

PENGARUH MEDIA KOMIK UNTUK PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM PEMILIHAN JAJANAN SEHAT

Benedikta Mariana,[✉] Iman Jaladri, Suaebah
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

ABSTRAK

Jajanan memiliki risiko penyebab terjadinya keracunan pangan. Salah satu usaha untuk mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman adalah dengan promosi keamanan pangan kepada anak sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui komik sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam pemilihan jajanan sehat. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan rancangan penelitian pre-test post-test with control group design. Uji hipotesis menggunakan uji paired sample t-test dan independent sample t-test. Hasil penelitian membuktikan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap pada kelompok eksperimen. Selisih peningkatan pengetahuan pada kelompok eksperimen lebih besar yaitu sebanyak 15,89 dibandingkan dengan kelompok kontrol. Sedangkan selisih peningkatan nilai sikap pada kelompok eksperimen lebih besar yaitu 16,63 poin. Berdasarkan analisa statistik pada pengetahuan dan sikap didapatkan $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$. Kesimpulan penelitian ini yaitu media komik terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang pemilihan makanan jajanan sehat.

Kata Kunci : Pengetahuan; Sikap; Jajanan Sehat

ABSTRACT

Snack has a risk of food poisoning. One way to reduce exposure schoolchildren to unhealthy snacks is with food safety promotion. The purpose of this study is to know the effects of education through the comic as media to improve knowledge and attitude of schoolchildren in case the selection of the healthy snacks. The kind of research that I use in this study is quasi experiment with a research plan pre-test post-test with control group design. Hypothetical testing uses paired sample t-test and independent sample t-test. Research results prove that there has been an increase in knowledge in the experiment. The difference in the increase in knowledge of the experiment group is bigger as much 15,89 than about the experiment control. And the difference in the increase in attitude to experiment group is bigger as much 16,63 points. Based on the analysis statistics of knowledge and attitude acquired $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$. The conclusion of this study is the comic book have proven to be improving of knowledge and attitude schoolchildren toward the selection of healthy snacks.

Keywords : Knowledge, Attitude, Healthy Snacks

PENDAHULUAN

Anak sekolah menurut definisi *World Health Organization* (WHO) yaitu golongan anak yang berusia 7-15 tahun, sedangkan di Indonesia umumnya anak sekolah yang berusia 7-12 tahun (Iklima, 2017). Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, Salah satu indikator kualitas sumber daya manusia yaitu keadaan gizi yang baik, (Sungkowo, 2008 dalam Briawan, 2013). Survei yang dilakukan di Bogor pada tahun 2004 menyatakan bahwa sebanyak 36% kebutuhan energi anak sekolah bersumber dari pangan jajanan yang mereka konsumsi, tetapi peranan strategis tersebut tidak diimbangi dengan mutu dan keamanan pangan jajanan yang baik (Hamida, 2012).

Data pengawasan PJAS (Pangan Jajanan Anak Sekolah) yang dilakukan Direktorat Inspeksi dan Sertifikat Pangan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) secara keseluruhan, pangan jajanan anak sekolah (PJAS) yang memenuhi syarat meningkat. Pada tahun 2011 tercatat 83% yang memenuhi syarat keamanan dan tahun 2012 meningkat menjadi 87,74%.

Berdasarkan pengambilan sampel pangan jajanan anak sekolah yang dilakukan di 6 kota (Jakarta, Serang, Bandung, Semarang, Yogyakarta dan Surabaya), ditemukan 72,08% positif mengandung zat berbahaya. Selain itu, 45% makanan jajanan sekolah merupakan makanan jajanan yang berbahaya (Hamida, 2012).

Kebutuhan kalori anak sekolah dasar adalah sekitar 1500-2000 kalori setiap hari, tergantung kelompok usia. Untuk memenuhi kebutuhan energi tersebut dapat diperoleh dari makanan yang disediakan di rumah dan dari makanan jajanan, (Ambarwati, 2015).

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) pada tahun 1990 terhadap makanan jajanan di daerah Jakarta dan Semarang, menunjukkan bahwa pisang molen dan manisan kedondong yang dijual di wilayah Jakarta setelah diuji ternyata positif mengandung *methanol yellow*, dan di dalam limun merah yang diuji terdapat *amaranth*. Sedangkan di Semarang, minuman yang mengandung *rhodamine B* ternyata 54,55% dari 22 contoh yang diuji, dan 31,82% dari 44 contoh

[✉]Email korespondensi : benedikta5597@gmail.com

pangan yang diuji juga positif menggunakan pewarna terlarang seperti *rhodamine B*, *methanol yellow*, atau *orange RN.1*

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang makanan dan zat gizi, sumber-sumber zat gizi pada makanan, makanan yang aman dikonsumsi sehingga tidak menimbulkan penyakit dan cara mengolah makanan yang baik agar zat gizi dalam makanan tidak hilang serta bagaimana hidup sehat, (Notoatmodjo, 2003 dalam Florence, 2017).

Tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya berpengaruh pada keadaan gizi yang bersangkutan. Pengetahuan gizi yang baik merupakan salah satu faktor dalam menuntun anak untuk memilih makanan yang bersumber dari zat gizi dan memilih makanan jajanan yang sehat.

Makanan jajanan adalah semua makanan yang dihidangkan oleh mamang-mamang pada waktu istirahat dan dikonsumsi sebagai penganjil dan penunda waktu. Pangan jajanan memegang peranan penting dalam memberikan asupan energy dan zat gizi bagi anak usia sekolah yang akan menunjang pertumbuhan dan prestasi belajar anak sekolah, (Maduretno, 2015). Pangan jajanan anak sekolah (PJAS) perlu mendapatkan perhatian yang serius karena sangat berisiko terhadap cemaran kimia dan biologi. Hasil uji PJAS di laboratorium menunjukkan dari 4808 sampel, sebanyak 1705 sampel (35,46%) yang berasal dari 866 Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah yang tersebar di 30 kota di Indonesia, tidak memenuhi persyaratan (TMS) keamanan dan atau mutu pangan, (Damayanthi, 2013).

Istilah media berasal dari kata Medium, yang artinya operator atau pembawa. Media menunjukkan item yang dirancang khusus untuk menjangkau audiens yang besar (Preeti, 2014). Salah satu usaha untuk mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman adalah dengan promosi keamanan pangan kepada anak sekolah, (Notoatmodjo, 2012 dalam Wulandari, 2016).

Salah satu media penyuluhan yang dapat digunakan untuk menarik perhatian siswa adalah gambar. Gambar dapat menimbulkan kreatifitas siswa yang beragam dalam membahasakannya. Keunggulan media gambar ini yaitu dapat memperjelas suatu permasalahannya dengan melihat gambar yang jelas dan sesuai dengan pokok bahasan.

Anak-anak banyak yang lebih menyukai gambar kartun atau karikatur dibandingkan dengan gambar poster. Perpaduan antara gambar dengan isi tentang keamanan makanan jajanan ini dapat memberikan suatu informasi serta pendidikan pada anak yang lebih mudah dipahami dan dimengerti maksud dan tujuannya. Anak juga dapat menikmati gambar lucu

dalam komik yang dikemas dengan tema keamanan makanan jajanan, serta dapat pula dijadikan suatu hiburan dan ada maksud pendidikan di dalamnya. Menurut (Salawati, 2015) kesimpulan dari hasil penelitiannya membuktikan bahwa siswa SD menyukai warna dan gambar komik yang menarik.

Sebagai salah satu media visual yang digunakan untuk menunjang pembelajaran komik mempunyai kelebihan. Kelebihan media komik untuk kegiatan belajar mengajar adalah Komik menambah perbendaharaan kata-kata pembacanya, mempermudah anak didik menangkap hal-hal atau rumusan yang abstrak, dapat mengembangkan minat baca anak dan salah satu bidang studi yang lainnya, dan seluruh jalan cerita komik menuju satu hal yakni kebaikan atau studi yang lain.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui pengaruh komik jajanan sehat untuk peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai pemilihan jajanan sehat pada anak sekolah. Penelitian dilakukan pada siswa SD Negeri 4 Pontianak Timur dan SD Negeri 9 Pontianak. Siswa akan rentan mengalami kejadian keracunan pangan jika tidak dibekali dengan pengetahuan yang cukup tentang pemilihan makanan jajanan yang aman dan sehat.

METODE

Desain/jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi experiment*. Menurut Sugiyono *Quasi experiment design* yaitu bentuk desain eksperimen yang merupakan pengembangan dari true eksperimen design. Rancangan penelitian menggunakan *grup pretest posttest control group design* yang dapat dilihat pada tabel di bawah :

| Kelompok | Pretest | Perlakuan | Posttest |
|-----------|----------------|----------------|----------------|
| Kontrol | O ₁ | X ₀ | O ₂ |
| Perlakuan | O ₁ | X ₁ | O ₂ |

Dimana populasi kelompok perlakuan diambil dari kelas V SD Negeri 4 Pontianak Timur dan pada kelompok kontrol di ambil dari kelas V SD Negeri 9 Pontianak Barat. Data primer diperoleh langsung dari responden dengan cara wawancara menggunakan instrumen kuisioner yang berisi pertanyaan pengetahuan tentang gizi dan makanan jajanan. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari kepala sekolah SD Negeri 4 Pontianak Timur dan SD Negeri 9 Pontianak Barat.

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan program komputerisasi secara univariat dan bivariat dengan menggunakan perangkat lunak (*software*) statistik, Analisis data meliputi Paired Sampel T-test dan Independent Sampel T-test

HASIL

Karakteristik Jenis Kelamin Responden Penelitian

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 19 responden pada kelompok kontrol 10 orang berjenis kelamin perempuan dan 9 orang berjenis kelamin laki-laki. Sedangkan dari 19 responden pada kelompok perlakuan terdapat 12 orang berjenis kelamin laki-laki dan 7 orang berjenis kelamin perempuan.

Tabel 1. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jumlah | Kelompok Kontrol | | Kelompok Perlakuan | | p-Value |
|--------------|------------------|------------|--------------------|------------|---------|
| | n | % | n | % | |
| | L | 9 | 47 | 12 | |
| P | 10 | 53 | 7 | 37 | |
| Total | 19 | 100 | 19 | 100 | |

Pada tabel di atas juga diketahui besar nilai $p=0,328$; $p>0,05$ yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan terkait jenis kelamin responden antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Karakteristik Usia Responden Penelitian

Usia responden pada penelitian ini berada pada rentang usia 10 sampai 13 tahun. Pada kelompok kontrol sebagian besar responden berusia 11 tahun yaitu sebanyak 9 orang. Sedangkan pada kelompok perlakuan sebagian besar responden berusia 11-12 tahun yaitu masing-masing sebanyak 8 orang.

Tabel 2. Distribusi Jumlah Sampel Berdasarkan Umur

| Umur | Kelompok Kontrol | | Kelompok Perlakuan | | p-Value |
|--------------|------------------|------------|--------------------|------------|---------|
| | n | % | n | % | |
| | 10 | 0 | 0 | 1 | |
| 11 | 9 | 47 | 8 | 42 | |
| 12 | 7 | 37 | 8 | 42 | |
| 13 | 3 | 16 | 2 | 11 | |
| Total | 19 | 100 | 19 | 100 | |

Pada tabel 2 juga dapat diketahui besar nilai $p=0,723$; $p>0,05$ yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan terkait umur responden antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Peningkatan Nilai Pengetahuan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperiment

Berdasarkan tabel 3, nilai $p\ value\ 0,000<0,05$ yang berarti ada perbedaan yang signifikan selisih rata-rata peningkatan nilai pengetahuan pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Nilai pengetahuan pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan masing-masing mengalami peningkatan, namun berdasarkan selisih peningkatan pengetahuan, kelompok perlakuan mengalami peningkatan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, yaitu sebesar 15,89 poin.

Tabel 3. Deskripsi Statistik Peningkatan Nilai Pengetahuan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperiment

| Nilai | Kelompok | | Selisih |
|-----------------|----------|-------------|---------|
| | Kontrol | Eksperiment | |
| Mean | 13,21 | 29,10 | 15,89 |
| Minimal | 0 | 7 | 7 |
| Maksimal | 27 | 54 | 27 |
| Standar Deviasi | 7,539 | 15,128 | 7,583 |
| p Value | 0,000 | | |

Peningkatan Nilai Sikap Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperiment

Berdasarkan tabel 4, nilai $p\ value\ 0,000<0,05$ yang berarti ada perbedaan yang signifikan selisih rata-rata peningkatan nilai sikap pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Nilai sikap pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan masing-masing mengalami peningkatan, namun berdasarkan selisih peningkatan nilai sikap, kelompok perlakuan mengalami peningkatan yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, yaitu sebesar 16,63 poin.

Tabel 4. Deskripsi Statistik Peningkatan Nilai Sikap Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperiment

| Nilai | Kelompok | | Selisih |
|-----------------|----------|-------------|---------|
| | Kontrol | Eksperiment | |
| Mean | 14,42 | 31,05 | 16,63 |
| Minimal | -6 | 0 | 6 |
| Maksimal | 34 | 53 | 19 |
| Standar Deviasi | 10,259 | 14,960 | 4,701 |
| p Value | 0,000 | | |

PEMBAHASAN

Media Komik dan Pengetahuan Tentang Makanan Jajanan

Upaya promosi kesehatan yang dilakukan saat ini sangat beragam, mulai dari poster, iklan di media sosial, televisi dan masih banyak lagi upaya-upaya yang dilakukan pemerintah untuk menangani segala macam kemungkinan dampak buruk yang akan mempengaruhi kesehatan. Dalam hal ini komik merupakan salah satu media yang sangat efektif dengan sasaran anak-anak dan remaja, karena selain dapat menjelas-

kan maksud dari gambar, komik juga dapat menarik minat membaca anak.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Ridha (2016), yang melakukan penelitian untuk melihat efektivitas media komik untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang mencuci tangan, hasil penelitiannya membuktikan bahwa media komik mampu meningkatkan pengetahuan siswa, terbukti dari hasil penelitiannya yang juga menjelaskan bahwa terjadi peningkatan pada kedua kelompok, akan tetapi peningkatan pada kelompok eksperimen jauh lebih besar yaitu dari 77% menjadi 100%, sedangkan pada kelompok kontrol meningkat dari 40% menjadi 47%.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan rata-rata pengetahuan siswa yang mengalami peningkatan pada kelompok perlakuan jauh lebih besar dibandingkan dengan rata-rata pengetahuan siswa yang mengalami peningkatan pada kelompok kontrol. Selisih peningkatan pengetahuan pada kelompok perlakuan jauh lebih besar yaitu sebanyak 15,89. Uji statistik untuk menguji pengaruh komik jajanan sehat terhadap peningkatan pengetahuan. Berdasarkan hasil uji hipotesis, nilai pengetahuan pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki nilai $p < 0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok yang diberikan penyuluhan tanpa menggunakan media komik jajanan sehat dan kelompok yang diberikan penyuluhan menggunakan media komik jajanan sehat.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan serta penelitian-penelitian yang memperkuat dari hasil penelitian ini, komik jajanan sehat mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa tentang jajanan sehat, dari kedua kelompok sampel sama-sama mengalami peningkatan pengetahuan maupun sikap, tetapi pada kelompok eksperimen peningkatan jauh lebih besar dibandingkan pada kelompok kontrol.

Media Komik dan Sikap Tentang Makanan Jajanan

Peningkatan nilai sikap pada responden rata-rata mengalami peningkatan yang lebih besar terjadi pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan rata-rata nilai sikap siswa yang mengalami peningkatan pada kelompok kontrol. Selisih peningkatan nilai sikap pada kelompok eksperimen lebih besar yaitu sebanyak 16,63.

Uji statistik untuk menguji pengaruh komik jajanan sehat terhadap peningkatan nilai sikap. Hasil uji hipotesis nilai sikap pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki nilai $p < 0,000 < 0,05$, atau berarti ada peningkatan yang bermakna pada kelompok yang diberikan penyuluhan tanpa menggunakan komik jajanan sehat dan kelompok yang diberikan penyuluhan menggunakan komik jajanan sehat.

Berdasarkan hasil uji tersebut bahwa peningkatan nilai sikap anak tentang jajanan sehat tidak hanya dipengaruhi oleh pemberian penyuluhan dengan menggunakan komik jajanan sehat, karena pada kelompok kontrol pun mengalami peningkatan nilai sikap yang signifikan. Akan tetapi, peningkatan nilai sikap pada kelompok yang diberikan penyuluhan menggunakan komik jajanan sehat lebih besar dibandingkan peningkatan pengetahuan pada kelompok yang hanya diberikan penyuluhan tentang jajanan sehat tanpa menggunakan komik jajanan sehat.

PENUTUP

Dari hasil penelitian pengetahuan dan sikap tentang jajanan sehat pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pontianak Timur meningkat setelah pemberian edukasi gizi tentang makanan jajanan sehat dengan menggunakan media komik. Begitu pula pada SD Negeri 9 Pontianak Barat mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap tentang makanan jajanan sehat setelah pemberian edukasi gizi tentang makanan jajanan sehat tanpa menggunakan media komik.

Selain itu, baik pemberian edukasi menggunakan media komik atau tidak menggunakan media komik juga sama-sama efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak tentang makanan jajanan sehat, walaupun peningkatan nilai pengetahuan dan sikap jauh lebih besar pada kelompok perlakuan dibandingkan pada kelompok kontrol.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala SD Negeri 4 Pontianak Timur dan SD Negeri 9 Pontianak Barat, atas kesempatan dan waktu yang telah diberikan kepada Penulis sehingga dapat melaksanakan penelitian di sekolah yang saat ini Bapak/Ibu pimpin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, F.R. (2015), Ilmu Gizi Dan Kesehatan Reproduksi, Jogjakarta : Cakrawala Ilmu, Halaman 57
- Briawan, D., Ekayanti, I., Koerniawati, R.D., (2013), Pengaruh Media Kampanye Sarapan Sehat Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Kebiasaan Sarapan Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor, Jurnal Gizi dan Pangan, Volume 8 Nomor 2, Tahun 2013, Bogor, Halaman 115-122
- Damayanthy, E., Khotimah, K., Mudjajanto, E.S., Dwiriani, C.M., Kustinah, L. (2013), Pendidikan Gizi Informal Kepada Penjaja Makanan Un-

- tuk Peningkatan Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah Dasar, *Jurnal Penelitian Gizi dan Masyarakat*, Volume 36 Nomor 1 tahun 2013, Bogor, Halaman 20-30
- Florence,A.G. (2017). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa TPB Sekolah Bisnis Dan Manajemen Institut Teknologi Bandung [Tugas Akhir]. Universitas Pasundan, Bandung
- Hamida,K., Zulaekah,S., & Mutalazimah., (2012), Penyuluhan Gizi dengan Media Komik Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Keamanan Makanan Jajanan, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Volume 8 Nomor 1, Tahun 2012, Surakarta, Halaman 67-73
- Iklima,N., (2017), Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar, *Jurnal Keperawatan BSI*, Volume 5 Nomor 1, Tahun 2017, Bandung, Halaman 8-17
- Maduretno,I.S., Setijowati,N., & Wirawan,N.N., (2015), Niat dan Perilaku Pemilihan Jajanan Anak Sekolah Yang Mendapat Pendidikan Gizi Metode Ceramah dan TGT, *Indonesian Journal of Human Nutrition*, Volume 2 Nomor 1, Tahun 2015, Malang, Halaman 23-37
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor. 033 Tahun. 2012 Tentang Bahan Tambahan Pangan, Halaman 17,34-35
- Preeti. (2014), *Education and Role of Media in Education System, International Journal Of Scientific Engineering and Research, Volume 2 Issue 3, March 2014, Delhi,India*, Halaman 174-177
- Salawati,T., & Indrawati,N.D., (2015), Tahap Analisis Untuk Pengembangan “ASETARO” Komik Pendidikan Kesehatan Untuk Anak Tentang Bahaya Merokok, *University Research Colouium, ISSN 2407-9189*, Semarang 2015
- Wulandari,R., & Woro,O., (2016, Efek *Smartcards* Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Dalam Memilih Pangan Jajanan, *Journal of Health Education*, Volume 1 Nomor 1, Tahun 2016, Semarang, Halaman 85-90