

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MAKANAN SEHAT TERHADAP FREKUENSI KONSUMSI JAJANAN PADA SISWA KELAS VB DI SD NEGERI PONDOK RUMPUT KOTA BOGOR TAHUN 2023

Amalia Agustina², Eni Rizki Rahayu³

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKes Wijaya Husada

E-mail : amalia.agustina31@gmail.com

ABSTRAK

Frekuensi konsumsi jajanan adalah berapa kali dalam sehari. Studi frekuensi konsumsi jajanan menghasilkan informasi *variable*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas frekuensi makanan siswa tergolong sering, karena anak cenderung makan sebelum masuk sekolah, saat istirahat, sepulang sekolahan, dan di rumah. Penelitian ini bertujuan mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Konsumsi Jajanan Pada Siswa Kelas VB Di Sd Negeri Pondok Rumpu Kota Bogor Tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode pre-eksperimental menggunakan desain *one group pre-test and post-test*. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik *probability sampling* dengan menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel 33 responden, instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan Frekuensi Konsumsi Jajanan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dari 105 bahan makanan menunjukkan 54 bahan makanan dengan kategori cukup (51,4%) dan Frekuensi Konsumsi Jajanan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dari 105 bahan makanan menunjukkan 53 bahan makanan dengan kategori kurang (50,5%). Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh karena hasil hipotesis uji Nonparametric *Wilcoxon Signed Rank* diketahui nilai Asymp sig. yaitu $0,001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB Sd Negeri Pondok Rumpu Kota Bogor Tahun 2023". Sehingga adapun saran dalam penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan dalam melakukan penyuluhan tentang konsumsi makan jajanan.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Frekuensi Konsumsi Jajanan

ABSTRACT

The frequency of snack consumption is the number of times a day. Studies of the frequency of snack consumption produce variable information. The results showed that the majority of students' food frequency was frequent, because children tend to eat before entering school, during breaks, after school, and at home. This study aims to determine the effect of health education about healthy food on the frequency of snack consumption in class VB students at SD Negeri Pondok Rumpu Bogor City in 2023. This type of research is quantitative research with pre-experimental methods using one group pre-test and post-test design. The sampling method in this study uses probability sampling techniques using simple random sampling with a sample of 33 respondents, this research instrument uses questionnaires. The results of this study showed that the Frequency of Consumption of Snacks Before Health Education from 105 foodstuffs showed 54 foodstuffs with sufficient categories (51.4%) and the Frequency of Snack Consumption After Health Education from 105 foodstuffs showed 53 foodstuffs with less categories (50.5%). This study shows an influence because the results of the Nonparametric Wilcoxon Signed Rank test hypothesis are known to be Asymp sig values. which is $0.001 < 0.05$, so it can be concluded that there is "The Effect of Health Education on Healthy Food on the Frequency of Snack Consumption of Class VB Students of Sd Negeri Pondok Rumpu Bogor City in 2023". So that the suggestions in this study are expected to be used as one of the considerations in making policies in conducting counseling on snack consumption.

Keywords : Health Education, Frequency of Snack Consumption

PENDAHULUAN

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket untuk menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden¹.

Menurut Mary Jo Forbord dalam situs Minnesota Food Charter, makanan sehat atau yang dalam Bahasa Inggris lebih dikenal sebagai healthy food adalah hak untuk setiap manusia memilih beragam makanan bergizi yang bisa didapat melalui proses menanam, memanen serta mengolah secara berkelanjutan. Makanan sehat dapat disimpulkan jika salah satu kategori makanan sehat adalah bersifat alami atau tanpa bahan kimia. Dikutip situs Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud), kekurangan dan kelebihan zat gizi dapat berakibat negatif terhadap kesehatan tubuh².

Pengetahuan seorang siswa terhadap gizi berpengaruh terhadap pengetahuan makanan berserat pada siswa itu sendiri. Selanjutnya, berdasarkan pendapat sodiatomo menyatakan bahwa semakin tinggi pengetahuan gizinya semakin diperhitungkan jenis dan kualitas makanan yang dipilih dikonsumsi. Sehingga pengetahuan seorang siswa terhadap gizi berpengaruh terhadap pengetahuan makanan berserat pada siswa itu sendiri. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2015 Anak sekolah biasanya menghabiskan waktu yang sama di sekolah setiap hari, sehingga anak memiliki lebih banyak kesempatan untuk mendapatkan makanan, terutama makanan yang dibeli di luar rumah untuk jajan.

Frekuensi konsumsi jajanan adalah berapa kali dalam sehari. Studi frekuensi konsumsi jajanan menghasilkan informasi *variable*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas frekuensi makanan siswa tergolong sering, karena anak cenderung makan sebelum masuk sekolah, saat istirahat, sepulang

sekolahan, dan di rumah.

Di Indonesia, jajanan jajanan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari anak sekolah. Hasil studi tahun 2018 oleh Mudian et al menunjukkan porsi energi snack terbesar adalah 607 kkal dan diperkirakan hingga 195 anak makan lebih banyak karena konsumsi snack. Penelitian lain menunjukkan hal serupa, dimana porsi energi makanan cukup besar, yaitu 24,7% dari jumlah harian atau 494 kkl. Ketersediaan makanan ringan tidak dijamin dalam hal keamanan pangan³.

Frekuensi konsumsi jajanan di Bogor untuk kelompok jajanan dari frekuensi konsumsi tertinggi hingga terendah adalah gorengan seperti bakso gorengan, tempe goreng, ceker ayam, dan cireng goreng yang merupakan makanan yang paling banyak dikonsumsi anak-anak yaitu, mereka makan rata-rata 7 kali per minggu, atau sekitar 1,25 kali per kali makan (ada 5 jenis) per minggu. Umumnya subjek menyukai gorengan karena rasanya yang gurih dan sesuai selera (59,5%). Makanan yang digoreng adalah makanan yang asin, biasanya dengan cabai rawit. Penambahan bumbu pedas ini seringkali membuat ketagihan⁴.

Makanan ini seringkali tidak

diolah secara higienis dan juga menggunakan bahan berbahaya seperti pewarna karena harganya yang murah. Jadi, makanan jajanan adalah makanan yang diujakan pedagang di tempat keramaian atau tempat umum yang disiapkan atau di santap, namun kemurnian dan kandungan makanan tersebut jarang diperhatikan⁵.

Pemilihan makanan jajanan yang secara alami dikonsumsi siswa tentu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor ini bisa datang dari dalam siswa (faktor internal) dan dari luar/lingkungan siswa (faktor eksternal). Pengetahuan gizi merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi konsumsi makanan jajanan⁶. Salah satu dampak dari mengkonsumsi makanan jajanan sembarangan yaitu, gangguan pencernaan yang sering dialami anak akibat sesekali mengkonsumsi jajanan sembarangan dan menyebabkan diare. Diare sering dikaitkan dengan penyakit yang disebabkan melalui feses dan melalui mulut makanan atau minuman yang terkontaminasi bakteri, salah satu *Escherichia coli*. Kontaminasi juga dapat diakibatkan oleh makanan mentah, dan kebersihan pribadi yang buruk, terutama oleh penjamah makanan³.

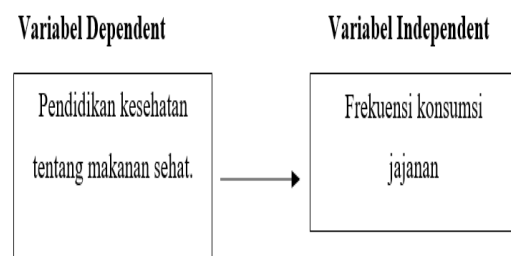
Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada hari Kamis 4 Mei 2023. Didapatkan data siswa SD Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor sebanyak 110 siswa. Selain itu, peneliti menemukan saat pagi hari, masih banyak dijumpai beberapa siswa yang membeli makanan jajanan untuk sarapan. Pada saat jam istirahat, terlihat hanya ada beberapa siswa saja yang membawa bekal. Selebihnya siswa yang tidak membawa bekal ada yang membeli makan jajanan di kantin dan ada pula yang hanya di kelas. Saat jam pulang sekolah banyak pula dijumpai siswa membeli makanan jajanan di kantin sekolah maupun di luar sekolah. Makanan yang dijual oleh pedagang di lingkungan sekolah yaitu cireng, cilok, batagor, cakue, seblak dan masih banyak pedagang yang tidak sesuai dengan standar hygiene dengan kualitas grobak maupun alat yang digunakan pedagang yang kurang bersih dan terawat, masih banyak pedagang yang tidak memakai sarung tangan, apron maupun pelindung kepala (hairnet kitchen).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh Pendidikan kesehatan tentang makanan sehat terhadap frekuensi

konsumsi pada siswa SD Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti masalah manusia dan sosial. Dimana peneliti akan melaporkan dari hasil penelitian berdasarkan laporan pandangan data dan analisa data yang didapatkan di lapangan, kemudian di deskripsikan dalam laporan penelitian secara rinci⁷. Kerangka konsep penelitian merupakan suatu cara yang digunakan untuk menjelaskan hubungan atau kaitan antara variabel yang akan diteliti. Kerangka teori pada penelitian ini adalah:



Bagan Kerangka konsep

Pengaruh tingkat pengetahuan terhadap frekuensi konsumsi jajanan siswa SD Negeri Pondok Rumpit Kota

Bogor.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 5 dengan jumlah keseluruhan 145 siswa dari SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor.

**Tabel Jumlah Siswa Kelas 5
Sdn Pondok Rumput Kota Bogor
Tahun Pelajaran**

No	Nama	Jumlah		Total
		L	P	
1.	Kelas 5A	16	20	36
2.	Kelas 5B	16	21	37
3.	Kelas 5C	18	19	37
4.	Kelas 5D	17	18	35
Jumlah				145

Menurut Sugiyono, sampel diartikan sebagai bagian dari keseluruhan dan karakteristi populasi. Dijelaskan pula bahwa pengambilan sampel dilakukan oleh peneliti karena beberapa keadaan. Karena jumlah objek penelitian yang sangat banyak dan tidak memungkinkan bagi peneliti untuk meneliti objek secara keseluruhan. Teknik ini biasa disebut dengan metode sampling atau teknik sampling⁸. Menurut Arikunto (2017) mengatakan bahwa apabila subjeknya kurang dari 100, maka seluruh populasi menjadi sampel penelitian⁹. tetapi jika subjeknya lebih dari 100 maka dapat diambil 10-

15% atau 15-25%. Berdasarkan teori tersebut dalam penelitian ini mengambil perhitungan sampel sebanyak 30% dari jumlah populasi 110. Maka jumlah sampel yang diambil adalah $110 \times 30\% = 33$, sehingga dalam penelitian ini jumlah sampel yang didapat adalah 33 responden.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *simple random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Sesuai dengan hasil penelitian karakteristik responden di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor adalah sebagai berikut:

A. Jenis Kelamin

Tabel

**Distribusi Frekuensi Karakteristik
Responden Berdasarkan Jenis
Kelamin**

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
1	Laki-laki	17	51,5
2	Perempuan	16	48,5

Total	33	100%
-------	----	------

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel diatas, data distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 33 responden, didapatkan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki sebanyak 17 responden (51,5%).

B. Usia

**Tabel Distribusi Frekuensi
Karakteristik Responden
Berdasarkan Usia**

No	Usia	Jumlah	Presentase (%)
1	10 tahun	1	3,0
2	11 tahun	27	81,8
3	12 tahun	5	15,2
Total		33	100%

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel diatas, data distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 33 responden, didapatkan usia terbanyak adalah 11 tahun sebanyak 27 responden (81,8%).

2. Anilisis Univariat

A. Distribusi Frekuensi Konsumsi

Jajanan Siswa Sebelum

Diberikan Pendidikan

Kesehatan

Tabel

**Distribusi Frekuensi Konsumsi
Jajanan Siswa Sebelum Diberikan
Pendidikan Kesehatan**

No	Pre Test	Frekuensi	Presentase (%)
1	Cukup	54	51,4
2	Kurang	51	48,6
Total		105	100%

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel data distribusi frekuensi konsumsi jajanan siswa sebelum diberikan Pendidikan kesehatan pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan cukup sebanyak 54 bahan makanan (51,4%).

B. Distribusi Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

**Tabel Distribusi Frekuensi Konsumsi
Jajanan Siswa Sesudah Diberikan
Pendidikan Kesehatan**

No	Post Test	Frekuensi	Presentase
----	-----------	-----------	------------

			(%)
1	Cukup	52	49,5
2	Kurang	53	50,5
	Total	105	100%

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel data distribusi frekuensi konsumsi jajanan siswa sesudah diberikan Pendidikan kesehatan pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan kurang sebanyak 53 bahan makanan (50,5%).

2. Analisis Bivariat

A. Uji Normalitas

Tabel

Hasil Uji Normalitas Shapiro-wilk

Pendidikan Kesehatan Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan	Statistic	Df	Sig.
Pre-Test	0,636	105	0.000
Post-Test	0,636	105	0.000

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel menunjukkan bahwa berdasarkan Hasil Uji Normalitas Shapiro-wilk pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 dari 33 responden diketahui bahwa nilai signifikan yaitu

0,000 saat *Pre-Test* dan 0,000 saat *Post-Test*. Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal.

B. Uji Hipotesis

Tabel

Hasil Hipotesis Uji Non Parametric

Wilcoxon Signed Rank Test

Frekuensi Konsumsi Jajanan	P Value
Post Test - Pre Test	0,001

Sumber: SPSS Versi 25

Berdasarkan Tabel Hasil Hipotesis Uji Nonparametric Wilcoxon Signed Rank Test pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023 dari 33 responden, diketahui nilai signifikan yaitu 0,001 jika nilai signifikan $< 0,05$ Hipotesis (H_a diterima, H_0 ditolak). Maka terdapat perbedaan antara hasil *Pre-Test* dengan *Post-Test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Makanan Sehat terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB Sd Negeri Pondok Rumpit Kota Bogor Tahun 2023.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

A. Pre Test Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB SD

Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan Distribusi Frekuensi konsumsi jajanan siswa sebelum diberikan Pendidikan kesehatan pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan cukup sebanyak 54 bahan makanan (51,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian Wulan Angraini dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan, dengan nilai pre test Rata-rata frekuensi jajan siswa perhari pada pengukuran pertama adalah 13,20 dengan standar deviasi 13,68.

Pada usia sekolah dasar anak gemar sekali jajan, sehingga mereka menolak untuk makan pagi di rumah dan sebagai ganti dimintanya uang untuk jajan. Saat ini beragam jenis makanan jajanan anak sekolah dasar yang dijual di lingkungan sekolah terutama di kantin. Perilaku gizi yang salah pada anak-anak perlu mendapat perhatian. Misalnya tidak sarapan pagi, jajan yang tidak sehat di sekolah, kurang mengonsumsi sayuran, buah, dan susu,

terlalu banyak mengonsumsi fast food dan junk food, makanan yang mengandung bahan pengawet, pewarna, dan penambah cita rasa. Menurut Asumsi Peneliti, Dilihat dari frekuensi jajan anak Pendidikan kesehatan dengan metode audio visual belum cukup efektif untuk merubah kebiasaan siswa mengonsumsi jajanan di sekolah.

Hal ini dikarenakan masih banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan jajan siswa di sekolah. faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan seperti pendapatan orang tua, dan teman sebaya. Tidak hanya itu kebijakan di sekolah juga dapat mempengaruhi kebiasaan jajanan di sekolah, apabila sekolah membuat peraturan tidak boleh berjualan di sekitar lingkungan sekolah dan menyediakan kantin sekolah yang sehat, hal ini dapat menekan kebiasaan anak untuk jajan sembarangan. Pengetahuan yang kurang tentang makanan yang baik dan sehat untuk dikonsumsi anak, selain itu kurangnya pemantauan dari orang tua dalam pemilihan makanan yang baik dikonsumsi anak dan pendidikan kesehatan tentang makanan sehat serta batasan bagi siswa jajan di luar lingkungan sekolah.

B. Post Test Frekuensi Konsumsi

Jajanan Siswa Kelas VB SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan data distribusi frekuensi konsumsi jajanan siswa sesudah diberikan Pendidikan kesehatan pada kelas VB di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Tahun 2023 diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan kurang sebanyak 53 bahan makanan (50,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian Syafleni tahun 2019 dari 64 responden yang diteliti, sebagian besar responden sering mengonsumsi jajanan sebanyak 44 (68,75%) responden. Dari 44 (68,75%) responden tersebut, ada sebanyak 32 (50,00%) responden sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi tidak KKM dan sebanyak 12 (31,25%) responden yang sering mengonsumsi jajanan dan memiliki prestasi KKM. diketahui bahwa kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, media massa, jenis jajanan.

Berdasarkan hasil kuesioner untuk jenis jajanan diketahui bahwa dari 64 orang siswa sebanyak 23 orang siswa menyatakan sebanyak 4 sampai dengan

6 kali dalam seminggu makan nasi goreng, sebanyak 11 orang siswa yang menyatakan sebanyak 1 kali sehari makan nasi goreng, sebanyak 5 orang siswa yang menyatakan tidak pernah makan nasi goreng, karena tidak menyukai nasi goreng. Kebiasaan konsumsi jajan pada siswa terjadi karena siswa menghabiskan seperempat waktu mereka di sekolah, di mana sekolah menyediakan beragam jenis makanan jajanan yang menarik. Street food menurut definisi Food and Agricultural Organization (FAO) adalah makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut.

Menurut Asumsi peneliti, kesimpulan penelitian yang dilakukan oleh peneliti Diketahui bahwa kebiasaan konsumsi jajanan pada anak sekolah dipengaruhi oleh lingkungan, teman sebaya, media massa, jenis jajanan. Selain itu, siswa juga sering mengonsumsi makanan jajanan berupa lontong, sosis goreng, sosis panggang, hamburger, donat, ayam goreng, roti bakar dan lainnya, Sedangkan minuman jajanan yang sering dikonsumsi oleh

siswa tersebut yaitu pop ice, aneka coffee, jus, dan lain-lain.

Adanya pengaruh antara konsumsi jajan dengan prestasi belajar pada penelitian ini dapat disebabkan oleh faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi. Salah satu faktor tersebut yaitu asupan protein. Kurang energi protein berhubungan dengan struktur dan fungsi pada otak yang dapat memengaruhi perkembangan kognitif. Oleh karena itu dengan diberikannya intervensi atau pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang tentang makanan sehat sebelum dan sesudah diberikan perlakuan

2. Analisis Bivariat

A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor

Berdasarkan pada dari hasil uji normalitas shapiro wilk di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor pada siswa kelas Vb diketahui dari 33 responden bahwa nilai signifikan yaitu $0,00 <$ dari $0,05$. Jika nilai signifikan $< 0,05$ maka data tersebut berdistribusi tidak normal. Saat dilakukannya Uji hipotesis berdasarkan tabel 4.5 hasil hipotesis uji

NonParametric Wilcoxon Signed Rank Test diketahui nilai signifikasi yaitu 0,001 jika nilai signifikasi $< 0,05$ hipotesis (H_a diterima H_0 ditolak) maka terdapat perbedaan antara hasil pre test dan post test , sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang makanan sehat terhadap frekuensi konsumsi jajanan pada siswa kelas vb di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Hadian Patusmayanti, dkk pada tahun 2016 dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas 5 SD Negeri 21 Sungai Raya Tentang Jajanan Sehat diketahui bahwa Hasil analisa data menggunakan uji paired sample test didapat nilai p-value tingkat pengetahuan $\alpha=0,00$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang jajanan sehat.

Makanan jajanan ini merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan atau di tempat-tempat keramaian umum yang langsung

dimakan atau dikonsumsi. Makanan tersebut sering tidak disiapkan secara higienis dan juga menggunakan bahan-bahan berbahaya misalnya zat pewarna karena harganya yang murah. Jadi makanan jajanan adalah makanan yang di jual oleh pedagang di tempat keramaian atau tempat umum dengan siap saji atau langsung dimakan, namun, jarang sekali memperhatikan kebersihan dan kandungan dari makanan tersebut.

Jadi, kesimpulan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah bahwa pendidikan kesehatan sangat mempengaruhi belajar anak dengan mengkonsumsi makanan yang berkualitas baik maka masalah kesehatan yang sering ditemukan pada anak karena konsumsi makanan yang kurang baik menyebabkan penurunan nafsu makan, gangguan saluran pencernaan dan jika dikonsumsi secara terus menerus akan mempengaruhi status gizi anak.

Hal tersebut dimungkinkan karena anak sering membeli makanan jajanan sembarangan. adanya Pengaruh Pendidikan kesehatan tentang makanan sehat terhadap frekuensi konsumsi jajanan pada siswa kelas vb di Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor. Dikarenakan siswa memahami dan

mendengarkan apa yang telah disampaikan peneliti tentang baik nya mengkonsumsi makanan sehat dan bersih.

KETERBATASAN PENELITIAN

Peneliti menyadari bahwa peneliti memiliki keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil peneliti. Keterbatasan tersebut yaitu Sulitnya menemui pihak sekolah dalam hal perizinan penelitian.

IMPLIKASI PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh menunjukan bahwa beberapa perubahan siswa kelas Vb mengenai pengetahuan tentang makanan sehat sebelum diberikan materi cukup kurang, tetapi setelah diberikan materi (perlakuan) jumlah perubahan pengetahuan dari frekuensi konsumsi makanan siswa berubah menjadi baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan seperti yang diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Diketahui Distribusi Frekuensi Konsumsi Jajanan Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Pada Siswa Kelas Vb Di SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor

Tahun 2023, diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan cukup sebanyak 54 bahan makanan (51,4%).

2. Diketahui distribusi frekuensi konsumsi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Pada Siswa Kelas VB Di SD Negeri Pondok Rumput Tahun 2023, diketahui dari 105 bahan makanan, didapatkan frekuensi konsumsi jajanan kurang sebanyak 53 bahan makanan (50,5%).
3. Diketahui bahwa adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Makanan Sehat Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB Di SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Tahun 2023 nilai signifikan yaitu 0,001 jika nilai signifikan $< 0,05$ Hipotesis (H_a diterima, H_0 ditolak). Maka terdapat perbedaan antara hasil *Pre-Test* dengan *Post-Test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh. Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan dan dapat disimpulkan bahwa adanya “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang

Makanan Sehat Terhadap Frekuensi Konsumsi Jajanan Siswa Kelas VB Di SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor Tahun 2023”

SARAN

1. Bagi siswa SD Negeri Pondok Rumput Kota Bogor. Disarankan untuk Pihak Sd Negeri Pondok Rumput Kota Bogor agar dapat bekerjasama dengan para pedagang di lingkungan sekolah dalam pengedukasian atau syarat untuk para pedang agar berjualan menggunakan sarung tangan, hairnet dan lainnya agar sesuai dengan standar hygiene sanitasi makanan dan meningkatkan pengetahuan tentang makanna sehat dan bersih.
2. Bagi Institusi Pendidik Stikes Wijaya Husada. Disarankan bagi institusi pendidikan dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi dikhususkan untuk ilmu kesehatan masyarakat mata kuliah kesehatan lingkungan agar penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan bagi mahasiswa lainnya
3. Bagi Peneliti Selanjutnya. Disarankan bagi penelitian

selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambah dari jumlah responden yang diteliti dan menambah cara penelitian dengan tidak hanya menggunakan kuesioner saja tetapi melalui wawancara atau alat ukur yang lain

DAFTAR PUSTAKA

1. Notoatmodjo. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka cipta. 2010
2. SDIT Tirta Buaran. Pentingnya Pengetahuan tentang Makanan Sehat. Makanan Sehat. 2020 Nov 15;
3. Usmayanti HP, Haryanto H, Pratama K. Pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas 5 (lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang jajanan sehat. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan. 2020 Apr 30;11(1):6–11.
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi dan frekuensi makanan jajanan siswa kelas X tata boga SMK N 1 Sewon
5. Leily Amalia. Preferensi dan frekuensi konsumsi makanan jajanan pada anak sekolah dasar di kecamatan cijeruk, kabupaten bogor. Jurnal Gizi dan Pangan. . 2012
6. Anggiruling DO, Ekayanti I, Khomsan A. Analisis Faktor Pemilihan Jajanan, Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2019 Mar 17;15(1):81
7. Salmaa. Metode Penelitian Kualitatif: Definisi, Jenis, Karakteristiknya [Internet]. penerbitdeepublish. 2023 [cited 2023 May 2]. Available from: <https://penerbitdeepublish.com>
8. Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, penerbit Alfabeta, Bandung
9. Arikunto, S. (2017). Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.