

Media Edutainment Meningkatkan Sikap dan Pratik Siswa dalam Pemilihan Jajanan Sehat pada Sekolah Dasar di Karawang

Milliyantri Elvandari¹, Eka Andriani²

Progrsm Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Singaperbangsa Karawang¹
(milly.elvandari@gmail.com 082297728050)

Abstract

Food snacks are potentially contaminated with lead and heavy metals due to wind on the streets and dust carrying bacteria that pollute food and other hazards derived from the food material itself if not hygienic. Increasing attitudes and healthy practices in children can be done with nutrition counseling methods. Nutrition counseling method in this study was given through edutainment media, one of which is snakes and ladders. Snakes and ladders is one of the games that are liked by elementary school children. This study aims to determine students' knowledge, attitudes and practices regarding healthy snacks at SDN Karawang Wetan 1. This research is a quantitative study with a Pre-Experimental design with One Group Pre-test Post Test Design. The sample consisted of 40 fifth grade students obtained by purposive sampling technique. Data collection using a questionnaire and data analysis using nonparametric 2 sample test methods related to McNemar test. The results showed that the influence of the snake ladder game media could increase students' attitudes and practices about healthy snack selection, namely p value $(0,000) < \alpha (0.05)$.

Keywords: ladder snake, attitude, practice, healthy snacks

Abstrak

Makanan jajanan berpotensi terkontaminasi timbal dan logam berat akibat angin di jalanan dan debu membawa bakteri yang mencemari makanan dan bahaya lain berasal dari bahan makanan itu sendiri bila tidak higienis. Peningkatan sikap dan praktik sehat pada anak dapat dilakukan metode penyuluhan gizi. Metode penyuluhan gizi pada penelitian ini diberikan melalui media edutainment salah satunya adalah ular tangga. Ular tangga merupakan salah satu permainan yang disukai oleh anak-anak sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sikap dan praktik siswa mengenai jajanan sehat di SDN Karawang Wetan 1. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan Pra-Eksperimental dengan desain One Group Pre-test Post test design. Sampel berjumlah 40 siswa-siswa kelas V yang diperoleh dengan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis data menggunakan metode nonparametrik uji 2 sampel berhubungan uji McNemar. Hasil penelitian didapatkan terdapat pengaruh media permainan ular tangga dapat meningkatkan sikap dan praktik siswa tentang pemilihan jajanan sehat yaitu p value $(0,000) < \alpha (0,05)$.

Kata kunci : ular tangga, sikap, praktik, jajanan sehat

PENDAHULUAN

Meningkatkan status kesetaan gizi ibu dan anak merupakan sla satu program Pembangunan Jangka Menengah

Nasional (RPJM) Kementerian Keehatan 2015-2019. Asupan gizi sangat berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia (Hasdianah 2012). Gizi di

dalamnya memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan dan kecerdasan. Status gizi yang baik pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian lebih karena ketika status gizi anak buruk dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berfikir. Setiap hari anak-anak usia sekolah umumnya menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah yang akan berpengaruh terhadap pola kebiasaan makan, termasuk kebiasaan jajannya. Anak sekolah sering melupakan waktu makan utama dan mereka cenderung untuk jajan (Briawan 2016).

Pembelian jajanan anak cenderung memilih jajanan yang tersedia paling dekat dengan keberadaannya (Peilin *et.al* 2004). Anak Sekolah Dasar belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan, dan jika berlangsung dalam waktu yang lama akan menyebabkan status gizi yang buruk (Suci 2009).

Pangan jajanan memberikan kontribusi yang besar terhadap total asupan gizi anak sekolah. Hasil survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2008 yang dilaksanakan di 4.500 SD di 79 kabupaten/kota di 8 provinsi di Indonesia, pangan jajanan menyumbang 31,1% energi dan 27,4% protein dari total konsumsi pangan harian.

Namun demikian 45,0% pangan jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat karena mengandung zat kimia berbahaya seperti formalin, boraks, rodamin; Bahan Tambahan Pangan (BTP) seperti siklamat dan benzoat melebihi batas aman, serta akibat cemaran mikro- biologi. Hal ini juga dibuktikan dengan data Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang menunjukkan 19,0% kejadian keracunan terjadi di lingkungan sekolah, dan dari kejadian tersebut kelompok siswa SD paling sering mengalami keracunan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) (78,57%) (BPOM 2009).

Anak-anak sebagai konsumen utama PJAS sering kali tidak tahu atau tidak memperhatikan keamanannya. Mereka cenderung membeli jajanan hanya sesuai kesukaannya, tanpa mempertimbangkan kebersihan dan kesehatan. Kebiasaan mengonsumsi makanan oleh anak-anak dimulai dari kebiasaan di dalam keluarga, masyarakat sekitar dan juga oleh lingkungan sekolah. Berbagai studi menunjukkan konsumsi makanan ringan yang tidak sehat, *fast food*, dan minuman ringan meningkat (Lin *et.al* 2004). Oleh karena itu, anak sekolah menjadi kelompok yang paling rentan karena masih rendahnya pengetahuan mereka tentang keamanan pangan (Nam *et.al* 2010). Pendidikan gizi diperlukan oleh anak usia sekolah terutama untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pemilihan jajanan yang baik. Hasil

berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pada anak sekolah dengan efektivitas yang berbeda-beda (Nuryanto *et.al* 2014).

Observasi awal yang telah dilakukan di SDN Karawang Wetan 1 Kecamatan Karawang Timur Kabupaten Karawang, ditemukan bahwa banyak pedagang kaki lima yang berjualan di sekitar sekolah. Setiap harinya tidak kurang dari 10 pedagang kaki lima yang berjualan di halaman depan SDN Karawang Wetan 1. Sebagian besar siswa membeli jajanan tersebut pada jam istirahat. Selain itu, jajanan yang dijual kebanyakan terbuka dan tidak ditutup ketika dijajakan, serta saus dan bumbu yang digunakan juga menggunakan warna yang mencolok. Berdasarkan uraian diatas, penulis melakukan penelitian mengenai pendidikan kesehatan melalui penyuluhan gizi dengan salah satu media *edutainment* permainan ular tangga terhadap sikap dan praktik jajanan sehat pada siswa SDN Karawang Wetan 1.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre-experiment* untuk mengukur seberapa efektif perlakuan yang sudah diberikan, sedangkan model yang digunakan adalah *pretest-postest*. Tidak ada kelompok

pembanding (kontrol) dalam penelitian ini, tetapi sudah dilakukan observasi pertama dengan *pretest* sehingga memungkinkan adanya perubahan setelah adanya perlakuan. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas berupa penyuluhan gizi menggunakan media permainan ular tangga dan variabel terikat berupa sikap dan praktik mengenai jajanan sehat. Subjek penelitian siswa-siswi kelas V SDN Karawang Wetan 1 sebesar 40 siswa. Teknik yang digunakan untuk menentukan subjek adalah *purposive sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli-September 2019. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat penelitian (Ular tangga) dan kuesioner. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan hasil pengamatan (observasi awal), wawancara, dan tes pengetahuan, sikap dan praktik menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan metode nonparametrik uji 2 sampel berhubungan uji McNemar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas V SD Karawang Wetan 1, sebaran jenis kelamin yaitu 23 perempuan (57.5%) dan 17 laki-laki (42.5%), sedangkan sebaran usia subjek antara 11-12 tahun yaitu 11 tahun sebanyak 34 (84.0%)

dan 12 tahun sebanyak 6 (15.0%) (Tabel 1).

Tabel 1. Sebaran frekuensi karakteristik subjek

Karakteristik subjek	Ular Tangga	
	n	%
Jenis kelamin		
Perempuan	23	57.5
Laki-laki	17	42.5
Usia		
11 tahun	34	85.0
12 tahun	6	15.0

Dalam penelitian ini nilai/skor sebelum (pretest) dan sesudah intervensi (posttest) pengetahuan, sikap dan praktik sampel dalam pemilihan jajanan sehat dikategorikan menurut rata-rata nilai subjek. Sikap dikategorikan menjadi positif (>rata-rata), negatif (<rata-rata), praktik dikategorikan menjadi praktik (>rata-rata), tidak praktik (<rata-rata).

Tabel 2. Sebaran frekuensi pengetahuan, sikap dan praktik posttest-pretest subjek

Variabel	Ular tangga					
	Pre		Pre Mean±SD	Post		Post Mean±SD
n	%	n		%		
Sikap						
Positif	32	80.0	8.82±1.583	32	80.0	9.30±1.800
Negatif	8	20.0		8	20.0	
Praktik						
Praktik	24	60.0	8.22±2.069	27	67.5	8.88±2.232
Tidak Praktik	16	40.0		13	32.5	

Sikap subjek sebelum intervensi (pretest) sebanyak 32 subjek (80.0%) bersikap positif terhadap PJAS dan 8 subjek (20.0%) bersikap negatif terhadap PJAS dengan nilai/skor rata-rata subjek 8.82±1.583, sedangkan setelah dilakukan intervensi (posttest) sebanyak 32 subjek (80.0%) bersikap positif terhadap PJAS dan 8 subjek (20.0%) bersikap negatif terhadap PJAS dengan nilai rata-rata subjek 9.30±1.800 (Tabel 2). Tidak peningkatan sikap subjek secara jumlah namun secara nilai rata-rata terjadi peningkatan. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Mc Nemar didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) (Tabel 3) yang berarti bahwa terdapat perbedaan sikap sampel pada nilai

pretest dan posttest. Terdapat perbedaan nilai sikap pretest-posttest subjek menunjukkan bahwa terjadi perubahan yang bermakna sikap sampel dalam pemilihan pangan jajanan anak sekolah setelah siswa menerima materi yang diberikan. pendidikan kesehatan bertujuan untuk mencapai perilaku kesehatan (healthy behavior), selain berubahnya masyarakat menjadi masyarakat yang melek kesehatan (health literacy). Pada akhirnya pendidikan tidak hanya diketahui atau disadari (knowledge) tapi juga akan disikapi (attitude) (Notoatmodjo 2007). Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lila Oktania dimana penelitian tersebut menunjukkan bahwa

adanya perbedaan dan peningkatan sikap responden setelah diberikannya pendidikan kesehatan dengan

menggunakan permainan ular tangga (Saputri 2012).

Tabel 3 Perbedaan pengetahuan, sikap dan praktik sampel tentang Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah Sebelum dan Sesudah Intervensi (Pretest-Posttest)

		Sikap sesudah				Total	p
		Positif		Negatif			
		n	%	n	%		
Sikap sebelum	Positif	31	77.5	1	2.5	32	0.000
	Negatif	1	2.5	7	17.5	8	
	Total	32	80.0	8	20.0	40	
		Praktik sesudah				Total	p
		Praktik		Tidak praktik			
		n	%	n	%		
Praktik sebelum	Praktik	22	55.0	2	5.0	24	0.000
	Tidak praktik	5	12.5	11	27.5	16	
	Total	27	67.5	13	32.5	40	

Praktik subjek sebelum intervensi (pretest) sebanyak 24 subjek (60.0%) mempraktikkan PJAS dan 16 subjek (40.0%) tidak mempraktikkan PJAS dengan nilai/skor rata-rata subjek 8.22 ± 2.069 , sedangkan setelah dilakukan intervensi (posttest) sebanyak 27 subjek (67.5%) mempraktikkan PJAS dan 13 subjek (32.5%) tidak mempraktikkan PJAS dengan nilai rata-rata subjek 8.88 ± 2.232 (Tabel 2). Terjadi peningkatan subjek yang mempraktikkan PAJS sebanyak 7.5%. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji Mc Nemar didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) (Tabel 3) yang berarti bahwa terdapat perbedaan praktik subjek pada nilai pretest dan posttest. Terdapat perbedaan nilai praktik pretest-posttest subjek menunjukkan bahwa terjadi perubahan yang bermakna praktik sampel Terjadinya perubahan praktik pada

responden setelah intervensi penggunaan produk merupakan perubahan yang baik

dan harus dipertahankan untuk menghindari terjadinya keracunan pangan. Pada jangka waktu yang sangat lama, kemungkinan perilaku responden akan berubah lagi sama seperti sebelum dilakukan penyuluhan. Nutrition education (Edukasi Gizi) pada pendidikan formal dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa tentang kebiasaan memilih makanan yang sehat (Stoan 2012).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai eektitas penyulian menggunakan media ular tangga kesimpulan dalam penelitian ini adalah terjadi peningkatan nilai rata-rata sikap dan praktik setelah intervensi penyuluhan dengan menggunakan media permainan ular tangga. Penyuluhan dengan menggunakan media permainan ular tangga sangat efektif dalam meningkatkan sikap dan praktik siswa dalam pemilihan jajanan sehat sekolah. Saran media penyuluhan kesehatan anak-anak sebaiknya lebih diberikan dalam bentuk permainan sehingga siswa-siswi lebih tertarik untuk mempelajarinya setelah diadakan penyuluhan dengan media permainan diharapkan siswa dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-haridalam memilih jajanan yang yang ada di sekolah sehingga mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pengawas Obat dan Makanan (2009). Food Watch: sistem terpadu keamanan pangan jajan anak sekolah. Vol (1):1-4. Jakarta. Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Briawan B. (2016). Perubahan Pengetahuna, Sikap dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajajah. Jurnal Gizi Pangan. 2016; 11(3): 201-210.
- HaSdianah (2012). Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Lin W, Yang HC, and Pan WH. (2007). Nutrition Knowledge, Attitude, and Behaviour of Taiwanese Elementary School Children, Asia Pacific Journal Clinical Nutrition; Volume 16 (S2) : 534-546.
- NaME Kang. (2010). Food Safety Knowledge And Practice by the Stages of Change Model in School Children, Nutrition Research and Practice. 2010; Volume(6), hal 535-540.
- Notoatmodjo N. (2007). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo N. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nuryanto, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. (2014). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap

- tentang gizi anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*. 3(1): 32-36.
- Peilin H.(2004). Factors Influecing Students Decisions To Choose Healthy Or Unhealthy Snacks At The University Of Newcastle, Australia. *Journal of Nursing Research*. Vol. 12 no 2 hal. 83-
- Saputri, Lila Oktania.(2012) Peningkatan pengetahuan dan sikap dalam pemilihan jajanan sehat menggunakan alat permainan edukatif ular tangga. *Jurna Iners*. Vol. 03 No.02.
- Stojan.(2011). The Effects of Nutrition Education on 6th graders Knowledge of Nutrition in Nine-year Primary Schools in Slovenia, *Eurasia J. Math. Sci. & Tech*. Ed. 2011, 7(4), 243-252 ISSN: 1305-8223
- Suci Eunike S.T. (2009).Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. *Jurnal Kesehatan*. 2009; Vol 1 No. 1