

Pengaruh Edukasi *Booklet* Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Jajanan di SD Negeri 209 Palembang

Dzuri Yatun¹, Sri Tirtayanti², Marwan Riki Ginanjar³

¹²³ Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang

Email: dzuriyatunnafisah@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Anak usia sekolah sering membeli jajanan di sekitar sekolah karena mudah diperoleh dan harganya terjangkau. Namun, banyak jajanan yang tidak memenuhi standar keamanan pangan. Data BPOM tahun 2021 mencatat 50 kasus KLB keracunan pangan dengan 2.569 anak terdampak, 1.783 anak sakit, dan 10 anak meninggal. Edukasi sederhana seperti *booklet* dapat menjadi alternatif media untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait jajanan sehat.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan mengevaluasi pengaruh edukasi melalui *booklet* terhadap pengetahuan siswa tentang jajanan sehat di SD Negeri 209 Palembang.

Metode: Desain penelitian menggunakan pra-eksperimen *one group pretest-posttest* dengan teknik total sampling. Sampel penelitian adalah 84 siswa kelas IV–V. Instrumen berupa kuesioner pengetahuan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan nomor 000003/KEP IKesT Muhammadiyah Palembang/2025.

Hasil: Median skor pengetahuan siswa sebelum edukasi adalah 10, meningkat menjadi 13 setelah intervensi, dengan hasil uji Wilcoxon $p=0,001 (<0,05)$. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah edukasi.

Kesimpulan: Edukasi menggunakan media *booklet* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat. Media ini dapat menjadi strategi alternatif promosi kesehatan di sekolah dasar, khususnya di daerah yang masih terbatas akses terhadap media elektronik.

Kata Kunci: anak sekolah, jajanan sehat, pengetahuan, edukasi, media *booklet*.

Abstract

Background: School-age children often buy snacks around schools because they are inexpensive and easy to access. However, many of these snacks do not meet food safety standards. Data from BPOM in 2021 reported 50 cases of foodborne outbreaks affecting 2,569 children, with 1,783 suffering illness and 10 deaths. Educational media such as booklets can serve as a practical tool to improve students' knowledge about healthy snacks.

Objective: This study aimed to evaluate the effect of booklet-based education on the knowledge of elementary school students regarding healthy snacks at SD Negeri 209 Palembang.

Method: This study employed a pre-experimental one group pretest-posttest design with total sampling. A total of 84 students from grades IV and V participated. Knowledge was assessed using a structured questionnaire. Data were analyzed using univariate statistics to describe respondent characteristics and the Wilcoxon test for bivariate analysis. Ethical approval was obtained from the Health Research Ethics Committee (No. 000003/KEP IKesT Muhammadiyah Palembang/2025).

Results: The median knowledge score increased from 10 before the intervention to 13 after, with Wilcoxon test results showing $p=0.001 (<0.05)$, indicating a significant difference.

Conclusion: This medium can be considered an alternative strategy for health promotion in schools, particularly in areas with limited access to electronic media.

Keywords: school children, healthy snacks, knowledge, education, booklet.

Pendahuluan

Sebagai generasi penerus bangsa, anak sekolah dasar dipandang sebagai aset penting yang kesehatannya harus diperhatikan demi terciptanya kualitas hidup dan sumber daya manusia yang lebih baik. (UNICEF, 2020). Proses tumbuh kembang yang optimal sangat dipengaruhi oleh kecukupan gizi serta kualitas asupan makanan sehari-hari (Akbar et al., 2021). Dalam keseharian, khususnya di sekolah dasar, Anak-anak cenderung menjadikan jajanan sebagai pilihan utama dalam keseharian mereka. Sebagian jajanan tersebut memang dapat memberikan energi tambahan, namun tidak sedikit pula yang justru berisiko bagi kesehatan anak (Rokhmah et al., 2020).

Menurut (S. L. R. Nasution et al., 2022), Yang dimaksud dengan jajanan adalah makanan atau minuman yang diolah serta dipasarkan di lingkungan sekolah dan umumnya dikonsumsi langsung tanpa melalui proses pengolahan tambahan. Anak usia sekolah cenderung mandiri dalam memilih jajanan, sehingga keputusan mereka kerap dipengaruhi oleh faktor lingkungan, teman sebaya, maupun tampilan produk (Patusmayanti et al., 2020).

Data global menunjukkan permasalahan serius terkait keamanan jajanan. Di Amerika, sekitar 3.000 anak meninggal tiap tahun akibat penyakit yang ditimbulkan oleh *foodborne disease* (Pires et al., 2021). Di Asia, kondisi serupa masih sering ditemukan. Di Tiongkok, lebih dari 250 anak mengalami sakit, bahkan 40 di antaranya meninggal, setelah mengonsumsi jajanan yang terkontaminasi mikroba ataupun bahan kimia berbahaya. (Liu et al., 2021). Data BPOM tahun 2021 menunjukkan adanya 50 insiden KLB keracunan makanan di Indonesia. Peristiwa ini berdampak pada 2.569 anak, di mana 1.783 anak mengalami gejala sakit dan 10 anak dilaporkan meninggal (E. Nasution et al., 2024).

Temuan BPOM menunjukkan bahwa sejumlah jajanan yang beredar di lingkungan sekolah tidak aman karena masih mengandung zat berbahaya seperti boraks, formalin, rhodamin B, dan metanil yellow. Ciri jajanan yang berwarna mencolok, berharga murah, dan memiliki rasa menarik membuat anak mudah tergoda untuk membeli (Andriani et al., 2022). Kondisi ini semakin

berisiko bila jajanan diolah tanpa memperhatikan sanitasi. Beberapa mikroorganisme patogen seperti *Salmonella*, *Listeria monocytogenes*, dan *Escherichia coli* sering ditemukan sebagai penyebab kontaminasi makanan (Islamiah et al., 2024).

Sayangnya, sebagian besar siswa sekolah dasar belum memiliki pemahaman memadai tentang gizi dan keamanan pangan. Mereka mudah terpengaruh iklan atau ajakan teman, sehingga rentan mengonsumsi jajanan berisiko. Dengan demikian, pembelajaran yang sistematis perlu diberikan supaya anak dapat mengenali perbedaan antara jajanan aman dan berisiko serta mampu menghindari kontak dengan zat aditif yang berpotensi merugikan kesehatan. (Sumarni et al., 2020). Pengenalan konsep kesehatan sejak dini diharapkan membentuk kebiasaan positif pada anak, sehingga kelak mereka dapat menjalani kehidupan dengan kualitas yang lebih baik.

Studi pendahuluan di SD Negeri 209 Palembang (12 Agustus 2024) menemukan bahwa mayoritas siswa di kelas IV dan V masih kurang memahami ciri-ciri jajanan sehat maupun bahan tambahan berbahaya. Hasil observasi juga menunjukkan banyak siswa lebih memilih jajan di luar sekolah karena kantin sekolah belum tersedia. Lingkungan sekitar sekolah pun kurang mendukung kebersihan, misalnya keberadaan parit terbuka, jalan berdebu saat kemarau, dan becek saat hujan. Situasi ini memperbesar risiko kesehatan siswa yang sering membeli jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima di lingkungan sekitar sekolah.

Atas dasar permasalahan tersebut, penelitian ini berfokus pada analisis dampak pemberian edukasi menggunakan *booklet* terhadap tingkat pemahaman siswa sekolah dasar mengenai jajanan yang aman dikonsumsi di SD Negeri 209 Palembang. Media *booklet* dipilih karena dianggap praktis, mudah dibaca, dan mampu menyajikan informasi dengan kombinasi teks serta ilustrasi yang menarik. Diharapkan, melalui intervensi ini anak tidak hanya memahami perbedaan jajanan sehat dan tidak sehat, tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam perilaku sehari-hari saat memilih makanan. Dengan demikian, penelitian ini memiliki kontribusi penting dalam upaya pencegahan dini masalah

kesehatan akibat konsumsi jajanan yang tidak aman di lingkungan sekolah dasar.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimen. Desain yang digunakan berupa *one group pretest-posttest*, di mana sekelompok siswa diberikan pengukuran pengetahuan sebelum dan setelah intervensi edukasi melalui *booklet*.

Penelitian dilaksanakan pada 7 Desember 2024 di SD Negeri 209 Palembang. Responden penelitian terdiri atas 84 siswa kelas IV dan V yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Semua siswa yang sesuai dengan kriteria inklusi diikutsertakan sebagai responden dalam penelitian ini. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan tentang jajanan sehat, yang disusun sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama berupa analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pengetahuan. Kedua, analisis bivariat digunakan untuk menilai perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Distribusi data yang tidak normal mengharuskan penggunaan uji Wilcoxon sebagai metode analisis non-parametrik.

Proses penelitian ini disertai dengan persetujuan etik yang dikeluarkan oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan, dengan nomor 000003/KEP IKesT Muhammadiyah Palembang/2025.

Hasil

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Usia Responden

Variabel	Median	SD	Min-Max
Usia	10,00	0,809	9-12

Sebagian besar responden berusia 10 tahun, dengan rentang usia antara 9 hingga 12 tahun. Nilai standar deviasi menunjukkan bahwa variasi usia relatif kecil.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
---------------	-----------	------------

Laki-Laki	43	51.2%
Perempuan	41	48.8%
Total	84	100%

Secara umum, jumlah responden laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, namun komposisi keduanya masih tergolong seimbang.

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Median	Min	Max
Pengetahuan sebelum intervensi	10,00	5	13
Pengetahuan sesudah intervensi	13,00	10	15

Sebelum diberikan intervensi edukasi, median skor pengetahuan siswa adalah 10 dengan nilai terendah 5 dan tertinggi 13. Setelah intervensi, median meningkat menjadi 13 dengan rentang nilai 10–15. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan secara umum setelah penggunaan media *booklet*.

Analisa bivariat

Tabel 4. Uji Normalitas Data Pengetahuan

Variabel	p-value	Hasil
Pengetahuan sebelum intervensi	0,001	Tidak normal
Pengetahuan sesudah intervensi	0,001	Tidak normal

Berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai $p=0,001$, yang menandakan data tidak terdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis selanjutnya menggunakan uji Wilcoxon sebagai alternatif non-parametrik.

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon

Variabel	Median	Min	Max	p-value
----------	--------	-----	-----	---------

Pengetahuan sebelum intervensi	10	5	13	0,001
Pengetahuan sesudah intervensi	13	10	15	0,001

Melalui uji Wilcoxon didapatkan nilai $p=0,001 (<0,05)$. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi dengan media *booklet* memberikan perubahan signifikan terhadap skor pengetahuan siswa dibandingkan sebelum intervensi.

Hasil analisis menunjukkan bahwa penyuluhan dengan media *booklet* mampu memberikan peningkatan nyata terhadap pengetahuan siswa. Sebelum edukasi, pemahaman siswa tentang jajanan sehat masih terbatas dengan median skor pengetahuan 10. Setelah diberikan edukasi, median meningkat menjadi 13. Perbedaan tersebut terbukti signifikan secara statistik ($p=0,001$). Temuan ini menegaskan bahwa *booklet* merupakan media edukasi yang efisien untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa meningkat secara signifikan setelah memperoleh penyuluhan dengan media *booklet*. Skor median pengetahuan yang awalnya berada di angka 10 naik menjadi 13 setelah intervensi, dengan hasil uji statistik $p=0,001$. Hal tersebut menegaskan bahwa penggunaan media cetak sederhana seperti *booklet* efektif dalam memperbaiki pemahaman siswa sekolah dasar terkait konsumsi jajanan sehat.

Pengetahuan pada dasarnya terbentuk melalui proses kognitif, di mana individu memperoleh informasi dari lingkungan melalui pancaindra, kemudian menyimpannya sebagai dasar pengambilan keputusan (Octaviana & Ramadhani, 2021). Faktor-faktor seperti usia, tingkat pendidikan, pengalaman, dan lingkungan sosial berperan besar dalam memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang (Theresia et al., 2020). Pada anak usia sekolah, pengetahuan sangat dipengaruhi oleh pengalaman belajar sehari-hari, sehingga penyampaian informasi dengan media yang sesuai menjadi penting.

Penelitian yang dilakukan mendukung temuan sebelumnya oleh (Angkat & Zahara, 2019) ang menunjukkan bahwa penggunaan *booklet* dalam edukasi efektif meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar terkait jajanan. Penelitian lain oleh (E. Nasution et al., 2024) memperkuat hasil ini, dengan menunjukkan bahwa media edukasi berupa *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai makanan jajanan sehat. Konsistensi temuan tersebut memperkuat bahwa *booklet* dapat menjadi media edukasi yang efektif, terutama untuk anak-anak yang membutuhkan informasi praktis, jelas, dan menarik secara visual.

Keunggulan *booklet* adalah ukurannya yang praktis, dapat dibaca kapan saja, serta memadukan teks dengan ilustrasi sehingga mudah dipahami oleh anak-anak. Media cetak ini mampu menarik minat baca siswa, memperkuat daya ingat, serta memfasilitasi pemahaman pesan kesehatan (Jatmika et al., 2019) (Laverack, 2020). Dengan demikian, penggunaan *booklet* dalam pendidikan kesehatan memberikan keuntungan ganda: tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga mendorong siswa untuk lebih selektif dalam memilih jajanan.

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa pemberian edukasi melalui *booklet* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai jajanan sehat. Media cetak ini juga relevan sebagai alternatif strategi promosi kesehatan di sekolah, terutama di daerah dengan sarana elektronik yang masih terbatas.

Kesimpulan

Edukasi menggunakan media *booklet* secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa kelas IV dan V di SD Negeri 209 Palembang mengenai jajanan sehat, sehingga media ini efektif digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan di sekolah dasar.

Saran

Pemanfaatan *booklet* sebagai media edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan dukungan guru dan penguatan dari orang tua melalui pembiasaan sehari-hari. Penelitian selanjutnya disarankan

mengembangkan dan membandingkan media edukasi lain, baik cetak maupun digital.

Daftar Pustaka

- Akbar, H., Alexander, N., Paundanan, M., & Agustin. (2021). The Relationship of Knowledge with the Attitudes of Parents in Choosing Healthy Stays for Students in I Upai State School North Districts Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4, 164–171.
- Andriani, D. A., Anggreini, M., Sudarti, Fitri, Y., Herniati, & Asthiningsih, N. W. W. (2022). Edukasi clean and healthy life pada anak usia sekolah dengan “jahat” jajanan sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 1(1), 15–20.
- Angkat, A. H., & Zahara, R. (2019). Pengaruh Booklet Makanan Jajanan terhadap Pemilihan Jajanan pada Anak Sekolah di Medan Helvetia. *Jurnal Dunia Gizi*, 2(2), 116–121.
- Islamiah, A. S. N., Fajrianti, G., & Rizkiah, F. (2024). Analisis Perilaku Pedagang Kaki Lima terhadap Hygiene Sanitasi. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.31539/jka.v6i1.8612>
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2019). Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan. In *K-Media*.
- Laverack, G. (2020). *Promosi Kesehatan* (Issue November).
- Liu, J., Lee, Y., Micha, R., Li, Y., & Mozaffarian, D. (2021). Trends in junk food consumption among US children and adults, 2001–2018. *American Journal of Clinical Nutrition*, 114(3), 1039–1048. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab129>
- Nasution, E., Hidayat, H. P., & Sihotang, U. (2024). Pengaruh Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak dalam Memilih Makanan Jajaan Sehat pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 104244 Jati Sari Lubk Pakam. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(1), 157–166. <https://doi.org/10.55606/innovation.v2i1.2124>
- Nasution, S. L. R., Suyono, T., Girsang, E., & Bangun, A. A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Jajan Siswa-Siswi terhadap Kejadian Diare Akut. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(2), 1038–1046. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i2.4721>
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). Pengetahuan (Knowladge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Poinir LPPM*, 7(1), 210–219.
- Patusmayanti, H., Haryanto, H., Pratama, K., & Mardiyani, R. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas 5 (Lima) SD Negeri 21 Sungai Raya tentang Jajanan Sehat. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 6–11. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.113>
- Pires, S. M., Desta, B. N., Mughini-Gras, L., Mmbaga, B. T., Fayemi, O. E., Salvador, E. M., Gobena, T., Majowicz, S. E., Hald, T., Hoejskov, P. S., Minato, Y., & Devleesschauwer, B. (2021). Burden of foodborne diseases: think global, act local. *Current Opinion in Food Science*, 39(February), 152–159. <https://doi.org/10.1016/j.cofs.2021.01.006>
- Rokhmah, D., Khoiron, Wahyuningsih, M. S. E. S., Pratiwi, S. A., Aprilya, N., & Saputro, R. V. (2020). Knowledge, attitude, and behaviour about healthy snacks selection with health literacy in primary school students at the rural area. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 485(1). <https://doi.org/10.1088/1755-1315/485/1/012029>
- Sumarni, N., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2020). Penyuluhan Kesehatan tentang Jajanan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 3 (3) 192–6.
- Theresia, F., Tjhay, F., Surilena, S., & Widjaja, N. T. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Siswa Smp Di Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 101–113. <https://doi.org/10.22435/kespro.v11i2.3142.101-113>