

## PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI I KAUDITAN KABUPATEN MINAHASA UTARA

Servitia Nusu\*, Sulaemana Engkeng\*, Sri Seprianto Maddusa\*

\*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

### ABSTRAK

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan yang dilakukan tenaga kesehatan dengan tujuan untuk seseorang atau kelompok agar memiliki tingkat pengetahuan dan kesehatan yang baik. Pangan atau makanan adalah salah satu kebutuhan dalam hidup manusia sehari-hari, oleh karena itu baik di negara atau dunia, kebutuhan pangan atau makanan sangat penting dan diatur oleh negara. Tujuan dari penelitian ini Untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap peserta didik di SMP Negeri I Kauditan kabupaten Minahasa Utara, Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian Quasi Experiment dengan desain Non Equivalen Control Group, Penelitian ini dilakukan di SMP N I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara pada bulan Februari – Maret 2020. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Adanya pengaruh penyuluhan yang signifikan jajanan sehat terhadap pengetahuan siswa Di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara ( $0,000 < 0,05$ ) Berdasarkan dengan penelitian sikap telah dilakukan yang berarti adanya pengaruh penyuluhan yang signifikan jajanan sehat terhadap sikap siswa Di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara ( $0,000 < 0,05$ ). Terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat terhadap pengetahuan dan sikap siswa di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara grup kontrol dan grup eksperimen. Bagi kepala sekolah diharapkan untuk dapat melakukan kegiatan yang positif serta memperbanyak kegiatan ekstrakurikuler sehingga siswa dapat terhindar dari ancaman jajanan tidak sehat dan diharapkan untuk melakukan penyuluhan kepada siswa dengan menggunakan metode penyuluhan menarik lainnya.

**Kata kunci :** Penyuluhan Kesehatan, Leaflet, Peserta Didik, Pangan

### ABSTRACT

Health education is an activity carried out by health workers with the aim of a person or group to have a good level of knowledge and health. Food or food is one of the needs in everyday human life, therefore, both in the country or the world, food or food needs are very important and regulated by the state. The purpose of this study was to determine the effect of counseling healthy snacks on knowledge and attitudes of students in SMP Negeri I Kauditan, North Minahasa district, this type of research uses quantitative research with the Quasi Experiment research method with the Non Equivalent Control Group design. North Minahasa District Kauditan in February - March 2020. Based on research conducted There is a significant influence of health education on students' knowledge in North Minahasa I Kauditan North Minahasa District ( $0,000 < 0,05$ ) Based on the research attitude has been done which means that there is an influence significant counseling for healthy snacks on the attitudes of students in SMP Negeri I Kauditan, North Minahasa Regency ( $0,000 < 0,05$ ). There is an influence of counseling healthy snacks on the knowledge and attitudes of students in SMP Negeri I Kauditan, North Minahasa Regency, the control group and the experimental group. Principals are expected to be able to carry out positive activities and increase extracurricular activities so that students can avoid the threat of unhealthy snacks and are expected to educate students using other interesting educational methods.

**Keywords:** Health Counseling, Leaflets, Students, Food

### PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari program kesehatan, baik itu upaya kesehatan perorangan maupun upaya kesehatan

masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat serta turut berperan aktif dalam upaya kesehatan. Lanjutnya, mempunyai

sifat yakni membantu untuk memandirikan masyarakat sehingga dapat menangani masalah kesehatan mereka secara optimal (Ali, 2010).

Jajanan sehat adalah makanan atau minuman yang dapat dikonsumsi secara langsung yang di beli dari penjual makanan atau minuman, baik diproduksi oleh orang lain atau penjual tersebut tanpa diolah lagi dan tidak tercemar oleh cemaran biologis, kimia dan benda lain yang dapat merugikan, mengganggu dan membahayakan kesehatan manusia (Depkes RI, 2012)

Pengetahuan tentang jajanan sehat adalah kemampuan memilih makanan jajanan yang sehat yang merupakan sumber zat-zat gizi. Pengetahuan gizi pada seorang anak memiliki pengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan (Notoatmodjo<sup>b</sup>:2012).

Sikap tentang jajanan yang sehat merupakan hasil perubahan terus menerus pada anak sekolah dasar yang menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan dan kebudayaan, salah satu faktor yang mempengaruhi sikap pemilihan jajanan adalah sikap dalam memilih jajanan yang sehat (Notoatmodjo<sup>b</sup>:2012).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri I kauditan pada bulan oktober 2019 diketahui kebanyakan siswa di sekolah tersebut membeli jajanan untuk mereka konsumsi saat istirahat dan setelah jam sekolah berakhir. Hal tersebut di dukung dari adanya

makanan dan minuman di kantin maupun disekitaran sekolah.

Berdasarkan hal-hal di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa di SMP Negeri I Kauditan kabupaten Minahasa Utara. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar pengembangan pendidikan kesehatan Jajanan Sehat khususnya pada peserta didik.

## **METODE**

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *Quasi Experiment* dengan desain *Non Equivalen Control Group*. Penelitian ini dilakukan pada siswa di SMP N 1 Kauditan Kabupaten Minahasa Utara dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2020, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII A, VIII B di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara yang berjumlah 60 peserta didik, Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik VIII A, VIII B yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara, pengambilan data dilakukan pada tanggal 24 febuari 2020. Terdapat 60 peserta didik yang diberikan penyuluhan tentang jajanan sehat dengan metode ceramah media slide.

Penelitian memberikkan pengarahannya inform consent sebelum jalannya penelitian dimulai agar peserta didik dapat mengikuti dengan baik dan benar. Peserta didik diminta untuk mengisi kuesioner pre test, kemudian peneliti melakukan penyuluhan. Setelah dilakukan penyuluhan, peserta didik diminta untuk mengisi kuesioner post I. Pengisian kuesioner test 2.

Tabel 1. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan Umur.

| Umur  | n  | %    |
|-------|----|------|
| 13    | 26 | 43,3 |
| 14    | 34 | 56,7 |
| Total | 60 | 100  |

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah peserta didik pada penelitian ini untuk umur yang terbanyak dengan persentase yaitu 56,7% dengan umur 14 tahun dan paling sedikit dengan persentase 43,3% yaitu 13 tahun.

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin.

| Jenis kelamin | n  | %    |
|---------------|----|------|
| Laki-laki     | 23 | 38,3 |
| Perempuan     | 37 | 61,7 |
| Total         | 60 | 100  |

Tabel 2 menunjukkan bahwa peserta didik terbanyak yaitu berjenis perempuan dengan presentase 61,7% dengan jumlah 37 peserta didik dibandingkan dengan berjenis laki-laki dengan presentase 38,3% dengan jumlah 23 peserta didik.

Tabel 3. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan Pengetahuan terhadap jajanan sehat.

| Pengetahuan | Pre-test |      | Post-test |     |
|-------------|----------|------|-----------|-----|
|             | n        | %    | n         | %   |
| Baik        | 7        | 23,3 | 30        | 100 |
| Buruk       | 23       | 76,7 | 0         | 0   |
| Total       | 30       | 100  | 30        | 100 |

Tabel 3 menunjukkan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan yang baik terhadap jajanan sehat yaitu sebanyak 7 peserta didik dengan presentase 23,3% pada *pre-test* menjadi 30 peserta didik dengan presentase 100% pada *post-test*, sedangkan peserta didik yang pengetahuannya buruk yaitu 23 peserta didik dengan presentase 76,7% pada *pre-test* menjadi 0 peserta didik dengan presentase 0% pada *post-test*.

Tabel 4. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan Pengetahuan terhadap Jajanan Sehat.

| Pengetahuan | Pre-test |      | Post-test |      |
|-------------|----------|------|-----------|------|
|             | n        | %    | n         | %    |
| Baik        | 9        | 30,0 | 9         | 30,0 |
| Buruk       | 21       | 70,0 | 21        | 70,0 |
| Total       | 30       | 100  | 30        | 100  |

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* memiliki hasil yang sama.

Tabel 5. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan sikap terhadap jajanan sehat.

| Sikap | Pre-test |      | Post-test |     |
|-------|----------|------|-----------|-----|
|       | n        | %    | n         | %   |
| Baik  | 4        | 13,3 | 30        | 100 |
| Buruk | 26       | 86,7 | 0         | 0   |
| Total | 30       | 100  | 30        | 100 |

Tabel 5 menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki sikap yang baik terhadap jajanan sehat yaitu sebanyak 4 peserta didik dengan presentase 13,3% pada *pre-test* menjadi 30 peserta didik dengan presentase 100% pada *post-test*, sedangkan peserta didik yang pengetahuannya buruk yaitu 26 peserta didik dengan presentase 86,7% pada *pre-test* menjadi 0 peserta didik dengan presentase 0% pada *post-test*.

Tabel 6. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan sikap terhadap jajanan sehat.

| Sikap | Pre-test |      | Post-test |      |
|-------|----------|------|-----------|------|
|       | n        | %    | n         | %    |
| Baik  | 3        | 10,0 | 3         | 10,0 |
| Buruk | 27       | 90,0 | 27        | 90,0 |
| Total | 30       | 100  | 30        | 100  |

Tabel 6 menunjukkan bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* memiliki hasil yang sama.

Tabel 7. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan Perbedaan pengetahuan terhadap jajanan sehat.

| Pengetahuan | Mean | SD    | Selisi Mean | P Value |
|-------------|------|-------|-------------|---------|
| Pre test    | 0,23 | 0,430 | 0,77        | 0,00    |
| Post test   | 1,00 | 0,000 |             |         |

Tabel 7 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *Paired t test* yaitu pengetahuan jajanan sehat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen. Pada analisa pengetahuan jajanan sehat *pre-test* menunjukkan mean= 0,23 dengan standar deviasi 0,430 dan pada *post-test* menunjukkan mean= 1,00 dengan standar deviasi 0,000 Terjadi peningkatan bermakna pengetahuan yaitu 0,77 dengan  $p= 0,00$ . Oleh karena  $p= (0,00 < 0,05)$  maka terjadi peningkatan bermakna tentang pengetahuan jajanan sehat pada peserta didik SMP Negeri 1 Kauditan kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan.

Tabel 8. Distribusi Peserta Didik Berdasarkan Perbedaan sikap terhadap jajanan sehat.

| Sikap     | Mean | SD    | Selisi Mean | P Value |
|-----------|------|-------|-------------|---------|
| Pre test  | 0,13 | 0,346 | 0,87        | 0,00    |
| Post test | 1,00 | 0,000 |             |         |

Tabel 8 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *Paired t test* yaitu sikap jajanan sehat *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen. Pada analisa sikap jajanan sehat

*pre-test* menunjukkan mean= 0,13 dengan standar deviasi 0,346 dan pada *post-test* menunjukkan mean= 1,00 dengan standar deviasi 0,000 Terjadi peningkatan bermakna pengetahuan yaitu 0,87 dengan  $p= 0,00$ . Oleh karena  $p= (0,00<0,05)$  maka terjadi peningkatan bermakna tentang sikap jajan sehat pada peserta didik SMP Negeri 1 Kauditan kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan.

Tabel 9. Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa.

|           | Kelompok   | Mean | P Value |
|-----------|------------|------|---------|
| Post-test | Eksperimen | 1,00 |         |
|           | Kontrol    | 0,03 | 0,000   |

Tabel 9 menunjukkan bahwa dari hasil uji *Independent t tes* kondisi setelah diberikan penyuluhan ( $0,000<0,05$ ) yang berarti adanya pengaruh penyuluhan yang bermakna jajanan sehat terhadap pengetahuan peserta didik Di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa Utara yang terlihat antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun pengaruh penyuluhan dapat dilihat pada kelompok eksperimen dengan adanya rata-rata skor pengetahuan jajanan sehat yang lebih tinggi pada *post-test* dari kelompok kontrol ( $1,00>0,03$ ) dengan demikian maka  $H_1$  diterima.

Tabel 10. Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Sikap Peserta Didik Di SMP Negeri I Kauditan Kabupaten Minahasa.

|           | Kelompok   | Mean | P Value |
|-----------|------------|------|---------|
| Post-test | Eksperimen | 1,00 |         |
|           | Kontrol    | 0,10 | 0,000   |

Tabel 10 menunjukkan bahwa dari hasil uji *Independent t tes* kondisi setelah diberikan penyuluhan ( $0,000<0,05$ ) yang berarti adanya pengaruh penyuluhan yang bermakna jajanan sehat terhadap sikap peserta didik Di SMP Negeri I Kauditan yang terlihat antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun pengaruh penyuluhan dapat dilihat pada kelompok eksperimen dengan adanya rata-rata skor pengetahuan jajanan sehat yang lebih tinggi pada *post-test* dari kelompok kontrol ( $1,00>0,10$ ) dengan demikian maka  $H_1$  diterima.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka didapatkan kesimpulan adalah sebagai berikut:

1. Ada peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat pada peserta didik grup *eksperimen Pre-test* dan *Post-test* setelah diberikan ceramah dan media *slide*.
2. Tidak adanya peningkatan pengetahuan tentang Jajanan Sehat pada peserta didik grup kontrol *Pre-test* dan *Post-test* tanpa perlakuan.

3. Ada peningkatan sikap tentang Jajanan Sehat pada persta didik grup eksperimen *Pre-test* dan *Post-test* setelah diberikan ceramah dan media *slide*.
4. Tidak adanya peningkatan sikap tentang Jajanan Sehat pada persta didik grup control *Pre-test* dan *Post-test* tanpa perlakuan.

## SARAN

Saran yang dapat disampaikan untuk pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tempat Penelitian  
Bagi kepala sekolah diharapkan untuk dapat melakukan kegiatan yang positif serta memperbanyak kegiatan ekstrakurikuler sehingga siswa dapat terhindar dari ancaman jajanan tidak sehat dan diharapkan untuk melakukan penyuluhan kepada siswa dengan menggunakan metode penyuluhan menarik lainnya.
2. Bagi para persta didik  
Diharapkan untuk dapat aktif dalam mencari informasi yang positif dari berbagai media yang ada sehingga siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman yang tinggi tentang jajanan sehat agar dapat terhindar dari risiko dan dampak yang ditimbulkan.
3. Bagi UKS  
Diharapkan untuk lebih memperhatikan penjualan jajanan disekitar sekolah bahkan kantin sekolah, apakah sudah

sesuai dengan kriteria jajanan sehat atau tidak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Z, 2010. *Dasar-dasar Pendidikan Kesehatan Masyarakat dan Promosi Kesehatan*. CV. Trans Info Media. Jakarta Timur
- Depkes RI.2012. Profil Kesehatan Republik Indonesia Tahun. 2012. (Online). Tersedia: <http://www.depkes.go.id>
- Notoatmodjo, S<sup>b</sup>.2012. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta