

PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG JAJANAN SEHAT PADA SISWA/SISWI KELAS VI SDN MEKARMUKTI 06

**Kiki Puspasari, Karin Octavia, Yuliana Dewi,
Zaskia Ramdayani, Iqlima Delia Roza**

Fakultas Kesehatan dan Ilmu Gizi Universitas Medika Suherman
zaskiaramdayani26@gmail.com

Abstract

Nutritional knowledge is important for children because without this knowledge it is impossible for them to integrate balanced nutritional information into their diet. School age is the age where children grow and develop relatively quickly. They continue to exercise, such as playing, exercising, or helping their parents complete housework. Serious nutritional problems such as obesity in children who consume too many calories or are malnourished, and stunted growth and development in malnourished children can result from poor eating habits and patterns in school-age children. The aim of this activity is to provide knowledge about healthy snacks and food through brochures and PowerPoint presentations. This activity was carried out at SDN Mekarmukti 06 North Cikarang with a total of 28 students. The method for determining problem priorities uses the USG method (Urgent, Seriousness, Growth). A pre-test post-test control group design was used to design this research in a quasi-experimental manner. Implementation of this activity includes (1) creating educational materials using handouts and PowerPoint presentations; (2) providing education to students using pre- and post-test assessment methods using handouts and PowerPoint presentations; (3) Take a quiz about snacks and healthy eating. The research results showed that there was an increase in students' knowledge between the pre-test and post-test results with educational media using leaflets and PowerPoint materials and the p-value was significant.

Keywords: Education, Leaflets, Power point, nutritional problems.

Abstrak

Pengetahuan gizi penting bagi anak karena tanpa pengetahuan tersebut mustahil mereka dapat mengintegrasikan informasi gizi seimbang ke dalam pola makannya. Usia sekolah merupakan usia dimana anak tumbuh dan berkembang dengan relatif cepat. Mereka terus berolahraga, seperti bermain, berolahraga, atau membantu ibu bapak menyelesaikan tugas rumah. Masalah gizi serius seperti obesitas pada anak-anak yang mengonsumsi terlalu banyak kalori atau gizi buruk, dan pertumbuhan dan perkembangan terhambat pada anak-anak yang kekurangan gizi dapat diakibatkan oleh kebiasaan dan pola makan yang buruk pada anak usia sekolah. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan tentang jajanan dan makanan sehat melalui brosur dan presentasi PowerPoint. Kegiatan ini dilaksanakan di SDN Mekarmukti 06 Cikarang Utara dengan jumlah siswa sebanyak 28 orang. Metode penentuan prioritas masalah menggunakan metode USG (Urgent, Seriousness, Growth). Desain kelompok kontrol pre-test post-test digunakan untuk merancang penelitian ini secara kuasi-eksperimental. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi (1) pembuatan materi pendidikan menggunakan handout dan presentasi PowerPoint; (2) memberikan edukasi kepada siswa dengan menggunakan metode penilaian sebelum dan sesudah tes dengan menggunakan handout dan presentasi PowerPoint; (3) Ikuti kuis tentang jajanan dan makan sehat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan siswa/siswi antara hasil pre- test dan post- test dengan media edukasi menggunakan leaflet dan materi PowerPoint dan nilai p-value signifikan.

Keywords: Edukasi, Leaflet, Power point, masalah gizi.

PENDAHULUAN

Sampai saat ini, Indonesia masih menghadapi masalah nutrisi. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan. Banyak penelitian telah menunjukkan bahwa pengetahuan tentang anak-anak di Indonesia sangat rendah. rendah dalam hal nutrisi yang seimbang.

Alhamid, Carolin, dan Lubis (2021) berpendapat bahwa nutrisi memiliki hubungan yang kuat dengan kecerdasan dan kesehatan serta merupakan komponen penting dari tumbuh kembang anak.

Pengetahuan tentang nutrisi sangat penting bagi anak-anak karena tanpa itu, mereka tidak dapat menerapkan informasi gizi seimbang untuk diet mereka. Anak-anak berusia sekolah adalah usia di mana mereka dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dengan cepat. Aktivitas fisik seperti bermain, berolahraga, atau membantu orang tua menyelesaikan tugas rumah tangga terus meningkat pada usia ini. Kebiasaan makan yang buruk pada anak usia sekolah dapat menyebabkan masalah gizi yang serius, seperti obesitas pada anak-anak. Mahmudah (2019), karena anak-anak suka mencoba hal-hal baru, pendidikan nutrisi harus diberikan dalam lingkungan yang menarik sehingga anak-anak di sekolah dasar dapat dengan mudah mempelajari tentang nutrisi yang sehat dan menarik.

METODE

Metode penentuan prioritas masalah menggunakan metode USG (Urgent, Seriousness, Growth). Desain kelompok kontrol pre-test post-test digunakan untuk merancang penelitian ini secara kuasi-eksperimental. Kegiatan

dilakukan dalam tiga langkah:

1. Langkah Pertama : Pembuatan Leaflet dan Power Point Edukasi

Pembuatan media edukasi leaflet dan power point menggunakan aplikasi canva, materi pembahasan mengenai pengertian Jajanan sehat, kandungan nutrisi pada makanan, fungsi zat gizi, tips memilih jajanan, kunci makan yang aman dan tentang pola makan seimbang.

2. Langkah Pelaksanaan : Memberikan Edukasi Menggunakan Media Leaflet dan Power Point

Kegiatan pre-test dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Selain itu, pelatihan diberikan dalam bentuk leaflet dan presentasi PowerPoint. Langkah terakhir adalah melalui kegiatan post-test pengetahuan dan dievaluasi.

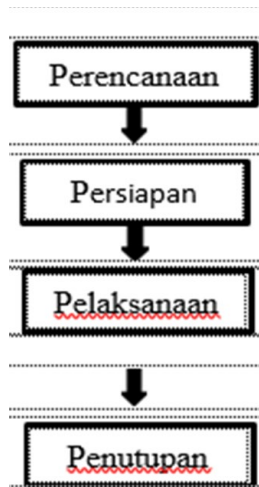
3. Penutup : Game Kuis

Sebelum penutupan pemateri memberikan pertanyaan seputar materi jajanan makanan sehat kepada siswa/siswi, Jika menjawab benar, akan mendapatkan hadiah berupa snack sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan di SDN Mekarmukti 06 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi untuk siswa Kelas VI dengan rata-rata usia 11-12 tahun. Tahapan kegiatan ini adalah tahap pembuatan leaflet dan materi pelatihan Power Point dan tahap pelaksanaan pelatihan dengan menggunakan leaflet dan materi pelatihan Power Point. 28 siswa berpartisipasi dalam kegiatan

pendidikan dan 3 siswa menjawab kuis.



Gambar 1: Skema Kegiatan

Adapun tahapannya yaitu:

1. Persiapan, yaitu identifikasi masalah dan mencari prioritas masalah menggunakan metode USG, survei tempat kegiatan, penyusunan proposal, Penyusunan dan pengujian kuesioer.
2. Pembuatan media edukasi edukasi leaflet dan power point, yaitu tentang jajanan dan makanan sehat.
3. Pelaksanaan, pemberian materi edukasi dalam bentuk leaflet dan PowerPoint.
4. Penutupan, memberikan pertanyaan seputar materi jajanan dan makanan sehat untuk mengulas kembali materi.

Tahap Perencanaan

Melakukan penyusunan proposal dan penelitian lapangan. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di SDN Mekarmukti 06. Pencarian lokasi penelitian berdasarkan hasil survei lokasi yang berdekatan dan melihat perilaku siswa dan siswi yang masih sering jajan-jajanan yang kurang sehat

Tahap Persiapan Instrumen

Kegiatan ini, materi pendidikan yang digunakan berupa Leaflet dan Power Point. leaflet dan dokumen PowerPoint dibuat menggunakan situs web Canva. Penyusunan materi edukasi dilakukan dengan menguji pengetahuan siswa tentang jajanan dan makan sehat. Leaflet edukasi dan materi PowerPoint memuat definisi jajanan, kandungan gizi makanan, fungsi zat gizi, tips memilih jajanan, kunci pesan diet yang aman dan terinformasi tentang pola makan seimbang.



Gambar 2: Leaflet Jajanan dan Sehat



Gambar 3: PowerPoint Jajanan dan Sehat

Tahap Pelaksanaan

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah belajar dengan leaflet dan PowerPoint. Kegiatan tersebut berjumlah 28 siswa dan siswi. Siswa dan siswi diperkenalkan dan diberikan soal pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal tentang jajanan dan makan sehat. Setelah itu, materi pendidikan dibagikan dengan leaflet dan presentasi PowerPoint kepada siswa, langkah terakhir dari proses penilaian adalah

memberikan post-test kepada siswa dan siswi.



Gambar 4: Pemaparan Materi Media Power Point



Gambar 5: Pemaparan Materi Media Leaflet



Gambar 6: Pengisian Pre-test Hasil Pre-Test dan Post-test siswa/siswi

Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Skor	N	Mean±SD	P-Value
Pengetahuan			
Sebelum	28	67.86±18.926	0,000
Sesudah	28	93.57±10.611	0,000
Uji Wicoxon			

Hasil uji wicoxon pada pretest dan posttest adanya perubahan pengetahuan sebelum diberikan materi dengan nilai Mean±SD 67.86±18.926 dan sesudah diberikan materi 93.57±10.611 pada nilai *p-value* menunjukkan hasil yang signifikan.

Tahap Penutupan

Tahap penutupan ini pemateri memberikan game kuis terkait pertanyaan edukasi jajanan dan makanan sehat kepada siswa/siswi, terdapat 3 siswa/siswi yang benar saat menjawab pertanyaan dan hadiah langsung diberikan kepada pemenang.

Indera tubuh manusia dimaksudkan untuk memperoleh atau menerima pengetahuan dari luar tubuh. Semakin sering Anda menggunakan indera Anda untuk melihat sesuatu, semakin banyak pengetahuan yang Anda peroleh Rahmad & Almunadia (2017). Pengetahuan siswa tentang nutrisi mempengaruhi perilaku dan sikap mereka terhadap mengadopsi gaya hidup sehat. Misalnya, siswa dapat memahami manfaat bahan makanan, seperti manfaat gizi dari makanan tersebut. Pengetahuan tentang nutrisi juga mempengaruhi kondisi tersebut.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan di sekolah dasar untuk memberikan edukasi tentang jajanan dan makanan sehat. Kegiatan yang melibatkan 28 siswa SDN Mekarmukti 06 ini menggunakan metode edukasi berupa leaflet dan powerpoint. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan penggunaan materi leaflet dan powerpoint.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak sekolah dan puskesmas mekarmukti untuk kerjasamanya sehingga kegiatan penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmi, N. F., & Lestari, W. (n.d.).
*PELATIHAN POLA KONSUMSI
JAJANAN DAN GAYA HIDUP
SEHAT MENGGUNAKAN
VIDEO EDUKASI PADA
REMAJA.*
- Jurnal, P., Masyarakat, K., Andriyani,
S., & Kurniasari, R. (n.d.).
*PENGARUH EDUKASI
MELALUI MEDIA
AUDIOVISUAL (ANIMASI)
TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI
SEIMBANG PADA ANAK
SEKOLAH DASAR*