

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Kelas VII & VIII Di SMP Guppi Palangka Raya

Samudra¹, Karmitasari², Dessy Hertati³
STIKES Eka Harap
Email : samudradra06@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Jajanan merupakan makanan yang digemari masyarakat luas terutama dikalangan remaja. Sumber energi terbesar pada kelompok remaja yang menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah terdapat pada makanan ringan yang di perjualbelikan di lingkungan sekolah. Remaja seringkali membeli jajanan sesuai dengan kesukaan mereka tanpa memikirkan bahan-bahan atau kandungan yang terdapat didalamnya. Makanan jajanan biasanya mengandung banyak zat gizi seperti gula, garam dan lemak daripada zat gizi lainnya Pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi terhadap perilaku. Pendekatan pendidikan didasarkan pada asumsi tentang hubungan pengetahuan dan perilaku di lakukan juga pendidikan kesehatan. **Tujuan:** Mengetahui “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa SMP Guppi Palangka Raya”. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *Pre-Eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional* . sampel 41 responden yang di ambil secara total sampling . instrumen yang digunakan berupa kuisioner untuk mengukur tentang pengetahuan pendidikan tentang jajanan sehat .Analisa data yang di gunakan Wilcoxon. **Hasil:** Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi $P=0,000$ ($P<0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap pengaruh pengetahuan tentang jajanan sehat. **Kesimpulan:** Pendidikan kesehatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat di SMP Guppi Palangka Raya. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji statistik Wilcoxon dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, pemberian pendidikan kesehatan dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa dalam memilih jajanan yang sehat.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Jajanan Sehat, Remaja

1. PENDAHULUAN

Jajanan merupakan makanan yang digemari masyarakat luas terutama dikalangan remaja. Sumber energi terbesar pada kelompok remaja yang menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah terdapat pada makanan ringan yang di perjualbelikan di lingkungan sekolah. Permasalahan yang sering terjadi pada remaja adalah mereka belum memahami atau mengerti cara memilih jajanan yang sehat. Remaja seringkali membeli jajanan sesuai dengan kesukaan mereka tanpa memikirkan bahan-bahan atau kandungan yang terdapat didalamnya. Makanan jajanan biasanya mengandung banyak zat gizi seperti gula, garam dan lemak daripada zat gizi lainnya (Apriani Nafsir Djide & Pebriani,2023). Fenomena yang terjadi di SMP Guppi Palangka Raya masih terdapat siswa yang suka mengkonsumsi jajanan tidak sehat dan berdampak pada Kesehatan.

Berdasarkan data BPOM 2022 dalam pemeriksaan jajanan, sebanyak 101 sampel yang dinyatakan *Transcranial Magnetic Stimulation* (TMS), mengandung bahan formalin sebesar 0,57%, rhodamin B 0,33%, dan boraks 0,29%. Hasil ini juga menunjukkan penurunan takjil yang *Transcranial Magnetic Stimulation* (TMS) sebanyak 7,3% dari 109 sampel pada tahun 2022. Berdasarkan hasil survey Badan Pengawas Obat dan makanan (BPOM) tahun 2023 menyatakan BPOM berhasil menemukan 4.441 item (86.034 produk) pangan olahan TMK di

731 sarana peredaran pangan olahan. Jenis temuan itu adalah pangan tanpa izin edar (TIE)/ilegal sebanyak 52,9% pada pedagang jajanan (BPOM, 2023). Pada Tahun 2023 telah dilakukan sampling oleh kelompok fungsi inspeksi BBPOM di Palangka Raya sebanyak 636 sampel pangan (Random dan Targeted termasuk Fortifikasi), dan telah dilakukan uji terhadap 634 sampel (2 sampel Tanpa Ijin Edar tidak dilakukan uji di laboratorium). Selain itu laboratorium pengujian pangan juga menerima sampel regional yang berasal dari BBPOM/BPOM/LOKAPOM anggota Regional Samarinda sejumlah 310 sampel (*random dan targeted*). Dari total 944 sampel rutin yang diterima oleh laboratorium pangan BBPOM di Palangka Raya, sejumlah 884 Memenuhi Syarat (MS) dan sejumlah 60 sampel Tidak memenuhi Syarat (TMS). Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) rutin lakukan pengawasan terhadap jajanan yang dijual pedagang dan menyarankan anak-anak sekolah membawa bekal makanan dari rumah. Humas Balai Besar POM Palangka Raya Wahyuri menjelaskan, anak-anak sekolah merupakan usia matang dan produktif memerlukan asupan gizi sebagai upaya masa pertumbuhan. BPOM Palangka Raya juga seringkali bersinergi dengan pihak sekolah, agar mengawasi jajanan sekolah, agar tidak ada anak yang keracunan. Ia berharap, edukasi yang masif dari BPOM, anak-anak menjadi selektif memilih makanan (Edy Suroso 2024). Pada studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 7 Maret 2025 dengan metode wawancara kepada 5 siswa SMP, 5 siswa SMP kelas VII & VIII tersebut kurang mengetahui tentang jajanan sehat dan dampaknya jajanan tidak sehat terhadap kesehatan.

