

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Makanan Jajanan

1. Definisi Makanan Jajanan

Makanan jajanan merujuk pada hidangan dan konsumsi yang dijual atau disajikan dimaksudkan untuk dikonsumsi segera, baik yang berlokasi lingkungan sekolah, di area sekolah, maupun di tempat-tempat publik. Untuk anak-anak, sekolah, makanan jajanan dapat berupa ini mencakup makanan pokok/satu porsi, camilan, minuman, dan buah , maupun jajanan kemasan. (Fitriani & Andriyani, 2015)".

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/MENKES/SK/VII/2003 mengenai Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan Jajanan, makanan jajanan didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang diproduksi oleh pedagang makanan di lokasi penjualan atau disajikan sebagai santapan siap saji untuk dijual kepada masyarakat luas . Dalam lingkungan Di lingkungan sekolah, makanan jajanan kerap dikonsumsi oleh para siswa dikarenakan mudah diperoleh, harganya terjangkau, dan memiliki rasa serta tampilan yang menarik.

Namun, makanan jajanan perlu memenuhi prinsip keamanan pangan, kebersihan, higiene, dan sanitasi agar aman dikonsumsi oleh anak sekolah, terutama di kalangan siswa kelas rendah di berbagai daerah di Indonesia. Permasalahan ini muncul karena para pedagang makanan tidak dapat menjamin keamanan produk yang mereka jual dan kurang memperhatikan aspek higiene serta sanitasi makanan.(Ratnaningsih et al., 2023)".

2. Jenis jenis Makanan Jajanan

Makanan pilihan jajanan yang dipilih oleh anak sekolah terdiri dari berbagai jenis. Jajanan tidak hanya berupa cemilan atau makanan ringan, tetapi juga dapat berupa makanan utama/sepinggan, minuman, dan buah-buahan. Setiap jenis jajanan memiliki karakteristik yang berbeda, sehingga perlu diperhatikan dari segi kandungan gizi, kebersihan, keamanan, dan cara penyajiannya (Nasution et al., 2023)".

1. Makanan utama/sepinggan

Hidangan utama atau hidangan satu porsi merujuk pada kategori makanan jajanan yang dapat disajikan menggantikan makanan utama karena biasanya mengandung sumber karbohidrat, lauk, dan bahan makanan tambahan lainnya, Jenis makanan ini sering dipilih siswa karena lebih mengenyangkan dan mudah ditemukan di lingkungan sekolah, Contoh makanan utama atau makanan sepinggan antara lain nasi goreng, mi goreng, mi dalam kemasan cup, lontong, bakso, soto, bubur ayam, dan makanan sejenis lainnya.

2. Cemilan atau makanan ringan

Makanan selingan atau ringan adalah jenis konsumsi yang biasanya dikonsumsi di antara waktu makan utama, Contoh cemilan atau makanan ringan antara lain gorengan, cireng, cilok, keripik, biskuit, roti, kue, permen, dan makanan ringan kemasan. Cemilan yang baik untuk dikonsumsi adalah cemilan yang bersih, tidak menggunakan bahan berbahaya, tidak mengandung pewarna mencolok secara berlebihan, serta memiliki kemasan yang baik.

3. Minuman

Minuman jajanan adalah jenis minuman yang dijual di lingkungan sekolah atau sekitar sekolah dan sering dikonsumsi oleh siswa. Minuman jajanan dapat berupa minuman siap minum, minuman kemasan, maupun minuman yang dibuat langsung oleh pedagang. Contoh minuman jajanan termasuk di dalamnya air minum, susu, teh, sari buah, es, minuman berwarna, minuman serbuk, dan minuman kemasan. Minuman yang aman dikonsumsi harus berasal dari air yang bersih, disajikan menggunakan wadah yang higienis, serta tidak mengandung pemanis, pewarna, atau bahan tambahan lain secara berlebihan.

4. Buah Buah

Buah-buahan juga termasuk jenis makanan jajanan yang dapat dikonsumsi oleh anak sekolah. Buah-buahan menyediakan vitamin, mineral, dan serat yang bermanfaat bagi kesehatan. Contoh buah-buahan yang sering dijual sebagai jajanan antara lain potongan semangka, melon, pepaya, pisang, mangga, dan rujak buah.

3. Kebiasaan Makan Anak Sekolah

Konsumsi makanan jajanan pada peserta didik sekolah sering disebabkan oleh peserta didik mengonsumsi sebagian waktunya di sekolah. Banyaknya Cemilan yang tersedia di kantin maupun di sekitar lingkungan area sekolah. membuat anak lebih disukai membeli panganan sesuai keinginannya. Beragam jenis cemilan yang sering ditemukan di lingkungan sekolah antara lain bakso, siomay, cilok, cireng, gorengan, mi dalam kemasan cup, makanan ringan kemasan, es, dan minuman berwarna. Jajanan tersebut banyak diminati dikarenakan cita rasanya yang nikmat, harganya yang ekonomis, ketersediaannya yang mudah, serta tampilan yang menarik bagi anak : (Dalam et al., 2024)

1. Lingkungan keluarga berperan dalam membentuk kebiasaan konsumsi anak. anak yang dibiasakan sarapan dan membawa bekal dari rumah cenderung lebih terarah dalam memilih makanan. Sebaliknya, anak yang tidak sarapan dari rumah lebih berisiko membeli jajanan secara sembarangan di sekolah.

2. Lingkungan sekolah dapat memengaruhi kebiasaan makan anak melalui ketersediaan jajanan di kantin maupun di sekitar sekolah. Apabila jajanan yang tersedia lebih banyak berupa makanan tinggi gula, garam, lemak, atau makanan yang kurang higienis.

3. Rasa, warna, aroma, bentuk, kemasan, dan harga jajanan sangat memengaruhi minat anak dalam membeli makanan. Anak-anak cenderung memilih jajanan yang terlihat menarik, memiliki rasa yang disukai, dan mudah dibeli, meskipun belum tentu memperhatikan kandungan gizi serta keamanan pangan.

Kebiasaan makan anak sekolah merupakan perilaku anak dalam memilih, membeli, dan mengonsumsi makanan, baik makanan utama maupun panganan. Untuk anak pada usia sekolah, kebiasaan makan terdampak oleh

lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya, ketersediaan jajanan, harga, rasa, tampilan makanan, serta pengetahuan anak mengenai makanan sehat.

4. Makanan Yang Paling Diminati

Menurut (Fauziah et al., 2023) “ Panganan jajanan yang paling banyak digemari oleh para siswa umumnya adalah makanan dan minuman yang memiliki rasa enak, harga terjangkau, mudah diperoleh, serta memiliki tampilan yang menarik. Anak sekolah biasanya lebih tertarik pada jajanan yang memiliki rasa gurih, manis, pedas, berwarna menarik, dan mudah ditemukan di area kantin atau di sekitar lingkungan lokasi sekolah. Panganan jajanan yang diminati anak sekolah tidak hanya terbatas pada bakso, tetapi juga mencakup berbagai jenis makanan dan minuman jajanan lainnya. beberapa jajanan yang sering diminati anak sekolah antara lain bakso, siomay, cilok, cireng, gorengan, mi dalam kemasan cup, makanan ringan kemasan, es, dan minuman berwarna. Jajanan tersebut banyak dipilih karena mudah ditemukan, harganya relatif murah, rasanya disukai anak-anak, dan dapat dikonsumsi saat jam istirahat sekolah, bakso merupakan salah satu jenis cemilan yang banyak disukai oleh para siswa sekolah. bakso biasanya disajikan dengan kuah, mi, sayuran, saus, dan bahan pelengkap lainnya. Makanan ini banyak diminati karena rasanya gurih, mengenyangkan, dan mudah ditemukan di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Meskipun demikian, bakso tetap perlu diperhatikan dari segi kebersihan bahan, proses pengolahan, penggunaan saus, serta cara penyajiannya agar aman dikonsumsi.

