

PENGARUH PENYULUHAN GIZI METODE CERAMAH DAN LEAFLET TERHADAP PERILAKU MEMILIH MAKANAN JAJANAN MURID DI SD NEGERI KELURAHAN SAKO PALEMBANG 2012

Mardiana, Nurul Salasa Nilawati, Eliza
Dosen jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Palembang

ABSTRAK

Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan modal pembangunan, oleh karena itu tingkat kesehatannya perlu dibina dan ditingkatkan. Berbagai alasan seringkali menyebabkan anak tidak sempat sarapan pagi di rumah yang akhirnya akan membentuk suatu kebiasaan jajan di sekolah, secara umum jajanan yang dijual pedagang kaki lima di sekolah dasar kualitasnya sangat memprihatinkan bila ditinjau dari aspek kesehatan. Maka untuk mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman perlu dilakukan usaha promosi keamanan pangan terutama kepada murid sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi dengan menggunakan metode ceramah dan leaflet terhadap perilaku memilih makanan jajanan murid di SD Negeri Kelurahan Sako Palembang tahun 2012. Jenis penelitian adalah eksperimen semu (Quasi Experiment) dengan menggunakan rancangan penelitian pre test dan post test dengan kelompok kontrol, , waktu penelitian selama 3 bulan. Yang menjadi sampel penelitian adalah siswa kelas V dan VI dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat, dengan uji statistik paired t test dan independent t test pada tingkat kepercayaan 95 % dan derajat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki, rentang umur 9 – 13 tahun, ada pengaruh penyuluhan gizi metode ceramah dan leaflet terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan murid sekolah dasar dalam memilih makanan jajanan dengan $p= 0,035$, $p= 0,020$, dan $p = 0,010$ berturut-turut. Kesimpulan penelitian ini adalah penyuluhan dengan metode ceramah dan leaflet berpengaruh dalam meningkatkan perilaku memilih makanan jajanan murid. Disarankan kepada pihak sekolah memberikan pendidikan dasar dan pengawasan secara aktif mengenai makanan atau jajanan yang baik dikonsumsi dan tidak, serta perlu pengawasan di sekitar lingkungan sekolah akan jajanan yang bergizi dan tidak bergizi.

Daftar Pustaka : 20 (2003 – 2010)

Kata Kunci : Penyuluhan ceramah dan leaflet, Perilaku makanan jajanan

PENDAHULUAN

Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa dan merupakan modal pembangunan, oleh karena itu tingkat kesehatannya perlu dibina dan ditingkatkan. Upaya kesehatan tersebut adalah perbaikan gizi terutama di usia sekolah dasar yaitu usia 7-12 tahun. Gizi yang baik akan menghasilkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif (Dep.kes.RI 2005).

Ada berbagai alasan yang seringkali menyebabkan anak tidak sempat sarapan pagi yang akhirnya akan membentuk suatu kebiasaan membeli makanan jajanan di sekolah seperti waktu yang sangat terbatas, jarak sekolah yang cukup jauh, terlambat bangun pagi atau tidak ada selera sarapan

pagi. Anak yang tidak sarapan pagi akan mengalami kekosongan lambung sehingga kadar gula darah akan menurun padahal gula darah merupakan sumber energi utama bagi otak dampak negatifnya adalah ketidakseimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar atau rasa lelah. Dalam keadaan demikian anak akan sulit untuk dapat menerima pelajaran dengan baik sehingga konsentrasi belajar terganggu yang akan berakibat pada prestasi belajar anak (Moehji S, 2005).

Secara umum jajanan yang dijual pedagang kaki lima di sekolah dasar kualitasnya sangat memprihatinkan bila ditinjau dari aspek kesehatan. Data Badan POM tahun 2010 menunjukkan adanya jajanan yang tidak memenuhi syarat dengan ditemukannya dari 2.984 sampel yang diuji,

45% diantaranya tidak memenuhi syarat karena mengandung BTP yang dilarang seperti boraks, formalin, rhodamin B, methanol yellow atau BTP yang diperbolehkan seperti benzoate, sakarin, dan siklamat namun penggunaannya melebihi batas serta ada yang tidak memenuhi uji cemaran mikroba karena mengandung *Escherichia Coli* (*E.Coli*). Hasil penelitian tersebut menunjukkan rendahnya perlindungan pada anak sekolah padahal mengkonsumsi jajanan saat bersekolah sudah jadi aktifitas rutin mereka (Permata, 2010 dalam Dinatia).