Faktor penyebab adanya keracunan pada anak. Biasanya jajanan tidak sehat ini dapat ditemui pada pedagang kaki lima maupun jajanan yang dijual di kantin sekolah. Hal tersebut, dikarenakan kurangnya pemahaman pedagang dalam mengelola dan menjaga kebersihan serta ke higienisan makanan yang dijual. Tahara, et al (2022) menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar (7-13 tahun) merupakan anak yang belum mampu untuk menentukan hal yang baik bagi kesehatan tubuh, termasuk dalam proses memilih jajanan sehat. faktor lainnya yaitu kebiasaan membawa bekal merupakan faktor yang mempengaruhi kebiasaan jajanan anak di sekolah. Kebiasaan membawa bekal makanan pada anak ketika sekolah memberikan beberapa manfaat, antara lain dapat menghindarkan dari gangguan rasa lapar dan kebiasaan jajan. Hal ini sekaligus menghindarkan anak dari bahaya jajanan yang tidak sehat dan tidak aman (Sihombing, 2022).

Dalam hal ini perawat berperan sebagai *Educator* dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat yang berdampak terhadap Kesehatan. Solusi pemberian informasi tidak lepas dari peran media pembelajaran, oleh karena itu dilakukan kegiatan edukasi tentang jajanan sehat pada anak sekolah. Dalam hal ini perawat yang berperan sebagai *educator* juga dapat mengedukasikan cara memilih jajanan yang sehat dan bergizi sehingga merubah gaya hidup siswa SMP Guppi Palangka Raya dengan memberikan promosi kesehatan terhadap siswa tersebut melalui media wawancara, leaflet dan poster terhadap “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa SMP Guppi Palangka Raya

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu data sampling dan tidak memiliki kelompok kontrol untuk dibandingkan. Intervensi yang akan diberikan pada responden ialah pendidikan kesehatan mengenai jajanan sehat. Pada rancangan ini, kelompok eksperimen diberikan perlakuan, tetapi diawali dengan pre test sebelum diberikan intervensi, setelah itu diberikan intervensi dan dilanjutkan dengan post test. Variabel independen dalam penelitian ini adalah Pendidikan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan jajanan sehat. Penelitian ini dilakukan di SMP Guppi Palangka Raya, pada siswa kelas VII dan VIII. Populasi dalam penelitian 46 responden, dengan sampel sebanyak 41

responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Quota sampling*, dengan metode total sampling.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang disajikan meliputi data umum dan khusus. Data umum (*analisa univariat*) mencakup umur serta jenis kelamin, sedangkan data khusus (*analisa bivariat*) yaitu Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Kelas VII&VIII di SMP Guppi Palangka Raya.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Jumlah	%
Laki – Laki	28	68,3%
Perempuan	13	31,7%
Jumlah	41	100%

Berdasarkan tabel diatas dari 41 responden terdapat 28 responden (68,3%) berjenis kelamin laki-laki dan 13 responden (31,7%) berjenis kelamin Perempuan.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Kategori Umum	Jumlah	%
13 Tahun	20	48,8%
14Tahun	21	51,2%
Jumlah	41	100%

Berdasarkan tabel diatas dari 41 responden terdapat 20 responden (48,8%) usia 13 tahun dan 21 responden (51,2%) usia 14 tahun.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Perilaku Bawa Bekal

Perilaku Bawa Bekal	Jumlah	%
Selalu	-	-
Kadang-Kadang	12	29.2%
Tidak Pernah	28	68.2%
Total	41	

Berdasarkan data diatas, siswa yang perilaku bawa bekal kategori selalu 0, kategori kadang-kadang ada 12, dan kategori tidak pernah terdapat 28 orang.

Tabel 4. Data Responden Sebelum (*Pre Test*)

Pengetahuan (Sebelum)	Jumlah Responden	Persentase (%)
Baik	0	
Cukup	13	31,7
Kurang	28	68,3
Total	41	100.0%

Berdasarkan tabel diatas, hasil identifikasi variable terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat, setelah diberikan pendidikan kesehatan 41 (100%) responden di peroleh dengan kategori cukup 13 (31,7 %) responden dan kurang 28 (68,3%) responden.

Tabel 5. Data Responden Sesudah (*Post Test*)

Pengetahuan (Sesudah)	Jumlah Responden	Persentase (%)
Baik	7	17,1
Cukup	24	58,5
Kurang	10	24,4
Total	41	100.0%

Berdasarkan data tersebut, hasil identifikasi variable terhadap pengetahuan tentang jajan sehat, setelah diberikan Pendidikan Kesehatan 41 (100%) responden di peroleh dengan kategori baik 7 (17,1%) responden, cukup 24 (58,5 %) responden dan kurang 10 (24,4%) responden.

Tabel 6. Data Responden Berdasarkan Sebelum Dan Sesudah Di SMP Guppi Palangka Raya

Kategori Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	-	-	7	17,1
Cukup	13	31,7	24	58,5
Kurang	28	68,3	10	24,4
Total	41	100	41	100

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa sebelum diberikan Pendidikan kesehatan sebanyak 28 responden (68,3%) berada pada kategori pengetahuan kurang, 13 responden (31,7%) kategori cukup, dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan yang signifikan 7 responden (17,1%) berada pada kategori baik dan 24 responden (58,5%) pada kategori cukup, sedangkan kategori kurang menurun menjadi hanya 10 responden (24,4%).

Tabel 6. Analisa Pengaruh Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa kelas VII & VIII Di SMP Guppi Palangka Raya.

		<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum Of Ranks</i>
Sebelum dan Sesudah	Negative Ranks	4a	13.00	52.00
	Positive Ranks	31b	18.65	578.00
	Ties	6c		
Total		41		
<i>Z</i>				-4.319b
Asymp sig (2-tailed)				Wilcoxon P=0,000

Berdasarkan tabel di atas, Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi $P=0,000$ ($P < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap pengaruh pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa SMP kelas VII & VIII di SMP Guppi Palangka Raya.

PEMBAHASAN

1) Pengetahuan Sebelum (*Pre Test*) Pendidikan Kesehatan tentang Jajanan Sehat

Berdasarkan hasil identifikasi pengetahuan tentang jajanan sehat setelah diberikan pendidikan kesehatan di kelas VII dan VIII SMP Guppi Palangka Raya, dari 41 responden tidak ada yang mencapai kategori pengetahuan baik, 13 responden dengan 31,7% pada kategori cukup dan 28 responden 68,3% masih dalam kategori kurang. Selain itu juga, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa SMP Guppi Palangka Raya tentang jajanan sehat masih rendah, di mana tidak ada siswa yang mencapai kategori baik, 31,7% berada pada kategori cukup, dan 68,3% dalam kategori kurang. sangat dipengaruhi oleh proses penginderaan dan persepsi terhadap informasi yang disampaikan. Oleh karena itu, dibutuhkan pendekatan pendidikan kesehatan yang lebih inovatif dan kontekstual, melibatkan media pembelajaran yang menarik, serta kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan lingkungan sekitar agar informasi dapat diterima secara efektif dan mendorong perubahan perilaku positif terhadap konsumsi jajanan sehat.

2) Pengetahuan Sesudah (*Post Test*) Pendidikan Kesehatan tentang Jajanan Sehat

Berdasarkan hasil identifikasi pengetahuan tentang jajanan sehat setelah diberikan pendidikan kesehatan di kelas VII dan VIII SMP Guppi Palangka Raya, dari 41 responden responden di peroleh dengan kategori baik 7 (17,1%) responden, cukup 24 (58,5 %) responden dan kurang 10 (24,4%) responden. Hasil identifikasi ini menunjukkan bahwa metode dan media yang digunakan sudah cukup efektif, namun perlu terus dikembangkan agar proporsi pengetahuan baik meningkat lebih signifikan. penting untuk tidak hanya berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga memastikan bahwa siswa memiliki motivasi dan dukungan lingkungan yang kuat untuk mengubah pengetahuan menjadi perilaku.

3) Analisa Pengaruh Sebelum dan Setelah (*Pre Test* dan *Post Test*) diberikan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengaruh Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat

Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikansi $P=0,000$ ($P<0,05$) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Guppi Palangka Raya serta pada hasil penelitian terdapat hasil Negatif ranks 4 orang yang menurun, terdapat juga 31 orang yang meningkat dari hasil sebelumnya, ada 6 orang yang hasilnya tetap.

Hal ini mendukung teori yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan proses intervensi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan sikap serta perilaku sehat melalui tahapan sensitasi, edukasi, dan motivasi (Milah, 2022; Fitriani, 2011). Namun, meskipun ada peningkatan pengetahuan yang signifikan, hasil penelitian juga mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan belum sepenuhnya optimal dalam mencapai tingkat pengetahuan baik secara menyeluruh pada semua siswa, hal ini mungkin dipengaruhi oleh faktor predisposisi, penguat, dan pemungkin seperti lingkungan sosial budaya, media, serta metode penyampaian yang digunakan (Notoatmodjo, 2012; Muzdalia Ika, 2022).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Guppi Palangka Raya. Hal ini dibuktikan melalui uji *Wilcoxon* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti pendidikan kesehatan mampu memberikan perubahan yang nyata terhadap pengetahuan siswa.

5. REFERENSI

- Farida Halis. (2024). Pengaruh Promosi Kesehatan Terkait Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 15 (2), 439-445.
- Dhea Ananda Putri. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 2 (1).
- Fitriani. (2011). Promosi Kesehatan. Ed 1. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Muzdalia Ika. (2022). Belajar Promosi Kesehatan. Eksismedia Grafisindo : Bandung.
- M Rizal Permadani. (2021). Pengaruh Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SMP dalam Memilih Jajanan. *Journal Of Nutrition Dietetic*, 1 (1).
- Milah. (2022). Pendidikan Kesehatan dan Promosi Kesehatan dalam Keperawatan. *Edu Publisher*.
- Natoadmojo. (2012). Promosi Kesehatan Ilmu dan Perilaku. Rineka Cipta : Jakarta. 139-147.