

**PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI GIZI MELALUI POSTER
TERHADAP PENGETAHUAN JAJANAN SEHAT
PADA ANAK SEKOLAH DASAR**

*The effect of giving nutrition education through posters on knowledge
of healthy snacks in elementary school children*

Marisa, Sitti Sahariah Rowa, Nadimin
Poltekkes Kemenkes Makassar

E-mail: marisa@poltekkes-mks.ac.id
No.Hp: 082250075205

ABSTRACT

Snacks are often considered a necessity for school children that must be met. Referring to data from the Food and Drug Supervisory Agency, 78% of school children consume snacks in the school environment. Nutrition education about healthy snacks is very important for elementary school children so that they can understand good eating habits for their health in the future. This study aims to determine the effect of providing nutrition education through posters on knowledge of healthy snacks in elementary school children.

The type of study used was a Quasy Experiment with a pre-test and post-test control group design. This study consisted of two groups, namely one intervention group (poster media) and one control group (lecture method). The total number of samples was 34 people. Knowledge data was measured using a healthy snack knowledge questionnaire. Data were analyzed using the SPSS program with the Wilcoxon Test.

The results of the study showed that there was an increase in knowledge of healthy snacks before and after education in elementary school children. The average value in the intervention group was 92.9 while the control group was 69.4. The results of the statistical test describe that there is a significant influence on knowledge of healthy snacks before and after education is given, which is indicated by the test results ($p = 0.000 < 0.05$).

The conclusion of the study is "there is an influence of education using poster media on knowledge of snacks in elementary school children."

Keywords: Knowledge, Healthy Snacks, Education, Poster

ABSTRAK

Jajanan kerap dianggap menjadi suatu kebutuhan anak sekolah yang perlu dipenuhi. Merujuk pada data dari Badan Pengawas Obat dan Makanan, dijumpai 78% anak sekolah mengonsumsi jajanan di lingkungan sekolah. Edukasi gizi mengenai jajanan sehat sangat penting bagi anak SD agar dapat memahami kebiasaan makan yang baik untuk Kesehatan mereka di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi melalui poster terhadap pengetahuan jajanan sehat pada anak sekolah dasar.

Jenis studi yang digunakan yaitu *Quasy Experiment* dengan rancangan *pre test* dan *post test control group*. Penelitian ini terdiri dari dua kelompok yakni satu kelompok intervensi (media poster) dan satu kelompok *control* (metode ceramah). Jumlah seluruh sampel sebanyak 34 orang. Data pengetahuan diukur menggunakan kuesioner pengetahuan jajanan sehat. Data dianalisis menggunakan program *SPSS* dengan *Uji Wilcoxon*.

Hasil penelitian menjabarkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan jajanan sehat sebelum dan sesudah edukasi pada anak sekolah dasar. Nilai rata-rata pada kelompok intervensi yaitu 92.9 sedangkan kelompok *control* yaitu 69.4. Hasil uji *statistic* menjabarkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan jajanan sehat sebelum dan sesudah pemberian edukasi, yang ditandai melalui hasil uji ($p=0.000 < 0.05$).

Kesimpulan dari penelitian yakni “terdapat pengaruh edukasi menggunakan media poster terhadap pengetahuan jajanan pada anak Sekolah Dasar.”

Kata Kunci : Pengetahuan, Jajanan Sehat, Edukasi, Poster

PENDAHULUAN

Gizi yang baik sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak-anak di sekolah. Gizi yang diperoleh anak dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari penting untuk kesehatan fisik dan mentalnya. Jika gizi ini terlalu sedikit

atau terlalu banyak, hal ini akan memengaruhi status gizi anak (Nasriyah *et al.*, 2021).

Menurut statistik dari Badan Pengawas Obat dan Makanan, 78% siswa jajan saat di sekolah. Sebagian besar sekolah memiliki kafetaria, dan beberapa bahkan membiarkan pedagang kaki lima berjualan di halaman sekolah, yang memperkuat gagasan ini. Tidak seorang pun dapat memastikan bahwa jajanan sekolah itu sehat dan aman (Nasriyah *et al.*, 2021).

Bila anak-anak mendapat informasi yang cukup, mereka cenderung akan memilih jajanan yang sehat. Memilih jajanan merupakan salah satu contoh perilaku. Anak-anak terlebih dahulu membentuk sikap sebelum mulai bertindak. Berbagai faktor berkontribusi terhadap pembentukan sikap. Faktor-faktor tersebut meliputi pengalaman pribadi, pengaruh sosial, norma budaya, penggambaran media, dan beban emosional lembaga pendidikan formal dan keagamaan. Dengan mengajarkan anak-anak tentang kebiasaan makan yang sehat, pendidikan gizi membantu mereka menghindari jajanan manis dan asin di sekolah (Endah D, 2023).