Selain bakso, jajanan seperti siomay, cilok, cireng, dan gorengan juga banyak diminati oleh anak sekolah. Jajanan tersebut disukai karena rasanya gurih, mudah dimakan, dan harganya terjangkau. Namun, jajanan yang digoreng atau dijual dalam keadaan terbuka perlu diperhatikan kebersihannya, terutama apabila terpapar debu, dihindangi lalat, atau menggunakan minyak goreng berulang kali.

5. Syarat Makanan Jajanan Aman

Panganan jajanan yang aman adalah panganan dan minuman yang tidak menimbulkan risiko bagi kesehatan serta bebas dari kontaminasi biologis, kimia, dan fisik . Keamanan makanan jajanan perlu diperhatikan karena jajanan yang tidak, dapat menyebabkan gangguan kesehatan, seperti sakit perut, mual, muntah, diare, dan keracunan makanan , bahkan gangguan kesehatan yang lebih serius , Makanan jajanan yang aman harus memenuhi prinsip keamanan pangan, higiene, dan sanitasi, Prinsip tersebut meliputi pemilihan bahan pangan yang baik, penggunaan bahan tambahan pangan yang sesuai aturan, proses pengolahan yang bersih, penyimpanan makanan yang tepat, serta penyajian makanan yang terlindung dari debu, lalat, dan sumber pencemaran lainnya. Selain itu, makanan jajanan kemasan sebaiknya memiliki informasi yang jelas, seperti komposisi, tanggal kedaluwarsa, izin edar, dan label halal.

Berdasarkan standar ISO 22000 mengenai sistem manajemen keamanan pangan, ada tiga jenis bahaya yang terkait dengan makanan yang kita konsumsi, yaitu: bahaya fisik, bahaya biologis, dan bahaya kimia.

1. Bahaya Fisik

Bahaya ini dapat terjadi karena adanya benda fisik seperti rambut, kuku, perhiasan, logam, debu, tanah, kerikil, kayu, kaca, serta besi yang dapat menyebabkan tertelan dan masuk ke dalam makanan. ini bisa tertelan dan dapat mengakibatkan cedera pada saluran pencernaan.

2. Bahaya Biologis

Bahaya biologis berhubungan dengan keracunan makanan yang disebabkan oleh mikroba yang mencemari makanan. Makanan sangat rentan terhadap kontaminasi mikroba, khususnya berasal dari telur, daging, susu, dan produk terkait. olahannya. beberapa jenis mikroorganisme yang umum ada dalam produk makanan termasuk meliputi jamur dan bakteri. Roti yang telah terkontaminasi jamur dapat menghasilkan toksin spesifik, yang berpotensi mengakibatkan keracunan.

3. Bahaya Secara Kimia

Bahaya kimiawi muncul dari zat-zat kimia yang terkandung dalam makanan. ke dalam makanan dan dapat membahayakan kesehatan. Bahaya kimia dapat berasal dari penggunaan bahan tambahan pangan yang tidak sesuai, seperti pewarna tekstil, pengawet berbahaya, pemanis buatan berlebihan, boraks, formalin, atau bahan kimia lain yang tidak diperbolehkan untuk makanan.

6. Cara Memilih makanan Jajanan

Memilih Makanan sehat untuk anak sekolah, dan aman sangat penting dilakukan oleh Hal ini terkait dengan pilihan jajanan yang dikonsumsi setiap hari dapat memengaruhi kesehatan, status gizi, dan kebiasaan makan anak. Makanan jajanan yang baik tidak hanya dilihat dari rasa, harga, dan tampilan, tetapi juga perlu diperhatikan dari segi kebersihan, keamanan pangan, kandungan gizi, serta cara penyajiannya.

Menurut Tarigan (2022), terdapat beberapa cara dalam menentukan jajanan yang layak dan aman untuk disantap, antara lain:

1. Memilih jajanan yang memiliki warna alami : Siswa hendaknya memilih jajanan yang memiliki warna alami dan tidak terlalu mencolok. Makanan dengan warna yang sangat cerah atau mencolok, seperti merah, kuning, atau hijau yang terlalu tajam.
2. Memeriksa kemasan dan label makanan : Siswa juga perlu membaca informasi pada label makanan, seperti komposisi, tanggal kedaluwarsa, izin edar, nama produsen, dan label halal, Makanan jajanan yang sudah melewati tanggal kedaluwarsa atau tidak memiliki informasi yang jelas sebaiknya tidak dikonsumsi.
3. Memperhatikan rasa, bau, dan tekstur makanan : Makanan jajanan yang aman umumnya memiliki rasa, bau, dan tekstur yang normal. Siswa sebaiknya menghindari makanan yang memiliki rasa terlalu tajam, bau tidak sedap, berlendir, berubah warna, atau tekstur yang tidak seperti biasanya.
4. Memilih jajanan yang higienis dan terkemas baik: Jajanan yang dalam keadaan terbuka lebih mudah terpapar debu, asap kendaraan, lalat, dan kotoran dari lingkungan sekitar, makanan jajanan yang disimpan dalam wadah tertutup,

disajikan dengan alat yang bersih, dan dijual di tempat yang terjaga kebersihannya.

7. Dampak Buruk Makanan Jajanan Yang Tidak Aman

Mengonsumsi jajanan yang berisiko dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan pada anak sekolah. gangguan tersebut dapat bisa berupa keluhan ringan, seperti sakit kepala, mual, sakit perut, muntah, dan diare. Pada kondisi yang lebih berat, makanan yang tercemar mikroorganisme atau bahan berbahaya dapat menyebabkan kram perut, kram otot, kelemahan tubuh, keracunan pangan, bahkan membahayakan keselamatan apabila tidak segera ditangani. Peristiwa keracunan pangan akibat konsumsi makanan yang tidak aman tidak hanya merugikan pembeli, namun juga dapat menimbulkan dampak sosial serta kerugian ekonomi bagi keluarga, pedagang atau produsen pangan, serta lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan pemilihan jajanan yang aman, bersih, dan higienis perlu menjadi perhatian oleh siswa (Kus Aisyah Amira, 2021).

Tingkat keparahan konsekuensi negatif yang timbul akibat ketidakamanan pangan sangat bergantung pada berbagai elemen, utamanya terkait dosis, respons darurat, serta kondisi individu yang terdampak. Dosis bahan atau patogen berbahaya yang lebih tinggi serta durasi dan ketidaktepatan intervensi darurat yang diberikan, ditambah dengan penurunan sistem imun dan kondisi fisik individu, akan berkorelasi dengan tingkat keparahan dampak negatif yang dialami. (Afni, 2018).

8. Pengaruh Positif dari Makanan Jajanan

Apabila produk pangan yang diperoleh telah memenuhi standar kebersihan dan kesehatan jajanan rutin di sekolah dapat memenuhi serta berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan vitamin anak. Selain hal ini dilakukan untuk menghindari pengosongan isi lambung karena anak akan merasa (Kus Aisyah Amira, 2021). Apabila anak merasa lapar di antara waktu makan utama, konsentrasi belajar dapat menurun dan anak menjadi kurang fokus dalam mengikuti pelajaran. Oleh karena itu, makanan jajanan yang sehat dapat membantu mencegah rasa lapar sementara dan menunjang aktivitas anak selama berada di sekolah.

Jajanan Sehat Kriteria makanan jajanan yang aman mencakup aspek-aspek berikut:

1. Tidak mengandung zat kimia yang dilarang penggunaannya
2. Tidak mengandung bahan pengawet
3. Tidak mengandung pemanis buatan atau pengganti gula.
4. Disajikan menggunakan alas yang higienis dan telah dibersihkan dengan air bersih.
5. Pengambilan makanan yang dilakukan secara terbuka harus menggunakan sendok, bukan tangan secara langsung.
6. Lap yang digunakan untuk mengeringkan wadah makanan wajib dalam kondisi bersih.

A. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan

Secara Umum, terdapat empat faktor yang berperan dalam proses pemilihan makanan.

1. Faktor Penampilan, merujuk pada tampilan makanan yang dapat membangkitkan selera.
2. Faktor Rasa, merupakan sensasi yang timbul saat makanan dikonsumsi.
3. Faktor Gizi, berkaitan dengan kandungan nutrisi di dalam makanan yang diperlukan oleh tubuh manusia.
4. Keamanan pangan merupakan faktor penting dalam pemilihan makanan jajanan. Makanan jajanan yang aman adalah makanan yang bebas dari kontaminasi fisik, biologis, dan kimia yang mengandung dapat membahayakan kesehatan. Cemar fisik dapat berupa debu, rambut, kerikil, plastik, atau benda asing lainnya. Cemar biologis dapat berasal dari bakteri, virus, jamur, atau parasit. Sementara itu, cemaran kimia dapat berasal dari penggunaan bahan berbahaya, contohnya formalin, boraks, pewarna tekstil, atau bahan tambahan pangan lainnya. pangan yang tidak sesuai aturan. Oleh karena itu, anak-anak sekolah perlu selektif dalam memilih makanan jajanan yang bersih, tertutup, tidak berbau tidak sedap, tidak berubah warna atau tekstur, serta disajikan menggunakan alat yang bersih. Pada makanan jajanan kemasan, siswa juga perlu memperhatikan tanggal kedaluwarsa, komposisi, izin edar, kondisi kemasan, dan label halal.

9. Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah

Perhatian terhadap keamanan pangan jajanan di lingkungan sekolah sangatlah krusial, mengingat perannya yang signifikan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Sumber umum keracunan seringkali berasal dari pangan jajanan yang tidak memenuhi standar keamanan, yang dapat mengakibatkan gangguan kesehatan akibat kontaminasi oleh zat fisik, biologis, atau kimia.

Pangan jajanan untuk anak sekolah kerap kali mengandung bahan tambahan pangan seperti pengawet, pewarna, perasa, penyedap, dan pemanis, yang berpotensi membahayakan kesehatan anak. Permasalahan ini merupakan isu keamanan pangan, yang tercermin dari masih ditemukannya produk pangan yang tidak sesuai dengan standar mutu dan keamanan, sehingga menyebabkan maraknya kasus keracunan pangan. Selain itu, tingkat pengetahuan masyarakat mengenai keamanan pangan dan tanggung jawab produsen masih tergolong rendah, begitu pula dengan tingkat pengetahuan dan kesadaran konsumen terhadap mutu dan keamanan pangan. (Swamilaksita et al., 2021).

B. Pengetahuan

Pemahaman mengenai jajanan merujuk pada kemampuan untuk memilih makanan ringan yang mengandung nutrisi penting serta kemampuan untuk mengidentifikasi jajanan yang sehat. Dalam upaya mencapai kebenaran pengetahuan, manusia telah memanfaatkan proses penalaran, yang sejalan dengan teori bahwa pengetahuan merupakan hasil dari "mengetahui", yang terjadi setelah individu melakukan persepsi terhadap suatu objek spesifik.

Persepsi ini diperoleh melalui lima indra manusia: penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Mayoritas pengetahuan yang dimiliki manusia diperoleh melalui indra penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan, atau ranah kognitif, memegang peranan krusial dalam pembentukan perilaku seseorang. Pengetahuan gizi pada anak memiliki dampak signifikan terhadap keputusan mereka dalam memilih jajanan. Pengetahuan anak dapat diperoleh baik dari sumber internal maupun eksternal. Pengetahuan internal merujuk pada pemahaman yang diperoleh dari pengalaman pribadi seseorang. Sementara itu, pengetahuan eksternal

bersumber dari orang lain, yang berkontribusi pada perluasan pemahaman anak mengenai gizi. (Syarifuddin & Khaedar, 2022)”

1. Pengetahuan (Knowledge)

Pengetahuan dapat didefinisikan sebagai kapasitas untuk mengingat kembali informasi yang telah diterima sebelumnya. Hal ini mencakup baik materi yang telah dipelajari maupun stimulus yang diterima. Dengan demikian, pengetahuan ini dianggap sebagai tingkat pengetahuan yang paling dasar. Beberapa kata kerja yang digunakan untuk menilai seberapa baik seseorang mengetahui materi yang dipelajari antara lain adalah menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, dan menyatakan.

2. Memahami (Comprehention)

Memahami berarti memiliki kemampuan untuk memberikan penjelasan yang tepat mengenai suatu objek yang diketahui, serta dapat mengartikan informasi tersebut dengan benar. Seseorang yang memahami objek atau materi yang dipelajari harus mampu menjelaskan, memberikan contoh, menarik kesimpulan, membuat prediksi, dan melakukan hal-hal lain terkait objek tersebut.

3. Aplikasi (Aplication)

Memahami berarti memiliki kemampuan untuk memberikan penjelasan yang tepat mengenai suatu objek yang diketahui, serta dapat mengartikan informasi tersebut dengan benar. Seseorang yang memahami objek atau materi yang dipelajari harus mampu menjelaskan, memberikan contoh, menarik kesimpulan, membuat prediksi, dan melakukan hal-hal lain terkait objek tersebut.

4. Analisis (Analysis)

Analisis merujuk pada keterampilan untuk memecah materi atau objek menjadi bagian-bagian yang lebih kecil, tetapi tetap mempertahankan hubungan di antara bagian-bagian tersebut. Kemampuan untuk menganalisis ini terlihat melalui penggunaan kata kerja, seperti dapat merepresentasikan (Membuat diagram). Membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan lain-lain.

5. Sintesis (Synthesis)

Sintesis merujuk pada kemampuan menjelaskan atau mengaitkan elemen-elemen dalam suatu keseluruhan yang baru. Ini juga berarti kemampuan menciptakan struktur baru dari struktur yang sudah ada.

6. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi ini meninjau seberapa baik seseorang dapat melakukan penelitian mengenai topik tertentu. Penelitian tersebut dilakukan baik dengan mengikuti aturan yang mereka tetapkan sendiri maupun dengan menggunakan aturan yang sudah ada.