Makanan jajanan dapat menyumbang asupan energi bagi anak sekolah sebanyak 36%, protein 29% dan zat besi 52%. Maka untuk mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman perlu dilakukan usaha promosi keamanan pangan baik kepada pihak sekolah, guru, orang tua, murid serta pedagang (Judarwanto 2008).

Faktor- faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan meliputi faktor *intern* dan faktor *ekstern*. Faktor *intern* mencakup pengetahuan khususnya pengetahuan gizi, kecerdasan, persepsi, emosi dan motivasi dari luar. Pengetahuan gizi adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan (Notoatmodjo, 2003).

Sikap seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan jajanan. Sikap positif anak terhadap kesehatan kemungkinan tidak berdampak langsung pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negatif terhadap kesehatan hampir pasti berdampak pada perilakunya. (Notoatmodjo, 2003). Berkaitan dengan perilaku jajan anak sekolah, beberapa hal yang perlu diteliti antara lain adalah seberapa besar tingkat pengetahuan dan sikap anak yang mendukung pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan dan sikap anak tersebut apakah berhubungan dengan perilaku anak dalam memilih jenis makanan jananan (Khomsan 2003).

Hasil penelitian Tampubolon (2009) tentang pengaruh media visual poster dan *leaflet* makanan sehat terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan pelajar kelas khusus SMA Negeri 1 Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal terbukti bahwa pemajangan poster dan pemberian *leaflet* dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan jajanan para pelajar tersebut, demikian juga penelitian Dinatia B (2011) tentang pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan poster terhadap perilaku konsumsi jajanan murid SD di kecamatan Sibolga terbukti bahwa penyuluhan dengan metode ceramah dan poster berpengaruh terhadap

peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan murid.

Tatanan sekolah merupakan salah satu ruang lingkup promosi kesehatan, dalam promosi kesehatan metode atau media diposisikan sebagai sarana untuk membuat suasana yang kondusif terhadap perubahan perilaku yang positif terhadap kesehatan (Notoatmodjo, 2005) Cara efektif dalam pendekatan kelompok adalah metode ceramah, dengan metode ini dapat terjadi proses perubahan perilaku kearah yang diharapkan melalui peran aktif sasaran dan saling tukar pengalaman sesama sasaran, sementara leaflet dapat memberikan informasi secara detail yang tidak mungkin bila disampaikan secara lisan, sasaran dapat melihat isinya secara santai dan sangat ekonomis, serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat.

Melalui observasi yang dilakukan peneliti dalam survei pendahuluan, peneliti ingin melakukan promosi kesehatan dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah dan pembagian leaflet pada murid di SD Kelurahan Sako Palembang sebab di SDN 113 dan 114 di kelurahan ini letaknya berhadapan langsung dengan jalan raya dan banyak penjual makanan dan minuman di dalam dan di luar pagar sekolah serta banyak murid yang membeli makanan jajanan tersebut.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 113 dan 114 Kelurahan Sako Palembang, penelitian dilakukan selama 3 (tiga) bulan yaitu dari bulan September sampai November 2012. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan menggunakan rancangan penelitian pretest dan posttest dengan kelompok kontrol, dimana sampel akan diuji pengetahuan, sikap dan tindakan dalam memilih makanan jajanan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa penyuluhan gizi dengan metode ceramah tanya jawab dan pembagian leaflet sedangkan kelompok kontrol/ pembanding tidak diberi perlakuan sama sekali.

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah murid kelas V dan kelas VI dengan kriteria inklusi : seluruh murid kelas V dan kelas VI, bersedia menjadi responden, dalam keadaan sehat dan hadir pada saat penelitian, murid dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi : sampel tidak digunakan dalam penelitian jika sedang sakit. Kriteria yang sama juga diambil sampel untuk kelompok pembanding. Hasil perhitungan besar sampel diperoleh sebanyak 36 orang untuk masing-masing kelompok. Dengan memperhitungkan kemungkinan *droup out*, maka

dipersiapkan cadangan sampel sebanyak 10% untuk setiap kelompok ($10\% \times 36$) + 36 = 39,6 atau dibulatkan menjadi 40 murid untuk masing – masing kelompok

Cara pengambilan sampel untuk menentukan jumlah murid yang akan diambil perkelas menggunakan tehnik *Proporsional Stratified Random* dan cara pengambilan sampel dengan *simpel random sampling*

Data yang diperoleh di analisis menggunakan *paired t test* untuk melihat pengaruh penyuluhan terhadap perilaku dan *uji t independent* untuk melihat perbedaan rerata dua kelompok. Keputusan pengujian hipotesis penelitian didasarkan pada tingkat kepercayaan 95% dan derajat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Responden adalah murid kelas 5 dan 6 dengan rentang usia 9 – 13 tahun, sebagian besar berusia 10 tahun yaitu 45 % pada kelompok perlakuan dan 32,5 % pada kelompok pembanding. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 62,5 % pada kelompok perlakuan dan 60 % pada kelompok pembanding. Lebih banyak responden yang duduk di kelas 5 yaitu 52,5 % pada kelompok perlakuan dan 55 % pada kelompok pembanding.

Analisis Univariat

Tabel 1.

Rerata dan Simpangan Baku Skor Pretest dan Posttest pada Variabel Pengetahuan Murid

Kelompok	Rerata skor nilai		Selisih rerata	P
	Pretest	Posttest		
Perlakuan	7,80 ± 1,990	8,80 ± 1,539	1	0,001
Pembanding	7,25 ± 1,822	7,33 ± 2,055	0,08	0,819

Hasil analisis Tabel 1 menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan metode ceramah dan leaflet pada kelompok perlakuan, skor rerata dan simpangan baku variabel pengetahuan murid meningkat dari 7,80 ($\pm 1,990$) menjadi 8,80 ($\pm 1,539$) dengan selisih rerata 1 dan $p = 0,001$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Sedangkan pada kelompok pembanding menunjukkan terjadi peningkatan dari pretest ke posttest yaitu dari 7,25 ($\pm 1,822$) menjadi 7,33 ($\pm 2,055$) dengan selisih rerata sebesar 0,08 dan $p = 0,819$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* tidak terdapat perbedaan.

Tabel 2.

Rerata dan Simpangan Baku Skor Pretest dan Posttest pada Variabel Sikap Murid

Kelompok	Rerata Skor nilai		Selisih rerata	P
	Pretest	Posttest		
Perlakuan	8,30 ± 1,067	8,78 ± 0,974	0,48	0,024
Pembanding	7,88 ± 1,362	7,65 ± 1,610	-0,23	0,298

Hasil analisis Tabel 2 menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan metode ceramah dan leaflet pada kelompok perlakuan, skor rerata dan simpangan baku variabel sikap murid meningkat dari 8,30 ($\pm 1,067$) ke 8,78 ($\pm 0,974$) dengan selisih rerata 0,48. dan $p = 0,024$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Sedangkan pada kelompok pembanding mengalami penurunan dari pretest ke posttest yaitu 7,88 ($\pm 1,362$) ke 7,65 ($\pm 1,610$) dengan selisih rerata sebesar -0,23 dan $p = 0,298$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* tidak terdapat perbedaan

Tabel 3

Rerata dan Simpangan Baku Skor Pretest dan Posttest pada Variabel Tindakan murid

Kelompok	Rerata skor nilai		Selisih rerata	p
	Pretest	Posttest		
Perlakuan	9,10 ± 0,982	9,58 ± 0,594	0,48	0,004
Pembanding	9,13 ± 0,757	8,93 ± 1,185	-0,20	0,331

Hasil analisis Tabel 3 menunjukkan bahwa setelah diberikan penyuluhan metode ceramah dan leaflet pada kelompok perlakuan skor rerata dan simpangan baku variabel tindakan murid meningkat dari 9,10 ($\pm 0,982$) ke 9,58 ($\pm 0,594$) dengan selisih rerata 0,48 dan $p = 0,004$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan.

Sedangkan pada kelompok pembanding mengalami penurunan dari pretest ke posttest yaitu dari 9,13 ($\pm 0,757$) ke 8,93 ($\pm 1,185$) dengan selisih rerata sebesar -0,20 dan $p = 0,298$ artinya setelah diuji dengan *paired t test* tidak terdapat perbedaan

Analisis Bivariat

Tabel 4.

Selisih Rerata Skor Pengetahuan Murid Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan Kelompok Perlakuan dan Pembanding

Kelompok	Selisih pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan	P
	Mean ± SD	
Perlakuan	1,00 ± 1,783	0,035
Pembanding	0,08 ± 2,055	

Hasil analisis statistik Tabel 4 dengan menggunakan uji *t Independent* menunjukkan bahwa ada selisih rerata antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan $p = 0,035$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada pengetahuan murid mengenai pemilihan makananan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

Tabel 5.

Selisih Rerata Skor Sikap Murid Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan Kelompok Perlakuan dan Pembanding

Kelompok	Selisih Sikap sebelum dan sesudah perlakuan	p
	Mean ± SD	
Perlakuan	0,48 ± 1,281	0,020
Pembanding	0,23 ± 1,349	

Hasil analisis statistik Tabel 5 dengan menggunakan uji *t Independent* menunjukkan bahwa ada selisih rerata antara sikap murid sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan $p = 0,020$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada sikap murid mengenai pemilihan makananan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

Tabel 6.

Selisih Rerata Skor Tindakan Murid Sekolah Dasar dalam Memilih Makanan Jajanan Kelompok Perlakuan dan Pembanding

Kelompok	Selisih Tindakan sebelum dan sesudah perlakuan	p
	Mean ± SD	
Perlakuan	0,48 ± 0,987	0,010
Pembanding	0,20 ± 1,285	

Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *t Independent* menunjukkan bahwa ada selisih rerata antara tindakan murid sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dengan $p = 0,010$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tindakan murid mengenai pemilihan makananan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

PEMBAHASAN

Perbedaan rata-rata Pengetahuan, sikap dan tindakan murid sebelum dan sesudah perlakuan pada ke dua kelompok

Pada hasil analisa statistik *uji paired t test* terhadap skor rerata pretest pengetahuan, sikap

dan tindakan murid menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan ketiga variabel mengalami peningkatan skor, $p < 0,05$ berarti ada perbedaan atau ada pengaruh yang bermakna pada perilaku murid dalam memilih makanan jajanan setelah diberikan penyuluhan metode ceramah dan leaflet, sedangkan pada kelompok pembanding menunjukkan bahwa ketiga variabel yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan $p > 0,05$ yang secara statistik menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna antara pretest dan posttest terhadap perilaku murid dalam memilih makanan jajanan.

Perbedaan Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Murid Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Pembanding Pengetahuan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai rerata skor pengetahuan pada kelompok yang menerima perlakuan mengalami peningkatan (Tabel 1). Peningkatan pengetahuan ini disebabkan oleh karena telah diberikan intervensi berupa penyuluhan dan pembagian leaflet mengenai makanan jajanan secara berulang sebanyak 4 kali selama 1 bulan sehingga dapat mempengaruhi murid dalam menerima informasi yang diberikan dan dapat meningkatkan pengetahuan murid.

Kemudian pengetahuan pada kelompok pembanding (tanpa perlakuan, Tabel 1) terjadi kenaikan skor rerata yang dapat disebabkan oleh adanya bias ingatan. Terjadinya bias ingatan karena bias pengulangan test yaitu adanya test yang berulang mengakibatkan adanya pengingatan akan item-item yang ditanyakan pada kuesioner.

Berdasarkan hasil analisis statistik *uji t independent* didapatkan $p = 0,035$ yang berarti ada perbedaan/ pengaruh pengetahuan murid dalam memilih makanan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2007) terjadi peningkatan skor pengetahuan ibu setelah diberi penyuluhan dengan menggunakan modul ($p = 0,001$), hal ini juga sesuai dengan penelitian Khairunnisak (2008) tentang pengaruh penyuluhan sayur dan buah terhadap pengetahuan remaja putri SMAN 1 Julok Kabupaten Aceh Timur juga menyimpulkan bahwa penyuluhan dalam bentuk ceramah dengan memperlihatkan contoh sayur dan buah serta pemberian *leaflet* mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang sayur dan buah.

Menurut Notoatmodjo (2003), keuntungan menggunakan *leaflet* antara lain sasaran dapat menyesuaikan dan belajar secara mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat. Sasaran dapat melihat isinya di saat santai dan

sangat ekonomis. Lembarannya dapat dibolak balik sangat membantu meningkatkan pengetahuan.

Dalam penelitian ini pengetahuan murid melalui pemberian penyuluhan metode ceramah dan pembagian leaflet meningkat, dikarenakan peneliti telah memberikan proses belajar mengajar dengan memanfaatkan semua alat inderanya seperti indera pandang, dengar dan lainnya. Pemberian ceramah dengan menggunakan audio visual dan menampilkan gambar-gambar yang menarik sangat membuahkan hasil belajar yang lebih baik untuk tugas-tugas mengingat, mengenali dan mengingat kembali dan menghubungkan-hubungkan fakta dan konsep sehingga menimbulkan proses tanya jawab antara peneliti dan murid dan pada akhirnya mereka dapat menjawab kuesioner yang diberikan.

Pengetahuan gizi sangat diperlukan dalam upaya pemilihan makanan yang akan dikonsumsi, dengan tujuan agar makanan tersebut memberikan gizi sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh. Pengetahuan gizi sebaiknya telah ditanamkan sedini mungkin. Anak yang didasari dengan pengetahuan gizi yang baik akan memperhatikan keadaan gizi setiap makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan anak dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup. Pengetahuan secara eksternal yaitu pengetahuan yang berasal dari orang lain sehingga pengetahuan anak tentang gizi bertambah.

Sikap

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nilai rerata skor sikap pada kelompok yang menerima perlakuan mengalami peningkatan (Tabel 2). Sikap seseorang dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor psikologis dan faktor fisiologis serta faktor eksternal berupa intervensi yang datang dari luar individu misalnya berupa penyuluhan, pendidikan dan pelatihan. (Walgitto B. 1994).

Kemudian pada kelompok pembandingan (tanpa perlakuan, Tabel 2) terjadi penurunan skor rerata sikap. Hal ini disebabkan karena tidak adanya stimulus mengenai makanan jajanan pada kelompok ini. Penurunan skor rerata sikap disini bisa karena kelompok ini belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai makanan jajanan yang aman dan sehat sehingga mereka terbiasa bebas memilih jajanan. Dalam usia ini anak-anak gemar sekali jajan. Mungkin sudah menjadi kebiasaan di rumah atau akibat pengaruh teman. Kadang-kadang anak-anak ini menolak untuk makan pagi di rumah, dan sebagai gantinya meminta uang jajan. Jajanan yang mereka beli dapat berupa barang, bahan-bahan atau

makanan yang mereka senangi saja, misalnya es, gula-gula atau makanan-makanan lain yang kurang nilai gizinya.

Berdasarkan hasil analisis statistik *uji t independent* didapatkan $p = 0,020$ yang berarti ada perbedaan/ pengaruh sikap murid dalam memilih makanan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembandingan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tampubolon (2009) tentang pengaruh media visual poster dan *leaflet* makanan sehat terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan pelajar kelas khusus SMA Negeri 1 Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal terbukti bahwa pemasangan poster dan pemberian *leaflet* dapat mempengaruhi sikap para pelajar tersebut terhadap makanan jajanan.

Sejalan juga dengan penelitian Pulungan dalam Bintaria (2011) mengenai pengaruh metode penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap dokter kecil dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk Demam Berdarah Dengue (PSN DBD) di Kecamatan Helvetia menyimpulkan bahwa metode ceramah dengan *leaflet* maupun ceramah dengan film berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap dokter kecil.

Menurut Azwar (2007) salah satu faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengaruh orang lain yang dianggap penting. Orang yang biasanya dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, dan guru. Pada umumnya anak cenderung untuk memiliki sikap searah dengan sikap orang yang dianggap penting.

Sikap merupakan reaksi yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek. Sikap hanyalah kecenderungan untuk mengadakan tindakan terhadap suatu objek dengan suatu cara. Jadi, sikap adalah pandangan, pendapat, tanggapan ataupun penilaian dan juga perasaan seseorang terhadap stimulus atau objek yang disertai dengan kecenderungan untuk bertindak (Notoatmodjo, 2003).

Dalam penelitian ini perubahan sikap dipengaruhi sejauh mana isi komunikasi atau rangsangan diperhatikan, dipahami dan diterima oleh murid sehingga memberi respon positif. Metode penyuluhan dipengaruhi oleh faktor bahan atau materi yang diajarkan, suasana, waktu, alat yang digunakan, kondisi penyuluh dan murid serta kepentingan penyuluhan. Peningkatan skor sikap karena murid telah memahami bahaya bahan-bahan makanan yang terkandung dalam makanan jajanan bagi kesehatan baik masa sekarang maupun masa yang akan datang seperti yang dijelaskan dalam materi penyuluhan

Tindakan

Nilai rerata skor tindakan pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan (Tabel 3). Hal ini disebabkan oleh karena murid telah mendapatkan penyuluhan yang berulang kali di sampaikan oleh peneliti mengenai pengaruh positif dan negatif makanan jajanan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Jadi, sebelum seseorang berperilaku baru, dia harus tahu terlebih dahulu apa arti atau manfaat perilaku tersebut (Notoatmodjo, 2003).

Pada kelompok pembanding terjadi penurunan skor rerata tindakan disebabkan mereka tidak diberikan perlakuan/ penyuluhan sama sekali mengenai makanan jajanan yang sehat, serta kurangnya informasi dari pihak sekolah mengenai cara pemilihan makanan jajanan terhadap murid sementara makanan jajanan yang tersedia di dalam dan di luar pagar sekolah beraneka ragam.

Berdasarkan hasil analisis statistik *uji t independent* didapatkan $p = 0,010$ yang berarti ada perbedaan/ pengaruh penyuluhan gizi metode ceramah dan leaflet terhadap tindakan murid dalam memilih makanan jajanan antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Bintaria S, (2011) menyimpulkan bahwa penyuluhan dengan metode ceramah dan poster terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan murid di SD sangat berpengaruh terhadap peningkatan tindakan murid dengan perbedaan rata-rata=9,990 dan taraf signifikan=0,000.

Sejalan juga dengan penelitian Ira Rahmawati dkk bahwa penyuluhan dengan media modul dan audio visual sangat berpengaruh ($p < 0,05$) terhadap tindakan ibu balita gizi kurang dan buruk di Kabupaten Kota Waringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah.

Menurut Notoatmodjo (2003) Setelah seseorang mengetahui stimulus atau objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian terhadap apa yang diketahui, proses selanjutnya diharapkan dia akan melaksanakan apa yang diketahui atau disikapinya. Inilah yang disebut tindakan kesehatan. Tindakan anak sekolah terhadap makanan tercermin dari kebiasaan makannya.

Dalam penelitian ini kebiasaan makan anak sekolah sangat khas dan berbeda sehingga perlu perhatian khusus, terutama bila kebiasaan jajan tersebut kurang baik akan dapat mengakibatkan penurunan status gizi. Adanya pengaruh penyuluhan tentang makanan jajanan murid pada kelompok perlakuan terhadap peningkatan skor tindakan, menunjukkan bahwa materi penyuluhan yang diberikan telah benar-benar dipahami sehingga

menambah pengetahuan dan sikap yang di dukung oleh tindakan murid ke arah positif dalam memilih makanan jajanan.

KESIMPULAN

1. Gambaran perilaku murid pada kelompok perlakuan pretest dan postest
 - Rerata Skor pengetahuan 7,80 dan 8,80 selisih rerata 1
 - Rerata Skor sikap 8,30 dan 8,78 selisih rerata 0,48
 - Rerata Skor tindakan 9,10 dan 9,58 selisih 0,48
- Gambaran perilaku murid pada kelompok pembanding pretest dan postest
 - Rerata Skor pengetahuan 7,25 dan 7,33 selisih rerata 0,08
 - Rerata Skor sikap 7,88 dan 7,65 selisih rerata -0,23
 - Rerata Skor tindakan 9,13 dan 8,93 selisih rerata -0,20
2. Ada perbedaan/ pengaruh penyuluhan gizi metode ceramah dan leaflet terhadap pengetahuan murid antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding ($p=0,035$)
3. Ada perbedaan/ pengaruh penyuluhan gizi metode ceramah dan leaflet terhadap sikap murid antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding ($p=0,020$)
4. Ada perbedaan/ pengaruh penyuluhan gizi metode ceramah dan leaflet terhadap tindakan murid antara kelompok perlakuan dan kelompok pembanding ($p=0,010$)

SARAN

1. Peran orang tua

Sangat diharapkan peran orang tua murid dalam memberikan makanan yang bergizi dan mengajarkan anak untuk mengonsumsi atau memilih makanan jajanan yang bergizi. Pendekatan yang baik dengan anak dan komunikasi atau cara penyampaian pendidikan dasar mengenai makanan jajanan yang bergizi dapat membuat anak lebih berhati-hati dalam memilih makanan atau jajanan. Perhatian dari kedua orang tua sangat diperlukan terutama pada jajanan dan makanan kesukaannya. Makanan yang diberikan saat dirumah hendaknya memperhatikan nilai gizi dengan menyesuaikan kondisi sosial ekonomi keluarga.

2. Peran guru

Sangat diharapkan peran guru di sekolah guna memberikan pendidikan dasar dan pengawasan secara aktif mengenai makanan atau jajanan yang baik dikonsumsi dan tidak baik untuk dikonsumsi. Perlu pengawasan di sekitar lingkungan sekolah akan jajanan yang bergizi dan tidak bergizi dan melarang pedagang di sekitar sekolah menjual makanan yang tidak bergizi. Perlu penanganan secara khusus dari pemerintah untuk menangani permasalahan ini. Sosialisasi mengenai asupan gizi yang dibutuhkan oleh anak sekolah dasar dapat dilakukan sebagai upaya promotif untuk meningkatkan status gizi anak sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjelisa, dkk. 2010. **Sosialisasi Cara Penggunaan Obat yang Baik melalui Penyebaran Poster dan Leaflet pada Unit Pelayanan Kesehatan di Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang**. Pengabdian Masyarakat Tahun ke III (1): 73-90.
- Amir Aswita, 2008 **Pengaruh penyuluhan model pendampingan terhadap perubahan status gizi anak usia 6-24 bulan**. Tesis Gizi Kesmas Undip. Semarang.
- Azwar Syaifudin, 2007 **Sikap Manusia**, Pustaka Pelajar Offset
- Bintaria S Dinatia, 2011, **Pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan poster terhadap perilaku konsumsi makanan jajanan murid di SD Kelurahan Pincuran Kerambil Kec. Sibolga Sambas Kota Sibolga tahun 2011**.
- Depkes RI. 2005. **Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah**. <http://depkes.go.id>. Diakses pada tanggal 4 Januari 2011.
- Depkes RI. 2007. **Panduan Promosi Kesehatan di Sekolah**. <http://depkes.go.id>. Diakses pada tanggal 4 Januari 2011.
- Handayani, L. 2008. **Pengaruh Poster sebagai Promosi Kesehatan terhadap Perilaku Ibu dalam Pemberian MP-ASI pada Baduta (6-24 bulan) di Posyandu Kelurahan Asam Kumbang Kecamatan Medan Selayang Tahun 2008**. Skripsi Gizi Kesehatan Masyarakat USU. Medan.
- Ishak S, Ismail D, Wilopo SA. 2005. **Perbandingan Efektifitas Metode Partisipatif dengan Informatif dalam meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Diare Anak Balita**
- Rahmawati Ira dkk, 2007, **Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Dan perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan buruk di Kabupaten Kota Waringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah**
- Judarwanto, W. 2008. **Perilaku Makan Anak Sekolah**. <http://gizi.net>. Diakses pada tanggal 4 Januari 2011.
- Khomsan, A. 2003. **Pangan dan Gizi untuk Kesehatan**. PT. Raja Grafindo Persada: Jakarta.
- Lucie, S. 2005. **Teknik Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat**. Penerbit Ghalia Indonesia: Bogor.
- Mudjajanto, E. S. 2006. **Keamanan Makanan Jajanan Tradisional**. Penerbit Buku Kompas: Jakarta.
- Moehji, S, 2003 **Ilmu Gizi Daur Kehidupan**, Jakarta : Bhratara Niaga Media
- Notoatmodjo, S. 2003. **Pendidikan dan Perilaku Kesehatan**. PT. Rineka Cipta: Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2005. **Metodologi Penelitian Kesehatan**. PT. Rineka Cipta: Jakarta.
- Purtiantini, 2010, **Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Pemilihan Makanan Jajanan dengan Perilaku Anak Memilih Makanan di SDIT Muhammadiyah A 1 Kautsar Gumpang Kartasura**. Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Suharjo. 2003. **Berbagai Cara pendidikan Gizi**. Bumi Aksara. Jakarta.
- Walgito B. Psikologi Sosial Suatu Pengantar, Yogyakarta: Penerbit Andi Offset, 1994).
- Yulianingsih, P. 2009. **Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Sikap Anak Sekolah Dasar Dalam Memilih Makanan Jajanan di Madrasah Ibtidaiyah Tanjunganom, Kecamatan Baturetno, Wonogiri**. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Diploma III Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta.