

EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM PEMILIHAN JAJANAN SEHAT PADA ANAK SDN 05 WANASARI KABUPATEN BEKASI

Muhamad Amirga^{1*}, Tatag Mulyanto²

¹⁻²Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: Muhamadamirga1@gmail.com

Disubmit: 14 Februari 2024

Diterima: 27 Oktober 2024

Diterbitkan: 01 November 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i11.14281>

ABSTRACT

In developing countries, diarrhea is still a disease with high morbidity and mortality to date, therefore this disease is still considered a health problem that cannot be overcome in Indonesia (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2019). According to Riskesdas 2018, diarrhea cases in Indonesia are still the second highest contributor to morbidity rates among children under five after ISPA (Acute Respiratory Infection) as an infectious disease (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2019). Diarrhea became an Extraordinary Event (KLB) which occurred in 2017 in Indonesia 21 times, spread across 12 provinces and districts with a total of 1725 sufferers and 34 deaths (CFR 1.97%) (Indonesian Ministry of Health, 2019). Analyzing the Effectiveness of Health Education Using Flip Sheet Media on Knowledge and Attitudes in Choosing Healthy Snacks in Children at SDN 05 Wanasari, Bekasi Regency. Pre-experimental research with a one group pre-post test research design with a sample of 30 people. The research results showed that health education using flip sheets was effective in increasing students' knowledge about choosing healthy snacks from 30% to 77%. In addition, students' negative attitudes towards choosing healthy snacks decreased from 87% to 33%, while positive attitudes increased to 67%. With a significance of 0.000, it can be concluded that health education using flip-sheet media is effective in improving the knowledge and attitudes of students at SDN 05 Wanasari, Bekasi Regency. This research found a significant effect of health education using flip-sheet media to be effective in increasing the knowledge and attitudes of students at SDN 05 Wanasari, Bekasi Regency with a significance of 0.000. It is hoped that these results can increase students' understanding of the importance of knowledge about the food they consume.

Keywords: *Flip Sheet Media, Knowledge, Attitudes.*

ABSTRAK

Di negara berkembang, diare masih menjadi penyakit dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi hingga saat ini, oleh karena itu penyakit ini masih dianggap sebagai masalah kesehatan yang belum dapat diatasi di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Menurut Riskesdas 2018, kasus diare di Indonesia masih menjadi kontributor kedua tertinggi terhadap tingkat morbiditas di antara anak-anak di bawah lima tahun setelah ISPA (Infeksi

Saluran Pernapasan Akut) sebagai penyakit menular (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Diare menjadi Kejadian Luar Biasa (KLB) yang terjadi pada tahun 2017 di Indonesia sebanyak 21 kali, tersebar di 12 provinsi dan kabupaten dengan total 1725 penderita dan 34 kematian (CFR 1.97%) (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2019). Menganalisa Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Memilih Camilan Sehat pada Anak-anak di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Penelitian pra-eksperimental dengan desain penelitian pre-post test satu kelompok dengan sampel 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang memilih camilan sehat dari 30% menjadi 77%. Selain itu, sikap negatif siswa terhadap memilih camilan sehat menurun dari 87% menjadi 33%, sementara sikap positif meningkat menjadi 67%. Dengan signifikansi 0.000, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Penelitian ini menemukan efek signifikan dari pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik untuk efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi dengan signifikansi 0.000. Diharapkan hasil ini dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya pengetahuan mengenai makanan yang mereka konsumsi.

Kata Kunci: Media Lembar Balik, Pengetahuan, Sikap

PENDAHULUAN

Budaya membeli jajanan telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari bagi berbagai rentang usia dan lapisan masyarakat, termasuk anak-anak sekolah dan remaja (Mavidayanti, 2016). Anak-anak cenderung tertarik pada jajanan yang tersedia di sekitar mereka, sehingga penting untuk memastikan bahwa pilihan jajanan yang mereka dapatkan baik di rumah maupun di sekolah adalah yang sehat (Aini, 2019). Anak usia sekolah, yang umumnya berusia antara 6 hingga 12 tahun, membutuhkan asupan makanan yang cukup, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, guna memastikan bahwa status gizi mereka tetap optimal (Dyna et al., 2018). Namun, banyak di antara mereka yang menghabiskan sebagian besar waktu di sekolah dan seringkali lupa untuk makan karena kesibukan dengan berbagai aktivitas. Kebiasaan melewatkan sarapan di rumah, ditambah dengan pemberian

uang saku dari orang tua, seringkali mendorong mereka untuk memilih jajanan yang tidak sehat di sekolah.

Anak-anak sekolah sering kali tertarik pada jajanan yang menarik secara visual, namun seringkali jajanan tersebut memiliki kualitas yang rendah dan mengandung bahan-bahan yang tidak baik untuk kesehatan. Konsumsi makanan yang tidak sehat dapat mengakibatkan gangguan pencernaan seperti diare pada anak-anak, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka secara keseluruhan. Dengan demikian, perlu ada upaya yang lebih serius dalam memberikan pendidikan tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat, baik di lingkungan rumah maupun di sekolah. Pendidikan gizi dan promosi jajanan sehat di sekolah dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam mengubah kebiasaan anak-anak sekolah terkait pemilihan makanan. Hal ini tidak hanya akan

berdampak positif pada kesehatan mereka saat ini, tetapi juga membentuk kebiasaan makan yang sehat yang akan berlangsung hingga dewasa nanti.

Diare adalah kondisi yang ditandai dengan peningkatan frekuensi buang air besar karena infeksi. Untuk dapat dikategorikan sebagai mengalami diare, volume tinja yang dihasilkan oleh seorang anak per hari harus melebihi 10 ml/kg berat badan. Tinja yang dihasilkan biasanya berair, mengandung banyak cairan, dan terjadi dengan frekuensi yang tinggi, biasanya lebih dari 3 kali dalam kurun waktu 24 jam (Anggraini & Kumala, 2022). Penularan diare pada anak-anak dapat terjadi melalui empat jalur yang berbeda, yaitu melalui makanan yang terkontaminasi, kontak langsung dengan feces yang terinfeksi, udara yang terkontaminasi oleh kuman penyebab diare, dan juga melalui tangan yang telah terpapar oleh kuman penyebab diare. Oleh karena itu, langkah terbaik untuk mencegah penyebaran penyakit ini adalah dengan memutus rantai penularan, terutama dengan menjaga kebersihan secara menyeluruh (Khasanah Uswatun, 2015).

Pentingnya menjaga kebersihan dalam mencegah penyebaran diare tidak dapat diragukan lagi. Tidak hanya mencakup kebersihan diri sendiri, tetapi juga kebersihan lingkungan sekitar, termasuk makanan yang dikonsumsi dan juga kebersihan tangan sebelum dan setelah melakukan aktivitas yang berpotensi terpapar oleh kuman penyebab diare. Dengan menjaga kebersihan secara konsisten, kita dapat membantu melindungi anak-anak dari risiko terkena diare dan memastikan kesehatan mereka tetap terjaga dengan baik. Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan

Dunia (WHO, 2017), diare merupakan salah satu penyebab utama kematian dan penyakit pada anak-anak yang berusia di bawah 5 tahun.

Insiden diare dan tingkat kematian pada bayi secara global menunjukkan peningkatan dari tahun 2015 hingga 2017. Pada tahun 2015, diperkirakan sekitar 688 juta orang mengalami diare, dengan 499.000 kematian terjadi pada anak-anak yang berusia di bawah 5 tahun di seluruh dunia. Sementara pada tahun 2017, jumlah kasus diare mencapai hampir 1,7 miliar pada anak-anak, yang menyebabkan sekitar 525.000 kematian pada bayi setiap tahunnya. Data ini menggambarkan betapa seriusnya masalah diare pada anak-anak di seluruh dunia.

Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) Wanasari, sebagai lembaga yang bertanggung jawab atas kesehatan masyarakat di wilayah tersebut, terus mengamati dan mengidentifikasi tren kesehatan yang ada. Salah satu tren yang menjadi perhatian adalah peningkatan signifikan kasus diare dari tahun 2021 ke tahun 2022. Menurut laporan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi pada tahun 2023, jumlah kasus diare mencapai 385, naik dari 129 kasus pada tahun sebelumnya. Angka ini mencerminkan lonjakan yang cukup besar dalam kasus diare di wilayah Wanasari.

Dalam menghadapi situasi ini, Puskesmas Wanasari telah merespons dengan serangkaian langkah pencegahan yang bertujuan untuk menanggulangi penyebaran penyakit ini. Salah satu program utama yang diterapkan adalah program edukasi tentang pentingnya menjaga kebersihan, terutama dalam hal mencuci tangan secara teratur dan membuang sampah dengan benar. Selain itu, Puskesmas

juga memberikan informasi kepada masyarakat tentang manfaat konsumsi air bersih dan kesehatan lingkungan secara umum (Rahmah, 2016).