1. Pengetahuan Mengenai Makanan Jajanan

Pengetahuan mengenai makanan jajanan adalah kepandaian memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dan kepandaian dalam memilih makanan jajanan yang sehat. Pengetahuan (knowledge) adalah hasil pengetahuan dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan "What", misalnya apa air, apa manusia, apa alam dan sebagainya. Pengetahuan secara perorangan maupun bersama ternyata langsung dalam dua bentuk dasar yang sulit ditentukan mana kiranya yang paling "asli" atau mana yang paling berharga dan yang paling manusiawi. Bentuk satu adalah mengetahui saja dan untuk menikmati pengetahuan itu demi memuaskan hati manusia (Studi et al., 2024)"

Pemahaman anak mengenai gizi berperan besar dalam pemilihan camilan mereka. Pengetahuan ini anak tentang gizi bersumber dari pengalaman mereka sendiri, sementara pengetahuan dari orang lain membantu mereka mempelajari lebih lanjut mengenai apa yang sebaiknya mereka konsumsi (Solihin 2021).

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Menurut (Meliono, Irmayanti, 2019)f", faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, antara lain :

a. Tingkat Pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.

b. Informasi

Informasi merupakan pesan, penjelasan, atau pengetahuan yang diperoleh seseorang dari berbagai sumber. Informasi dapat berasal dari guru, orang tua, tenaga kesehatan, buku, media cetak, media elektronik, media sosial, maupun media edukasi seperti booklet.

c. Budaya

Laku manusia atau kelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan yang meliputi sikap dan kepercayaan.

d. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

e. Sosial Ekonomi

Tingkat kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Semakin tinggi tingkat sosial ekonomi akan menambah tingkat pengetahuan.

C. Sikap

1. Pengertian Sikap

Preferensi anak-anak sekolah dasar terhadap jajanan kaki lima terus berubah, dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti tempat tinggal dan budaya di lingkungan mereka. Salah satu alasan utama di balik pilihan tersebut adalah bagaimana perasaan anak saat memilih makanan. Sikap anak memegang peranan penting dalam pemilihan camilan; meskipun sikap positif terhadap kesehatan tidak selalu menjamin perilaku hidup sehat, sikap negatif terhadap kesehatan jelas memengaruhi perilaku mereka (Laoli et al., 2022)".

2. Komponen Sikap

Menurut (Laoli et al., 2022), Komponen sikap menggambarkan bagaimana seseorang memahami, merasakan, dan menunjukkan kecenderungan bertindak terhadap suatu objek, Dalam penelitian ini, objek yang dimaksud adalah pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah. Adapun komponen sikap terdiri dari komponen kognitif, afektif, dan konatif.

1. Kognitif

Komponen kognitif merupakan komponen sikap yang berkaitan dengan pengetahuan, kepercayaan, pemahaman, dan persepsi seseorang terhadap suatu objek, Dalam konteks pemilihan makanan jajanan, komponen kognitif berkaitan dengan pengetahuan siswa mengenai makanan jajanan yang sehat, aman, bersih, bergizi, tidak kedaluwarsa, tidak mengandung bahan berbahaya, serta memiliki izin edar dan label halal pada makanan kemasan

2. Afektif

Komponen afektif merupakan komponen sikap yang berkaitan dengan perasaan, emosi, atau penilaian seseorang terhadap suatu objek, Dalam pemilihan makanan jajanan, komponen afektif dapat terlihat dari perasaan siswa terhadap makanan jajanan sehat. Misalnya, siswa merasa senang memilih jajanan yang bersih dan aman, merasa khawatir terhadap jajanan yang dijual terbuka.

3. Konatif

Komponen konatif merupakan komponen sikap yang berkaitan dengan kecenderungan seseorang untuk bertindak atau berperilaku terhadap suatu objek , komponen konatif dapat terlihat dari kecenderungan siswa untuk memilih jajanan yang bersih, tertutup, tidak kedaluwarsa, memiliki kemasan yang baik, serta menghindari jajanan yang tidak aman.

3. Tingkatan sikap

Menurut (Irawan et al., 2022)”,sikap dapat dibagi dalam berbagai tingkatan, antara lain:

- Menerima (Receiving)

Menerima diartikan bahwa orang (subyek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (obyek).

- Merespon (Responding)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan sesuatu dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

- Menghargai (Valuting)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan/mendiskusikan dengan orang lain terhadap suatu masalah.

- Bertanggung jawab (Responsible)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko.pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. seangkan seacara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan-pernyataan,kemudian dinyatakan pendapat responden (Notoatmodjo 2022).

D. Edukasi

1. Pengertian Edukasi Gizi

Edukasi gizi adalah proses pemberian informasi dan pembelajaran mengenai gizi dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, serta mendorong kebiasaan yang lebih baik dalam memilih dan mengonsumsi makanan. Edukasi gizi pada anak sekolah perlu disampaikan dengan bahasa sederhana, contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, serta media yang menarik.

Dalam penelitian ini, edukasi gizi diberikan menggunakan booklet yang berisi materi tentang pemilihan makanan jajanan sehat dan aman. Materi edukasi disusun berdasarkan indikator kuesioner, yaitu pengertian jajanan sehat, contoh jajanan sehat dan tidak sehat, keamanan jajanan, kebersihan, kandungan gizi, dampak jajanan tidak sehat, kebiasaan sarapan dan membawa bekal, membaca label makanan, serta memilih minuman dan makanan yang lebih sehat. (Muharam et al., 2024).

Beberapa pemikiran dasar yang melandasi penyuluhan gizi adalah:

- A. Penyuluhan gizi merupakan bagian integral dari program gizi dan kesehatan. Kegiatan ini diawali dengan kegiatan perencanaan penyuluhan yang akan dilakukan.
- B. Perencanaan penyuluhan merupakan kegiatan tim. Hal ini berarti melibatkan banyak pihak.
- C. Perencanaan penyuluhan gizi harus didasarkan pada pengetahuan yang cukup tentang.
 - Dasar-dasar penyuluhan gizi
 - Masalah gizi yang akan ditanggulangi
 - Program gizi yang akan ditunjang
 - Daerah yang membutuhkan penyuluhan gizi
 - Sarana dan prasarana yang diperlukan
 - Cara membuat perencanaan penyuluhan yang baik
- D. Perencanaan penyuluhan gizi yang baik harus mengandung unsur evaluasi atau penilaian yang dimaksud meliputi unsur individu yang akan

menilai, materi yang akan dinilai, waktu pelaksanaan penilaian, instrumen penilaian serta standar penilaian.

2. Tujuan Edukasi

Tujuan pendidikan gizi merupakan bagian dari tujuan pendidikan kesehatan yang lebih luas. Pendidikan kesehatan mencakup berbagai topik, namun Pendidikan gizi lebih berfokus pada upaya memperbaiki pola makan dan gizi masyarakat. Tujuan utama pendidikan ini adalah pertama, membantu masyarakat memahami lebih jauh tentang gizi dan pola makan sehat, kedua, menyebarluaskan gagasan serta fakta terkini mengenai gizi kepada semua orang; ketiga, mendukung individu, keluarga, dan seluruh masyarakat dalam menentukan pilihan yang lebih baik terkait makanan dan gizi; serta keempat, mengubah pola makan masyarakat agar sesuai dengan kebutuhan tubuh, sehingga membantu mereka tetap sehat (Fitri et al., 2022)”

3. Langkah langkah Edukasi gizi

Menurut (Fitri et al., 2022)” berdasarkan buku yang dikeluarkan oleh Departemen Kesehatan tentang langkah langkah perencanaan penyuluhan gizi, yaitu:

- Mengetahui masalah, masyarakat, dan wilayah
- Menentukan prioritas masalah gizi
- Menentukan tujuan penyuluhan gizi
- Menentukan sasaran penyuluhan gizi
- Menentukan materi penyuluhan gizi
- Menentukan media penyuluhan gizi
- Membuat rencana penilaian (evaluasi)
- Membuat rencana jadwal pelaksanaan

4. Metode Edukasi gizi

❖ Metode Ceramah

Teknik ceramah merupakan jenis pendidikan gizi di mana pembicara menggunakan alat bantu visual yang tepat untuk menyampaikan pesan yang telah disiapkan secara lisan kepada sekelompok pendengar

❖ Diskusi Kelompok

Seorang fasilitator memimpin diskusi yang telah direncanakan atau dipersiapkan mengenai topik tertentu di antara tiga orang atau lebih dengan menggunakan metode diskusi kelompok

❖ Diskusi Panel

Seorang moderator memimpin diskusi yang melibatkan sekelompok kecil orang (tiga hingga enam orang) di hadapan audiens dengan menggunakan pendekatan diskusi panel.

❖ Curah pendapat (Brainstorming)

Curah pendapat adalah suatu penyampaian pendapat atau ide untuk pemecahan suatu masalah tanpa adanya kritik. Dalam acara curah pendapat, pemikiran kreatif lebih diperlukan daripada pemikiran praktis. Semua pendapat baik yang benar maupun yang salah juga sangat diperlukan.

❖ Metode Demonstrasi

Dengan menggunakan presentasi langsung, pendekatan demonstrasi mengajarkan peserta cara menggunakan alat atau melakukan suatu tugas. Demonstrasi ulang oleh sebagian atau seluruh peserta dilakukan setelah demonstrasi instruktur.

E. Media Promosi Kesehatan

1. Pengertian Media Edukasi Gizi

Media edukasi gizi merupakan alat atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai gizi kepada sasaran agar lebih mudah dipahami, diterima, dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, Media edukasi berfungsi untuk membantu proses penyampaian pesan agar materi yang diberikan menjadi lebih jelas, menarik, dan sesuai dengan kebutuhan sasaran.(Mufidah et al., 2024)''.

Terdapat berbagai jenis media, seperti media cetak (selebaran, brosur, flip chart, buklet, poster, dll.), media elektronik (komputer, radio, televisi, dll. Kemajuan teknologi telah memungkinkan integrasi berbagai format media (multimedia). Perangkat lunak komputer dapat digunakan untuk membuat konten

media, yang kemudian dapat dicetak atau ditampilkan sebagai gambar dan film (Mufidah et al., 2024)”.

2. Tujuan Media Promosi Kesehatan

Tujuan atau alasan mengapa media sangat diperlukan dalam pelaksanaan promosi kesehatan yaitu (Maryam, 2024)

- a. Informasi lebih mudah disampaikan berkat adanya media.
- b. Kesalahpahaman dapat dihindari melalui penggunaan media.
- c. Media memungkinkan terciptanya kejelasan.
- d. Media mendorong pemahaman.
- e. Media mengurangi ketergantungan pada komunikasi lisan semata.
- f. Media memungkinkan kita melihat hal-hal yang tidak akan terlihat tanpa adanya sarana tersebut.
- g. Media mempermudah terjadinya dialog.

3. Jenis Media Promosi Kesehatan

Pada garis besarnya hanya terdapat tiga macam media Menurut (Nurmala, 2018) yaitu :

- a. Alat bantu lihat (visual aids) yang membantu menstimulasi indra mata (penglihatan) pada waktu terjadinya proses penerimaan pesan. Alat ini ada dua bentuk :
 1. Alat yang diproyeksikan, misalnya slide, film, film strip, dan sebagainya.
 2. Alat-alat yang tidak diproyeksikan : gambar peta, bagan, bola dunia, boneka, dan lain-lain.
- b. Alat bantu dengar (audio aids), yang digunakan untuk menstimulasi indra pendengaran pada saat proses pengajaran. Misalnya radio, pita suara, kepingan CD, dan lain-lain
- c. Alat bantu lihat-dengar, seperti televisi, video cassette, DVD. Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media di bagi menjadi 3, yaitu:
 1. Media cetak booklet, leaflet, flyer, lembar balik, rubrik, poster dan foto.
 2. Media elektronik : televisi, radio, video, slide, dan film strip

3. Media papan (Billboard), biasanya di pasang di tempat umum dengan berisikan informasi kesehatan.

F. Media Booklet

1. Pengertian Media Booklet

Media booklet adalah alat komunikasi yang efektif dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat. Menurut (Ardhyantama et al., 2022), "booklet merupakan salah satu media massa yang berfungsi sebagai alat peraga, ditujukan untuk banyak orang dengan penyampaian isi yang tidak teratur. (Ardhyantama et al., 2022)), "

Menjelaskan bahwa booklet adalah buku berukuran kecil yang didesain untuk mengedukasi pembaca dengan tips dan strategi dalam menyelesaikan suatu masalah.

Booklet merupakan salah satu bentuk inovasi media pembelajaran dalam bentuk media cetak. Media ini memuat materi pelajaran dalam bentuk fisik yang unik, menarik, dan fleksibel. Unik karena bentuk fisik yang kecil lengkap dengan desain full colour yang akan menumbuhkan rasa ketertarikan untuk menggunakannya. Fleksibel karena bentuknya yang kecil (lebih kecil dari buku pada umumnya), sehingga dapat dibawa dan digunakan di manapun dan kapanpun (Andreansyah, 2023), " Ada yang mengatakan bahwa istilah booklet berasal dari buku dan leaflet, artinya media booklet merupakan perpaduan antara leaflet dengan buku atau sebuah buku dengan format (ukuran) kecil seperti leaflet (BPTP Balitbangtan Jambi, 2023).

Berdasarkan pengertian booklet tersebut dapat disimpulkan bahwa booklet merupakan salah satu media pembelajaran cetak yang dicetak dalam bentuk buku yang ukurannya lebih kecil dan ringkas dari buku pada umumnya. Booklet untuk penyuluhan adalah salah satu media yang digunakan dalam penyuluhan atau promosi kesehatan yang berfungsi untuk menyampaikan informasi atau pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar yang ukurannya relatif kecil Booklet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah media yang berbentuk buku berukuran kecil dan tidak terlalu tebal, berisi informasi tentang pemilihan makanan jajanan yang bervariasi serta dilengkapi dengan ilustrasi.

gambar. Booklet tersebut digunakan untuk mempermudah dalam penyampaian pesan dan informasi terkait penyuluhan tentang pengetahuan variasi pemilihan makanan jajanan.

2. Ciri ciri Booklet

Booklet adalah buku berukuran kecil (setengah kuarto) dan tipis, tidak lebih dari 30 halaman bolak-balik, yang berisi tulisan dan gambar-gambar. Struktur isinya seperti buku (ada pendahuluan, isi, penutup) hanya saja cara penyajian isinya jauh lebih singkat daripada sebuah buku (BPTP Balitbangtan Jambi, 2023). Menurut (Nasution et al., 2024),” booklet memiliki ketebalan 10-25 halaman dan paling banyak adalah 50 halaman, berbentuk buku kecil yang dicetak serta isinya memuat gambar atau tulisan, namun biasanya lebih dominan untuk tulisan (Parwiyati et al., 2022).

