

## PERUBAHAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK JAJANAN ANAK SEKOLAH DASAR PESERTA PROGRAM EDUKASI PANGAN JAJANAN

*(Changing of snack food behavior among school children participant of snacks education program)*

Dodik Briawan<sup>1,2\*</sup>

<sup>1</sup> SEAFast Center Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680

<sup>2</sup> Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA), Institut Pertanian Bogor, Bogor 16680

### ABSTRACT

The study objective was to analyze the effect of nutrition education programs on snacking behavior of school children. A pre-post intervention study was conducted at 13 districts/cities from 8 provinces in Indonesia, and involved 1,600 grade 5 school children. The snack education program was done by PT Unilever Indonesia in the period of May 2016. The intervention was conducted at the schools by applying education media such as flipcharts, posters and audio-kinetic for children exercises. A self-administered measurement by a validated questionnaire was applied to assess knowledge, attitudes and practices before and after the program. The results showed that before intervention there are 50.9% of school children had good knowledge, 82.8% had good attitude, 34.0% of children had bad practices on snacks food. After the education program, the good knowledge increase by 16.2% and the good attitudes increased by 7.4% of children. Only few students (2.7%) increased practices on good snacking, meanwhile there was 13.4% decrease on poor snack practices. In conclusion, the education program could improve the snacking behavior in school children.

**Keywords:** attitudes, knowledge, practices, school children, snack food

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh program edukasi jajanan terhadap perilaku jajanan anak sekolah. Desain menggunakan *pre-post intervention study* yang dilakukan terhadap 1.600 anak SD kelas 5 dari 13 kabupaten/kota dari 8 provinsi di Indonesia. Edukasi jajanan sehat dilakukan oleh PT Unilever pada periode bulan Mei 2016 dilakukan di sekolah-sekolah dengan media seperti *flipchart*, poster dan audio-kinetik untuk senam. Perubahan tingkat pengetahuan, sikap dan praktik jajanan sebelum dan setelah intervensi pada anak SD diukur menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. Sebelum intervensi terdapat 50,9% anak dengan tingkat pengetahuan baik, 82,8% anak dengan sikap baik, namun sebagian besar praktik jajanan anak pada tingkat sedang (48,1%) dan kurang (34,0%). Setelah intervensi terdapat peningkatan jumlah anak dengan pengetahuan jajanan baik sebesar 16,2%, demikian pula peningkatan sikap baik anak sebesar 7,4%. Praktik jajanan anak yang baik hanya meningkat 2,7% dan terjadi penurunan praktik jajan anak yang tidak baik sebesar 13,4%. Intervensi edukasi terhadap jajanan dapat meningkatkan perilaku jajanan menjadi lebih baik pada anak sekolah.

**Kata kunci:** anak sekolah dasar, jajanan, pengetahuan, sikap, praktik

### PENDAHULUAN

Setiap hari anak-anak usia sekolah umumnya menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah yang akan berpengaruh terhadap pola kebiasaan makan, termasuk kebiasaan jajannya. Anak sekolah sering melupakan waktu makan

utama dan mereka cenderung untuk jajan. Anak yang tidak sarapan cenderung memiliki asupan energi dan zat gizi lebih sedikit dibandingkan anak yang sarapan. Studi perilaku tentang gizi seimbang pada anak Sekolah Dasar (SD) telah dilakukan di 10 wilayah, yakni Padang, Jakarta, Depok, Tangerang, Bogor, Yogyakarta, Sema-

\*Korespondensi: Telp:+6281314619119, Surel: [dbriawan@yahoo.com](mailto:dbriawan@yahoo.com)

rang, Surabaya, dan Makassar (Carmen 2011). Hasilnya menunjukkan anak telah mengetahui tentang pentingnya sarapan, namun masih banyak yang tidak mempraktikannya dengan berbagai alasan seperti bangun kesiangan, orang tua yang tidak menyiapkan sarapan dan sarapan pagi yang kurang menarik.

Pangan jajanan memberikan kontribusi yang besar terhadap total asupan gizi anak sekolah. Hasil survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2008 yang dilaksanakan di 4.500 SD di 79 kabupaten/kota di 8 provinsi di Indonesia, pangan jajanan menyumbang 31,1% energi dan 27,4% protein dari total konsumsi pangan harian. Namun demikian 45,0% pangan jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat karena mengandung zat kimia berbahaya seperti formalin, boraks, rodamin; Bahan Tambahan Pangan (BTP) seperti siklamat dan benzoat melebihi batas aman, serta akibat cemaran mikrobiologi. Hal ini juga dibuktikan dengan data Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan yang menunjukkan 19,0% kejadian keracunan terjadi di lingkungan sekolah, dan dari kejadian tersebut kelompok siswa SD paling sering mengalami keracunan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) (78,57%) (BPOM 2009).

Anak-anak sebagai konsumen utama PJAS sering kali tidak tahu atau tidak memperhatikan keamanannya. Mereka cenderung membeli jajanan hanya sesuai kesukaannya, tanpa mempertimbangkan kebersihan dan kesehatan. Kebiasaan mengonsumsi makanan oleh anak-anak dimulai dari kebiasaan di dalam keluarga, masyarakat sekitar dan juga oleh lingkungan sekolah.

Pendidikan gizi diperlukan oleh anak usia sekolah terutama untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pemilihan jajanan yang baik. Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pada anak sekolah dengan efektivitas yang berbeda-beda (Nuryanto *et al.* 2014; Shariff *et al.* 2008; Kocken *et al.* 2013; Wells *et al.* 2015; Shen *et al.* 2015).

Berdasarkan besarnya permasalahan keamanan pangan jajanan pada anak sekolah ini maka pemerintah pada tahun 2011 mencanangkan “Gerakan Pangan Jajanan Anak Sekolah yang Aman dan Berkualitas”. Dalam gerakan tersebut pemerintah melibatkan kerjasama dengan berbagai *stakeholders* seperti lembaga swadaya masyarakat dan swasta. Penelitian ini dilakukan untuk melihat perubahan perilaku anak meliputi pengetahuan, sikap dan praktik jajanan anak se-

belum dan setelah dilakukan program edukasi pada wilayah yang merepresentasikan Indonesia mewakili bagian barat, tengah dan timur.

## METODE

### Desain, tempat dan waktu

Desain studi ini adalah *pre-post intervention study*, yaitu memberikan perlakuan kepada subjek anak SD berupa edukasi jajanan sehat, kemudian perilaku yang meliputi pengetahuan, sikap, praktik (PSP) diukur perubahannya sebelum dan setelah perlakuan. Kegiatan edukasi tersebut merupakan bagian dari program ‘Gerakan 21 Hari Jajanan Baik’ oleh PT Unilever Indonesia yang dilakukan pada 2 juta anak di 7.000 SD di delapan provinsi di Indonesia dengan materi pangan jajanan yang baik. Kegiatan intervensi yang dilakukan meliputi: a) PT Unilever pusat menyiapkan materi edukasi yang seragam untuk seluruh wilayah, b) mitra LSM lokal melakukan *training of trainer* (TOT) dengan peserta dokter cilik atau guru dari masing-masing sekolah, c) edukasi jajanan dilakukan oleh peserta TOT dari masing-masing sekolah. Intervensi dilakukan selama 21 hari dengan menggunakan berbagai media yang sama untuk seluruh sekolah seperti *flipchart*, poster dan audio-kinetik (senam) dengan tema tentang makanan dan minuman jajanan yang baik.

Pengumpulan data dilakukan oleh mitra unilever (LSM lokal) di Provinsi Sumatera Utara, DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, DI Yogyakarta, Jawa Timur, Kalimantan Timur dan Sulawesi Selatan selama bulan April-Juni 2016.

### Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi yang diambil adalah seluruh siswa kelas lima dari SD di bawah naungan Yayasan Unilever Indonesia di 8 provinsi 13 kota/kabupaten dan melibatkan sebanyak 69.947 anak dari 139 SD. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas lima di SD. Sekolah yang dipilih terdaftar sebagai sekolah negeri maupun swasta dengan akreditasi minimal B. Sekolah-sekolah ini merupakan peserta program sekolah sehat Unilever Indonesia.

Dengan asumsi batas kesalahan (*margin of error*) 2,5%, jumlah subjek yang diperlukan minimal sebanyak 1.564 anak. Jumlah anak tersebut dibagi ke dalam 13 kota, maka pada setiap kota kurang lebih terdapat 120 anak. Pada setiap SD diambil sejumlah minimal 40 anak, sehingga diperlukan tiga SD untuk setiap kota, dan total jumlah subjek yang diperoleh sebanyak 1.856 anak.

### Jenis dan cara pengumpulan data

Pengukuran variabel pengetahuan, sikap dan praktik (PSP) pangan jajanan dikumpulkan melalui kuesioner (Tabel 1). Kuesioner variabel pengetahuan terdiri dari 10 pertanyaan tertutup dan 10 pertanyaan benar-salah, variabel sikap terdiri dari 15 pernyataan dengan pilihan jawaban setuju/tidak setuju, variabel praktik terdiri dari 10 pertanyaan tertutup.

Variabel karakteristik terdiri dari indikator umur, jenis kelamin dan uang saku; variabel pengetahuan meliputi aspek jajanan sebagai sumber zat gizi, fungsi zat gizi untuk anak sekolah, pangan tidak sehat, akibat konsumsi pangan tidak sehat dan label pangan; variabel sikap terdiri dari penerimaan anak terhadap pangan dan jajanan sebagai sumber zat gizi, peranan zat gizi untuk anak sekolah, pangan tidak sehat, akibat konsumsi pangan tidak sehat dan aman, label pangan serta perilaku hidup bersih dan sehat; serta variabel praktik yang terdiri dari keseharian pengeluaran pangan jajanan, jenis pangan jajanan, label pangan dan perilaku hidup bersih dan sehat.

Uang jajan anak adalah uang yang diberikan oleh orangtua/wali murid kepada siswa SD untuk kebutuhan jajanan berupa makanan dan minuman. Tidak termasuk didalamnya uang saku untuk transpor dan alat tulis sekolah. Dari uji coba kuesioner ditemukan uang jajan anak SD berkisar antara Rp 1.500 sampai Rp 25.000 per hari, sehingga kategori besaran uang jajan dibagi menjadi lima kelompok.

Sebelum digunakan, kuesioner terlebih dahulu diuji coba di Jakarta dan Bekasi yang dianggap mewakili daerah kota dan kabupaten dengan total sampel sebanyak 75 siswa. Hasil uji coba kuesioner menunjukkan bahwa rata-rata nilai validitas untuk pengetahuan, sikap dan praktik lebih dari 0,3 dan nilai reabilitas kuesioner lebih dari 0,7 yang menunjukkan bahwa kuesioner cukup baik.

Pengumpulan data PSP dengan cara pengisian kuesioner oleh siswa (*self administered*) yang dilakukan pada kurun waktu seminggu sebelum dan setelah intervensi. Siswa mengisi sendiri kuesioner yang dipandu oleh enumerator (petugas lapang) dengan cara membacakan pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner. Jumlah enumerator sebanyak 35 orang dengan latar belakang sebagian besar sarjana umum dan memiliki pengalaman survei dan dilakukan pelatihan pengisian kuesioner.

### Pengolahan dan analisis data

Variabel pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan sehat diolah dengan menjumlahkan

skor dari masing-masing pertanyaan berdasarkan jawaban sesuai. Persentase skor diperoleh dari jumlah skor benar dibagi dengan total skor dikali seratus. Kategori tingkat perilaku menggunakan kategori baik jika skor >80%, sedang skor 60-80%, dan kurang jika skor <60% dari total skor.

Uji statistik digunakan untuk mengetahui perubahan variabel pengetahuan, sikap dan praktik konsumsi jajanan. Signifikansi uji statistik ( $p < 0,05$ ) menggunakan uji *Wilcoxon* untuk beda PSP (distribusi data tidak normal) sebelum dan setelah edukasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik siswa anak sekolah dasar

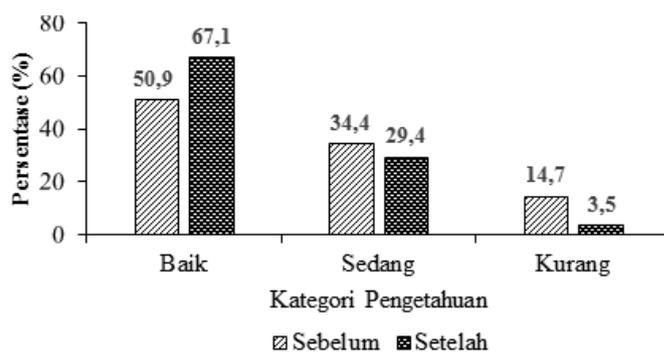
Distribusi siswa paling banyak berasal dari Provinsi Jawa Barat (28,4%), DKI Jakarta (25,6%) dan Banten (12,4%), sedangkan di provinsi lainnya jumlah anak SD sekitar 6-7%. Proporsi distribusi jenis kelamin siswa antar wilayah tidak sama, namun secara umum siswa perempuan lebih banyak (53,1%) dibandingkan siswa laki-laki (46,9%).

Subjek adalah anak SD kelas 5 dengan usia berkisar antara 9-13 tahun. Sebanyak 65% anak SD berusia 11 tahun, 22,3% berusia  $\leq 10$  tahun, dan 12,7% berusia  $\geq 12$  tahun. Proporsi anak dengan usia  $\leq 10$  tahun yang terbanyak hanya terdapat di Provinsi Sumatera Utara, sedangkan di provinsi lainnya sebagian besar anak berusia 11 tahun.

Secara umum pekerjaan ayah anak SD cukup beragam, yaitu sebagian besar bekerja sebagai karyawan swasta, wirausaha mandiri, dan Pegawai Negeri Sipil (PNS); namun juga sebagian diantaranya sebagai buruh dan tidak bekerja. Sebagian besar ibu anak SD di delapan provinsi berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Sebagian diantaranya juga bekerja sebagai karyawan swasta, wirausaha dan PNS. Sebagian kecil ibu anak SD bekerja wirausaha mandiri dan karyawan swasta serta buruh. Sebagian besar anak (55,6%) menerima uang jajan antara Rp 5.001-10.000; 22,4% antara Rp 2.500-5.000.

### Pengetahuan pangan jajanan anak

Sebelum program edukasi, tingkat pengetahuan tentang jajanan pada anak SD sebanyak 50,9% termasuk kategori baik sedang (34,4%) dan kurang (14,7%) (Gambar 1). Terjadi peningkatan proporsi anak dengan tingkat pengetahuan baik sebesar 16,2% setelah edukasi. Rata-rata skor pengetahuan jajanan meningkat sebesar 6 poin setelah intervensi, yaitu dari skor 75 menjadi 81. Rata-rata skor pengetahuan jajanan anak di



Gambar 1. Perubahan proporsi subjek berdasarkan pengetahuan jajanan sebelum dan setelah edukasi

semua provinsi mengalami peningkatan setelah edukasi. Peningkatan skor yang paling tinggi adalah di Sumatera Utara (skor 16) dan Kalimantan Timur (skor 12), sedangkan terendah di DKI Jakarta (skor 3) dan Sulawesi Selatan (skor 3). Secara statistik terjadi peningkatan pengetahuan gizi anak yang signifikan setelah edukasi jajanan baik ( $p < 0,05$ ).

Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Wells *et al.* (2015) pada anak SD di Amerika rentang usia 6-12 tahun sejumlah 1.622 siswa peserta program kebun sekolah. Terdapat perbedaan peningkatan skor pengetahuan yang signifikan pada kelompok perlakuan dari 3,2 menjadi 3,7 dibandingkan kelompok kontrol dari 3,26 menjadi 3,50. Penelitian lainnya pada subjek anak SD sebanyak 99 anak SD di Semarang juga menunjukkan terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 66 menjadi 76 setelah dilakukan edukasi (Nuryanto *et al.* 2014). Demikian pula anak SD di Surakarta dengan kategori pengetahuan baik sebelum edukasi media komik sebesar 65,7% dan meningkat menjadi 91,4% (Hamida *et al.* 2012). Hasil intervensi edukasi gizi disertai dengan permainan interaktif di Italia yang melibatkan 8.165 siswa sekolah usia 8-11 tahun (Rosi *et al.* 2016) menunjukkan tingkat pengetahuan anak yang baik meningkat dari 58,8% menjadi 97,4%. Namun hasilnya berbeda dengan penelitian Kocken (2013) yang melakukan evaluasi perubahan perilaku anak SD di Belanda untuk mengurangi konsumsi gula pada minuman anak melalui pelajaran di kelas dan tidak menyediakan *softdrink* di sekolah. Tidak terdapat perubahan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan sikap anak SD yang diberikan perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol (tanpa intervensi).

Perbandingan pengetahuan jajanan anak antar provinsi sebelum dan setelah intervensi

relatif berbeda. Sebagian besar anak SD mempunyai tingkat pengetahuan dengan kategori baik di Provinsi DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, DI Yogyakarta, dan Jawa Timur. Pada anak SD di Sumatera Utara memiliki tingkat pengetahuan terbanyak dengan kategori sedang (2,6%) dan kurang (2,5%). Sedangkan tingkat pengetahuan kategori baik hanya sebesar 1,6%. Demikian pula di Sulawesi Selatan tingkat pengetahuan anak sebagian besar sedang (92,9%) dan kurang (2,7%) dibandingkan yang baik (1,1%). Adapun di Kalimantan Timur anak SD kebanyakan mempunyai tingkat pengetahuan sedang (3,2%) dibandingkan yang baik (2,9%) dan kurang (0,6%). Variasi perbedaan efektivitas edukasi antar provinsi kemungkinan karena terdapat perbedaan di dalam pelaksanaan intervensi. Intervensi dilakukan oleh mitra LSM lokal yang berbeda antar lokasi, sehingga kemampuan dalam penyampaian edukasi kepada edukator sekolah (guru dan dokter cilik) juga beragam. Kontrol yang dilakukan mitra terhadap pelaksanaan edukasi tidak bisa maksimal karena keragaman jadwal pelaksanaan edukasi di masing-masing sekolah.

Sebelum program edukasi beberapa pertanyaan dalam pengetahuan jajanan masih dijawab salah oleh anak. Tabel 1 menyajikan 10 pertanyaan yang paling banyak dijawab salah oleh anak SD. Sebanyak 85,1% anak tidak mengetahui jenis zat gizi untuk mendapatkan energi. Setelah intervensi ternyata sebagian besar anak (61,8%) masih belum memahami bahwa energi dapat berasal dari konversi karbohidrat, protein dan lemak. Kebanyakan anak (75,9%) tidak mengetahui bahwa nilai gizi dalam produk jajanan dapat dilihat dalam label pangan. Pesan tentang label gizi ini nampaknya tidak dilakukan secara jelas oleh edukator/fasilitator, sehingga setelah intervensi jumlah anak yang menjawab salah masih cukup tinggi (76,9%). Sebanyak 52,5% anak sekolah

Tabel 1. Proporsi anak sekolah dengan jawaban pengetahuan jajanan salah sebelum dan setelah edukasi

No	Pertanyaan/pernyataan pengetahuan	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
1	Zat gizi yang memiliki sumber energi	1580	85,1	1147	61,8
2	Informasi nilai gizi dalam label digunakan untuk mengetahui bahan yang digunakan produk jajanan	1409	75,9	1427	76,9
3	Waktu makan penyumbang zat gizi harian	975	52,5	716	38,6
4	Jajanan dapat menambah kekurangan energi dari makanan yang disiapkan di rumah	945	50,9	807	43,5
5	Jajanan yang bergizi harus mengandung zat gizi antara lain...	580	31,3	470	25,3
6	Bagian yang menunjukkan tentang informasi kandungan zat gizi dari makanan pada label makanan kemasan	505	27,2	479	25,8
7	Energi dapat diperoleh dari jajanan yang mengandung karbohidrat	392	21,1	124	6,7
8	Perlakuan sebelum makan agar tangan bebas kuman	363	19,6	216	11,6
9	Sumber karbohidrat dari makanan	325	17,5	214	11,5
10	Sarapan (makan pagi) tidak harus dilakukan anak sekolah	315	17,0	354	19,1

tidak mengetahui bahwa energi untuk aktivitas fisik dapat diperoleh dari makan di pagi, siang dan malam hari. Setelah edukasi gizi, pemahaman terhadap pertanyaan tersebut menjadi lebih baik sehingga terjadi penurunan terhadap jumlah anak yang menjawab salah yaitu menjadi 38,6%.

Sejumlah 50,9% anak SD tidak mengetahui bahwa dengan mengonsumsi jajanan dapat menambah kekurangan energi yang diperoleh dari makanan yang disiapkan di rumah. Setelah edukasi terjadi penurunan jumlah anak yang menjawab salah terhadap pertanyaan tersebut, yaitu menjadi 43,5%. Sebelum edukasi sebanyak 31,3% anak menjawab salah bahwa jajanan yang bergizi adalah yang mengandung zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Setelah edukasi jumlah tersebut menurun menjadi 25,3%. Sebanyak 27,2% anak tidak mengetahui bagian label makanan kemasan, yang menunjukkan informasi kandungan zat gizi makanan. Sedangkan setelah edukasi, jumlah tersebut hanya sedikit menurun menjadi 25,8%.

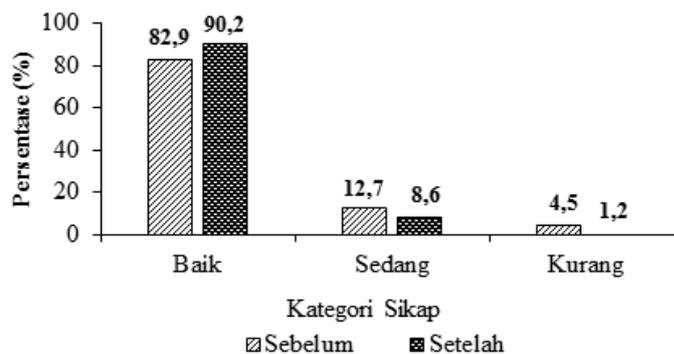
Beberapa pertanyaan tersebut di atas belum dijawab dengan baik oleh anak SD. Beberapa hal yang diduga menjadi penyebabnya adalah: 1) pelatihan TOT yang dilakukan oleh mitra lokal belum cukup jelas untuk beberapa poin pertanyaan tersebut, 2) butir pertanyaan tersebut belum disampaikan dengan baik kepada peserta oleh edukator sekolah (dokter cilik dan guru). Untuk itu beberapa poin tersebut perlu pembahasan lebih jelas dan dilakukan evaluasi pada waktu pelatihan TOT, demikian pula penyam-

paiannya oleh edukator kepada siswa di sekolah, serta didukung oleh media edukasi yang lebih spesifik untuk isu tersebut.

#### Sikap anak terhadap pangan jajanan

Sikap terhadap jajanan anak sekolah dinilai berdasarkan pernyataan positif dan negatif tentang jajanan anak dengan jawaban setuju dan tidak setuju. Terjadi kenaikan skor sikap jajanan anak sebesar tiga poin setelah intervensi yaitu dari 85 menjadi 88. Peningkatan skor tertinggi terjadi di Provinsi Sumatera Utara dan Jawa Timur, yaitu berturut-turut skor meningkat sebesar 10 dan 7 poin. Sebelum program edukasi, sikap tentang jajanan sebanyak 82,9% termasuk kategori baik. Meskipun demikian masih ditemukan sebanyak 12,7% dan 4,5% sikap terhadap jajanan anak dalam kategori sedang dan kurang (Gambar 2). Setelah edukasi jajanan, terjadi peningkatan proporsi anak SD yang memiliki sikap jajanan yang baik sebesar 7,3%. Secara keseluruhan uji statistik menunjukkan terjadi peningkatan sikap jajanan anak yang signifikan setelah dilakukan edukasi jajanan baik ( $p < 0,05$ ). Apabila dilakukan analisis di setiap provinsi diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa sikap anak terhadap jajanan sehat meningkat secara signifikan di semua provinsi kecuali Sulawesi Selatan.

Sebagian besar anak SD mempunyai sikap terhadap jajanan dengan kategori baik di hampir semua provinsi. Jika dibandingkan antar provinsi dengan jumlah sampel 125 anak per provinsi yang berada di delapan lokasi, maka jumlah



Gambar 2. Perubahan proporsi subjek berdasarkan sikap jajanan sebelum dan setelah edukasi

anak dengan sikap baik paling rendah terdapat di Provinsi Sumatera Utara (4,6%) dan Sulawesi Selatan (4,1%) dibandingkan dengan Provinsi DI Yogyakarta, Jawa Timur dan Kalimantan Timur. Bila dilihat berdasarkan kategori subjek dengan sikap terhadap jajanan yang kurang di lima provinsi tersebut, maka Provinsi Sumatera Utara memiliki persentase paling tinggi dibandingkan Sulawesi Selatan, Jawa Timur, DI Yogyakarta dan Kalimantan Timur yaitu sebesar 0,6%.

Setelah program edukasi jajanan baik, terjadi peningkatan sikap dengan kategori baik. Sebaliknya terjadi penurunan sebesar 4,1 % dan 3,3% jumlah anak dengan kategori sikap sedang dan kurang. Terjadi peningkatan jumlah yang lebih tinggi (1,72-1,99%) terhadap perbaikan sikap baik di Provinsi Sumatera Utara, Jawa Barat, dan DKI Jakarta; dibandingkan provinsi lain dengan peningkatan sebesar 0,22-0,75% di Provinsi Banten, Kalimantan Timur, DI Yogyakarta dan Jawa Timur. Peningkatan jumlah anak dengan sikap baik terendah (0,06%) terdapat di Sulawesi Selatan.

Program edukasi gizi terhadap anak-anak yang dilakukan melalui pendidikan di sekolah telah dilakukan pada berbagai studi. Studi di Malaysia (Shariff *et al.* 2008) menyatakan bahwa edukasi gizi selama enam minggu dilakukan oleh guru yang telah dilatih sebelumnya. Studi melibatkan empat sekolah, 335 murid, dan hasilnya menunjukkan perubahan skor pengetahuan, sikap dan praktik yang signifikan pada kelompok perlakuan dibandingkan kontrol. Hasil ini cukup baik karena model edukasi yang melibatkan peran aktif anak di kelas seperti diskusi, kerja kelompok, pameran, penugasan, lomba nyanyi, presentasi, kontes gizi, dan lomba poster. Hasil sebaliknya diperoleh pada penelitian oleh Shen *et al.* (2015) di 12 SD di China. Edukasi dilakukan

selama setengah jam per minggu selama dua semester dengan materi meliputi gizi dan keamanan pangan jajanan sehat. Hasilnya menunjukkan bahwa edukasi dapat meningkatkan skor pengetahuan sebesar 2,92 kali, namun tidak diikuti dengan perbaikan skor sikap anak. Penelitian yang dilakukan oleh Khusna *et al.* (2014) pada anak kelas IV SD di Lampung menunjukkan bahwa setelah edukasi rata-rata sikap tentang jajanan sehat meningkat dari 32,85 menjadi 36,88. Peningkatan skor juga terjadi pada sikap anak SD di Semarang sebelum dan sesudah edukasi dari 70,3 menjadi 75,0 (Nuryanto *et al.* 2014).

Pernyataan terhadap sikap negatif (10 pernyataan) yang masih dijumpai pada anak disajikan pada Tabel 4. Sebelum diberikan edukasi jajanan, sebagian besar anak menyatakan setuju bahwa penyakit flu dan batuk dapat disebabkan oleh jajanan yang dingin (78,8%). Namun setelah edukasi hanya terdapat sedikit penurunan (10,8%) terhadap sikap tersebut, yaitu jumlah anak menjadi 68,0%. Misalnya tentang sikap anak terhadap cara penyimpanan jajanan, jumlah anak yang tidak setuju bahwa jajanan yang cepat rusak lebih baik disimpan dalam lemari pendingin (kulkas/*freezer*) sebesar 32,2%. Setelah edukasi, sikap yang kurang tepat tersebut menurun menjadi 23,1%. Anak sekolah menyukai pangan jajanan yang manis dan dingin seperti hasil studi di 10 kota besar yang dilakukan oleh Carmen (2011).

Sebelum edukasi sekitar seperlima subjek mempunyai sikap 'salah' terhadap keamanan jajanan. Sebanyak 20,5% anak tidak setuju bahwa jajanan tercemar dan tidak aman dapat menjadi penyebab batuk. Setelah edukasi, sikap yang kurang tepat tersebut menurun cukup besar yaitu menjadi 14,8%. Selain itu sebanyak 18,3% anak menyatakan setuju bahwa jajanan yang terbuka (tidak dibungkus) aman untuk dimakan, dan jum-

Tabel 2. Proporsi subjek berdasarkan sikap negatif jajanan anak sekolah sebelum dan setelah edukasi

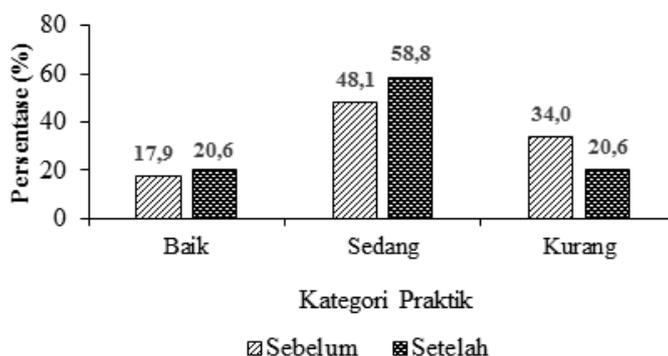
No	Pernyataan Sikap	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
1	Anak setuju, penyakit flu dan batuk dapat disebabkan oleh jajanan yang dingin	1462	78,8	1263	68,0
2	Anak tidak setuju, jajanan yang cepat rusak lebih baik disimpan dalam lemari pendingin (kulkas/freezer)	598	32,2	428	23,1
3	Anak tidak setuju, jajanan yang tercemar dan tidak aman dapat menyebabkan batuk	380	20,5	274	14,8
4	Anak setuju, jajanan yang terbuka aman untuk dimakan	340	18,3	324	17,5
5	Anak tidak setuju, contoh jajanan bergizi adalah yang mengandung buah	267	14,4	180	9,7
6	Anak tidak setuju, memilih jajanan (minuman) yang dibuat dari air matang	187	10,1	143	7,7
7	Anak setuju, jajanan yang bergizi boleh banyak mengandung garam, gula dan minyak	149	8,0	182	9,8
8	Anak setuju, membeli jajanan dalam kemasan tidak perlu melihat tanggal kadaluarsa	139	7,5	119	6,4
9	Anak tidak setuju, jajanan baik adalah jajanan yang menyumbang kebutuhan energi	134	7,2	57	3,1
10	Anak tidak setuju, membiasakan cuci tangan dengan sabun di air mengalir	120	6,5	81	4,4

lah anak yang berubah sikap tersebut tidak cukup banyak (hanya turun 0,8%) atau total menjadi 17,5%.

**Praktik anak terhadap pangan jajanan**

Setelah intervensi terjadi kenaikan proporsi praktik subjek dengan kategori baik sebesar 2,7% yaitu dari 17,9% menjadi 20,6%. Rata-rata skor praktik meningkat sebesar 2 poin (dari 66 menjadi 68). Peningkatan skor praktik tertinggi terjadi di Provinsi Jawa Timur (5 poin), dan terendah di Provinsi Sulawesi Selatan (skor menurun 1 poin). Sebaliknya, terjadi penurunan persentase anak dengan kebiasaan praktik yang kurang sebesar 13,4% yaitu dari 34% menjadi 20,6% (Gambar 3). Secara umum dari total wilayah intervensi

terjadi perbaikan praktik jajanan anak yang signifikan setelah dilakukan edukasi jajanan baik ( $p < 0,05$ ). Namun demikian, apabila dianalisis di setiap provinsi maka diperoleh hasil bahwa praktik konsumsi jajanan sehat anak sekolah meningkat secara signifikan di lima provinsi kecuali Banten, Yogyakarta, Jawa Barat dan Sulawesi Selatan. Hal tersebut diduga karena perbedaan intensitas pelaksanaan edukasi yang dilakukan oleh masing-masing sekolah. Wakil sekolah (guru dan dokter kecil) yang ikut pelatihan TOT akan mengimplementasikan edukasi jajanan baik sesuai dengan jadwal dan kondisi masing-masing sekolah. Perbedaan pemahaman materi edukasi dan cara penyampaian materi edukasi oleh wakil sekolah juga akan menentukan efektivitas keberhasilan perubahan perilaku anak.



Gambar 3. Perubahan proporsi subjek berdasarkan praktik jajanan anak sebelum dan setelah edukasi

Telaah pustaka dari berbagai penelitian tentang efektivitas edukasi terhadap praktik konsumsi pangan anak menunjukkan perbaikan, meskipun perubahannya tidak selalu signifikan. Hasil penelitian Kocken *et al.* (2013) terjadi penurunan praktik membawa minuman *softdrink* yang lebih besar pada kelompok perlakuan (56%) dibandingkan kelompok kontrol (43%). Intervensi yang dilakukan adalah memberi pelajaran di kelas yang dikombinasikan dengan penyediaan minuman (*softdrink*) di sekolah pada siswa usia 13 tahun di Belanda. Penelitian Shen *et al.* (2015) pada 12 SD di daerah miskin Cina wilayah barat yang mendapatkan edukasi tentang keamanan pangan dan gizi setiap 0,5 jam per minggu selama dua semester oleh guru sekolah dapat meningkatkan skor praktik konsumsi pangan 2,92 lebih baik. Penelitian Battjes-Fries *et al.* (2013) pada SD usia 9-12 tahun sebanyak 1.183 anak di Belanda menunjukkan kelompok yang diberikan perlakuan menunjukkan poin praktik sebesar 0,19 lebih tinggi dibandingkan dengan kontrol.

Respon terhadap besarnya perubahan praktik jajanan anak terlihat bervariasi antar wilayah/provinsi. Sebagian besar anak SD mempunyai praktik terhadap jajanan dengan kategori sedang (48,1%) dan kurang (34%) di delapan provinsi lokasi edukasi jajanan sehat. Jika dibandingkan antar provinsi maka praktik anak dengan kategori baik tertinggi berada di Provinsi DKI Jakarta (6%) dan Jawa Barat (4,3%) sedangkan kategori praktik baik yang rendah ada di Provinsi Jawa Timur, Yogyakarta, Sumatera Utara dan Sulawesi Selatan. Setelah dilakukan program edukasi jajanan baik, jumlah anak SD dengan praktik kategori baik meningkat sebesar 2,7%, yaitu dari 17,9% menjadi 20,6%. Terjadi penurunan sebesar 13,4% jumlah anak dengan kategori praktik kurang. Terjadi peningkatan (0,2-0,5%) terhadap perbaikan praktik baik di Provinsi Sulawesi Utara, Kalimantan Timur, Yogyakarta, Banten dan Jawa Barat.

Perubahan praktik jajanan yang kurang pada 10 pernyataan disajikan pada Tabel 5. Sebelum edukasi jajanan, sebagian besar anak menyatakan bahwa mereka selalu dan sering jajan di sekolah (76,9%). Setelah edukasi terjadi peningkatan anak jajan di sekolah sebesar 3%. Sebagian besar anak (70,2%) menyatakan tidak pernah atau jarang membawa bekal ke sekolah, dan setelah edukasi turun menjadi 68,8%. Sebanyak 37,9% anak SD menyatakan jarang atau tidak pernah mencuci tangan sebelum makan jajanan di sekolah sebelum edukasi, dan turun menjadi 32% setelah edukasi. Sebanyak 27,6% anak me-

Tabel 3. Proporsi subjek berdasarkan praktik jajanan kurang baik sebelum dan setelah edukasi

No	Pertanyaan	Sebelum (%)	Setelah (%)
1	Apakah kamu suka jajan di sekolah?	76,9	79,9
2	Apakah kamu membawa bekal makanan ke sekolah?	70,2	68,8
3	Apakah kamu mencuci tangan terlebih dahulu sebelum makan jajanan di sekolah?	37,9	32,0
4	Apakah kamu sarapan (makan pagi) sebelum berangkat sekolah?	27,6	25,5
5	Apakah ketika mau jajan, kamu memperhatikan kebersihan alat untuk mengolah jajanan?	27,2	22,3
6	Apakah ibu memberi pesan untuk pilihan jajanan di sekolah?	26,6	22,9
7	Apakah kamu membaca tanggal kadaluarsa ketika membeli jajanan?	24,1	22,6
8	Apakah kamu suka membeli jajanan yang berminyak (gorengan)?	18,9	18,1
9	Apakah kamu membeli jajanan di kantin/tempat yang bersih?	15,0	12,8
10	Apakah kamu akan membeli jajanan jika kemasan rusak?	5,4	3,4

nyatakan tidak biasa sarapan sebelum berangkat ke sekolah, dan setelah edukasi menjadi 25,5%. Beberapa penelitian tentang sarapan menurut Hardinsyah dan Aries (2012) menunjukkan rendahnya mutu sarapan anak Indonesia berdasarkan analisis data Riskesdas 2010. Dari 35.000 anak usia SD, sebanyak 44,6% hanya memperoleh asupan energi kurang dari 15% kebutuhannya, yang seharusnya yaitu 15-30% kebutuhan sehari.

Terjadi penurunan jumlah anak dengan praktik jajanan kurang bervariasi antara jenis praktik. Misalnya sebesar 26,6% anak menyatakan bahwa ibu mereka tidak biasa memberikan pesan tentang pilihan jajanan di sekolah sebelum diberikan edukasi dan kemudian turun menjadi 22,9% setelah mendapatkan edukasi. Sebanyak 18,9% anak menyatakan biasa membeli makanan gorengan sebelum edukasi dan turun menjadi 18,1% setelah edukasi. Konsumsi pangan seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor yang bersifat individual, lingkungan sosial, ekonomi, dan budaya. Menurut Sandercock *et al.* (2010) kebiasaan sarapan seseorang dipengaruhi

oleh berbagai faktor individu, diantaranya adalah usia anak, jenis kelamin, pengetahuan tentang kesehatan dan gizi, ketersediaan makanan pagi di rumah, jarak antara rumah dengan sekolah, jumlah uang saku, kebiasaan jajan, kebiasaan membawa bekal, persepsi tubuh ideal; serta faktor lingkungan keluarga seperti pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan orang tua.

### KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian yaitu terdapat perubahan positif terhadap pengetahuan, sikap dan praktik (PSP) anak SD setelah edukasi. Pengetahuan tentang jajanan sehat meningkat signifikan di semua provinsi, meskipun beberapa pertanyaan belum dipahami dengan baik oleh anak. Adapun sikap anak terhadap jajanan sehat meningkat secara signifikan di semua provinsi kecuali Sulawesi Selatan. Sedangkan praktik konsumsi jajanan sehat anak sekolah meningkat secara signifikan setelah edukasi hanya di empat provinsi kecuali Banten, Yogyakarta, Jawa Barat dan Sulawesi Selatan.

Saran dari hasil penelitian ini adalah pelaksanaan edukasi jajanan sehat bagi anak sekolah dilakukan secara berkelanjutan dan bertahap sehingga dicapai perubahan pengetahuan, sikap dan sampai praktik keseharian anak. Untuk kegiatan selanjutnya *training* yang dilakukan oleh mitra lokal kepada peserta wakil dari sekolah harus menjamin bahwa semua materi edukasi jajanan telah dipahami dengan baik sebelum intervensi dengan dilakukan uji pre-post tes pada pelatihan TOT, dan untuk meningkatkan cakupan sasaran yang lebih luas ke daerah dan sekolah lainnya, program edukasi ini perlu keterlibatan dan dukungan dari berbagai pihak lainnya (*public-private sectors*).

### UCAPAN TERIMA KASIH

Studi ini dilakukan dengan bantuan dana dari PT Unilever Indonesia. Dengan ini peneliti menyatakan tidak mempunyai konflik kepentingan dalam pelaksanaan studi dan penulisan artikel.

### DAFTAR PUSTAKA

[BPOM] Badan Pengawas Obat dan Makanan, 2009. Food Watch: sistem terpadu keamanan pangan jajan anak sekolah. Vol (1):1-4. Jakarta.

Battjes-Fries M, Nies AH, Renes RJ, Meester HJ, Veer P, 2013. Effect of the Dutch school-

based education programme 'Taste Lessons' on behavioural determinants of taste acceptance and healthy eating: a quasi-experimental study. *Public Health Nutrition* 18(12): 2231-2241.

Carmen. 2011. Pengetahuan, sikap dan perilaku tentang gizi seimbang pada anak sekolah dasar. Studi multi senter oleh sepuluh perguruan tinggi di berbagai kota di Indonesia 2009-2011. Ditjen Pendidikan Tinggi Kemendikbud.

Hamida K, Zulaekah S, Mutalazimah, 2012. Penyuluhan gizi dengan media komik untuk meningkatkan pengetahuan tentang keamanan makanan jajanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8(1):67-73.

Hardinsyah & Muhammad A. 2012. Kebiasaan sarapan anak Indonesia berdasarkan analisis Data Riskesdas 2010. *J Gizi Pangan* 7(2):89-96.

Khusna N, Setiaji HB, Sahli Z. 2014. Pengaruh penyuluhan tentang jajanan Sehat terhadap pengetahuan dan sikap anak usia sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan* 5(1): 44-49.

Kocken PL, Van-Kesteren NMC, Buijs G, Snel J, Dusseldrop E. 2013. Students' beliefs and behaviour regarding low-calorie beverages, sweets or snacks: are they affected by lessons on healthy food and by changes to school vending machines?. *Public Health Nutrition* 18(9): 1545-1553.

Nuryanto, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. 2014. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia* 3(1): 32-36.

Rosi A, Brihenti F, Finistrella V, Ingrosso L, Monti G, Vanelli M, Vitale M, Volta E, Scazzino F. 2016. Giocampus school: a "learning through playing" approach to deliver nutritional education to children. *Int J Food Sci Nutr* 67(2).

Sandercock GR, Voss C, Dye L. 2010. Associations between habitual schoolday breakfast consumption, body mass index, physical activity and cardiorespiratory fitness in English schoolchildren. *Eur J Clin Nutr* 64(10):1086-92.

Shariff ZM, Bukhari SS, Othman N, Hashim N, Ismail M, Jamil Z, Kasim SM, Paim L, Samah BA, Hussein ZAM. 2008. Nutrition education intervention improves nutrition knowledge, attitude and practices of primary school children: a pilot study. *Int Electron J Health Educ* 11:119-132.

- Shen M, Hu M, Sun Z. 2015. Assessment of school-based quasi-experimental nutrition and food safety health education for primary school students in two poverty-stricken countries of West China. *PLoS One*:10(12):e0145090.
- Wells NM, Myers BM, Todd LE, Barale K, Gaolach B, Ferenz G, Aitken M, Henderson CR, Tse C, Pattison KO, *et al.* 2015. The Effects of school gardens on children's science knowledge: a randomized controlled trial of low-income elementary schools. *Int J Sci Educ* 37(17): 2858-2878.