

PENGARUH BUKU SAKU TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN JAJANAN SEHAT PADA MURID SEKOLAH DASAR DI KOTA YOGYAKARTA

Trismi Artiwi; Dyah Suryani

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Abstrak

Children of primary school age as one of the street food consumers need to receive education from an early age how to choose foods that are nutritious, safe and healthy. The print media in the form of a pocket book can be used as a media nutrition education and healthy food for primary school aged children. The purpose of this study to determine the effect of a pocket book about healthy snacks on the level of knowledge of fifth grade in Primary School. The study was quasi experiment with pre-test and post-test one group design. Samples were pupils of public elementary school fifth grade Glagah totaling 77 children. There was increased knowledge about healthy snacks to students of public elementary school fifth grade Glagah with an average rating of 20.31 with a pre-test to an average of 22.33. Test results obtained by paired t-test t calculate equal to 10.268 with p (sig) of 0.000.

Key words: *knowledge, pocket books, healthy snacks.*

PENDAHULUAN

Makanan adalah kebutuhan pokok manusia yang diperlukan setiap saat dan harus ditangani dan dikelola dengan baik dan benar agar bermanfaat bagi tubuh. Pengelolaan yang baik dan benar pada dasarnya adalah mengelola makanan berdasarkan kaidah-kaidah dan prinsip tentang pengetahuan, sikap dan perilaku manusia dalam menaati asas kesehatan, asas kebersihan dan asas keamanan dalam menangani makanan (Depkes, 2004). Sediaoetama (2009), mengungkapkan bahwa makanan yang dihidangkan harus mengandung zat-zat gizi yang diperlukan baik dalam kualitas maupun kuantitasnya.

Industri pangan yang berkembang di Indonesia dapat dikelompokkan menjadi dua sektor, yaitu sektor industri pengolahan pangan

yang tidak terorganisir (sektor informal) dan industri yang terorganisir baik (sektor formal). Industri pangan sektor informal jumlahnya jauh lebih banyak dan lebih luas cakupannya bila dibandingkan dengan industri sektor formal. Industri sektor informal mencakup industri kecil, makanan jajanan, kaki lima, serta industri rumah tangga. Sebagian besar makanan jajanan dibuat di lingkungan keluarga sebagai usaha industri rumah tangga dengan menerapkan teknologi tradisional yang sederhana. Perhatian terhadap praktek sanitasi dan hygiene pada industri formal sangat minimal khususnya mengenai pengolahan dan cara menjajakan makanan jajanan tersebut (Winarno, 1997).

Menurut Sihadi (2004), apabila makanan jajanan dibeli di sembarangan tempat, maka berpotensi menimbulkan beberapa kerugian

diantaranya yaitu makanan jajanan yang kurang terjamin kebersihannya akan menyebabkan penyakit pada saluran pencernaan. Nilai gizi makanan jajanan sulit diawasi, sehingga anggapan bahwa dengan jajan akan memberikan tambahan makanan di luar rumah menjadi kurang bermanfaat. Melihat kenyataan-kenyataan ini maka makanan jajanan perlu mendapat perhatian, khususnya mengenai mutu gizi, keamanan dan kebersihannya. Dewasa ini diperkirakan makanan jajanan khususnya yang dijual di lingkungan sekolah belum sepenuhnya memenuhi persyaratan mutu gizi dan kebersihan.

Salah satu konsumen makanan jajanan adalah anak-anak usia sekolah. Anak usia sekolah, dalam hal ini anak Sekolah Dasar (SD) rentan terpengaruh oleh berbagai jajanan yang dijual baik di sekolah maupun di luar sekolah (Dwiriani dan Deni, 2009). Sihadi (2004), mengungkapkan bahwa pada golongan usia sekolah, aktivitas dimulai dari berangkat ke sekolah pada pagi hari, dan dilanjutkan dengan kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan pada siang hingga sore hari. Hal ini mempengaruhi kebiasaan waktu makan pada anak, yaitu pada umumnya saat merasa lapar anak lebih suka membeli jajanan.

Murid sekolah dasar perlu diberikan pengetahuan untuk memilih dan makan yang bervariasi agar pertumbuhan badan serta kesehatannya dapat terjamin. Dengan demikian setelah menguasai pengetahuan tersebut, murid akan senantiasa menjaga kesehatannya, dengan memiliki kebiasaan makan yang baik, dan bersikap positif terhadap makanan bergizi dan sehat. Media yang digunakan dalam upaya sosialisasi untuk meningkatkan pengetahuan banyak jenisnya, seperti *leaflet*, *booklet*, buku saku, poster dan video. Efektifitas media di dalam penyuluhan memiliki peranan yang sangat penting dalam proses transformasi dari masukan informasi (*input*) ke dalam memori atau ingatan seseorang. Selain itu, media juga membantu dalam penyampaian materi dalam memberikan penjelasan atau informasi baru mengenai suatu topik (Notoatmodjo, 2003).

Penelitian ini secara bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian buku saku tentang jajanan sehat terhadap tingkat pengetahuan tentang jajanan sehat pada murid kelas V di Sekolah Dasar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimental* rancangan *pre dan post test*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 23-28 Mei 2011 Sekolah Dasar Negeri Glagah, Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh murid kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah yang berjumlah 77 murid. Sampel dalam penelitian ini adalah murid kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah yang berjumlah 77 murid. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *totality sampling*. Pengetahuan mengenai jajanan sehat.

Data yang dikumpulkan adalah tingkat pengetahuan responden tentang jajanan. Pengetahuan mengenai jajanan sehat diukur menggunakan kuesioner. Tingkat pengetahuan siswa diperoleh dengan metode skoring. Siswa yang menjawab benar dengan skor $\geq 70\%$ diklasifikasikan memiliki tingkat pengetahuan baik dan tingkat pengetahuan tidak baik apabila jawaban benar skor $< 70\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil analisis terhadap jenis kelamin para murid Sekolah Dasar Negeri Glagah diketahui bahwa sebagian besar responden adalah perempuan yaitu sebanyak 43 orang (56%). Responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 34 orang (44%).

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta 2011

No	Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	% (Persentase)
1	Laki-laki	34	44 %
2	Perempuan	43	56 %
Total		77	100%

Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu

Berdasarkan analisis terhadap tingkat pendidikan ibu para murid Sekolah Dasar Negeri Glagah, diketahui tingkat pendidikan ibu mulai dari tingkat SD, SLTP, SLTA hingga sarjana. Sebagian besar ibu responden memiliki tingkat pendidikan pada jenjang SLTA yaitu sebanyak 44 orang (57%). Responden dengan tingkat pendidikan ibu sarjana sebanyak 25 orang (32%) dan SLTP sebanyak 6 orang (8%). Ada pula ibu responden yang memiliki tingkat pendidikan Sekolah Dasar berjumlah 2 orang (3%).

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta 2011

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah	% (Persentase)
1	SD	2	3 %
2	SLTP	6	8 %
3	SLTA	44	57 %
4	Sarjana (D3, S1, S2)	25	32 %
Total		77	100 %

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi pengetahuan tentang makanan jajanan sehat sebelum dilakukan pemberian buku saku.

Berdasarkan analisis terhadap tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan

pemberian buku saku, diketahui bahwa masih adanya responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang jajanan sehat. responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 71 orang (92%). Responden yang memiliki tingkat pengetahuan tidak baik adalah sebanyak 6 orang (8 %).

Tabel III. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Sebelum Dilakukan Pemberian Buku Saku Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta Tahun 2011

Kategori Nilai	Pre-test	
	Jumlah (Orang)	% (Persentase)
Baik	71	92 %
Tidak baik	6	8 %
Total	77	100%

Tingkat pengetahuan responden yang baik sebelum dilakukan intervensi diantaranya juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan ibu responden. Latar belakang pendidikan orang tua perlu juga diperhatikan karena hal ini dapat mempengaruhi pengetahuan tentang pangan dan gizi pada anak. Hastono (2008), menyatakan bahwa pendidikan ibu yang tinggi akan meningkatkan keterlibatan ibu dalam upaya peningkatan kesehatan keluarga dan lebih memahami masalah kesehatan. Supriasa (2002), menyatakan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan makanan sehat sangat penting dalam peningkatan kualitas gizi dan kesehatan keluarga, mulai dari menentukan, memilih, mengolah hingga menyajikan menu sehari-hari untuk keluarga termasuk membiasakan anak dalam memilih makanan.

Orang tua memegang peranan penting sebagai contoh bagi anak-anaknya dalam hal perilaku makan yang sehat. Orang tua bertanggungjawab terhadap masalah makanan di rumah, jenis-jenis makanan yang disediakan serta hal penting lainnya yang berkaitan dengan gizi dan pangan, sehingga anak mampu menentukan makanan yang sehat di saat mereka

jauh dari rumah atau tidak dalam pengawasan orang tua (Sulistyoningsih, 2011).

Distribusi frekuensi pengetahuan tentang makanan jajanan sehat setelah dilakukan pemberian buku saku.

Berdasarkan analisis terhadap tingkat pengetahuan responden setelah dilakukan pemberian buku saku, diketahui bahwa tidak ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang jajanan sehat. Responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik meningkat yaitu sebanyak 77 orang (100 %).

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Setelah Dilakukan Pemberian Buku Saku Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta Tahun 2011

Kategori Nilai	Post-test	
	Jumlah (Orang)	% (Persentase)
Baik	77	100 %
Tidak baik	0	0 %
Total	77	100 %

Upaya pendidikan kesehatan akan berhasil sesuai dengan tujuan yang diharapkan jika didukung dengan pemilihan metode dan alat peraga yang tepat dan disesuaikan dengan sasaran yang dihadapi (Sulistyoningsih, 2011). Peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan buku saku tidak terlepas dari penggunaan media intervensi, hal ini berkaitan erat dengan materi dan desain buku yang

menarik. Di dalam buku saku diinformasikan berbagai hal mengenai jenis makanan yang baik bagi tubuh, bahan tambahan pangan, keamanan serta kebersihan dan higiene makanan. Selain itu buku saku didesain dengan berbagai gambar yang menarik anak untuk membacanya.

Distribusi frekuensi responden menurut tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian buku saku tentang jajanan sehat.

Berdasarkan analisis terhadap tingkat pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah pemberian buku saku, diketahui terjadi peningkatan pengetahuan para responden tentang jajanan sehat. Peningkatan pengetahuan responden antara sebelum dan sesudah pemberian buku saku adalah responden dengan tingkat pengetahuan baik yaitu 71 orang (92%) sebelum dilakukan pemberian buku saku, menjadi 77 orang (100%).

Keberhasilan pemberian buku saku tentang jajanan sehat dalam rangka meningkatkan pengetahuan jajanan sehat pada kelompok usia kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah disebabkan oleh kesiapan peneliti dalam mempersiapkan media intervensi. Pemilihan media yang tepat merupakan salah satu alasan yang menyebabkan peningkatan pengetahuan responden tentang jajanan sehat setelah diberikan buku saku. Notoatmodjo (2003) menyatakan bahwa materi cetak dapat memberikan informasi untuk dipelajari sendiri dan dapat memperkuat informasi yang diberikan sebelumnya serta dapat menjadi sumber referensi dan ulasan balik.

Tabel V. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pemberian Buku Saku Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta Tahun 2011

Kategori nilai	Pre test		Pre test	
	Jumlah (orang)	%	Jumlah (orang)	%
Baik	71	92 %	77	100 %
Tidak baik	6	8 %	0	0 %
Total	77	100 %	77	100 %

Penggunaan media intervensi untuk melakukan promosi kesehatan diantaranya harus memenuhi beberapa aspek agar media intervensi mudah diterima dan dipahami oleh kelompok sasaran. Media cetak sebagai intervensi yang digunakan diantaranya harus menimbulkan minat pada kelompok sasaran untuk membaca pesan yang terdapat di dalamnya. Hal ini diharapkan dapat merangsang kelompok sasaran untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan yang terkandung di dalam media cetak tersebut. Untuk merangsang kelompok sasaran, pesan yang terkandung dalam media disusun dengan memperhatikan unsur-unsur seperti isi pesan, daya tarik dan citra (Notoatmodjo, 2007).

3.3 Analisis Bivariat

Uji statistik yang digunakan adalah uji *paired t-test* dengan tingkat kepercayaan 95 % dan α 0,05. Hasil dari analisis tersebut adalah sebagai berikut :

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa jumlah masing-masing responden pada saat *pre test* dan *post test* adalah sama yaitu 77 orang. Berdasarkan nilai mean *pre test* adalah 20,31 dan mean *post test* adalah 22,33 maka dapat diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan buku saku.

Berdasarkan hasil uji dua sisi (*sig 2 tailed*) dengan nilai probabilitas adalah 0,000 ($0,000 < 0,05$) maka H_0 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian buku saku tentang jajan sehat pada murid kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah menyebabkan tingkat pengetahuan berbeda (meningkat) dibandingkan sebelum diberikan buku saku.

Berdasarkan tabel t, didapatkan hasil 1,67, sedangkan berdasarkan hasil uji *paired t test* diperoleh t hitung 12,742. Nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel ($t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$) maka H_0 ditolak, berarti ada perbedaan rerata yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian buku saku tentang jajan sehat.

Nilai signifikan $\text{Sig} < \alpha$ ($0,000 < 0,05$) dan *confidence interval* 95% dengan nilai *lower* dan *upper* $-2,342 < 1 > -1,709$ (tidak mencakup angka 1). Probabilitas atau kemungkinan hipotesis benar adalah kecil sehingga H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa ada perbedaan rerata pengetahuan antara sebelum dengan sesudah diberikan buku saku. Jadi pemberian buku saku tentang jajan sehat dapat meningkatkan pengetahuan murid kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah dan secara statistik bermakna ($\text{sig} 0,000$).

KESIMPULAN

Sebelum diberikan buku saku tentang jajan sehat, sebagian besar murid kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai jajan sehat.

Setelah diberikan buku saku tentang jajan sehat, seluruh murid kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai jajan sehat.

Ada perbedaan pengetahuan murid kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah tentang jajan sehat antara sebelum dan sesudah pemberian buku saku tentang jajan sehat dilihat nilai perbedaan nilai rerata *pre test* dan nilai rerata *post test*.

DAFTAR PUSTAKA

Tabel VI. Hasil Uji Analisis Pengaruh Buku Saku Tentang Jajan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Jajan Sehat Sekolah Dasar Negeri Glagah Kelurahan Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta Tahun 2011

Mean		N		Standar Deviasi		T Hitung	T Tabel	Sig.	CI 95%	
Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post				Lower	Upper
20,31	22,33	77	77	2,434	2,483	12,742	1,67	0,000	-2,342	-1,709

- Depkes, 2004a, *Modul 1 Kursus Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman : Peraturan Perundang-Undangan Hygiene Sanitasi Makanan*, Dirjen PPM & PL. Hal. 10.
- Depkes, 2004b, *Modul 6 Kursus Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman : Prinsip Hygiene Sanitasi Makanan dan Minuman*, Dirjen PPM & PL. Hal. 83, 84, 85.
- Dwiriani dan Deni, 2009, “Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik, Konsumsi Snack, dan Pangan Lainnya pada Murid Sekolah Dasar di Bogor yang Berstatus Gizi Normal dan Gemuk”, Yogyakarta : *Jurnal Gizi dan Pangan Volume 4 Nomor 2, Juli 2009*, Hal. 92-97.
- Hastono, 2008, “Analisis Data Riskesdas 2007/2008 : Kontribusi Karakter Ibu Terhadap Status Imunisasi Anak di Indonesia”, Yogyakarta : *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Volume 4 Nomor 2, Oktober 2009*. Hal. 91-96.
- Notoatmodjo, 2003, *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar*, Rineka Cipta, Jakarta : Hal. 116, 117.
- Notoatmodjo, 2007, *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*, Rineka Cipta, Jakarta : Hal. 232.
- Sediaoetama, 2009, *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*, Dian Rakyat, Jakarta : Hal. 12, 138.
- Sihadi, 2004, “Makanan Jajanan Bagi Anak Sekolah”, Yogyakarta : *Jurnal Kedokteran Yarsi Volume 12 Nomor 2, Mei – Agustus 2004*. Hal. 91-95.
- Supriasa, 2001, *Pengantar Status Gizi*, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta : hal. 256.
- Sulistyoningsih, 2011, *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*, Graha Ilmu, Yogyakarta : Hal. 186, 187, 196, 197, 211.
- Winarno, F.G., 1997, *Naskah Akademis Keamanan Pangan*, Institut Pertanian Bogor, Bogor : Hal. 10, 11, 13, 21, 98, 107