METODE

Desain, tempat dan waktu

Jenis studi yang diterapkan yakni *Quasy Experiment* melalui rancangan *pre test dan post test control group* yaitu subjek diberikan *pre test* sebelum dilangsungkan edukasi dan subjek diberikan *post test* sesudah dilangsungkan edukasi. Studi ini tersusun atas dua kelompok, yakni satu kelompok perlakuan dan satu kelompok pembandingan (*control*). Penelitian ini dilakukan di SD Inpres Negeri Borong Jambu 1 dan SD Inpres Negeri Borong Jambu 3 Kelurahan Bangkala Kota Makassar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan Oktober 2024.

Jumlah dan cara pengambilan sampel

Pengumpulan data pengetahuan tentang jajanan sehat dalam penelitian ini diperoleh menggunakan kuesioner. Kuesioner dibagikan sejumlah dua kali yakni sebelum dan sesudah dilangsungkan intervensi. *Pre test* disediakan bagi kedua kelompok perlakuan sebelum diedukasi, kemudian bagi kelompok intervensi disediakan poster dengan menempelkan di dinding kelas dan untuk kelompok *control* diberikan edukasi sebanyak dua kali seminggu kemudian dilanjutkan dengan pemberian *post test* untuk kedua kelompok perlakuan setelah pemberian edukasi. Kuesioner yang diterapkan memuat pertanyaan tentang identitas sampel dan 10 daftar pertanyaan terkait jajanan sehat. Kuesioner berisi 7 pertanyaan positif dan 3 pertanyaan negatif.

Pengolahan dan analisis data

Sesudah data dikumpulkan, dilangsungkan pengolahan data melalui beberapa langkah, yaitu editing untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi data, processing dengan memasukkan data ke dalam komputer, cleaning untuk mengecek dan memperbaiki kesalahan, coding dengan memberikan simbol tertentu pada data, serta tabulasi data untuk mengolahnya dalam bentuk tabel sesuai tujuan penelitian.

Data yang diperoleh diolah dan dianalisis menggunakan SPSS. Data *pre test* dan *post test* terkait pengetahuan jajanan sehat di uji menggunakan uji *Non-parametrik* yaitu uji *Wilcoxon*.

Setelah dianalisis, penyajian data dilakukan dalam bentuk tabel distribusi yang dilengkapi dengan penjelasan dalam bentuk narasi.

Hasil

Distribusi sampel berdasarkan usia menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang berusia 11 dan 12 tahun masing-masing sebanyak 6 orang, sedangkan untuk kelompok *control* yang berusia 10 tahun sebanyak 7 orang.

Distribusi sampel berdasarkan kelas menunjukkan bahwa kelompok intervensi kelas 5 dan 6 masing-masing sebanyak 6 orang, sedangkan kelompok *control* kelas 4 sebanyak 7 orang.

Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa jumlah siswa lebih didominasi oleh perempuan pada kelompok intervensi yakni ada sejumlah 14 orang, sedangkan pada kelompok *control* sebanyak 10 orang.

Distribusi tingkat pengetahuan jajanan sehat pada anak sekolah dasar sebelum intervensi melalui penerapan media poster ada 6 orang yang berpengetahuan “baik” dan sesudah intervensi ada 17 orang yang berpengetahuan “baik.” Dan pada kelompok *control* sebelum intervensi ada 3 orang yang berpengetahuan “baik” dan sesudah intervensi maka didapatkan 14 orang yang berpengetahuan “baik.”

Rerata skor pengetahuan jajanan siswa antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi menunjukkan nilai rata-rata sebelum edukasi pada kelompok intervensi tingkat pengetahuan siswa 48.2 ± 14.6 . Skor rerata sebelum edukasi pada kelompok *control* tingkat pengetahuan siswa 43.5 ± 12.2 .

Rata-rata skor peningkatan pengetahuan jajanan antara kelompok intervensi dan kelompok control diketahui ada selisih peningkatan skor pengetahuan jajanan pada anak sekolah antara yang diberikan edukasi menggunakan media poster dengan metode ceramah dengan nilai rata-rata kelompok intervensi yaitu 44.7 ± 10.675 dan kelompok *control* 25.9 ± 10.036 .

PEMBAHASAN

Pengetahuan jajanan sehat sebelum dan sesudah edukasi.

Dua kelompok perlakuan digunakan dalam penelitian ini; satu kelompok menerima edukasi menggunakan metode ceramah, dan kelompok lainnya menerima informasi melalui media poster. Ketika membandingkan tingkat kesadaran tentang jajanan sehat sebelum dan sesudah menerima edukasi melalui poster, analisis uji statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan.

Merujuk pada penelitian yang sudah dilaksanakan, temuan tersebut relevan dengan penelitian yang dilaksanakan (Yuningsih & Kurniasari, 2021) dimana penelitian ini mendukung dengan menunjukkan “terdapat pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan jajanan sehat pada anak sekolah dasar.”

Demikian pula, skor pre- dan post-test untuk skor pengetahuan rata-rata kelompok perlakuan meningkat ketika instruksi berbasis ceramah digunakan.

Hasil uji statistik mengungkapkan bahwa pengetahuan tentang jajanan sehat dipengaruhi secara signifikan baik sebelum maupun setelah menerima pendidikan melalui teknik ceramah.

Tingkat pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh keadaan internal maupun eksternal. Usia, pendidikan, dan pekerjaan adalah contoh pengaruh internal yang dihasilkan manusia. Sebaliknya, pengaruh lingkungan dan sosial budaya adalah contoh kekuatan eksternal (Haryani *et al.*, 2021).

Pengaruh edukasi menggunakan media poster terhadap pengetahuan jajanan sehat pada anak sekolah dasar.

Merujuk pada temuan studi yang telah dilaksanakan bisa dijabarkan bahwa ada perbedaan pemberian edukasi melalui media poster dan metode ceramah terhadap pengetahuan jajanan sehat pada anak SD melalui skor rata-rata kelompok intervensi yaitu 44.7 dan kelompok *control* 25.9 yang ditandai dengan hasil uji *statistic* yakni $p\text{ value} = 0.001$.

Studi ini relevan terhadap studi yang dilaksanakan oleh (Angga *et al.*, 2023), yakni pemberian edukasi melalui media poster bisa meningkatkan pengetahuan siswa. Penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani & Kurniasari, 2022), menunjukkan bahwa media poster lebih efektif untuk menumbuhkan pengetahuan anak.

Pemahaman siswa tentang pentingnya jajan sehat dapat ditingkatkan melalui penggunaan intervensi edukasi seperti media poster dan metode ceramah. Poster merupakan bentuk media edukasi yang lebih efektif daripada ceramah karena dapat membantu siswa menyerap materi dengan lebih cepat dan mudah, dan penggunaan warna menarik perhatian lebih besar terhadap pesan yang disampaikan.

KESIMPULAN

Merujuk pada temuan penelitian yang sudah dilangsungkan, bisa disimpulkan bahwa:

1. Tingkat pengetahuan jajanan sehat sebelum pemberian edukasi menggunakan poster masih tergolong rendah.
2. Terdapat peningkatan pengetahuan jajanan sehat sesudah pemberian edukasi menggunakan media poster pada anak sekolah dasar
3. Terdapat perbedaan skor pengetahuan menggunakan media poster terhadap pengetahuan jajanan sehat pada anak SD.

SARAN

Studi selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh pemberian edukasi pada wawasan pengetahuan jajanan sehat pada anak sekolah dasar, pihak sekolah lebih memperhatikan makanan jajanan yang ada di area sekolah dan menyediakan kantin sehat, menggunakan metode yang lebih variatif lagi dan disarankan untuk mengukur perubahan perilaku sehingga dapat disimpulkan suatu gambaran yang lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, penulis hendak mengucapkan terima kasih bagi seluruh pihak yang berkontribusi pada penyelesaian manuskrip ini.

Penulis mengucapkan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Ibu Sitti Sahariah Rowa dan Bapak Nadimin atas bimbingan, masukan, serta dorongan yang disediakan selama tahapan penulisan.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kampus Poltekkes Kemenkes Makassar Jurusan Gizi yang telah memberikan fasilitas dan dukungan yang diperlukan dalam penelitian ini.

Tak lupa, penulis hendak mengucapkan berterima kasih bagi rekan-rekan sejawat serta keluarga yang senantiasa memberikan dorongan, semangat, dan doa, yang menjadi sumber motivasi dalam menyelesaikan karya ini.

Semoga karya ini bisa menyediakan manfaat dan bisa berkontribusi signifikan dalam perkembangan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angga, P. D., Makki, M., Putra, G. P., & Indraswati, D. (2023). Pergi (Program Edukasi Gizi Dan Aktivitas Fisik): Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Sehat Melalui Gizi Seimbang dan Aktivitas Fisik bagi Anak Sekolah Dasar di Kota Mataram. *Jurnal Interaktif: Warta Pengabdian Pendidikan*, 3(2), 111-125.
- Agustian, S. (2022). Kebijakan Pendidikan Dasar Perspektif Karakteristik Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 1(1), 10–23.
- Amalia, E., Afriani, M., Gunawan, A. A., & Puspita Rini, R. O. (2024). Edukasi Pangan Dan Jajanan Yang Aman Sehat Serta Bermutu Di Sma Negeri 20 Batam. *Jurnal Keker Wisata*, 2(1), 76–92.
- Asdar, A. F. R., Sulaeman, U., & Muhsanah, F. (2023). Analisis Methanyl Yellow Dan Formalin Pada Jajanan Di Sd Rappokalling Kota Makassar. *Window of Public Health Journal*, 4(2), 224–233.
- Baiti, N., & Zulkarnaen, M. (2022). Pelatihan Stimulasi Keterampilan Literasi Awal Anak Usia Dini Melalui Media Poster Di Masa Pandemi. *AN-NAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 25.
- Endah D. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Edukasi Film Pendek “Cegah Obesitas Dengan Cerdik” Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja. *Jurnal Pendidikan*, 2016, 11–34.
- Hanifah, H., Sutresna, I., & Lindasari, S. W. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kertas Gantung Terhadap Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Jajanan Sehat. *Jurnal Ners*, 7(1), 501–505.

Haryani, S., Astuti, A. P., & Minardo, J. (2021). Pengetahuan Dan Perilaku Mencuci Tangan Pada Siswa Smk Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 85.

Idaman, J., Pengetahuan, P., Tentang, A. P., Sehat, J., Langkah, D. A. N., Tangan, C., Lagu, M., & Children, T. (2023). *Poltekkes Kemenkes Malang Increasing Knowledge Of Healthy Snacks And Hand Washing For Preschool Children*. 7(2), 119–124.

Kaluku, K. (2023). Pengaruh Media Komik Dan Poster Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Sekolah. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 4(1), 8–15.

Lasmawanti, S., Dedi, Butarbutar, M. H., & Sitohang, A. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Makanan Pada Peserta Didik SD Swasta Kartika I-1 Medan. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(3), 305–313.

Mahmudah, U. (2019). Pengaruh media teka-teki silang terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 107.

Nabila, N., Dewanti, L. P., Melani, V., & Sitoayu, L. (2023). Edukasi media Nutri Case terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi jajanan sehat pada anak usia sekolah di Bogor. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(1), 11.

Namira Gustiany Putri Mayana. (2023). Karya tulis ilmiah. *Karya Tulis Ilmiah*, 8–11.

Nasriyah, N., Kulsum, U., & Trisanti, I. (2021). Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Desa Tumpangkrasak Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 123.

Ni Nyoman Sudiartini, I. G. M. (2023). Peranan Poster Edukasi Sebagai Media Belajar Interaktif Materi Ipa Pada Siswa SD: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(Education), 11.

Prasetio, P. A., Nugraha, F. F., Dani, G., & Rahayu, S. (2024). *Abdimas Siliwangi Abdimas Siliwangi*. 7(1), 115–123.

Purba, N., Panjaitan, L., Pawa, K., Sinaga, F., & Safitri, J. (2024). *Promosi Kesehatan Jajanan Sehat pada Siswa Kelas VI di SDN 174532 Desa Sihite Health Promotion of Healthy Snacks to Class VI Students at SDN 174532 Sihite Village*. 1(2), 4–7.

Ramadhani, D., & Kurniasari, R. (2022). Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan Literature Review: Pengaruh Media Komunikasi Terhadap Keamanan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(5), 41–44.

Sulastri, dkk. (2023). Strategi Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Penyampaian Materi Pada Anak Tunagrahita Di Sekolah Luar Biasa Negeri Sambas Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Literasi Unggulan*, 1(3), 571–583.

Susilowardani, A. I., & Budiono, I. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Praktik Ibu Baduta Dalam Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP ASI). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(2), 131–136.

- Syahrul, F., Adi, A. C., Rachmayanti, R. D., & Kartini, K. (2022). Training and Assistance of Food Vendors in Efforts To Prevent Foodborne Diseases in Kenjeran Village Surabaya. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements*, 4(1), 23–30.
- Teologi, F., Studi, P., Agama, P., Universitas, K., Papua, K., Teologi, F., Studi, P., Agama, P., Universitas, K., & Papua, K. (2024). *Peran Guru Bagi Pembentukan Karakter Iman Anak*. 2(April), 102–120.
- Widodo, A. (2022). *Pengaruh edukasi menggunakan media poster terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat di sekolah dasar*. Jurnal Pendidikan dan Kesehatan, 15(2), 123-130.
- Yuda, A., Solihati, & Septimar, Z. M. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Poster Leaflet Dan Permainan Index Card Match Terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 283–291.
- Yuningsih, R., & Kurniasari, R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review). *Hearty*, 10(1), 1.
- Yunisa, D. (2021). *Peran Orang Tua Dalam Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Kaliasin Kec. Tanjung*.