Selain program edukasi, Puskesmas Wanasari juga aktif dalam memantau kasus-kasus diare yang terjadi di wilayah tersebut. Tim medis di Puskesmas siap memberikan bantuan dan perawatan kepada individu yang terkena dampak penyakit ini. Langkah ini bertujuan untuk memastikan bahwa kasus diare dapat ditangani dengan cepat dan efektif, sehingga dapat mencegah penyebaran lebih lanjut di masyarakat. Upaya Puskesmas Wanasari dalam menangani masalah diare tidak hanya terbatas pada respons akut terhadap kasus-kasus yang ada, tetapi juga melibatkan upaya pencegahan jangka panjang. Puskesmas secara aktif berkomunikasi dengan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan, serta mengedukasi mereka tentang langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah diare dan penyakit lainnya.

Untuk menjaga kesehatan konsumen, penting untuk memberikan pemahaman yang lebih luas kepada penjual jajanan mengenai praktik-praktik kebersihan dan keamanan pangan yang baik. Selain itu, pengawasan yang ketat dari pihak berwenang juga diperlukan untuk memastikan bahwa setiap jajanan yang dijual memenuhi standar keamanan pangan yang telah ditetapkan. Dengan demikian, dapat diharapkan bahwa risiko kesehatan yang mungkin timbul akibat konsumsi jajanan dapat diminimalkan, dan kesejahteraan masyarakat terjaga dengan baik. Penggunaan lembar balik dalam mendidik tentang makanan jajanan (pendidikan jajanan) telah terbukti

efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar tentang memilih makanan jajanan (Paramesthi et al., 2018). Ini sejalan dengan pendapat Sutrisno & Sinanto (2022) bahwa penggunaan lembar balik sebagai media untuk mendidik anak sekolah tentang keamanan pangan telah terbukti lebih efektif daripada pendidikan tanpa penggunaan media.

Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki beberapa perbedaan yang signifikan. Pertama, fokus penelitian ini terletak pada penggunaan media lembar balik sebagai alat pendidikan kesehatan untuk memperbaiki pengetahuan dan sikap anak-anak dalam memilih jajanan sehat di sekolah dasar. Pendekatan ini merupakan upaya inovatif yang berpotensi untuk menjadi solusi efektif dalam meningkatkan pemahaman anak-anak tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat. Kedua, penelitian ini dilakukan di SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi, suatu wilayah yang mungkin memiliki karakteristik sosial dan lingkungan yang berbeda dengan lokasi penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, temuan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif tentang efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dalam konteks yang berbeda.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang dijalani oleh setiap individu sepanjang hidupnya, yang bertujuan untuk menciptakan perubahan sikap menuju arah yang lebih positif dan matang pada tingkat personal, kelompok, dan masyarakat secara keseluruhan (Libri Rizka Puri

Windarta, 2021). Dalam konteks ini, pendidikan kesehatan bukan hanya sekadar pengajaran tentang aspek-aspek kesehatan, tetapi juga melibatkan pengalaman dan pembelajaran yang terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari.

Pendidikan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap individu terhadap kesehatan, sehingga mereka mampu membuat keputusan yang lebih baik dalam merawat diri sendiri dan menjaga kesehatan. Hal ini mencakup pemahaman tentang pentingnya gaya hidup sehat, pola makan yang seimbang, aktivitas fisik yang cukup, pengelolaan stres, dan upaya pencegahan penyakit. Selain itu, pendidikan kesehatan juga berperan dalam membentuk sikap dan perilaku yang positif terhadap lingkungan sekitar, termasuk perilaku hidup bersih dan sehat, pengelolaan limbah yang baik, serta partisipasi aktif dalam upaya-upaya kesehatan masyarakat.

Dengan demikian, pendidikan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kualitas hidup individu serta masyarakat secara keseluruhan. Melalui pendekatan yang holistik dan terintegrasi, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya kesehatan dan mampu mengambil langkah-langkah konkret untuk meningkatkan kesejahteraan mereka.

Konsep Pengetahuan

Pengetahuan anak-anak di sekolah dasar tentang makanan dan kesehatan merupakan bagian penting dalam pembentukan pola makan sehat sejak usia dini. Mereka perlu memahami konsep makanan bergizi yang memberikan energi dan gizi yang dibutuhkan untuk aktivitas fisik sehari-hari. Selain itu, penting juga bagi mereka untuk memahami

pentingnya kebersihan makanan dalam mencegah penyakit dan menjaga kesehatan tubuh.

Makanan jajanan di sekolah memainkan peran krusial dalam menyediakan energi tambahan untuk menjalani aktivitas belajar dan bermain. Namun, anak-anak juga perlu dibimbing untuk memilih jajanan yang sehat dan bergizi, serta memahami penggunaan bahan tambahan dalam makanan. Ini akan membantu mereka mengembangkan keragaman pangan sejak usia dini, sehingga mereka lebih terbiasa dengan berbagai jenis makanan yang sehat dan bergizi.

Dengan pemahaman yang baik tentang makanan dan kesehatan sejak usia dini, diharapkan anak-anak dapat membentuk kebiasaan makan yang sehat dan mempertahankannya hingga dewasa. Hal ini akan berdampak positif pada kesehatan mereka secara keseluruhan dan membantu mencegah berbagai masalah kesehatan yang dapat terjadi akibat pola makan yang tidak seimbang.

Menurut (Amir et al., 2023) Pengetahuan seseorang dapat dinilai dan diinterpretasikan dengan menggunakan skala kualitatif sebagai berikut:

- a. Baik: Jika hasil persentase pengetahuan mencapai 76%-100%.
- b. Cukup: Jika hasil persentase pengetahuan berada pada rentang 56%-75%.
- c. Kurang: Jika hasil persentase pengetahuan kurang dari 56%.

Konsep Sikap

Sikap merupakan bagian integral dari kehidupan sehari-hari yang memengaruhi bagaimana individu merespons berbagai situasi dan objek di sekitarnya. Dari perspektif Thurstone et al. (dalam Sugiyono, 2016), sikap dapat didefinisikan sebagai evaluasi atau

reaksi perasaan seseorang terhadap suatu objek, yang dapat bersifat positif atau negatif. Dalam konteks ini, objek dapat merujuk pada berbagai hal, mulai dari produk, layanan, gagasan, hingga individu atau kelompok tertentu. Sikap juga bisa dipahami sebagai suatu pola perilaku atau kecenderungan adaptasi dalam interaksi sosial, sebagaimana yang dikemukakan oleh LaPierre (1934). Ini menunjukkan bahwa sikap tidak hanya mencakup aspek internal individu, tetapi juga memengaruhi bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya. Misalnya, seseorang dengan sikap positif terhadap lingkungan akan cenderung melakukan tindakan-tindakan yang mendukung keberlanjutan alam.

Menurut Allport, sikap adalah hasil dari proses mental yang melibatkan pengalaman individual dan interpretasi subjektif terhadap lingkungan (Sugiyono, 2016). Ini menggarisbawahi pentingnya pengalaman personal dalam membentuk sikap seseorang. Misalnya, pengalaman positif dengan suatu merek dapat membentuk sikap positif terhadap merek tersebut. Dari perspektif operasi peneliti, sikap juga bisa didefinisikan sebagai kecenderungan dan keyakinan individu terhadap suatu operasi, baik itu berorientasi positif atau negatif, yang kemudian memengaruhi pola perilaku tertentu (Sugiyono, 2016). Contohnya, seseorang yang memiliki sikap positif terhadap berolahraga cenderung akan lebih aktif dalam menjalani gaya hidup sehat.

Dalam konteks akademik, penting untuk memahami peran sikap karena dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, termasuk preferensi konsumen, interaksi sosial, dan keputusan politik. Oleh karena itu, memahami dan menganalisis sikap menjadi bagian penting dalam berbagai disiplin ilmu, seperti psikologi, sosiologi, dan pemasaran.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan desain penelitian *one group pre-post test*. Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari 30 siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling karena populasi dalam penelitian ini relatif kecil. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan sikap pada *pre-test* dan *post-test*. Salah satu metode analisis yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*. Metode penelitian ini dipilih karena relevan dengan tujuan penelitian dan kondisi sampel yang tersedia. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran yang akurat tentang efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pemilihan jajanan sehat.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Siswa Kelas 6 SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Laki-laki	16	53.3
2	Perempuan	14	46.7
Total		30	100

Tabel 1 menampilkan distribusi frekuensi jenis kelamin siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Data tersebut menunjukkan bahwa dari total 30 siswa yang diamati, sebanyak 16 siswa atau 53.3% merupakan laki-laki, sementara 14 siswa atau 46.7% sisanya adalah perempuan. Dengan

demikian, dapat disimpulkan bahwa jumlah siswa laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan dengan siswa perempuan di kelas tersebut. Data ini memberikan gambaran yang jelas tentang komposisi jenis kelamin dalam populasi siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Umur Siswa Kelas 6 SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	11 Tahun	8	26.7
2	12 Tahun	22	73.3
Total		30	100

Tabel 2 memperlihatkan distribusi frekuensi umur siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Dari total 30 siswa yang diamati, sebanyak 8 siswa atau 26.7% berumur 11 tahun, sementara 22 siswa atau 73.3% berumur 12 tahun.

Dengan data ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi, berada dalam rentang usia 12 tahun, memberikan gambaran umur yang dominan dalam kelompok tersebut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Uang Saku Kelas 6 SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Uang Saku	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	-	1	3.3
2	Rp.2000 - Rp.5000	9	30.0
3	Rp.6000 - Rp.10.000	13	43.3
4	Diatas Rp.10.000	7	23.3
Total		30	100

Tabel 3 memberikan gambaran distribusi frekuensi uang saku siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari,

Kabupaten Bekasi. Dari total 30 siswa yang teramati, dapat dilihat bahwa 1 siswa (3.3%) tidak

menerima uang saku. Sementara itu, sebanyak 9 siswa (30%) menerima uang saku dalam rentang Rp.2000 hingga Rp.5000, 13 siswa (43.3%) mendapatkan uang saku antara Rp.6000 hingga Rp.10.000, dan 7 siswa (23.3%) menerima uang saku di atas Rp.10.000. Analisis ini menunjukkan variasi yang signifikan

dalam jumlah uang saku yang diterima oleh siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari. Sebagian besar siswa mendapatkan uang saku dalam kisaran Rp.6000 hingga Rp.10.000, namun ada variasi dalam kisaran jumlah tersebut, mencakup juga siswa yang menerima uang saku di atas dan di bawah rentang tersebut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Informasi tentang Jajanan Sehat Siswa Kelas 6 SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Informasi Tentang Jajanan Sehat	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Pernah	26	86.7
2	Tidak Pernah	4	13.3
Total		30	100

Tabel 4 menyajikan distribusi frekuensi informasi tentang jajanan sehat pada siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Dari total 30 siswa yang diamati, sebanyak 26 siswa atau 86.7% pernah mendapatkan informasi tentang jajanan sehat, sementara 4 siswa atau 13.3% tidak pernah menerima informasi tersebut. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa

telah mendapatkan informasi terkait jajanan sehat, yang dapat memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman mereka tentang pola makan sehat. Meskipun demikian, sebagian kecil siswa masih belum mendapatkan informasi tersebut, dan hal ini dapat menjadi fokus untuk meningkatkan edukasi terkait jajanan sehat di kalangan siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Siswa Kelas 6 SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Sumber Informasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Guru Sekolah	17	56.7
2	Media Televisi, Koran, Radio	3	10.0
3	Orang Tua	6	20.0
4	-	4	13.3
Total		30	100

Tabel 5 memberikan gambaran distribusi frekuensi sumber informasi siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Dari total 30 siswa yang diamati, dapat dilihat bahwa 17 siswa atau 56.7% mendapatkan informasi dari guru di sekolah, sementara 3 siswa atau 10.0% memperoleh informasi melalui

media seperti televisi, koran, dan radio. Sebanyak 6 siswa atau 20.0% mendapatkan informasi dari orang tua mereka, dan 4 siswa atau 13.3% tidak memberikan informasi mengenai sumber informasi yang mereka terima. Data ini menunjukkan bahwa guru di sekolah memiliki peran dominan sebagai

sumber utama informasi bagi siswa kelas 6 di SDN 05 Wanasari, sementara media dan orang tua juga

berkontribusi dalam memberikan informasi kepada siswa.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik Dalam Pemilihan Jajanan Sehat pada anak SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi.

No	Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Baik	9	30.0	23	76.7
2	Cukup	10	33.3	5	16.7
3	Kurang	11	36.7	2	6.7
Total		30	100	30	100
Mean		63,67		83	
Standar Deviasi		19,5		17,4	
Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>			0,000		

Tabel 6 menyajikan distribusi frekuensi pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dalam pemilihan jajanan sehat pada anak SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Pada *pre-test*, sebanyak 9 siswa (30.0%) memiliki pengetahuan baik, 10 siswa (33.3%) memiliki pengetahuan cukup, dan 11 siswa (36.7%) memiliki pengetahuan kurang. Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media lembar balik, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa. Pada *post-test*, sebanyak 23 siswa (76.7%) mencapai pengetahuan baik, 5 siswa (16.7%) memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 2 siswa (6.7%) yang memiliki pengetahuan kurang. Data statistik

menunjukkan bahwa nilai mean pengetahuan meningkat dari 63.67 pada *pre-test* menjadi 83 pada *post-test*. Standar deviasi menunjukkan peningkatan ketidakpastian dalam *pre-test* (19.5) menjadi *post-test* (17.4). Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan hasil p-value sebesar 0.000 menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*, mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pemilihan jajanan sehat. Kesimpulan ini memberikan gambaran positif terkait keberhasilan pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Sikap Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Pada Anak SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

No	Sikap	Pre-test		Post-test	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Negatif	26	86.7	10	33.3
2	Positif	4	13.3	20	66.7

Total	30	100	30	100
Mean	22.47		37.70	
Standar Deviasi	5,8		4	
Uji Statistik <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	0,000			

Tabel 7 menggambarkan distribusi frekuensi sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dalam pemilihan jajanan sehat pada anak di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Pada *pre-test*, sebanyak 26 siswa (86.7%) menunjukkan sikap negatif terhadap pemilihan jajanan sehat, sementara hanya 4 siswa (13.3%) yang memiliki sikap positif. Namun, setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media lembar balik, terjadi perubahan sikap yang signifikan. Pada *post-test*, terlihat penurunan jumlah siswa yang memiliki sikap negatif menjadi 10 siswa (33.3%), sementara siswa yang memiliki sikap positif meningkat menjadi 20 siswa (66.7%).

PEMBAHASAN

Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Pada Anak SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pemilihan jajanan sehat. Hal ini didukung oleh hasil analisis data yang menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa dari *pre-test* ke *post-test*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa pada *pre-test*, hanya 30.0% siswa yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media lembar balik pada *post-test*, persentase

Data statistik menunjukkan bahwa nilai mean sikap meningkat dari 22.47 pada *pre-test* menjadi 37.70 pada *post-test*. Standar deviasi menunjukkan peningkatan ketidakpastian dalam *pre-test* (5.8) menjadi *post-test* (4). Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan hasil p-value sebesar 0.000 menunjukkan perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test*, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam mengubah sikap siswa terhadap pemilihan jajanan sehat. Kesimpulan ini memberikan indikasi positif bahwa pendidikan kesehatan telah berhasil meningkatkan sikap siswa di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi, terutama dalam hal pemilihan jajanan sehat.

siswa yang memiliki pengetahuan baik meningkat secara signifikan menjadi 76.7%. Selain itu, terdapat peningkatan yang mencolok pada persentase siswa yang memiliki pengetahuan cukup, yang turun dari 33.3% pada *pre-test* menjadi 16.7% pada *post-test*. Sementara itu, persentase siswa yang memiliki pengetahuan kurang menurun secara signifikan dari 36.7% pada *pre-test* menjadi hanya 6.7% pada *post-test*.

Data statistik yang menunjukkan nilai mean pengetahuan meningkat dari 63.67 pada *pre-test* menjadi 83 pada *post-test* mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Selain itu, standar deviasi yang

menunjukkan peningkatan ketidakpastian dalam *pre-test* (19.5) menjadi *post-test* (17.4) menunjukkan konsistensi peningkatan pengetahuan di antara siswa. Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan hasil p-value sebesar 0.000 memperkuat kesimpulan bahwa perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* adalah signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dapat diukur secara ilmiah dan memberikan dampak yang positif terhadap pemahaman siswa tentang pemilihan jajanan sehat.

Peningkatan pengetahuan siswa dapat dijelaskan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penggunaan media lembar balik. Media lembar balik merupakan media visual yang menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak. Media ini dapat membantu siswa untuk memahami materi secara lebih jelas dan komprehensif. Media visual seperti lembar balik memiliki kemampuan untuk menarik perhatian siswa dengan menyajikan informasi dalam bentuk gambar, diagram, dan teks yang dirancang secara menarik. Hal ini membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan interaktif, yang dapat merangsang minat siswa terhadap materi pembelajaran. Oleh karena itu, pemahaman siswa terhadap pemilihan jajanan sehat dapat ditingkatkan melalui penggunaan media lembar balik (Widnyana, 2019).

Selain itu, kemudahan pemahaman media lembar balik memungkinkan siswa untuk menggali informasi lebih dalam dan membentuk pengetahuan yang lebih kuat. Visualisasi yang diberikan oleh media tersebut juga dapat membantu siswa mengingat informasi dengan lebih baik,

membuatnya menjadi alat yang efektif dalam proses pembelajaran. Dalam konteks ini, pendidikan kesehatan yang menggunakan media lembar balik dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan efektif bagi siswa. Oleh karena itu, strategi ini dapat dijadikan acuan untuk pengembangan metode pembelajaran di bidang pendidikan kesehatan, terutama dalam upaya meningkatkan pengetahuan anak-anak terkait pemilihan jajanan sehat (Saman, 2023).

Pendidikan kesehatan yang diberikan juga mencakup materi yang relevan dengan kebutuhan siswa. Materi yang disampaikan dalam pendidikan kesehatan tersebut meliputi pengertian jajanan sehat, ciri-ciri jajanan sehat, dan cara memilih jajanan sehat. Materi-materi tersebut penting untuk diketahui oleh siswa agar dapat memilih jajanan yang sehat dan bergizi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh (Pamengku et al., 2018) menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan media lembar balik tentang makanan jajanan (lembaja) efektif meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pemilihan makanan jajanan.

Dengan demikian, kesimpulan ini menggambarkan bahwa strategi pendidikan kesehatan melalui media lembar balik dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disarankan agar pendidikan

kesehatan menggunakan media lembar balik dapat dikembangkan dan diterapkan lebih luas di sekolah-sekolah. Hal ini penting untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pemilihan jajanan sehat, sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi pada anak.

Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Lembar Balik Terhadap Sikap Dalam Pemilihan Jajanan Sehat Pada Anak SDN 05 Wanasari Kabupaten Bekasi

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam mengubah sikap siswa terhadap pemilihan jajanan sehat. Hal ini didukung oleh hasil analisis data yang menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam sikap siswa dari *pre-test* ke *post-test*. Data *pre-test* menunjukkan bahwa sebanyak 86.7% siswa memiliki sikap negatif terhadap pemilihan jajanan sehat, sedangkan hanya 13.3% yang memiliki sikap positif. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media lembar balik pada *post-test*, terjadi perubahan yang signifikan dalam sikap siswa. Persentase siswa yang memiliki sikap negatif turun secara drastis menjadi 33.3%, sementara siswa yang memiliki sikap positif meningkat secara signifikan menjadi 66.7%.

Data statistik yang mencatat nilai mean sikap meningkat dari 22.47 pada *pre-test* menjadi 37.70 pada *post-test* menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik memberikan dampak positif terhadap perubahan sikap siswa. Begitu juga, standar deviasi yang menunjukkan peningkatan konsistensi dalam *pre-test* (5.8) menjadi *post-test* (4) menunjukkan bahwa perubahan sikap ini bukan hanya bersifat sporadis, melainkan konsisten di

antara siswa. Uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan hasil *p-value* sebesar 0.000 memperkuat kesimpulan bahwa perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* adalah signifikan secara statistik. Hal ini mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam merubah sikap siswa terhadap pemilihan jajanan sehat.

Peningkatan sikap siswa dapat dijelaskan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penggunaan media lembar balik. Media lembar balik merupakan media visual yang menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak. Media ini dapat membantu siswa untuk memahami materi secara lebih jelas dan komprehensif. Selain itu, pendidikan kesehatan yang diberikan juga mencakup materi yang relevan dengan kebutuhan siswa. Materi yang disampaikan dalam pendidikan kesehatan tersebut meliputi pentingnya memilih jajanan sehat, cara memilih jajanan sehat, dan dampak negatif dari mengonsumsi jajanan tidak sehat. Materi-materi tersebut dapat membantu siswa untuk memahami pentingnya memilih jajanan sehat dan mengubah sikap mereka terhadap pemilihan jajanan.

Teori perubahan sikap (*attitude change theory*) dan teori belajar sosial (*social learning theory*) memberikan pemahaman mendalam terkait dengan peningkatan sikap siswa dalam konteks pemilihan jajanan sehat melalui pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik. Menurut teori perubahan sikap, perubahan sikap siswa dapat terjadi melalui interaksi dengan lingkungan, dan pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik memberikan kanal yang efektif untuk menyampaikan informasi dan pengalaman baru kepada siswa

(Lumbanbatu, 2019). Dengan demikian, siswa dapat mengubah sikap mereka terhadap pemilihan jajan sehat setelah terpapar informasi yang relevan dan pengalaman positif yang disajikan melalui media tersebut (Sawyer & Gampa, 2023).

Sementara itu, teori belajar sosial menyoroti peran observasi terhadap perilaku orang lain dalam pembentukan perilaku baru. Dalam konteks ini, pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dapat menghadirkan contoh perilaku positif, seperti cara memilih jajan sehat, yang dapat diobservasi dan diadopsi oleh siswa. Contoh-contoh tersebut dapat berfungsi sebagai teladan positif yang memengaruhi sikap siswa terhadap pemilihan jajan sehat. Dengan demikian, pendidikan kesehatan melalui media lembar balik tidak hanya menyajikan informasi, tetapi juga memanfaatkan mekanisme belajar sosial untuk membentuk sikap positif siswa terhadap pemilihan jajan sehat (Zeb et al., 2023). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam mengubah sikap siswa. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Widnyana (2019) menunjukkan bahwa media lembar balik efektif dalam meningkatkan sikap siswa SD tentang PHBS, termasuk pemilihan jajan sehat.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disarankan agar pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik dapat dikembangkan dan diterapkan lebih luas di sekolah-sekolah. Hal ini penting untuk mengubah sikap siswa terhadap pemilihan jajan sehat, sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi pada anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pemilihan jajan sehat. Sebelumnya, hanya 30% siswa yang memiliki pengetahuan baik tentang pemilihan jajan sehat, namun setelah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media lembar balik, persentase siswa dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 77%, dengan signifikansi statistik 0,000. Sementara itu, sebelum pendidikan kesehatan, 87% siswa memiliki sikap negatif terhadap pemilihan jajan sehat.

Setelah pendidikan kesehatan menggunakan media lembar balik, persentase siswa dengan sikap negatif menurun menjadi 33%, sementara siswa dengan sikap positif meningkat menjadi 67%, juga dengan signifikansi statistik 0,000. Dengan demikian, pendekatan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap pemilihan jajan sehat di SDN 05 Wanasari, Kabupaten Bekasi. Rekomendasi dapat diberikan untuk menerapkan pendidikan kesehatan dengan media lembar balik secara lebih luas di sekolah-sekolah guna mencegah masalah gizi pada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, S. Q. (2019). Perilaku Jajan Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan Iptek*, 15(2), 133-146. <https://doi.org/10.33658/JL.V15i2.153>
- Anggraini, D., & Kumala, O. (2022). Diare Pada Anak. *Scientific*

- Journal, 1(4), 309-317. <https://doi.org/10.56260/SciEna.V1i4.60>
- Dinkes Kabupaten Bekasi. (2023). *Profile Kesehatan Kabupaten Bekasi 2022*.
- Dyna, F., Putri, V. D., & Indrawati, D. (2018). Hubungan Perilaku Komsumsi Jajanan Pada Pedagang Kaki Lima Dengan Kejadian Diare. *Jurnal Endurance*, 3(3), 524. <https://doi.org/10.22216/Jen.V3i3.3097>
- Hanifah, H., Sutresna, I., & Lindasari, S. W. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kertas Gantung Terhadap Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang Jajanan Sehat. *Jurnal Ners*, 7(1), 501-505. <https://doi.org/10.31004/Jn.V7i1.13800>
- Harmawati, H., Sari, D. A., & Verini, D. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pelajar Sma Tentang Hiv/Aids. *Jurnal Endurance*, 3(3), 588. <https://doi.org/10.22216/Jen.V3i3.3058>
- Kemkes Ri. (2019). *Rencana Aksi Program Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. Rencana Aksi Program P2p*. <http://www.jikm.unsri.ac.id/index.php/jikm>
- Kementerian Kesehatan Ri. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2015 (Vol. 1227, Issue July)*. <https://doi.org/10.1002/Qj>
- Kementerian Kesehatan Ri. (2023). *Memilih Jajanan Yang Aman*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2570/memilih-jajanan-yang-aman
- Khasanah Uswatun, K. S. G. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Diare Dengan Perilaku Pencegahan Diare. 150-161.
- Lumbanbatu, A. M., Mertajaya, I., & Mahendra, D. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*.
- Mavidayanti, H. (2016). Kebijakan Sekolah Dalam Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Info Artikel. *Jhe Journal Of Health Education*, 1(1), 7177. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jhealt/hedu/>
- Rahmawati Yunia, A., Suwarni, R. And, Herawati, A. And, & Dyah, V. (2022). Hubungan Pengetahuan Keluarga Dan Jarak Tempat Tinggal Dengan Kepatuhan Kontrol Berobat Pasien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. July, 1-23.
- Saman, S. (2023). Tinjauan Teoritis Media Pembelajaran Matematika Dengan Aplikasi Tiktok. *Jurnal Sainifik (Multi Science Journal)*, 21(2), 79-88.
- Sari, M. H. (2017). Pengetahuan Dan Sikap Keamanan Pangan Dengan Perilaku Penjaja Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Journal Of Health Education*, 2(2), 163-170.
- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik Sebagai Media Promosi Kesehatan: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11. <https://doi.org/10.32695/Jkt.V13i1.129>
- Thurstone, L.L. 1928. Attitude Can Be Measured. *American Journal Of Sociology*.
- Who. (2017). *Penyakit Diare*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/diarrhoeal-disease>