Booklet termasuk dalam kategori media below-the-line. Pesan yang disampaikan selaras dengan karakteristik dasar media below-the-line, yang mencakup penggunaan huruf kapital yang tebal serta pemilihan kata-kata yang singkat, sederhana, dan padat. Selain itu,, tampilannya menarik secara estetis, penggunaan katanya efisien, dan ukuran hurufnya minimal sepuluh poin (Nasution dkk., 2024). Informasi penting dalam buklet harus disajikan secara sederhana, lugas, dan mudah dipahami; penambahan gambar juga menjadikannya lebih menarik (Septiwiharti, 2022),”

Berdasarkan karakteristik-karakteristik tersebut, dapat disimpulkan bahwa buklet mirip dengan buku cetak namun lebih tipis dan lebih kecil; buklet mudah dipegang dan dibawa; memuat pesan serta informasi—yang disajikan melalui teks, foto, atau ilustrasi; dan biasanya memiliki desain yang sederhana. Teksnya ditulis menggunakan bahasa sederhana yang dapat dipahami dengan cepat dan mudah.

3. Keunggulan Booklet

- a. Klien dapat menyesuaikan dari belajar mandiri
- b. Pengguna dapat melihat isinya pada saat santai
- c. Informasi dapat dibagi dengan keluarga dan teman
- d. Mudah dibuat, diperbanyak, dan diperbaiki serta mudah disesuaikan
- e. Mengurangi kebutuhan mencatat

- f. Dapat dibuat secara sederhana dengan biaya relatif murah
- g. Awet/ tahan lama, tidak mudah rusak, dapat dimanfaatkan berulang
- h. Daya tampung lebih luas, memuat tulisan yang lebih banyak
- i. Dapat diarahkan pada segmen tertentu.

Sejalan dengan pendapat tersebut, menurut Mintarti (2021),”dalam Sari (2022) terdapat beberapa keunggulan booklet, antara lain.

- A. Pesan-pesan booklet bersifat permanen, mudah disimpan, diambil kembali, dan dibaca ulang sesuai dengan kemampuan pembaca
- B. Mampu mengatasi hambatan jarak dan geografis sehingga dapat menjangkau sasaran lebih banyak
- C. Harganya relatif murah
- D. Pembaca dapat belajar sendiri atau berkelompok
- E. Booklet dapat menampung informasi lebih lengkap, praktis, dan sederhana

4. Kelemahan Booklet

Selain manfaat yang telah disebutkan di atas, buklet juga memiliki beberapa kekurangan menyatakan bahwa buklet memiliki sejumlah kelemahan, antara lain: (Sukraniti et al., 2019)”, booklet memiliki beberapa kelemahan, antara lain sebagai berikut.

- 1 . Tingkat kemampuan membaca audiens sasaran menentukan seberapa baik informasi dapat tersampaikan.
- 2 . Eksekusi desain visual yang kurang memadai yang seharusnya membantu penyampaian konten justru dapat menurunkan kualitasnya, Sedangkan menurut Arsyad (2006:39-40) dalam Sari (2017), booklet sebagai media cetak memiliki keterbatasan, yaitu:
 - Sulit menampilkan gerak dalam halaman media cetakan.
 - Biaya percetakan akan mahal apabila ingin menampilkan ilustrasi, gambar, atau foto berwarna.
 - Proses pencetakan media seringkali memakan waktu yang cukup lama tergantung kepada alat cetak dan kerumitan pada halaman cetakan

- Media cetak dapat membawa hasil yang baik jika tujuan pembelajaran bersifat kognitif, fakta dan keterampilan. Jarang sekali yang mencoba menekankan pada perasaan, emosi, atau sikap.
- Jika tidak dirawat dengan baik media cetak cepat rusak atau hilang.

5. Unsur unsur Booklet

Unsur-unsur atau bagian-bagian pokok yang secara fisik terdapat dalam buku yaitu:

- Isi dan sampul buku. Untuk melindungi bagian dalamnya, sampul dibuat dari kertas yang lebih tebal daripada kertas yang digunakan untuk halamanhalamannyaBuku yang memiliki lebih dari 100 halaman disatukan menggunakan lem atau benang, sedangkan buku dengan kurang dari 100 halaman tidak memiliki punggung buku, Sampul buku terdiri atas bagian depan dan bagian belakang. Tampilannya menarik berkat adanya judul dan gambar yang sesuai dengan topik buku, sehingga buku tersebut menjadi lebih memikat.
- Halaman judul, halaman kosong, halaman judul utama, daftar isi, dan kata pengantar termasuk dalam bagian awal buku preliminarie; penomoran halaman pada bagian ini menggunakan angka Romawi kecil.
- Bagian depan (prelimunaries) memuat halaman judul, halaman kosong, halaman judul utama, halaman daftar isi dan kata pengantar, setiap nomor halaman dalam bagian depan buku teks menggunakan angka Romawi kecil.
- Bagian teks memuat bahan pelajaran yang akan disampaikan kepada siswa, terdiri atas judul bab, dan sub judul, setiap bagian dan bab baru dibuat pada halaman berikutnya dan diberi nomor halaman yang diawali dengan angka 1.
- Bagian belakang buku terdiri atas daftar pustaka, glosarium dan indeks, tetapi penggunaan glosarium dan indeks dalam buku hanya jika buku tersebut banyak menggunakan istilah atau frase yang mempunyai arti khusus dan sering digunakan dalam buku tersebut. (Hastuti et al., 2018)''.

F. Anak Sekolah

1. Pengertian Anak Sekolah

Menurut (Mudli'ah & Manik, 2023)”,Anak usia sekolah merupakan anak berusia 6-12 tahun,umur usia sekolah penuh dengan bermain dan belajar ,disitu sisi anak yang tidak bisa untuk dipaksa terus menurus belajar,namun disatu sisi anak tidak bisa dibiarkan untuk tidak itu berhubungan satu sama lain, Kumpulan anak-anak yang berusia antara 6 hingga 18 tahun yang sedang belajar di sekolah formal, mulai dari pendidikan dasar hingga menengah, membagi anak-anak sekolah menjadi tiga kelompok utama:

- Anak-anak di tingkat sekolah dasar (6-12 tahun)
- Anak-anak di tingkat sekolah menengah pertama (13-15 tahun)
- Anak-anak di tingkat sekolah menengah atas (16-18 tahun).

Memasukkan anak usia prasekolah (4-5 tahun) yang mengikuti pendidikan anak usia dini (PAUD) sebagai bagian dari spektrum anak sekolah, mengakui pentingnya tahap persiapan untuk pendidikan formal, Pada usia ini anak mengalami beberapa perubahan perilaku, fisik serta mengalami perkembangan sosial yang ditandai dengan anak lebih aktif bermain dan sudah mulai menggali rasa ingin tahunya.

2. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Anak sekolah dasar merupakan anak yang berada pada rentang usia sekitar 6–12 tahun. Pada masa ini, anak mengalami perkembangan yang cukup pesat, baik dari aspek fisik, emosi, sosial, maupun intelektual. Perkembangan tersebut perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi kemampuan anak dalam menerima informasi, memahami materi pembelajaran, serta membentuk kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk kebiasaan dalam memilih makanan jajanan.

Menurut Shelemo (2023), karakteristik anak sekolah dasar dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu karakteristik fisik/jasmani, emosi, sosial, dan intelektual.

1. Fisik/ Jasmani

- a. Pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak,otot dan tulang,pertumbuhan lambat dan teratur

- b. Anak wanita biasanya lebih tinggi dan berat badan dibandingkan anak laki laki dengan usia yang sama.
- c. Pertumbuhan gigi tetap,gigi susu tunggal,nafsu makan besar,senang makan dan aktif
- d. Fungsi penglihatan normal,timbul haid pada akhir masa ini.

2. Emosi

- a. Suka berteman,ingin sukses,ingin tahu,bertanggung jawab terhadap tingkah laku dan diri sendiri,mudah cemas jika ada kemalangan didalam tengah keluarga
- b. Tidak terlalu ingin tahu terhadap lawan jenis

3. Sosial

- a. Merasa bahagia ketika berada di dalam tim, tertarik pada permainan yang kompetitif, mulai menunjukkan karakter sebagai pemimpin, mulai memperlihatkan diri, tulus, seringkali memiliki sekelompok teman tertentu.
- b. Sangat dekat dengan teman-teman sebaya, pria dan wanita bermain masing-masing.

1. Intelektual

- a. Menyukai diskusi dan berbagi pandangan, memiliki ketertarikan yang tinggi pada pembelajaran dan keterampilan, ingin bereksperimen, dan selalu penasaran tentang berbagai hal.
- b. Perhatian terhadap sesuatu biasanya tidak berlangsung lama.

G. Penelitian Terdahulu

Tabel 1 Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian
1	Agrifa et al., 2024	Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa tentang Jajanan Sehat	Pre-experimental (Pretest-Posttest)	Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap siswa setelah edukasi gizi
2	Nasution et al., 2023	Pengaruh Media Booklet terhadap Pengetahuan Siswa tentang Pemilihan Jajanan	Quasi Experimental	Media booklet efektif meningkatkan pengetahuan siswa
3	Fauziah et al., 2023	Hubungan Pengetahuan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah	Cross Sectional	Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan pemilihan jajanan
4	Swamilaksita et al., 2021	Edukasi Keamanan Pangan Jajanan Sekolah terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar	Quasi Experimental	Edukasi keamanan pangan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dan aman
5	BPOM, 2021	Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah	Deskriptif	Masih ditemukan jajanan sekolah yang tidak memenuhi standar keamanan pangan
6	Ratnaningsih et al., 2023	Hubungan Pengetahuan Keamanan Pangan dengan Perilaku Memilih Jajanan pada Anak Sekolah Dasar	Cross Sectional	Pengetahuan yang baik berhubungan dengan perilaku pemilihan jajanan yang lebih sehat
7	Laoli et al., 2022	Hubungan Sikap dengan Pemilihan Makanan Jajanan	Cross Sectional	Sikap positif berhubungan dengan pemilihan

		pada Siswa Sekolah Dasar		jajanan yang lebih aman
8	Syarifuddin & Khaedar, 2022	Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Gizi Anak Sekolah Dasar	Pre Experimental	Edukasi gizi meningkatkan skor pengetahuan siswa secara signifikan
9	Muharam et al., 2024	Efektivitas Media Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Sekolah Dasar	Quasi Experimental	Media edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa
10	Mufidah et al., 2024	Penggunaan Media Promosi Kesehatan dalam Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Sekolah	Literature Review	Media promosi kesehatan efektif meningkatkan pemahaman gizi anak sekolah

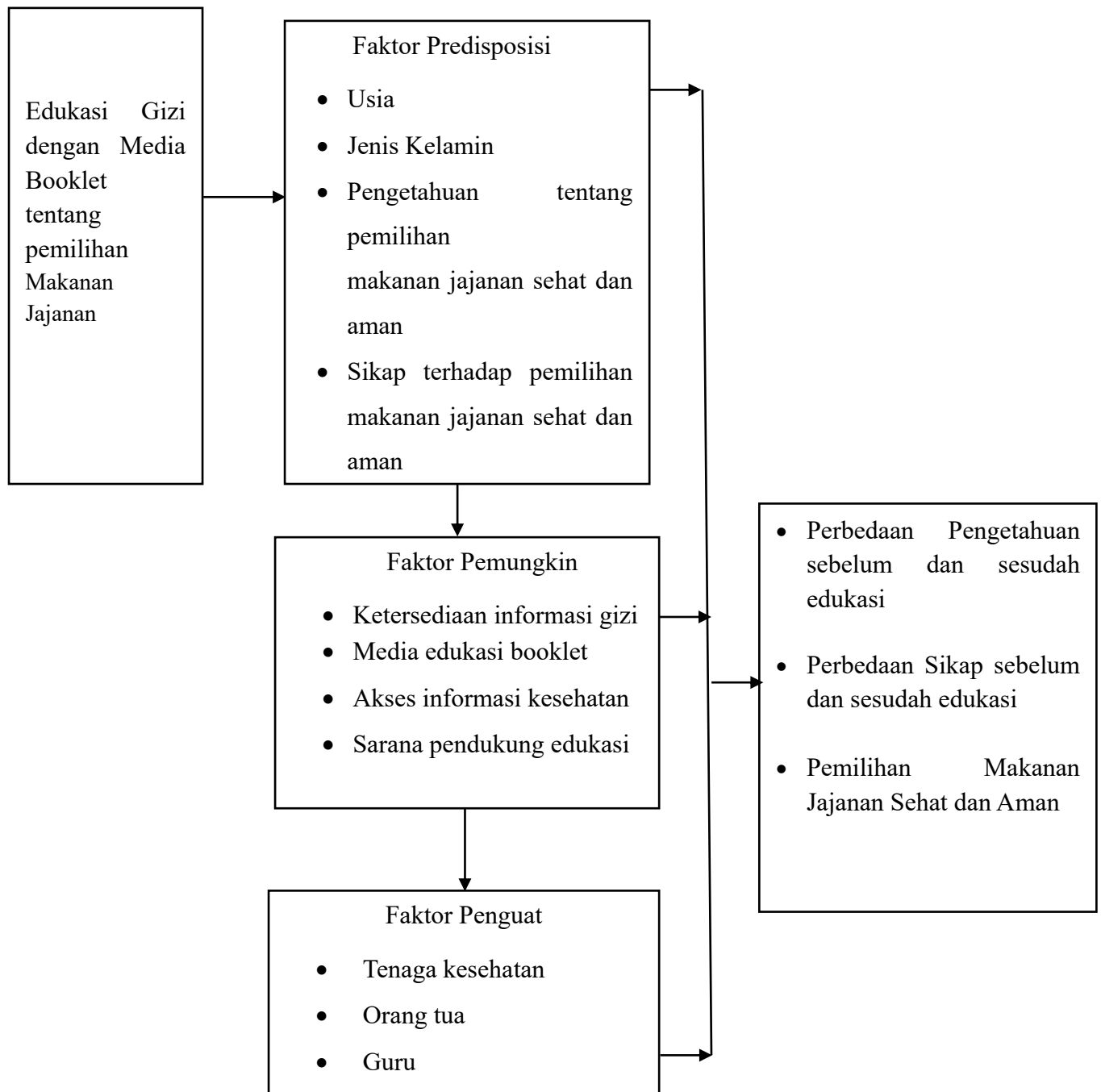
H. Kerangka Teori

Menurut teori Lawrence Green, perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor penguat (*reinforcing factors*). Faktor predisposisi merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang dapat memengaruhi terbentuknya perilaku, seperti usia, jenis kelamin, pengetahuan, dan sikap. Faktor pendukung merupakan faktor yang memfasilitasi seseorang dalam melakukan suatu tindakan, seperti tersedianya media edukasi dan akses informasi kesehatan. Sedangkan faktor penguat merupakan faktor yang memperkuat terjadinya perilaku, seperti dukungan keluarga, guru, serta lingkungan sekolah.

