

## **Efektifitas Media Promosi Kesehatan tentang Pengetahuan Jajanan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar Jakarta pusat**

Wal'idatul Husna<sup>1</sup>, Dwi Wahyuni<sup>2</sup>, Desi Rusmiati<sup>3</sup>

<sup>1)2)3)</sup> Universitas Mohammad Husni Thamrin, Indonesia

**Corresponding author:** [desi.anas.qran@gmail.com](mailto:desi.anas.qran@gmail.com), Desi Rusmiati

**DOI :** <https://doi.org/10.37012/jik.v14i2.1246>

### **Abstrak**

Jajanan banyak diminati dan rutin dikonsumsi oleh anak sekolah. Makanan jajanan akan berdampak fatal jika mengonsumsi makanan jajanan tidak terdapat kandungan dan nilai gizi cukup serta kebersihan dan keamanan tersebut tidak terjamin dengan baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas media promosi Kesehatan tentang pengetahuan jajanan sehat pada siswa sekolah dasar Jakarta Pusat tahun 2022. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif, menggunakan metode pendekatan quasi eksperimen dengan desain kontrol group *pretest* dan *posttest*, dimana kelompok eksperimen di lihat *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah adanya perlakuan untuk mengetahui efektifitas media video dan permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan jajanan sehat pada siswa sekolah Jakarta Pusat tahun 2022. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan media promosi Kesehatan menggunakan media video dan ular tangga dengan *P-Value*= 0,001 dengan uji analisis Man Whitney. Uji Kruskal Wallis dengan *P-Value*=0,000 menunjukkan bahwa media promosi Kesehatan menggunakan video lebih efektif dibandingkan dengan media permainan ular tangga dan kelompok kontrol untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat. Saran yang diberikan adalah mengembangkan media video sebagai sumber informasi kesehatan.

**Kata kunci:** Jajanan sehat, Promosi Kesehatan, Media Video dan Media Permainan Ular Tangga.

### **Abstract**

*Snacks are in great demand and are routinely consumed by school children. Snack food will have a fatal impact if eating street food does not have sufficient nutritional value and content and cleanliness and safety are not guaranteed properly. The purpose of this study was to determine the effectiveness of health promotion media about knowledge of healthy snacks in Central Jakarta elementary school students in 2022. This research is a quantitative type of research, using a quasi-experimental approach with a pretest and posttest control group design, where the experimental group is seen pretest before treatment. and posttest after treatment to determine the effectiveness of video media and snakes and ladders game on increasing knowledge of healthy snacks in Central Jakarta school students in 2022. The results of this study indicate the effect of using health promotion media using video and ladder media with *P-Value* = 0.001 with Man Whitney analysis test. The Kruskal Wallis test with *P-Value* = 0.000 showed that the health promotion media using video was more effective than the snake and ladder game media and the control group to increase students' knowledge about healthy snacks. The advice given is to develop video media as a source of health information.*

**Keywords:** *Healthy Snacks, Health Promotion, Video Media and Snakes and Ladders Game Media*

## **PENDAHULUAN**

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, seperti area permukiman, pusat perbelanjaan, terminal, pasar dan sekolah yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi, untuk dikonsumsi langsung di lokasi jualan dan dijajakan dengan cara berkeliling. Jajanan banyak diminati dan rutin dikonsumsi oleh anak sekolah, yang pada umumnya anak sekolah setiap hari menghabiskan sepertiga waktunya di sekolah sehingga anak sekolah memiliki peluang yang lebih banyak untuk memperoleh makanan, terutama yang diperoleh di luar rumah.

Makanan jajanan akan berdampak fatal jika mengonsumsi makanan jajanan tidak terdapat kandungan dan nilai gizi cukup serta kebersihan dan keamanan tersebut tidak terjamin dengan baik. Dampak makanan jajanan yang tidak baik akan mengganggu Kesehatan pada anak misalnya terserang penyakit saluran pencernaan, timbulnya berbagai penyakit yang disebabkan pencemaran bahan kimiawi, gangguan perilaku pada anak sekolah seperti perilaku gangguan tidur, gangguan konsentrasi, gangguan emosi, gangguan bicara, hiperaktif hingga memperberat gejala pada penderita autis. Sedangkan Dampak mengonsumsi jajanan tidak sehat dalam jangka pendek dapat 2 menyebabkan pusing, mual, muntah, diare atau kesulitan buang air besar.

Pada laporan BPOM (2009) menyatakan bahwa faktor risiko KLB keracunan pangan yang terjadi di Sekolah Dasar disebabkan oleh makanan jajanan dan mengalami keracunan pangan jajanan sebesar 78,57%. Salah satu penanggulangan yang dilakukan oleh BPOM adalah meningkatkan pengetahuan untuk keamanan jajanan pangan pada siswa sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan oleh Adriani (2010) terhadap siswa di Bogor tentang pengetahuan gizi dan keamanan pangan, sebanyak 63% siswa SD berpengetahuan tergolong rendah di Kota maupun Kabupaten Bogor (Vera Destia, 2020). Pengetahuan yang masih rendah menjadi salah satu faktor pemilihan makanan jajanan pada anak.

Penelitian pada siswa SD Marga Rahayu Kabupaten Semarang menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang melalui media video (Agustin, 2020). Penelitian terdahulu menyatakan bahwa penyuluhan gizi menggunakan media video mampu meningkatkan perilaku gizi anak sekolah. Serta, penelitian yang dilakukan Muliawan (2016) mengatakan bahwa ular tangga dapat meningkatkan kreatifitas sebesar 74,50%, dan dapat meningkatkan motivasi, imajinasi, inovasi, daya ingat dan melatih kerja sama serta media belajar yang sederhana.

Penelitian melalui permainan edukatif yaitu permainan ular tangga dapat meningkatkan tingkat pengetahuan siswa sekolah dasar. Penelitian mengenai pengetahuan siswa tentang pangan jajanan sehat disekolah yang dilakukan dengan penyuluhan atau pendidikan kesehatan belum pernah dilakukan sebelumnya. Maka, penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat efektifitas media video dan permainan ular tangga terhadap pengetahuan jajanan sehat pada siswa sekolah dasar Jakarta Pusat.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode pendekatan *quasi eksperimen* dengan desain *control group pretest* dan *posttest*, dimana kelompok eksperimen di lihat pretest sebelum perlakuan dan *posttest* setelah adanya perakuan untuk mengetahui efektivitas media video dan permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan jajanan sehat.

Penelitian ini terdiri dari 3 kelompok dimana kelompok satu kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan media video, kelompok dua yaitu kelompok yang mendapat perlakuan dengan menggunakan permainan ular tangga dan kelompok tiga yaitu kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan. Sampel dipilih secara random, masing-masing kelompok dibagi menjadi 30 responden, total sampel adalah 90 siswa. Penelitian ini dilakukan di SDN Paseban 05 Pagi Jakarta Pusat pada bulan Juli 2022-Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas IV dan V SDN Paseban 05 Pagi Jakarta Pusat dengan total populasi sebesar 115 siswa. Untuk memudahkan proses sampling dan pengendalian variabel luar terdapat kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu siswa yang bisa diajak komunikasi dan sudah lancar membaca. Kriteria eksklusi yaitu siswa yang tidak bisa diajak komunikasi dan belum lancar membaca. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner, video, dan ular tangga. Hasil dari uji validitas instrument penelitian diketahui seluruh item pertanyaan memiliki  $r$  hitung yang lebih besar dari 0,361 yang dapat dikatakan valid. Serta hasil dari uji reliabilitas instrument penelitian memiliki nilai *Cronbach's Alpha* 0,749 dengan sampel 30. Dapat dikatakan instrument penelitian ini sudah reliabel karena nilai *Cronbach's Alpha* di atas 0,6.

Sumber data yang digunakan hanya data primer yang diperoleh dari responden dengan cara wawancara untuk mendapatkan data umur, kebiasaan sarapan, uang saku dan pengetahuan tentang jajanan sehat di sekolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Keefektifan media Promosi Kesehatan yang diteliti dalam penelitian ini dilihat dari peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat. Peningkatan pengetahuan siswa dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi yaitu dengan promosi kesehatan. Tabel 1 dan Tabel 2 menunjukkan perbedaan rata-rata skor yang didapat siswa antara *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah diberikan media promosi kesehatan dan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa.

**Tabel 1. Gambaran Skor Pengetahuan tentang Jajanan Sehat**

Variable	Mean	Median	SD	Min-Max	95% CI
<b>Video</b>					
Sebelum	6,40	7,00	2,191	1-9	5,58 – 7,22
Sesudah	8,93	9,00	1,081	6-10	8,53 – 9,34
<b>Permainan Ular Tangga</b>					
Sebelum	7,20	8,00	1,937	4-10	6,48 – 7,92
Sesudah	8,53	9,00	1,502	5-10	7,97 – 9,09
<b>Kontrol</b>					
Sebelum	7,40	8,40	1,905	3-10	6,69 – 8,11
Sesudah	8,40	9,00	1,714	4-10	7,76 – 9,04

**Tabel 2. Gambaran Peningkatan rata-rata skor pengetahuan tentang jajanan sehat**

Kelompok	Mean	Median	SD	Min-Max	95% CI
Video	2,53	1,548		1-7	1,96 – 3,11
Permainan Ular Tangga	1,33	1,295		0-5	0,85 – 1,82
Kontrol	1,00	1,438		(-3) - 5	0,46 – 1,54

*Pre-test* dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dasar responden mengenai jajanan sehat. Berdasarkan hasil analisis pengetahuan saat *pre-test* yang dilakukan pada siswa kelas IV dan kelas V dapat dilihat pada nilai rata-rata skor siswa yang mampu menjawab dengan benar yang ditanyakan pada kuesioner tentang jajanan sehat. Namun setelah diberikan media promosi kesehatan, adanya peningkatan nilai rata-rata skor *post-test* dan menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa yang diberikan materi dengan menggunakan media video dan media permainan ular tangga.

### Efektifitas Media Promosi Kesehatan

Terdapat pengaruh penggunaan media video terhadap peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa sekolah dasar. Media promosi kesehatan menggunakan video

merupakan kombinasi antara audio, visual dan animasi yang memiliki pesan tertentu sehingga diharapkan menjadi daya tarik tersendiri atau bersifat persuasif bagi responden. Media video pembelajaran merupakan seperangkat komponen yang mampu menampilkan gambar sekaligus suara dalam waktu bersamaan. Media video dalam penelitian ini dipaparkan kepada siswa yang berisi materi tentang jajanan sehat dengan komponen gambar, teks, dan suara dan berdurasi kurang lebih 8 menit. Jika dilihat dari hasil perhitungan statistika menggunakan uji Man Whitney (Tabel 3) dan Kruskal Wallis (Tabel 4) bahwa media video terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa dari pada kelompok kontrol atau kelompok pembanding, dimana siswa tidak sama sekali diberi informasi tentang jajanan sehat. Hasil *post-test* setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media video menunjukkan bahwa dari seluruh siswa mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan media promosi kesehatan. Berbeda pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa hanya sebagian siswa yang mengalami peningkatan pengetahuan bahkan terdapat satu siswa yang mengalami penurunan pengetahuan tentang jajanan sehat.

**Tabel 3. Uji Man Whitney, Perbedaan kenaikan skor pengetahuan tentang jajanan sehat**

Kelompok	N	Mean Rank	Sum Rank	P-Value
Video	30	39,08	1172,50	0,000
Kontrol	30	21,92	657,50	
Ular tangga	30	32,37	971,00	0,388
Kontrol	30	28,63	858,00	
Video	30	37,98	1139,50	0,001
Ular tangga	30	23,02	690,50	

**Tabel 4. Uji Kruskal Wallis, Efektifitas media promosi Kesehatan**

Kelompok	N	Mean Rank	P-Value
Video	30	61,57	0,000
Ular tangga	30	39,88	
Kontrol	30	35,05	
Total	90		

Dari hasil penelitian ini dapat dikatakan bahwa promosi kesehatan menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa dikarenakan pada saat pemaparan materi tentang jajanan sehat menggunakan video siswa lebih fokus terhadap materi yang disampaikan.

Sedangkan pada Media permainan permainan ular tangga dalam penelitian ini berisi materi tentang jajanan sehat, papan permainan ular tangga ini terdiri dari 36 bidak yang terdiri dari komponen warna, gambar dan teks dan dengan alat pendukung yaitu dadu. Papan permainan ular tangga ini di desain menggunakan aplikasi CoralDraw dengan ukuran 3 x 3 cm dan dadunya terbuat dari kain perca yang dibuat berbentuk dadu dengan ukuran 10x10x10 cm.

Terdapat pengaruh penggunaan media permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa sekolah dasar. Jika dilihat dari hasil perhitungan statistika menggunakan uji Mann Whitney (Tabel 3) dan Kruskal Wallis (Tabel 4) bahwa media permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa dari pada kelompok kontrol atau kelompok pembandingan, dimana siswa tidak sama sekali diberi informasi tentang jajanan sehat. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa 30 dari 22 siswa mengalami peningkatan skor pengetahuan dan 8 siswa lainnya menunjukkan skor yang sama. Media ular tangga lebih baik dari kelompok kontrol, namun tidak lebih baik dari media video.

## **KESIMPULAN**

Promosi Kesehatan menggunakan media video terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa sekolah dasar. Promosi kesehatan menggunakan media permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa sekolah dasar. Media video lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa dari pada media permainan ular tangga.

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk mampu meningkatkan efektifitas media lain seperti media permainan edukasi sehingga pengetahuan siswa meningkat melalui berbagai macam media permainan contohnya permainan ular tangga dengan cara menduplikasikan media tersebut.

## **REFERENSI**

Adriani, N. (2010). *Pengetahuan, Sikap dan Konsumsi Makanan Jajanan Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kota dan Kabupaten Bogor*. Skripsi, Institut Pertanian Bogor.

- Afifaturrohma, E., & Purnasari, G. (2020). Pengaruh Media Video terhadap Tingkat Pengetahuan Pelajar mengenai Jajanan Sehat di SDN Pancakarya 01 Jember. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 1(2), 34. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v1i2.9403>
- Agustin, F. R. (2020). *Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang Melalui Media Video Animasi di SD Mardi Rahayu Kabupaten Semarang*. Karya Tulis Ilmiah, Universitas Ngudi Wulyo.
- Alim, A. (2009). Permainan Mini Tennis untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2), 61–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpji.v6i2.434>
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azihara, Z., & Nadia, P. (2018). *Jajanan Sehat*. Jakarta: Demedia.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan. (2018). *Peraturan Badan Pengawasan Obat dan Makanan Nomor 22 Tahun 2018 tentang Pedoman Pemberian Sertifikat Produksi Pangan Industri Rumah Tangga*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- BPS. (2021). Jumlah Kasus Penyakit Menurut Provinsi/Kabupaten/Kota dan Jenis Penyakit 2021. Diambil 1 Juni 2022, dari <https://jakarta.bps.go.id/indicator/30/504/1/jumlah-kasus-penyakit-menurutprovinsi-kabupaten-kota-dan-jenis-penyakit-.html>
- Efendi, F. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fitriani, S. (2011). *Promosi Kesehatan (1 ed.)*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 83 Green, L. (1980). *Health Education: A Diagnosis Approach*. Baltimore: Mayfield Publishing.
- Hidayat, A. A. A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Irianto, K. (2007). *Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Irwanto. (2022). *Psikologi Umum*. Jakarta: Prenhallindo.
- Ismail, A. (2009). *Education Games Menjadi Cerdas dan Ceria dengan Permainan Edukatif*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Judarwanto, W. (2008). *Perilaku Makan Anak Sekolah*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi Kementerian Kesehatan Indonseia.

- Khomsan, A. (2013). Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kurniasih, D., & Soekirman. (2010). Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang. Jakarta: Penerbit Sarana Bobo.
- Muliawan, J. U. (2016). 45 Model Pembelajaran Spektakuler Buku Pegangan Teknis Pembelajaran di Sekolah. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). Ilmu Perilaku Kesehatan (Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2011). Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2017). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuryanto, N., Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, S. F. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(1), 32– 36. <https://doi.org/10.14710/jgi.3.1.121-125> 84
- Oktavianawati, P. (2017). Jajanan Tradisional Asli Indonesia. Jakarta: Badang Pengembang dan Pembinaan Bahasa.
- Pribadi, B. A. (2017). Media & Teknologi dalam Pembelajaran. Jakarta: Kencana.
- Purnamasari, D. U. (2018). Panduan Gizi & Kesehatan Anak Sekolah. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sadiman, A. S. (2007). Media Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Santrock, J. W. (2008). Psikologi Pendidikan. Jakarta: Prenada Media Group.
- Saputri, L. O., Kristiawati, & Krisnana, I. (2012). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap dalam Pemilihan Jajanan Sehat menggunakan Alat Permainan Edukatif Ular Tangga. Skripsi, Universitas Airlangga.
- Satrianawati, S. (2017). Dampak Penggunaan Handphone terhadap Aktifitas Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Profesi Pendidikan Dasar*, 4(1), 54–61.
- Solihin, P. (2005). Ilmu Gizi pada Anak. Jakarta: FKUI.
- Sulistiyoningsih, H. (2011). Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: Graha Ilmu.
- Tjiptono, F., & Chandra, G. (2011). Service Quality & Satisfication (3 ed.). Yogyakarta: Andi Offset.
- World Health Organization. (2015). Pencegahandan Pengendalian ISPA di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Diambil 14 Mei 2020, dari [https://www.who.int/csr/resources/publications/AM\\_pandemic\\_bahasa.pdf](https://www.who.int/csr/resources/publications/AM_pandemic_bahasa.pdf)

- Yusuf, S. L. N. (2011). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zebua, V. P. (2021). Gambaran Pengetahuan Anak SD Kelas (I-VI) tentang Makanan Sehat di SD Negeri 076691 Hilisebua Kecamatan Alasa Kabupaten Nias Utara. Karya Tulis Ilmiah, Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.