

# Health education with playing techniques to shape the behavior

*By* Alamsyah Alamsyah

**PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN TEKNIK BERMAIN KARTU EDUKASI DAPAT MEMBENTUK PERILAKU JAJANAN SEHAT PADA ANAK USIA SEKOLAH**  
(*Health education with playing techniques to shape the behavior of healthy snacks to children in school*)

Received: xxx

Accepted: xxx

Published online: xxx

**ABSTRAK**

Perilaku jajan anak usia sekolah sebagian besar belum memenuhi syarat kesehatan, sehingga berisiko terjadinya berbagai masalah kesehatan atau penyakit. Perlunya pendidikan kesehatan untuk yang sesuai usia anak sekolah untuk membentuk perilaku jajan sehat, salah satunya dengan bermain menggunakan kartu edukasi. Penelitian bertujuan untuk mengetahui perilaku jajan anak usia sekolah sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dengan teknik bermain. Desain penelitian yaitu Quasi Eksperimen, kelompok perlakuan mendapatkan intervensi berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang jajan sehat dengan teknik bermain menggunakan kartu edukasi dengan materi jajan sehat sedangkan kelompok kontrol dilakukan pendidikan kesehatan tentang membagikan leaflet. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Lemeshow untuk penelitian survei berjumlah 100 orang terdiri dari 50 kelompok perlakuan dan 50 di kelompok kontrol dengan teknik purposive. Pengumpulan data dilakukan secara wawancara menggunakan kuesioner terstruktur. Pengolahan data diawali dengan proses coding terhadap jawaban responden, kemudian di masukkan ke master table. Kemudian dilakukan pengecekan data untuk memastikan tidak ada data yang missing atau tidak sesuai. Uji kenormalan data menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dan didapatkan data berdistribusi normal. Analisis data menggunakan uji T-Dependent, didapatkan hasil ada perbedaan perilaku jajan sehat sebelum dan setelah perlakuan serta ada perbedaan skor nilai variabel pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang jajan sehat sebelum dan setelah perlakuan ( $p=0,001$ ) pada kelompok

perlakuan dan kelompok kontrol. Kesimpulan, terdapat kenaikan nilai pengetahuan, sikap dan perilaku jajan sehat pada siswa MIN I Banda Aceh setelah pemberian pendidikan kesehatan. Saran, perlu dukungan berbagai pihak terkait agar terbentuk perilaku jajan sehat pada siswa sekolah dasar.

**Kata kunci:** Anak usia sekolah, jajan sehat, perilaku, pendidikan

**ABSTRACT**

The behaviour of school-age snacks, for the most part, does not meet health requirements, so there is a risk of various health problems or diseases. The need for health education for appropriate school-age children to shape healthy snacks, one of which is by playing. The objective research an after community service, it is expected that school-age children consume healthy snacks while in school. Methods, the design of this study was a pre-Setelah Perlakuan with control group design. The treatment group received an intervention in the form of providing health education about healthy snacks with play techniques while the control group conducted health education about distributing leaflets. The study sample of 100 people consisted of 50 intervention groups and 50 in the control group—analysis data using dependent T-Test. Results, there were differences healthy snack behavior before and after treatment, and there were differences score of the value of the knowledge, skills and attitude variables about healthy snacks before and after treatment ( $p=0,001$ ). between the intervention group and the control group Conclusion, there is an increase in the amount of knowledge, attitudes and behaviours of healthy snacks for MIN I Banda

*Aceh students after providing health education. Suggestion, there needs to support from all of institutions had related to form healthy snacks behaviour among all students in elementary school.*

**Keywords:** School-age children, healthy snacks, behavior, education

## PENDAHULUAN

Saat ini anak usia sekolah sangat menyukai jajanan di lingkungan sekolah daripada bekal yang disediakan orang tua dirumah (1). Disamping itu beragamnya jajanan yang tersedia disekitar sekolah membuat anak-anak leluasa dalam memilih makanan dan minuman jajanan tersedia. Hal ini tentu akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan pada anak usia sekolah (2,3).

Data *World Health Organization* (WHO) mencatat ada 14,1 juta penduduk Indonesia penderita kanker. Bahkan 8,2 juta meninggal dunia akibat penyakit mematikan itu. Diperkirakan 4% penderita kanker adalah anak-anak dikarenakan faktor lingkungan dan jajanan yang tidak sehat. Data tentang perilaku konsumsi makanan beresiko masyarakat umur  $\geq 10$  tahun paling banyak adalah konsumsi bumbu penyebab (77,3%), makanan dan minuman manis (53,1%), dan makanan berlemak (40,7%). Sedangkan provinsi yang konsumsi makanan jajanan  $\geq 1$  kali perhari dengan nilai di atas rata-rata nasional adalah Sulawesi Tenggara (15,9%), Sumatera Selatan (18,2%), Sulawesi Selatan (16,9%), Kalimantan Tengah (15,6), Maluku (14,8%), dan Aceh (14,8%)(4).

