategori cukup menurun menjadi 6 siswa (12%) dan tidak lagi ditemukan siswa dengan katagori kurang. Dari hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Peningkatan signifikan pada kategori pengetahuan baik dan penurunan pada kategori cukup menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu memahami dan menginternalisasi informasi yang diberikan. Hal ini mungkin disebabkan oleh pendekatan pendidikan yang relevan dan mudah dipahami oleh siswa. Selain itu, intervensi ini juga memperlihatkan bahwa pendidikan kesehatan yang terstruktur dapat secara langsung meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa, yang berpotensi mempengaruhi keputusan mereka dalam memilih jajanan yang aman di masa depan.

4. KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan tentang keamanan jajanan terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap anak-anak dalam memilih jajanan yang sehat dan aman. Sebelum intervensi, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang cukup dan sikap yang belum optimal. Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan drastis dalam jumlah siswa dengan pengetahuan dan sikap yang baik. Ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mampu memperbaiki pemahaman anak tentang pentingnya memilih jajanan yang aman, serta mendorong perubahan sikap yang lebih selektif dan sadar terhadap kesehatan. Secara keseluruhan, intervensi pendidikan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap keamanan makanan yang mereka konsumsi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Barus, B., & Lestari, I. (2018). PENGARUH EKSTRAK UMBI BAWANG PUTIH DAN UMBI BAWANG MERAH TERHADAP LUKA BAKAR PADA KELINCI. JURNAL FARMASIMED (JFM), 1(1), 1-5. Retrieved from <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JFM/article/view/86>
- Departemen Kesehatan RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007: Laporan Nasional 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI, 2014. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas pada Anak Sekolah. Kemenkes RI, Jakarta.
- Khusna, N., Hadiyati BS., & Zamahsyari, S. 2014. Pengaruh Penyuluhan Tentang Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan vol V No. 1 Hal 44-49
- Kristianto Y, Bastianus DR, Annasari M. 2013. Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional vol 7 (no.11).
- Machfoed, I. 2008. Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya.