

PERBEDAAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG PERILAKU JAJAN SEBELUM DAN SESUDAH EDUKASI KESEHATAN MELALUI PERMAINAN KARTU KUARTET DI SMPN 17 KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2023

DIFFERENCES IN KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT SNACKING BEHAVIOR BEFORE AND AFTER HEALTH EDUCATION THROUGH QUARTET CARD GAMES AT SMPN 17 KOTA TASIKMALAYA IN 2023

Milania Salsabila ^{1*}, Sinta Fitriani ²

^{1,2} STIKes Respati Tasikmalaya, Indonesia

Jl. Raya Singaparna No.KM. 11, Cikunir, Kec. Singaparna, Kab. Tasikmalaya, Indonesia

Email corresponding: milaniashalshabila@gmail.com ^{1*}

ABSTRAK

Makanan jajanan berperan penting dalam memengaruhi kualitas sumber daya manusia, khususnya pada kelompok anak sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi perbedaan pengetahuan dan sikap siswa kelas 7 SMPN 17 Kota Tasikmalaya tentang perilaku jajan sebelum dan setelah mendapatkan edukasi kesehatan menggunakan media permainan kartu kuartet. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperiment dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest. Populasi terdiri dari seluruh siswa kelas 7 SMPN Kota Tasikmalaya, dengan sampel 65 siswa yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dan media permainan kartu kuartet. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon dan uji T menunjukkan perbedaan signifikan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan, dengan nilai P value untuk pengetahuan dan sikap masing-masing adalah $0.000 < 0.05$. Siswa perlu meningkatkan pengetahuannya tentang bahaya jajan sembarangan melalui pencarian informasi, dan sekolah dapat memanfaatkan media permainan kartu kuartet dalam kegiatan edukasi kesehatan untuk anak sekolah. Studi ini menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap siswa setelah perlakuan edukasi.

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, edukasi Kesehatan, kartu kuartet, perilaku Jajan Sembarangan

ABSTRACT

Hawker food plays an important role in influencing the quality of human resources, especially in school children. This study aims to evaluate the differences in knowledge and attitudes of grade 7 students of SMPN 17 Kota Tasikmalaya about snacking behavior before and after receiving health education using quartet card game media. The research method used is Quasi-Experimental with a group Pretest-Posttest approach. The population consists of all grade 7 students of SMPN Kota Tasikmalaya, with a sample of 65 students who meet the inclusion criteria. The instruments used are questionnaires and quartet card game media. Data analysis using the Wilcoxon test and T-test showed significant differences before and after health education, with P values for knowledge and attitudes being $0.000 < 0.05$ respectively. Students need to increase their knowledge about the dangers of indiscriminate snacking through information retrieval, and schools can utilize the quartet card game media in health education activities for school children. This study showed an improvement in students' knowledge and attitudes after the educational treatment.

Keywords: Knowledge, Attitude, Health education, quartet cards, Indiscriminate Snacking behavior

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan

Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana

(BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014).

Salah satu upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia pada kelompok anak sekolah adalah dengan menyediakan makanan jajanan yang bergizi guna memenuhi kebutuhan tubuh selama mengikuti pelajaran di sekolah. Makanan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9%, dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energi dan protein anak sekolah. (Dyna : 2018)

Masalah gizi yang banyak terjadi pada anak usia sekolah diantaranya adalah masalah *malnutrition*. *Malnutrition* di sini dapat diartikan kelebihan maupun kekurangan salah satu zat gizi. (Alrahmad: 2019) . Menurut Kemenkes RI (2018), yang memiliki status gizi pendek dan sangat pendek ialah sebanyak 25,7% pada remaja usia 13-15 tahun, 26,9% remaja usia 16-18 tahun. Kemudian untuk kondisi kurus dan sangat kurus yakni sebanyak 8,7% remaja yang berusia 13-15 tahun, 8,1% remaja yang berusia 16-18 tahun. Pada prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun, 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun.

Salah satu faktor diantaranya ditentukan oleh perilaku jajan pada anak sekolah. *World Health Organization* (2019) menunjukkan bahwa setiap tahun sekitar 600

juta kasus penyakit bawaan makanan (*foodborne illness*) diketahui menyebabkan 1 dari 10 orang jatuh sakit setelah mengonsumsi makanan yang tercemar. Didapatkan laporan kesehatan pada tahun 2017 bahwa di Indonesia terdapat 30 kasus keracunan akibat makanan dan minuman, 69,2% diantaranya disebabkan oleh makanan dan 7,69% disebabkan oleh minuman (BPOM RI, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara guru UKS dan ketua murid kelas 7 di SMPN 17 Kota Tasikmalaya didapatkan data bahwa siswa mayoritas tidak memiliki kebiasaan membawa bekal dari rumah, tidak ada kantin sehat serta belum pernah ada kegiatan penyuluhan tentang bahaya jajanan serta mayoritas siswa memiliki kebiasaan jajan di sekolah.

Hasil observasi terhadap PJAS di sekitar sekolah SMPN 17 Tasikmalaya didapatkan data bahwa terdapat PJAS yang menjual minuman berwarna mencolok, menggunakan pembungkus makanan dari koran bekas serta kurangnya kebersihan tempat dagang dan pedagang yang tidak menggunakan sarung tangan saat mengolah makanan. Salah satu faktor yang mendorong anak untuk berperilaku jajan sembarangan menurut Nasution, (2015) kurangnya pengetahuan menjadi salah satu penyebab anak tetap mengonsumsi jajanan tidak sehat.

Stojan *et al*, mengemukakan bahwa anak dengan pengetahuan gizi baik, memiliki perilaku makan yang lebih sehat dibandingkan dengan anak dengan pengetahuan gizi yang kurang. (Kostanjevec

: 2013). Menurut Davidson *et.al* sebuah intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi. Harapan dari peningkatan pengetahuan dan pemahaman tersebut adalah agar terjadi pola konsumsi yang baik sehingga dapat berdampak pula pada status gizi dan kesehatannya. (Davidson : 2018)

Pentingnya edukasi keamanan pangan jajanan anak sekolah berguna untuk mencegah anak dari terjadinya keracunan makanan. Penelitian Nuryanto dkk.,(2014) menunjukkan terjadinya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 66 menjadi 76 pada 99 anak SD di Semarang setelah dilakukan pendidikan gizi. Begitu juga dalam penelitian Briawan (2016) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik konsumsi jajan anak sekolah.

Salah satu hal yang dapat mendukung keberhasilan edukasi kesehatan adalah ketersediaan media edukasi kesehatan. Salah satunya media kuartet. Permainan kartu kuartet dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran maupun alat permainan edukatif. Permainan ini dapat diberikan kepada anak sekolah karena mudah dimainkan dan menarik, dalam permainan ini anak belajar untuk bekerja sama dan berkompetisi yang sehat (*fairplay*), bersosialisasi dengan teman sebaya, dapat melatih daya imajinatif, dapat bermain sambil belajar dan permainan kartu kuartet ini sudah tidak asing lagi bagi anak usia sekolah karena alat permainan ini sudah

sering di mainkan dan dijual di area anak sekolah (Kamil, 2013).

Untuk itu peneliti memilih permainan kuartet ini karena salah satu yang memang telah dikenal oleh masyarakat utamanya remaja dan anak usia sekolah. Selain itu cara memainkan kartu ini membutuhkan daya analisis dan tingkat konsentrasi, sehingga untuk memenangkan permainan ini pemain harus memahami betul macam isi atau jenis – jenis kartu. Dengan begitu jika jenis kartu digantikan dengan topik jajanan sehat maka pemain pun harus memahami isi dari masing – masing topik yang tergambar pada tiap kartu,. meningkatkan pengetahuan siswa dengan suasana yang menyenangkan, dengan tujuan output akhir adalah diterapkannya pengetahuan yang didapat dalam bentuk perilaku sehat (Mufidah & Gita, 2015). Kartu kuartet memiliki kelebihan, diantara-Nya adalah praktis, mudah dalam penyajiannya, mudah dimainkan di mana saja, mudah disimpan, dan dapat digunakan untuk kelompok besar atau kecil serta siswa bisa ikut aktif dilibatkan dalam penyajiannya (Levy, 2018).

Peneliti merancang media promosi kesehatan kuartet dengan mengacu pada pedoman buku saku kantin sehat di sekolah yang diterbitkan oleh Kemendikbud. Sub pokok bahasan yang dijadikan bahan edukasi mencakup : alasan harus menerapkan pola makan sehat dan gizi seimbang, Komponen makanan gizi seimbang harian, triguna makanan, ciri tempat jajan yang bersih dan sehat, Ciri jajanan yang tidak sehat serta akibat jajan jajanan tidak sehat.

Sehingga dirancang 24 kartu kwartet. Hal ini sesuai dengan teori Karsono (2014) yang menyatakan bahwa permainan kwartet minimal menggunakan kartu 24 – 36 buah. Sub pokok bahasan ini kemudian dibuat menjadi daftar pertanyaan atau pernyataan untuk mengukur pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah permainan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan pengetahuan dan sikap tentang perilaku jajan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan melalui permainan kartu kwartet di SMPN 17 Kota Tasikmalaya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif metode analitik menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperiment*. Pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi kesehatan melalui permainan kwartet terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang jajanan anak sekolah di SMPN 17 Kota Tasikmalaya.

HASIL PENELITIAN DAN

PEMBAHASAN

Perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan media permainan kartu kwartet

Berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil bahwa rata-rata nilai (*Mean*) pengetahuan siswa tentang risiko perilaku jajan sembarangan sebelum diberikan media permainan kartu kwartet yaitu 4.17 dengan standar deviasi 1,245, serta nilai terendah adalah 1 dan nilai tertinggi 6. Sedangkan rata

pengetahuan siswa tentang risiko perilaku jajan sembarangan sesudah rata nilai diberikan media permainan kartu kwartet mengalami peningkatan yaitu 7.02 dengan standar deviasi 0,673, serta nilai terendah adalah 6 dan nilai tertinggi 8.

Hasil penelitian menunjukkan nilai rata - rata pengetahuan yang rendah tentang perilaku jajan sembarangan pada siswa SMPN 17 Kota Tasikmalaya. Hal ini sesuai dengan teori (Rahmawati, S. 2015) yang menyebutkan bahwa perilaku jajan sembarangan disebabkan oleh kebiasaan, kepercayaan, tradisi, pengetahuan, dan sikap tindakan seseorang merupakan totalitas dari interaksi antara faktor personal, yaitu unsur internal yang ada di dalam individu, seperti tingkat kecerdasan dan sebagainya dengan faktor lingkungan yang secara psikologis mempengaruhi dirinya seperti adat istiadat, tata ruang dan lingkungan fisik lainnya, salah satu faktornya adalah pengetahuan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui Panca Indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan dapat pula diperoleh dari sumber informasi melalui suatu proses pengindraan yang kemudian diolah dalam pikiran dan jiwa seseorang, jadi dapat dikatakan pengetahuan tidak selalu berkaitan dengan pendidikan seseorang (Pinasih, A. 2018).

Pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran sehingga seseorang akan berperilaku sesuai pengetahuan yang dimiliki. Perubahan perilaku yang dilandasi pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif bersifat langgeng karena didasari oleh kesadaran mereka sendiri bukan paksaan (Notoatmodjo, 2011).

Berdasarkan distribusi hasil pertanyaan yang paling banyak dijawab salah pada saat pengukuran *pre test* adalah sumber gizi yang dijadikan zat tenaga dan zat pembangun serta alasan harus mengonsumsi makanan bergizi. Dalam pengelompokannya, zat gizi dibagi berdasarkan fungsi dan jumlah yang dibutuhkan. Berdasarkan fungsinya zat gizi digolongkan ke dalam “Triguna Makanan”. yaitu sebagai berikut: Sumber zat tenaga, yaitu padi-padian dan umbi-umbian serta tepung-tepungan, seperti beras, jagung, ubi-ubian, kentang, sagu, roti, dan makanan yang mengandung sumber zat tenaga menunjang aktivitas sehari-hari. Sumber zat pengatur, yaitu sayuran dan buah-buahan. Zat pengatur mengandung berbagai vitamin dan mineral yang berperan untuk melancarkan bekerjanya fungsi organ tubuh. Sumber zat pembangun, yaitu kacang-kacangan, makanan hewani, dan hasil olahannya. Makanan sumber zat pembangun yang berasal dari nabati adalah kacang-kacangan, tempe, dan tahu. Sedangkan makanan sumber zat pembangun yang berasal dari hewan adalah telur, ikan, ayam, daging, susu, serta hasil olahannya. Zat pembangun berperan sangat penting untuk pertumbuhan dan

perkembangan kecerdasan seseorang (Desthi, D. I., dkk . 2019).

Menurut Suci Tahun 2009 menyatakan bahwa makanan jajanan dapat berfungsi untuk memenuhi energi karena aktivitas fisik di sekolah yang tinggi. Oleh karena itu, makanan jajanan sangat penting dalam menunjang aktivitas siswa-siswi. (Suci, 2009). Dalam sehari makanan jajanan minimal harus mengandung energi 300 kkal dan 5 gram protein (Wiraningrum, Pudjirahaju, & Setyobudi, 2012).

Pertanyaan lain yang paling banyak di jawab salah adalah tentang alasan makan makanan yang bergizi. Salah satu alasan makan yang bergizi yaitu beraneka ragam dalam prinsip ini selain keanekaragaman jenis pangan juga termasuk proporsi makanan yang seimbang, dalam jumlah yang cukup, tidak berlebihan dan dilakukan secara teratur (Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, 2014). Pentingnya makan makanan bergizi adalah meningkatkan imunitas tubuh yaitu kesehatan jangka panjang, mengingat dengan tercukupinya konsumsi buah dan sayur dapat mencegah terjadinya penyakit akibat perilaku yang kurang sehat seperti penyakit kardiovaskuler, penyakit kanker dan penyakit diabetes (Widani, N.L, 2019).

Demikian pula pertanyaan tentang pembatasan jumlah konsumsi garam, gula dan penyedap mayoritas menjawab salah. Hal ini sesuai dengan anjuran Kemenkes RI Tahun 2014 yaitu jumlah makanan yang mengandung gula, garam dan lemak yang dapat meningkatkan risiko beberapa Penyakit

Tidak Menular, bahkan dianjurkan untuk minum air dalam jumlah yang cukup telah dimasukkan dalam komponen gizi seimbang (Kemenkes RI, 2014).

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh ketersediaan informasi. Dimana informasi diperoleh dari proses pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku yang kondusif bagi kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara melihat kesehatan mereka, dan menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan berbagai cara, pada anak sekolah pendidikan dengan media permainan edukatif tepat dilakukan. Adapun permainan edukatif adalah penggunaan media kartu, kartu sebagai media penyuluhan memang telah beberapa kali dicoba untuk diteliti dan memang dinilai dapat membantu mempermudah penyampaian materi khususnya bagi anak usia sekolah. Beberapa jenis kartu yang telah diteliti adalah jenis *flash card*, kartu bergambar, atau kartu kasugi yang dibuat oleh Depkes (Sutriyanto et al., 2017).

Salah satunya media kuartet. Permainan kartu kuartet dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran maupun alat permainan edukatif. Permainan ini dapat diberikan kepada anak sekolah karena mudah dimainkan dan menarik, dalam permainan ini anak belajar untuk bekerja sama dan berkompetisi yang sehat (*fairplay*),

bersosialisasi dengan teman sebaya, dapat melatih daya imajinatif, dapat bermain sambil belajar dan permainan kartu kuartet ini sudah tidak asing lagi bagi anak usia sekolah karena alat permainan ini sudah sering di mainkan dan dijual di area anak sekolah (Kamil, 2013).

Menurut peneliti media kartu edukasi gizi ini dapat membantu menstimulasi Indera mata (penglihatan) pada waktu terjadinya proses pendidikan. Media ini juga memiliki keunggulan karena dapat menyampaikan pengertian atau informasi dengan cara yang lebih konkret, daripada disampaikan hanya dengan kata-kata yang diucapkan tanpa adanya alat bantu dalam penyampaian informasi pada anak usia SMP ini lebih gampang memahaminya ada gambar – gambar yang menarik perhatian. Di samping media kartu kuartet ini juga dapat membantu meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan (Priawantiputri, dkk. 2019).

Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan dengan media permainan kartu kuartet menunjukkan hasil dengan signifikansi $\rho = 0,000$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh edukasi kesehatan menggunakan media permainan kartu kuartet.

Hasil penelitian ini sepaham dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2016), bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan

health education dengan media permainan kartu kuartet dengan hasil signifikansi $p = 0,008$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh *health education* menggunakan media permainan kartu kuartet.

Hasil penelitian ini sejalan uji statistik *Wilcoxon signed rank test* menunjukkan pada kelompok pretest, posttest 1 dan posttest 2 nilai p (0.000). Ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada perubahan pengetahuan responden sebelum dan sesudah edukasi permainan kartu bergambar terkait jajanan sehat.

Menurut asumsi peneliti dalam penelitian ini kurangnya poster tentang Jajanan: Faktor lain yang mempengaruhi perilaku konsumsi makanan jajanan adalah minimnya poster atau informasi yang disampaikan kepada siswa tentang pentingnya memilih makanan yang sehat dan aman. Kurangnya kampanye atau edukasi tentang pilihan makanan yang baik dapat membuat siswa kurang memiliki kesadaran akan pentingnya makanan yang sehat. Dan kurangnya pembinaan terhadap PJAS tentang pengolahan makanan yang aman: responden cenderung memilih makanan jajanan yang terbuka dan kurang bersih karena mereka tidak memiliki akses yang memadai terhadap pengawasan yang ketat terkait kebersihan dan keselamatan makanan di tempat-tempat jajanan. Selain itu, pengetahuan mereka tentang cara pengolahan makanan yang aman mungkin terbatas, sehingga mereka kurang

menyadari risiko kesehatan yang mungkin terkait dengan makanan yang tidak terjaga kebersihannya.

Dalam hal ini peneliti merekomendasikan untuk mengatasi rendahnya pengetahuan mengenai perilaku jajan, agar siswa memiliki pengetahuan tentang memilih jajanan dan memiliki perilaku kebiasaan dalam memilih jajanan yang sehat disekolah dengan adanya poster di lingkungan sekolah, media yang sudah peneliti rancang dapat digunakan sebagai tambahan referensi informasi pencegahan perilaku jajan sembarangan dalam meningkatkan pengetahuan agar membentuk sikap positif siswa dalam perilaku jajan, agar siswa lebih selektif tidak hanya menarik dari segi tampilan warna dan bentuk tetapi juga dari segi nilai gizinya.

Perbedaan sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan media permainan kartu kuartet

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa rata-rata nilai (*Mean*) sikap risiko perilaku jajan sembarangan sebelum diberikan media permainan kartu kuartet yaitu 8.80 dengan standar deviasi 2,495, serta nilai terendah adalah 3 dan nilai tertinggi 13. Sedangkan pengetahuan risiko perilaku jajan sembarangan sesudah diberikan media permainan kartu kuartet mengalami peningkatan didapatkan bahwa rata – rata (*Mean*) nilai yaitu 11.68 dengan standar deviasi 1,348, serta nilai terendah adalah 8 dan nilai tertinggi 13.

Salah satu faktor yang memiliki pengaruh besar terhadap terjadinya perilaku seseorang yaitu faktor sosio psikologis. Faktor-faktor sosio psikologis ini terdiri dari sikap, emosi, kepercayaan, kebiasaan, dan kemauan. Sikap merupakan faktor yang sangat penting dalam sosio psikologis karena merupakan kecenderungan untuk bertindak dan berpersepsi. Sikap juga relatif akan menetap lebih lama daripada emosi dan pikiran (Notoatmodjo, 2010).

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan sikap dan perilaku yang positif dapat dibentuk dari pengetahuan yang baik, sehingga cara yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan menggunakan media sebagai pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan kartu kuartet. Permainan kartu kuartet ini salah satu yang memang telah dikenal oleh masyarakat utamanya remaja dan anak usia sekolah. Selain itu cara memainkan kartu ini membutuhkan daya analisis dan tingkat konsentrasi, sehingga untuk memenangkan permainan ini pemain harus memahami betul macam isi atau jenis – jenis kartu. Dengan begitu jika jenis kartu digantikan dengan topik jajanan sehat maka pemain pun harus memahami isi dari masing – masing topik yang tergambar pada tiap kartu,. meningkatkan pengetahuan siswa dengan suasana yang menyenangkan, dengan tujuan output akhir adalah diterapkannya pengetahuan yang didapat dalam bentuk perilaku sehat (Mufidah & Gita, 2015). Kartu kuartet memiliki kelebihan, diantara-Nya

adalah praktis, mudah dalam penyajiannya, mudah dimainkan di mana saja, mudah disimpan, dan dapat digunakan untuk kelompok besar atau kecil serta siswa bisa ikut aktif dilibatkan dalam penyajiannya (Levy, 2018).

Berdasarkan kuesioner yang dibagikan masih terdapat responden yang menunjukkan sikap negatif seperti menunjukkan sikap setuju dengan pernyataan tidak perlu mengurangi gula, garam, micin yang merupakan bagian dari isi piringku. Pengurangan gula, garam dan penyedap menurut Kemenkes RI Tahun 2022 disebutkan bahwa memiliki dampak seperti mengurangi risiko penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, dan obesitas, atau mengurangi risiko gangguan kesehatan terkait dengan pola makan tidak sehat. Sehingga perlu ditanamkan sikap positif pengurangan garam gula dan penyebab sebagai bagian dari pola hidup sehat.

Pernyataan sikap negatif lain menyebutkan bahwa mayoritas responden setuju bahwa manusia membutuhkan zat tenaga dari daging atau ikan yang seharusnya zat tenaga diperoleh dari karbohidrat seperti nasi, jagung, roti, yang berfungsi menyediakan tenaga untuk aktivitas seperti berpikir dan beraktivitas fisik. Sesuai dengan (Buku Saku Kantin Sehat, 2021) bahwa triguna makanan salah satunya adalah kebutuhan makanan yang mengandung karbohidrat itu dapat diperoleh dari sumber gizi zat tenaga.

Pernyataan negatif lainnya yang paling banyak disetujui responden adalah lebih memilih jajan di tempat terbuka yang sudah

kelas tidak sehat karena makanan terpapar debu dan terkontaminasi. Wowor Tahun 2018 menyebutkan bahwa setiap anak memiliki variasi untuk mengenali dan memilih makanan yang disukainya dan anak tidak melihat apakah makanan itu termasuk ke dalam olahan yang sehat atau tidak. Anak-anak biasanya hanya melihat dari segi bentuk dan warnanya saja. Padahal makanan yang berwarna mencolok berbahaya terhadap kesehatan karena menggunakan bahan-bahan pewarna buatan.

Makanan jajanan berdampak negatif apabila makanan yang dikonsumsi tidak mengandung nilai gizi yang cukup dan tidak terjamin kebersihan serta keamanannya. Selain itu, mengonsumsi jajanan yang tidak baik akan mengganggu kesehatan anak seperti terserang penyakit saluran pencernaan dan dapat timbul penyakit lainnya yang diakibatkan pencemaran bahan kimiawi. Sehingga hal ini berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar siswa, meningkatnya/absensi dapat berpengaruh kepada prestasi belajar anak (Fitriani Neng Lia dan Adriyani Septian, 2015).

Terdapat beberapa ciri-ciri jajanan sehat (Azihara & Nadia, 2018), yaitu : salah satunya makanan non MSG Sebaiknya kita membatasi konsumsi jajanan yang mengandung MSG seperti makanan ringan buatan pabrik. Perhatikan pula jajanan yang mengandung sodium atau natrium yang merupakan jenis garam yang kurang baik dikonsumsi. Jajanan yang mengandung MSG memang memiliki rasa yang gurih dan lezat.

Namun, kurang baik untuk kesehatan jangka panjang.

Hasil uji statistik *T* untuk mengetahui perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan dengan media permainan kartu kuartet menunjukkan hasil dengan signifikansi $\rho = 0,000$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh edukasi kesehatan menggunakan media permainan kartu kuartet.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Andriani (2016) pengaruh *health education* menggunakan media permainan kartu kuartet terhadap pengetahuan dan sikap siswa dalam memilih jajanan sehat di SD Wachid Hasyim 2 Menur Surabaya. Menunjukkan hasil dengan signifikansi $\rho = 0,005$ dengan derajat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh *health education* menggunakan media permainan kartu kuartet terhadap sikap siswa dalam memilih jajanan sehat.

Penelitian ini turut didukung hasil penelitian Haraphap, S.A dkk (2023) menunjukkan hasil uji statistik dengan *Paired Sample T-Test* dan diperoleh mean sebelum intervensi yaitu 43,66 dan mean setelah intervensi yaitu 52,44 dengan standar nilai deviasi sebelum intervensi yaitu 0,631 dan standar deviasi sesudah intervensi yaitu 3,624 dengan *p value* $0,000 < 0,05$. Dapat disimpulkan ada perubahan yang signifikan sikap sebelum dan sesudah. Dapat disimpulkan H_0 ditolak, dan terdapat

pengaruh yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian EduGame (kartu kuartet).

Berdasarkan asumsi peneliti, terdapat beberapa hal yang menjadi faktor mengapa siswa perilaku konsumsi jajanan responden masih didominasi oleh makanan jajanan yang terbuka dan kurang kebersihannya. Ketersediaan dan Aksesibilitas Makanan Jajanan: Jajanan yang diperjual belikan oleh pedagang rata-rata terjangkau dan murah bagi kalangan anak sekolah. Harga yang terjangkau membuat dan lebih mudah diakses dibandingkan dengan makanan sehat, sehingga siswa cenderung memilih makanan ini sebagai pilihan utama mereka.

Dalam hal ini peneliti merekomendasikan membangun sikap positif anak sekolah tentang perilaku jajan diperlukan upaya meningkatkan akses informasi kesehatan baik yang diperoleh anak sekolah melalui media internet atau menghadiri kegiatan penyuluhan kesehatan. Sehingga dapat membentuk perilaku upaya pencegahan risiko jajan sembarangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Gambaran pengetahuan siswa tentang perilaku jajan diberikan edukasi kesehatan melalui permainan media kuartet adalah rata-rata nilai (*Mean*) adalah 4.17 serta nilai terendah adalah 1 dan nilai tertinggi 6. Sedangkan pengetahuan siswa sesudah diberikan edukasi kesehatan melalui media permainan kartu kuartet mengalami peningkatan yaitu nilai rata-rata (*Mean*) yaitu 7.02 dengan nilai terendah adalah 6

dan nilai tertinggi 8. Hasil uji *Wilcoxon* nilai signifikansi *Asymp.Sig* (2-tailed) sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05

2. Gambaran sikap siswa tentang perilaku jajan sebelum mendapatkan edukasi kesehatan melalui media permainan kartu kuartet dengan rata-rata nilai (*Mean*) adalah 8.80 serta nilai terendah adalah 3 dan nilai tertinggi 13. Sedangkan sikap siswa sesudah diberikan edukasi kesehatan media permainan kartu kuartet mengalami peningkatan yaitu nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 11,68 serta nilai terendah adalah 8 dan nilai tertinggi 13. Hasil uji *T* signifikansi *Asymp.Sig* (2-tailed) sebesar 0,076 lebih besar dari 0,05
3. Terdapat perbedaan edukasi kesehatan melalui media permainan kartu kuartet terhadap pengetahuan dengan *p value* : $0.000 < 0.05$ dan sikap siswa *p value* : $0.000 < 0.05$ tentang perilaku jajan di SMPN 17 Kota Tasikmalaya

Saran

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat membantu sekolah untuk membuat koperasi yang sudah ada dengan konsep kantin sehat yang menyediakan makanan jajanan sehat. Dengan pemasangan media poster untuk informasi mengenai makanan yang bergizi, pemasangan media poster berkolaborasi dengan puskesmas.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi petugas puskesmas Purbaratu untuk bagian kesling dapat dijadikan implementasi program pembinaan Pangan Jajanan Anak

Sekolah (PJAS). Bagi Promkes dapat memanfaatkan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar perencanaan program kampanye promosi kesehatan yang fokus pada pentingnya gizi seimbang dalam jajanan sekolah

3. Bagi siswa

Siswa dapat meningkatkan pengetahuan tentang bahaya jajan sembarangan dengan melakukan pencarian informasi kesehatan melalui berbagai cara, seperti menggunakan internet, mengikuti kegiatan penyuluhan, dan membaca buku-buku terpercaya. Selain itu, siswa juga dapat memanfaatkan fasilitas yang telah disediakan, seperti koperasi/kantin sehat sekolah.

4. Bagi Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengadaan program promosi kesehatan untuk membuat kebijakan mengenai Gizi Seimbang Bagi Anak dalam Sekolah

5. Bagi STIKes Respati Tasikmalaya

Harapanya dapat menjadi sumber data dan sumber informasi untuk dijadikan bahan rujukan dan lanjutan dari Tri Dharma Perguruan Tinggi meliputi kegiatan pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Al Rahmad, A. H. (2019). Keterkaitan Asupan Makanan dan Sedentari dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar di Kota Banda Aceh. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(1),

67-76.

Andriani, A., Marini, G., Agung, S., & Ns, S. K. (2016). Pengaruh Health Education Dengan Media Permainan Kartu Kuartet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap dalam Memilih Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Wachid Hasyim 2 Menur Surabaya (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).

Briawan, D. (2016). Perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan anak sekolah dasar peserta program edukasi pangan jajanan. *Jurnal gizi dan pangan*, 11(3), 201-210.

Davidson, S. M., Dwiriani, C. M., & Khomsan, A. (2018). Densitas gizi dan morbiditas serta hubungannya dengan status gizi anak usia prasekolah pedesaan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 251-259.

Desthi, D. I., Idi, S., & Rini, W. A. (2019). Hubungan Asupan Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peleton Inti Smp N 5 Yogyakarta (Doctoral dissertation, POltekkes Kemenkes Yogyakarta).

Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak (2014) Pedoman Gizi Seimbang (pedoman teknis bagi petugas dalam memberikan penyuluhan gizi seimbang). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Dyna, F., Putri, V. D., & Indrawati, D. (2018). Hubungan perilaku konsumsi

- jajanan pada pedagang kaki lima dengan kejadian diare. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 3(3), 524-530.
- Kamil, R. I., & Suharno, K. (2013). Penggunaan media permainan kartu kuartet dalam upaya peningkatan pemahaman materi wayang kulit purwa. *Jurnal Didaktika Dwija Indria*, 1(8), 1-6.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). Situasi Gizi. Infodatin -Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan Ri. <https://doi.org/10.7503/cjcu20131296>
- Kostanjevec, S., Jerman, J., & Koch, V. (2013). Nutrition knowledge in relation to the eating behaviour and attitudes of Slovenian schoolchildren. *Nutrition & Food Science*.
- Marisa, M., & Nuryanto, N. (2014). *Pengaruh pendidikan gizi melalui komik gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa SDN Bendungan di Semarang* (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Nasution, A. S. (2014). Kandungan Zat Pewarna Sintetis Pada Makanan dan Minuman Jajanan di SDN IX Kelurahan Ciputat Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan Tahun 2014.
- Notoatmodjo, S. (2007). Kesehatan Masyarakat ilmu dan seni. Jakarta: rineka cipta
- Notoatmodjo, S. (2007). Kesehatan Masyarakat. Jakarta: rineka cipta
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: rineka cipta.
- Notoatmodjo, S. (2011). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta
- Pinasih, A. (2018). PRAKTIK GERMAS (GERAKAN MASYARAKAT HIDUP SEHAT) 2017PADA LANSIA DI PUSKESMAS JENGGAWAH KABUPATEN JEMBER.
- Priawantiputri, W., Rahmat, M., & Purnawan, A. I. (2019). Efektivitas Pendidikan Gizi dengan Media Kartu Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 374-381.
- Sutriyanto, K. (2018). Promosi Kesehatan Melalui Aplikasi Kuis Interaktif Aku sehat. *Prosiding Konferensi Nasional Promosi Kesehatan Ke-7Promosi Kesehatan Dalam Pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan.— Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.*
- Widani, N. L. (2019). Penyuluhan pentingnya konsumsi buah dan sayur pada remaja di sos desataruna jakarta. *Patria: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 57-68.
- Wiraningrum, E. A., Pudjirahaju, A., & Setyobudi, S. I. (2012). Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas). *Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Anak Sekolah Dasar*, 1(1), 2533.