Data dari 762 sampel makanan yang diperiksa oleh Balai Besar Pengawasan Obat dan Makanan (BBPOM) Aceh di kantin sekolah-sekolah yang terdapat pada Sembilan kabupaten/kota, terdapat 55 sampel makanan positif mengandung bahan berbahaya, dan yang paling mendominasi adalah penggunaan formalin dan boraks pada mie, bakso dan makanan lainnya. Ini sangat berbahaya jika dikonsumsi oleh masyarakat, terutama anak-anak dimana mereka masih memerlukan asupan gizi yang baik. Beberapa jajanan yang sering dijual disekolah dasar gampong Limpok yaitu:

bakwan, bakso goreng, siomai, risol, mie, bakso, lupis, pisang goreng, tempe-tempean, tahu isi, donat, kue lapis dan lain sebagainya.

Hasil penelitian Hayati & Handayani tentang perilaku jajan anak usia sekolah di MIN Mesjid Raya Banda Aceh pada 83 responden didapatkan bahwa pengetahuan siswa kelas III tentang jajanan sehat 38,3 % rendah, sikap tentang jajanan sehat negatif 66.7%, dan kebiasaan mengkonsumsi jajanan sehat berada pada kategori tidak sehat 60.0%. Hasil observasi sebagai studi awal juga terlihat di pinggir jalan di samping sekolah MIN Mesjid Raya Banda Aceh banyak dijumpai pedagang jajanan anak usia sekolah yang tidak sehat, seperti makanan tidak ditutup, banyak gorengan seperti bakso goreng, makanan dan minuman berwarna menyolok, dan makanan siap saji(5).

Kondisi tersebut tentunya akan mempengaruhi kesehatan dan tumbuh kembang anak usia sekolah, sehingga diperlukan kepedulian dari semua pihak agar anak usia sekolah mendapat asupan nutrisi yang seimbang. Mencegah hal tersebut maka perlu membentuk perilaku ajeanan sehat pada siswa sekolah dasar. Penambahan pengetahuan dan ketrampilan tentang jajanan sehat serta pembentukan sikap positif perlu dilakukan.

Hasil penelitian Fahleni & Tahlil (2016) tentang perilaku pemilihan jajanan sehat pada anak usia sekolah di Aceh Besar didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan anak usia sekolah dengan perilaku pemilihan jajanan makan ( $p= 0.015$ ) dan antara sikap dengan dengan perilaku pemilihan jajanan makanan ( $p= 0,002$ ) (6). Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Febrianto (2017) tentang hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi jajanan di MI Sulaimaniyah Jombang, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap responden dengan perilaku pemilihan jajanan sehat di MI makanan Sulaimaniyyah Jombang Tahun 2016 terbukti dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p \leq 0,05$ )(7).

Kondisi perilaku jajanan sehat anak usia sekolah saat ini berada pada tahap memprihatinkan. Banyaknya jajanan yang tidak sehat yang dijual secara bebas di lingkungan

sekolah cenderung membentuk perilaku jajanan tidak sehat pada anak. Perlu adanya metode pendidikan kesehatan yang efektif guna membentuk perilaku jajanan sehat pada anak, salah satunya dengan tehnik bermain.

Penelitian tentang pendidikan kesehatan dapat meningkatkan perilaku jajanan sehat telah banyak dilakukan, namun metode pendidikan kesehatan berbeda-beda. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan bermain dengan menggunakan kartu edukasi untuk melakukan pendidikan kesehatan guna meningkatkan perilaku jajanan sehat pada anak usia sekolah di Kota Banda Aceh (5). Penelitian ini bertujuan untuk mengukur keefektifan metode penelitian dengan tehnik bermain kartu edukasi terhadap perilaku jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar.

## METODE

Penelitian ini dilakukan di MIN Mesjid Raya Kota Banda Aceh, lamanya proses penelitian secara keseluruhan 3 bulan. Sampel dalam penelitian ini adalah murid kelas IV dan kelas V pada sekolah MIN Mesjid Raya Banda Aceh. Penentuan besaran sampel menggunakan rumus Lemeshow untuk survey yaitu  $n = Z_{\alpha} PQ/L^2$  sehingga didapatkan jumlah sampel 100 orang dari 300 populasi yang ada. Teknik sampling adalah *purposive* dengan kriteria murid sekolah dasar kelas IV dan V, serta mengikuti proses Pendidikan kesehatan sampai selesai.

Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimen dengan pendekatan *pre-post test with control group*, kelompok perlakuan mendapatkan intervensi berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat dengan tehnik bermain kartu edukasi sedangkan untuk kelompok kontrol dilakukan pendidikan kesehatan tentang membagikan *leaflet*.

Pengumpulan data pre selama satu hari pada masing-masing kelompok sedangkan pengumpulan data post dilakukan satu minggu setelah proses pendidikan kesehatan dilakukan.

Penelitian dilakukan dengan membagikan sampel kedalam dua kelompok secara acak dengan menggunakan gulungan kertas. Jika pada

saat pengambilan responden mendapat gulungan kertas bertuliskan angka 1 maka akan masuk kedalam kelompok perlakuan dan jika mendapat gulungan kertas bertuliskan angka 2 maka akan masuk ke kelompok kontrol. Setelah pembagian responden, penelitian diawali dikelompokkan kontrol yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat dengan memberikan *leaflet* berisikan materi jajanan sehat dan meminta responden membaca dan memahami sendiri tanpa penjelasan dari peneliti atau guru. Sebelumnya, peneliti melakukan pengukuran pengetahuan, sikap dan keterampilan responden tentang jajanan sehat. Kemudian peneliti mengukurnya kembali seminggu setelah proses pendidikan kesehatan dilakukan. Minggu kedua perlakuan dilakukan di kelompok perlakuan berupa pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat dengan metode bermain. Responden dibagi dalam 5 kelompok, kemudian di tiap-tiap kelompok diberikan pesan yang disampaikan berantai kepada teman-temannya. Bagi responden yang menyampaikan pesan tidak lengkap akan dimintakan membaca materi tentang jajanan sehat dengan suara yang dapat didengar oleh semua kawan-kawan dikelompoknya, kemudian materi tersebut diberi penegasan kembali oleh peneliti. Disetiap kelompok ada 12 materi tentang jajanan sehat berdasarkan konsep dari Depkes, 2013. Peneliti juga mengukur pengetahuan, sikap dan keterampilan sebelum perlakuan dan mengukurnya kembali satu minggu setelah perlakuan.

Pengumpulan data pre selama satu hari pada masing-masing kelompok sedangkan pengumpulan data post dilakukan satu minggu setelah proses pendidikan kesehatan dilakukan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur tentang pengetahuan, sikap dan keterampilan pada. Teknik yang digunakan dalam melakukan pengumpulan data yaitu secara wawancara dan observasi baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Kemudian dilakukan pengolahan data pada setiap variabel penelitian. Pengolahan data melewati 4 tahapan yaitu proses editing, coding, processing, cleaning.

Hasil penelitian terlebih dahulu dilakukan uji kenormalan data dengan menggunakan uji

Kolmogorov-Smirnov dan didapatkan bahwa data berdistribusi normal. Kemudian peneliti mengidentifikasi perbedaan nilai pre dan Setelah Perlakuan pada kedua kelompok penelitian, diuji menggunakan uji *t paired* dan perbedaan antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol menggunakan uji *unpaired t test* pada tingkat kemaknaan 95% ( $\alpha= 0,05$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Sampel

Jumlah sampel pada kelompok perlakuan pelatihan yaitu 50 orang dan kelompok kontrol yaitu sebanyak 50 orang. Berikut karakteristik kedua kelompok sampel meliputi umur, jenis

kelamin, kelas, dan ketersediaan informasi tentang jajan sehat.

Berdasarkan Tabel 1, terkait karakteristik sampel penelitian menunjukkan bahwa usia responden terbanyak 10-11 tahun dengan jenis kelamin terbanyak perempuan baik pada kelompok perlakuan maupun pada kelompok kontrol. Selanjutnya karakteristik responden berdasarkan kelas, yaitu mempunyai proporsi yang sama berada dikelas 4 dan 5. Selain itu, tabel 1 juga memberikan gambaran bahwa secara umum subjek dalam penelitian ini tidak pernah mendapatkan informasi tentang jajan sehat, baik pada kelompok perlakuan (16%) maupun pada kelompok kontrol (80,0%) pada anak usia sekolah di Kota Banda Aceh.

**Tabel 1. Distribusi karakteristik subjek penelitian menurut kelompok penelitian**

Karakteristik Subjek	Kelompok Penelitian			
	Intervensi		Kontrol	
	N	%	n	%
Umur				
10 – 11 tahun	40	80,0	38	76,0
12 – 13 tahun	10	20,0	12	24,0
Jenis Kelamin				
Laki-Laki	25	50,0	20	40,0
Perempuan	25	50,0	30	60,0
Kelas				
Kelas IV	25	50,0	25	50,0
Kelas V	25	50,0	25	50,0
Informasi Jajanan Sehat				
Pernah mendapat	17	34,0	10	20,0
Tidak pernah mendapatkan	33	66,0	40	80,0
Total	50	100,0	50	100,0

### 2. Pengaruh Intervensi Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan tentang Jajanan Sehat

Hasil penelitian yang menggambarkan pengaruh intervensi pendidikan kesehatan tentang jajan sehat dengan tehnik bermain antara kelompok perlakuan dan kontrol baik

belum dan setelah dilakukan perlakuan dapat dilihat pada tabel-tabel dibawah ini:

Tabel 2, menunjukan bahwa pada kelompok perlakuan, variabel pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang jajan sehat menunjukkan ada perbedaan antara sebelum dan setelah perlakuan dengan nilai  $p= 0,001$ .

**Tabel 2. Perbedaan nilai pengetahuan, ketrampilan dan sikap tentang jajanan sehat sebelum dan Setelah Perlakuan pada kelompok perlakuan**

Perilaku terhadap Jajanan Sehat pada Kelompok Perlakuan	Min – Mak	Rerata ± SD	Selisih Rerata ± SD	7 Nilai p
Pengetahuan				
Sebelum Perlakuan	20 – 65	42,7 ± 11,2	28,7±0,08	0,001
Setelah Perlakuan	45 – 95	71,4 ± 10,4		
Ketrampilan				
Sebelum Perlakuan	13 – 66	41,0 ± 12,9	27,6± 3,2	0,001
Setelah Perlakuan	40 – 86	68,6 ± 9,7		
Sikap				
Sebelum Perlakuan	18 – 45	34,6 ± 5,2	14,6 ±1,2	0,001
Setelah Perlakuan	38 – 59	49,2 ± 4,0		

**Tabel 3.** Perbedaan nilai pengetahuan, ketrampilan dan sikap tentang jajanan sehat sebelum dan Setelah Perlakuan pada kelompok kontrol

Perilaku terhadap Jajanan Sehat pada Kelompok Kontrol	Min – Mak	Rerata ± SD	Selisih Rerata ± SD	Nilai p
Pengetahuan				
Sebelum Perlakuan	25 – 80	53,9 ± 12,8	-0,05±1,1	0,820
Setelah Perlakuan	25 – 80	53,4 ± 13,7		
Ketrampilan				
Sebelum Perlakuan	20 – 60	39,2 ± 11,2	8,6 ±4,5	0,001
Setelah Perlakuan	26 – 60	30,6 ± 15,7		
Sikap				
Sebelum Perlakuan	41 – 53	46,0 ± 2,6	7,2±0,5	0,920
Setelah Perlakuan	42 – 55	47,2 ± 3,1		

Selanjutnya, hasil penelitian pada kelompok kontrol sebagaimana disajikan pada Tabel 3 dapat dipaparkan bahwa pada kelompok kontrol, variabel pengetahuan dan sikap tentang jajanan sehat menunjukkan tidak ada perbedaan antara sebelum dan setelah perlakuan dengan ( $p > 0,05$ ). Sedangkan untuk variabel keterampilan menunjukkan terdapatnya perbedaan antara sebelum dan setelah perlakuan dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pada kelompok kontrol hanya keterampilan yang dapat ditingkatkan, sedangkan variabel pengetahuan dan sikap tidak

dapat ditingkatkan terkait perilaku jajanan sehat pada anak usia sekolah di Kota Banda Aceh.

### 3. Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Tehnik Bermain dalam Meningkatkan Perilaku Jajanan Sehat

Hasil penelitian terkait efektifitas pendidikan kesehatan melalui teknik bermain terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan tentang jajanan sehat pada anak usia sekolah di Kota Banda Aceh disajikan pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Efektifitas pengetahuan keterampilan dan sikap tentang jajanan sehat antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol

Variabel	n	Rerata ± SD	Selisih Rerata	95% CI	Nilai p
				Lower – Upper	
Pengetahuan				27,77 - 38,84	0,001

23					
Kelompok perlakuan	50	72,8 ± 8,48	27,4		
Kelompok kontrol	50	45,4 ± 12,06			
Keterampilan					
Kelompok perlakuan	50	73,7 ± 7,98	17,5	12,19 - 24,01	0,001
Kelompok kontrol	50	56,2 ± 10,62			
Sikap					
Kelompok perlakuan	50	58,8 ± 6,20	12,0	10,63 - 20,79	0,001
Kelompok kontrol	50	46,8 ± 4,58			

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji statistik menunjukkan pada semua variabel terhadap uji efektifitas perilaku jajan sehat antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol mempunyai nilai probabilitas dibawah 0,05 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa kelompok perlakuan mempunyai nilai efektifitas yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap terkait perilaku jajan sehat pada anak usia sekolah di Kota Banda Aceh.

### Pengetahuan

Hasil pengukuran pengetahuan tentang jajan sehat yang dilakukan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan dengan metode bermain menunjukkan adanya kenaikan score. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode bermain yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap pengetahuan siswa tentang jajan sehat. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara mengenalkan informasi-informasi tentang kesehatan kepada siswa. Adanya peningkatan pengetahuan kognitif tentang jananan yang sehat diharapkan dapat merubah prilaku siswa dalam memilih makanan jajan sehat.

Dasar pengetahuan tentang jajan sehat akan memberikan internalisasi pada siswa sehingga dapat menyadarkan mereka dalam bertindak memilih jajan yang sehat. Jika siswa memilih makanan jajan yang tidak sehat dapat menimbulkan berbagai resiko penyakit. Jika jajan tidak sehat atau tidak bersih akan menimbulkan berbagai penyakit pencernaan, seperti diare, disentri dan berbagai penyakit lainnya. Jika siswa memilih makanan yang mengandung zat perwarna atau pengawet yang berlebihan dapat menimbulkan penyakit hati bahkan keganasan (8). Hasil penelitian terhadap beberapa jenis jajan anak yang dipasarkan di

sekitar selah, 68 % mengandung zat pewarna rhodamin sepertiga dari gorengan yang di jajakan oleh pedagang di pinggir jalan mengandung polivinil klorida dan zat aditif lainnya (IDAI, 2012)(1).

Selain itu jajan yang tidak sehat mempengaruhi perkembangan otak anak. Seperti dari anak Indonesia saat ini memiliki kemampuan berpikir di bawah rata-rata dikarenakan pola jajan yang tidak sehat dan keadaan lingkungan yang buruk. UNDP melaporkan bahwa dalam waktu 5 tahun terakhir banyak anak tidak mampu menerima pelajaran dengan baik sehingga mereka tidak dapat menyelesaikan pendidikannya. Jajan yang tidak sehat pada siswa sekolah dasar juga dapat menjadi pemicu penyakit kanker (IDAI, 2012).

Terdapatnya peningkatan pengetahuan pada siswa MIN I kota Banda Aceh tentang jajan sehat membuat siswa memiliki prilaku positif dalam memilih jajan sehat. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ichwan, dkk. (2016) bahwa pendidikan kesehatan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan anak dalam pemilihan jajan sehat dengan nilai  $p=0,000(9)$ .

Terdapatnya perubahan pengetahuan siswa MIN I kota Banda Aceh tentang jajan sehat setelah dilakukan pendidikan kesehatan kemungkinan dikarenakan beberapa hal diantaranya tingkat pendidikan. Para siswa yang ikut kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah siswa kelas 4 dan kelas 5, sehingga perkembangan kognitif sudah lebih baik, mereka lebih mudah menerima dan memahami informasi yang diberikan.

Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan siswa MAN I Banda Aceh tentang jajan sehat adalah minat belajar yang

ditunjukkan oleh para siswa pada saat proses pendidikan kesehatan. Para siswa terlihat antusias dan bersemangat mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan. Minat menunjukkan suatu kecenderungan atau keinginan mengikuti atau melakukan sesuatu.

### **Sikap**

Hasil pengukuran sikap siswa tentang jajan sehat pada kegiatan pendidikan kesehatan didapatkan adanya kenaikan skor sebelum dibandingkan setelah pendidikan kesehatan dengan metode bermain. Hal ini menunjukkan bahwa sikap siswa lebih positif tentang jajan sehat. Kenaikan nilai sikap ini kemungkinan dikarenakan waktu pengukuran sikap setelah kegiatan yang terlalu dekat hanya berjarak satu minggu dari proses pengabdian masyarakat. Waktu yang dekat ini dipengaruhi oleh masih pengetahuan tentang jajan sehat yang masih diingat oleh siswa, sehingga mempengaruhi sikap mereka dalam memilih jajan sehat.

Sikap merupakan hasil evaluasi terhadap objek yang diapresiasi ke dalam proses kognitif, afektif dan kognitif. Sikap dapat dipelajari dan dapat berubah-ubah sesuai dengan pengetahuan dan kemauanya. Jadi berdasarkan hal tersebut meningkatkan sikap positif siswa MIN I Kota Banda Aceh tentang jajan sehat kemungkinan dikarenakan mereka baru saja mendapatkan pengetahuan tentang jajan sehat.

**12** Azwar (2013) mengatakan bahwa ada beberapa hal yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu pengalaman. Pengalaman bisa dalam berbagai bentuk misalnya pengetahuan atau kejadian yang telah dialami. Sikap juga dapat terbentuk dari pengalaman orang lain, interaksi dengan orang lain dapat mempengaruhi sikap seseorang dikarenakan pada saat proses interaksi terjadi proses pemindahan ataupun pertukaran informasi, nilai-nilai dan pikiran. Selain itu juga kebudayaan, sesuatu yang dikerjakan atau kebiasaan yang berulang-ulang akan membentuk sikap terhadap hal tersebut (10).

Perubahan sikap dari hasil pendidikan kesehatan ini juga dapat dikarenakan hal diatas yaitu pengetahuan yang merupakan pengalaman

yang telah didapat terkait jajan sehat. Selain itu proses pendidikan kesehatan yang dilakukan didalam beberapa kelompok dan selama disekolah terjadi interaksi sehingga memungkinkan transfer informasi dari satu siswa dengan siswa lainnya. Hal lain adalah adanya kebiasaan yang sudah terbentuk dari beberapa orang siswa terkait jajan sehat dari keluarganya. Hal ini didapatkan hasil tanya jawab dengan beberapa siswa pada saat pendidikan kesehatan mereka membawa bekal dari rumah dan tidak jajan disekolah dengan alasan **31** jajan dari rumah lebih sehat(11).

Konsep ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ihwansyah (2015) tentang perilaku jajan sehat pada siswa MIN Ulee Kareng Kota Banda Aceh, didapatkan bahwa 60% siswa memiliki sikap positif terhadap jajan sehat dan pengetahuan memiliki hubungan yang positif kuat terhadap sikap tentang jajan sehat.

### **Keterampilan**

Hasil pendidikan kesehatan terkait perilaku jajan sehat menggunakan Teknik bermain juga berkontribusi terhadap kenaikan skor sikap. Hal ini merupakan hal yang positif dan memberikan manfaat bagi siswa MIN I Banda Aceh. Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang berdasarkan rangsangan atau stimulus yang diterima (Skinner, dalam Notoadmojo, 2003)(12,13).

Terbentuknya perilaku positif tentang jajan sehat pada siswa MIN I Kota Banda Aceh dapat dikarenakan pengetahuan dan sikap yang positif terhadap jajanan sehat. Adanya peningkatan pengetahuan tentang jajan sehat akan membentuk persepsi yang positif sehingga mendorong seseorang melakukan perilaku yang positif juga. Seseorang melakukan tindakan tertentu biasanya diawali dengan penguasaan pengetahuan, keterampilan dan memiliki sikap yang positif **2** terhadap hal tersebut tersebut. Selain itu Bloom (1979) berpendapat bahwa psikomotor berhubungan dengan pencapaian hasil belajar sebelumnya(13,14). **2**

Gagne (1977) mengemukakan ada dua kondisi yang dapat mengoptimalkan hasil belajar keterampilan yaitu faktor internal berupa mengingat kembali bagian ketrampilan,



36]g telah dipelajari sebelumnya, mengingat prosedur atau langkah-langkah dan gerakan yang telah di ketahui. Faktor lain adalah, eksternal dilakukan dengan instruksi verbal, gambar, demonstrasi, praktik dan umpan balik(15).

Selain itu, proses pembelajaran keterampilan 21]g optimal harus dilakukan dengan urutan menentukan tujuan dalam bentuk perbuatan, menganalisis keterampilan secara rinci dan berurutan, mendemonstrasikan ketrampilan, memperjelas dan memberikan perhatian pada kompetensi kunci. Hal lainnya proses pembelajaran ketrampilan juga memberikan kesempatan kepada peserta didik melakukan praktik secara langsung dengan pengawasan dan bimbingan serta memberikan penilaian dan umpan balik segera terhadap usaha peserta didik(16).

Hasil evaluasi pendidikan kesehatan yang dilakukan pada siswa MIN I Mesjid Raya Banda Aceh baru mengukur perilaku kognitif siswa tentang jajanan sehat yaitu pengetahuan dan kemampuan berpikir terhadap jajanan sehat. Sedangkan untuk mengukur perilaku afektif yang menjadi tindakan yang otomatis diperlukan observasi dalam jangka waktu panjang dan berkala terhadap perilaku jajanan sehat pada siswa MIN I Banda Aceh. Disamping itu untuk membentuk perilaku sehat tentang jajanan sehat juga diperlukan dukungan dari berbagai pihak dan adanya program UKS yang berkaitan dengan jajanan sehat akan lebih menyukseskan pembentukan perilaku jajanan sehat.

## KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan dengan tehnik bermain memiliki efektifitas terhadap peningkatan perilaku jajanan sehat pada anak usia sekolah. Terjadinya peningkatan skor nilai pengetahuan, keterampilan dan sikap tentang jajanan sehat setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan metode bermain pada anak usia sekolah di sekolah MIN Mesjid Raya Banda Aceh.

Saran, melalui program UKS disekolah-sekolah maka perlu membuat kegiatan rutin untuk menanam perilaku jajanan sehat pada

siswa dengan memasukkan informasi jajanan sehat dalam amanat upacara yang diadakan disekolah, memeriksa kantin dan penjual jajan disekitar sekolah secara teratur dan membuat aturan tentang jajanan sehat. Selain itu, pihak kesehatan (Puskesmas) untuk secara rutin memantau kantin dan jajanan sehat melalui kegiatan UKS.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Lonto JS. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Anak Usia Sekolah (9-12 Tahun) Di D Gmim Sendangan Sonder. Hub Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Jajan Anak Usia Sekol (9-12 Tahun) Di Sd Gmim Sendangan Son. 2019;7(1):1-7.
2. Amourisva SA. Kontradiksi Kebiasaan Jajan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. Majority. 2015;4(8):143-6.
3. Nurbiyati T, Wibowo AH, Perusahaan JM, Indonesia UI, Industri JT, Industri FT, et al. Pentingnya Memilih Jajanan Sehat. J Inov dan Kewirausahaan. 2014;3(3):192-6.
4. Kemenkes RI. Hasil Utama Riskesdas 2013. 2013;
5. Hayati H&M. Gambaran perilaku ibu dalam pengawasan jajan anak usia sekolah di gampong limpok kecamatan darusalam aceh besar. 2015.
6. Fahleni T dan. Di Aceh Besar Attitude With Behaviours in Selecting Snacks Food Among. <http://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/1677/214>. 2016;1-6.
7. Febrianto MA. HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU KONSUMSI JAJANAN SEHAT DI MI SULAIMANIYAH MOJOAGUNG JOMBANG. <http://lib.unair.ac.id>. 2016;(J19).
8. Briawa D. Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Jaganan Jajanan. <http://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipan>

- gan ISSN 1978-1059 EISSN 2407-0920. 2014;3(1):43–50.  
2016;11(3):201–10.
9. **11**wan M, Yuniar N, Erawan P. Efektifitas Metode Permainan Edukatif Papeda Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Untuk Pencegahan Kejadian Diare Pada Murid Kelas V Sdn 14 Poasia Di Kecama **27** Poasia Kota Kendari Tahun 2016. *J Ilm Mhs Kesehat Masy Unsyiah*. **8**16;1(3):183746.
  10. Ilham N, Bonar D a N. Penggunaan Pangsa Pengeluaran Pangan Sebagai Indikator Komposit Ketahanan Pangan. SOCA (Socio-Economic Agric **8** Agribusiness) [Internet]. 2007;7(3):1–22. Available from: [ojs.unud.ac.id/index.php/soca/article/.../467/3200](http://ojs.unud.ac.id/index.php/soca/article/.../467/3200)
  11. Sari IPTP. Pendidikan Kesehatan Sekolah Sebagai Proses Perubahan Perilaku Siswa. *J Pendidik Jasm Indones* [Internet]. 2013;9(2):141–7. Available from: [https://journal.uny.ac.id/index.php/jppi/ar](https://journal.uny.ac.id/index.php/jppi/article/viewFile/3017/2510)  
**13**e/viewFile/3017/2510
  12. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Aplikasi & Teori*. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
  13. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan & Prilaku kesehatan. Edisi Revi*. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
  14. Yusrizal. *Pengukuran & Evaluasi Hasil dan Proses Belajar*. Ilyas M, editor. Vol. Pertama, Pale Media Prima. D.I Yogyakarta: Pale Media Prima; 2016. **20** p.
  15. Warsita B. *Teori Belajar Robert M Gagne dan Implikasinya pada Pentingnya Pusat Sumber Belajar*. *Jurnalteknodik.kemdikbud.go.id*. 2018;53(9):287.
  16. **14**nunggal, B & Rakhmawati N. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pemberian Makanan Anak Usia 12-24 Bulan. *J Nutr Coll Vol 3, Nomor 1, T*  
**17***n 2014, Hal 43 - 50 J Nutr Coll Vol 3, Nomor 1, Tahun 2014, Hal 43 Online di* <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>.

# Health education with playing techniques to shape the behavior

## ORIGINALITY REPORT

# 19%

SIMILARITY INDEX

### PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://ejournal.poltekkesaceh.ac.id">ejournal.poltekkesaceh.ac.id</a> Internet	85 words — 2%
2	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet	65 words — 2%
3	<a href="http://www.e-jurnal.com">www.e-jurnal.com</a> Internet	42 words — 1%
4	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet	41 words — 1%
5	<a href="http://kirana-kirani.blogspot.com">kirana-kirani.blogspot.com</a> Internet	38 words — 1%
6	<a href="http://repository.urecol.org">repository.urecol.org</a> Internet	33 words — 1%
7	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet	33 words — 1%
8	<a href="http://journal.ugm.ac.id">journal.ugm.ac.id</a> Internet	31 words — 1%
9	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet	30 words — 1%
10	<a href="http://pasca.unhas.ac.id">pasca.unhas.ac.id</a> Internet	30 words — 1%
11	<a href="http://www.neliti.com">www.neliti.com</a> Internet	29 words — 1%

12	<a href="https://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> Internet	21 words — 1%
13	Ampera Miko. "Peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu tentang kandungan iodium dalam garam konsumsi rumah tangga pada daerah pesisir dan pegunungan", <i>AcTion: Aceh Nutrition Journal</i> , 2019 Crossref	18 words — < 1%
14	<a href="https://e-journal.unair.ac.id">e-journal.unair.ac.id</a> Internet	17 words — < 1%
15	<a href="https://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet	17 words — < 1%
16	<a href="https://etd.unsyiah.ac.id">etd.unsyiah.ac.id</a> Internet	16 words — < 1%
17	<a href="https://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet	15 words — < 1%
18	Betti Sri Wahyuni, Ruswanti Ruswanti. "Pengetahuan tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan pada Wanita Premenopause di Rumah Sakit", <i>Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia</i> , 2018 Crossref	15 words — < 1%
19	<a href="https://jurnal.fkmumi.ac.id">jurnal.fkmumi.ac.id</a> Internet	15 words — < 1%
20	<a href="https://ejournal.unikama.ac.id">ejournal.unikama.ac.id</a> Internet	14 words — < 1%
21	<a href="https://akbar-iskandar.blogspot.com">akbar-iskandar.blogspot.com</a> Internet	12 words — < 1%
22	<a href="https://journal.unair.ac.id">journal.unair.ac.id</a> Internet	12 words — < 1%
23	Nova Arikhman. "Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fase Aktif Kala I Melalui Terapi Musik	12 words — < 1%

---

24	<a href="http://ejournal.unsrat.ac.id">ejournal.unsrat.ac.id</a> Internet	12 words — < 1%
25	<a href="http://repositori.usu.ac.id">repositori.usu.ac.id</a> Internet	11 words — < 1%
26	<a href="http://kardopa.co.id">kardopa.co.id</a> Internet	10 words — < 1%
27	<a href="http://jurnal.unismuupalu.ac.id">jurnal.unismuupalu.ac.id</a> Internet	9 words — < 1%
28	Anna Astiningtyas, Naniek Sulistya Wardani, Tego Prasetyo. "Upaya Peningkatan Keterampilan Berbicara Melalui PS-MTTW Dalam Pembelajaran Tematik Terpadu kelas IV SD", Jurnal Basicedu, 2019 Crossref	9 words — < 1%
29	<a href="http://jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id">jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id</a> Internet	9 words — < 1%
30	<a href="http://repository.usu.ac.id">repository.usu.ac.id</a> Internet	9 words — < 1%
31	<a href="http://mafiadoc.com">mafiadoc.com</a> Internet	8 words — < 1%
32	<a href="http://repository.unpas.ac.id">repository.unpas.ac.id</a> Internet	8 words — < 1%
33	<a href="http://sdntenggulunan-kegiatan.blogspot.com">sdntenggulunan-kegiatan.blogspot.com</a> Internet	8 words — < 1%
34	Subaedah Subaedah. "Aplikasi Strategi Pembelajaran dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik", Education and Learning Journal, 2020 Crossref	8 words — < 1%
35	<a href="http://repository.unair.ac.id">repository.unair.ac.id</a>	

---

8 words — &lt; 1 %

36 Epinur Epinur, Afrida Afrida, Fuldiaratman Fuldiaratman. "PENGEMBANGAN INSTRUMEN PENILAIAN PSIKOMOTOR BERBASIS PROYEK PADA MATERI HUKUM HESS KIMIA DASAR DI PROGRAM UNGGULPENDIDIKAN KIMIA UNJA", Journal of The Indonesian Society of Integrated Chemistry, 2016

Crossref

7 words — &lt; 1 %

37 Ratna Wilis, Andriani Andriani. "Pemanfaatan jus apel (*Malus sylvestri* mill) dibandingkan jus jambu biji (*Spidium guajava* linn) dalam menurunkan halitosis pada remaja", Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan, 2020

Crossref

7 words — &lt; 1 %

38 Hafiko Andresni, Zahtamal Zahtamal, Winda Septiani, Mitra Mitra, Lita Lita. "Effectiveness Of Toilet Training Education On Mother's Behavior And Toddler Age Toilet Training Ability (18-36 Months)", Jurnal Kesehatan Komunitas, 2019

Crossref

6 words — &lt; 1 %

EXCLUDE QUOTES OFF  
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE MATCHES OFF