Dalam penelitian ini, perilaku pemilihan makanan jajanan sehat pada siswa dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap siswa terhadap jajanan sehat. Rendahnya pengetahuan siswa mengenai makanan jajanan yang sehat dan aman dapat menyebabkan siswa memilih jajanan yang kurang bergizi dan tidak higienis. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi gizi untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya memilih makanan jajanan sehat.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui edukasi gizi menggunakan media booklet. Media booklet dipilih karena mudah dipahami, memiliki tampilan menarik, praktis dibawa, dan dapat dibaca kembali oleh siswa secara mandiri. Edukasi gizi melalui media booklet diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif siswa terhadap pemilihan makanan jajanan sehat.

Gambar 1 Kerangka Teori

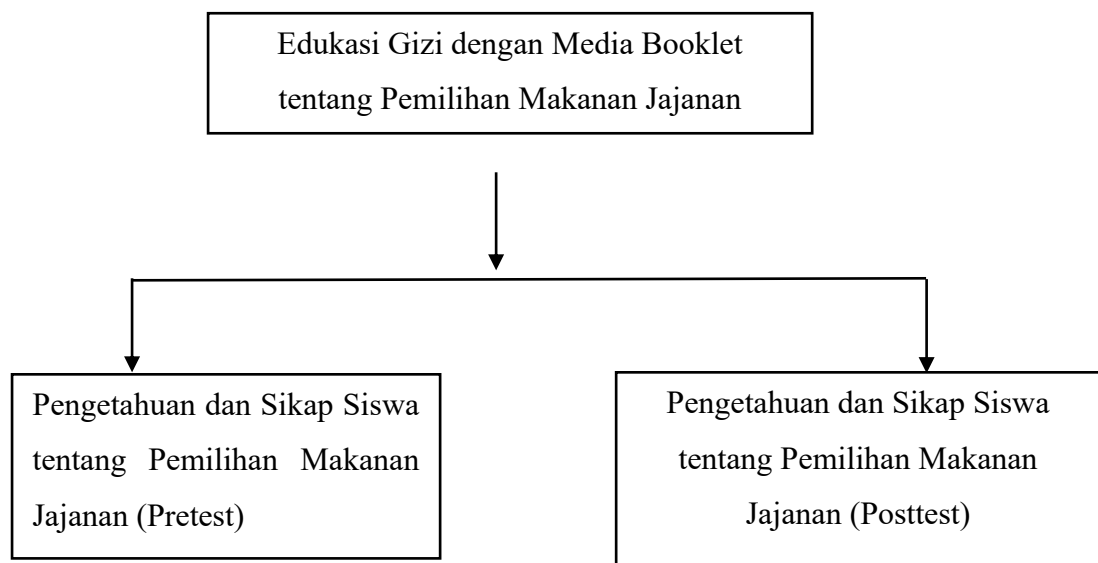


(Kerangka Teori Menurut Lawrence Green)

Kerangka teori penelitian ini menggunakan Teori Lawrence Green yang menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Dalam penelitian ini, faktor predisposisi yang

diteliti adalah pengetahuan dan sikap siswa mengenai pemilihan makanan jajanan sehat dan aman. Edukasi gizi dengan media booklet diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif siswa sehingga mampu memilih makanan jajanan yang sehat dan aman. Faktor pemungkin dan faktor penguat turut mendukung terbentuknya perilaku pemilihan makanan jajanan yang sehat dan aman.

I. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka Konsep

J. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi pemilihan jajanan sehat dengan media booklet.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah:

1. Pengetahuan tentang jajanan sehat
2. Sikap terhadap pemilihan jajanan sehat

Edukasi pemilihan jajanan sehat dengan media booklet merupakan intervensi yang diberikan kepada siswa untuk meningkatkan pemahaman mengenai jajanan sehat. Media booklet digunakan karena dapat menyajikan informasi secara ringkas, menarik, dan mudah dipahami oleh anak sekolah dasar. Setelah siswa memperoleh informasi melalui booklet diharapkan terjadi peningkatan

pengetahuan mengenai jajanan sehat Pengetahuan yang baik selanjutnya dapat membentuk sikap yang lebih positif dalam memilih jajanan sehat.

K. Definisi Operasional

Tabel 2 Definisi Operasional dan Skala Pengukuran

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Cara Pengukuran	Skala Pengukuran
1	Edukasi tentang Pemilihan Makanan Jajanan dengan Media Booklet (Variabel Independen)	Edukasi gizi yang diberikan kepada siswa kelas V dan VI SD Swasta Trisakti Lubuk Pakam menggunakan media booklet yang berisi informasi tentang pengertian makanan jajanan, jenis-jenis makanan jajanan, ciri-ciri makanan jajanan sehat dan aman, dampak makanan jajanan yang tidak aman, serta cara	❖ Pengertian makanan jajanan ❖ Jenis-jenis makanan jajanan ❖ Ciri-ciri makanan jajanan sehat dan aman ❖ Dampak makanan jajanan yang tidak aman ❖ Cara memilih makanan jajanan yang bersih, sehat, aman, dan bergizi	Observasi pelaksanaan edukasi gizi dan pemberian media booklet kepada siswa kelas V dan VI.	

		memilih makanan jajanan yang bersih, sehat, aman, dan bergizi.		
2	Pengetahuan tentang Pemilihan Makanan Jajanan (Variabel Dependen)	Tingkat pemahaman siswa terhadap konsep makanan jajanan sehat, mencakup definisi, kandungan gizi, bahaya jajanan tidak sehat, dan cara memilih jajanan yang baik.	❖ Mengetahui jenis-jenis jajanan ❖ Mengetahui kandungan gizi dalam jajanan ❖ Mengetahui dampak jajanan tidak sehat ❖ Mengetahui cara memilih jajanan sehat	• Kuesioner 20 soal pilihan ganda (Skor benar = 1, salah = 0) - Kategori: Baik: 76–100% Cukup: 56–75% Kurang: <55%
3	Sikap terhadap Pemilihan Makanan Jajanan	Respon evaluatif siswa terhadap pilihan	Sikap terhadap pentingnya memilih makanan jajanan sehat,	Sikap siswa diukur menggunakan kuesioner skala Likert yang terdiri

(Variabel Dependen)	makanan jajanan yang mencerminkan kepedulian terhadap kesehatan, kebersihan, dan kandungan gizi makanan jajanan.	diukur melalui 5 butir pernyataan -Kesediaan menolak jajanan tidak sehat -Kepedulian terhadap kandungan gizi -Kepedulian terhadap keamanan dan kebersihan jajanan	5 dari 21 butir pernyataan. Skor untuk pernyataan positif yaitu Sangat Setuju = 4, Setuju = 3, Tidak Setuju = 2, dan Sangat Tidak Setuju = 1. Total skor berkisar antara 21–84. Kategori sikap: Baik 76–100% Cukup: 56–75% Kurang: <56%
------------------------	--	---	--

L. Hipotesis

Ha1 : Ada Pengaruh edukasi gizi menggunakan media booklet terhadap pengetahuan siswa dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SD Swasta Trisakti Lubuk Pakam.

Ha2 : Ada Pengaruh edukasi gizi menggunakan media booklet terhadap sikap siswa dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SD Swasta Trisakti Lubuk Pakam.

Ho1 : Tidak ada pengaruh edukasi gizi dengan media Booklet terhadap pengetahuan tentang dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SD Swasta Trisakti Lubuk Pakam.

Ho2 : Tidak ada pengaruh edukasi gizi dengan media Booklet terhadap sikap dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa SD Swasta Trisakti Lubuk Pakam.

