

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Landasan Teori**

##### **2.1.1 Media Pendidikan Kesehatan**

Media berasal dari bahasa latin merupakan bentuk jamak dari “Medium” yang secara harfiah berarti “Perantara” atau “Pengantar” yaitu perantara atau pengantar sumber pesan dengan penerima pesan. Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebar-luasan informasi. (Kholid, 2018).

Media akan sangat membantu dalam pendidikan kesehatan agar pesan kesehatan yang disampaikan lebih jelas dan masyarakat atau sasaran dapat menerima pesan tersebut dengan jelas dan tepat. Dengan media pendidikan kesehatan individu dapat lebih mengerti fakta kesehatan yang dianggap rumit, sehingga individu tersebut dapat menghargai betapa bernilainya kesehatan untuk kelangsungan kehidupan (Notoatmodjo, 2014).

##### **2.1.2 Macam Media Cetak**

Media cetak merupakan istilah yang seringkali digunakan untuk istilah umum dari media yang berasal dari barang cetak. Media cetak sebagai alat bantu penyampaian pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi (Jatmika, 2019).

Kelebihan media cetak adalah :

- a. Relative membutuhkan sedikit tenaga dalam pembuatannya.
- b. Biaya produksi relative murah.
- c. Memiliki ruang penyimpanan pesan tak terbatas.

Kesan yang diperoleh pembaca lebih mendalam

Kekurangan media cetak adalah :

- a. Membutuhkan modal yang tidak sedikit untuk digunakan.
- b. Kekuatan pesan memiliki resiko tidak konkret.
- c. Cakupan khalayak terbatas.

Macam-macam media cetak antara lain sebagai berikut :

1. *Booklet*

*Booklet* adalah suatu media berbentuk buku yang digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik berupa tulisan maupun gambar.

Kelebihan media *booklet* adalah :

- a. Biaya produksi yang digunakan terjangkau.
- b. Informasi yang dicantumkan lengkap dan mudah dipahami.
- c. Desain lebih menarik sehingga dapat membuat seseorang tertarik dan tidak bosan untuk membaca.
- d. Mudah dibawa kemanapun dan dimanapun.

Kekurangan dari media *booklet* adalah :

- a. Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus.
- b. Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya.

- c. Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

## 2. *Leaflet*

*Leaflet* adalah media cetak berbentuk selebaran yang memiliki fungsi untuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam kalimat maupun gambar, atau kombinasi. Lembaran leaflet hanya dilipat kemudian diberi desain yang menarik dan menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh pembaca.

Kelebihan media *leaflet* adalah :

- a. Mudah dibawa kemana pun dan dimanapun.
- b. Biaya produksi relatif terjangkau.
- c. Dapat disimpan lama.
- d. Merupakan media promosi yang memiliki desain yang menarik dan unik.

Kekurangan media *leaflet* adalah :

- a. Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus.
- b. Membutuhkan keterampilan untuk membuatnya.
- c. Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

## 3. *Flyer*

*Flyer* adalah media yang berupa selebaran, memiliki bentuk seperti leaflet, tetapi tidak berlipat.

Kelebihan media *flyer* adalah :

- a. Mudah dibawa kemana pun dan dimanapun.
- b. Biaya produksi relatif terjangkau.

- c. Informasi singkat dan mudah dipahami.

Kekurangan media *flyer* adalah :

- a. Cakupan khalayak terbatas.
- b. Media terbuat dari bahan yang tidak tahan lama atau membutuhkan tempat penyimpanan khusus.

#### 4. *Flip chart*

*Flip chart* adalah (lembar balik), media penyimpanan pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik. Biasanya dalam bentuk buku dimana tiap lembar (halaman) berisi gambar peragaan dan lembar baliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut.

Kelebihan media *flip chart* adalah :

- a. Mudah dipahami
- b. Memiliki tata letak desain yang sederhana, dengan perbedaan antara *lay out* depan dan belakang.
- c. Mudah dibawa kemanapun.
- d. Biaya produksi relatif murah.

Kekurangan media *flip chart* adalah :

- a. Cakupan khalayak terbatas
- b. Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus
- c. Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya.
- d. Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

## 5. Poster

Poster adalah bentuk media cetak yang berisi pesan atau informasi kesehatan, yang biasanya ditempel ditembok-tembok, ditempat-tempat umum, atau dikendaraan umum. Poster merupakan ilustrasi gambar yang disederhanakan pada ukuran besar dan bertujuan untuk menarik perhatian pada gagasan pokok, fakta atau peristiwa.

Kelebihan media poster adalah :

- a. Biaya produksi relatif murah.
- b. Memiliki desain yang menarik hingga mudah dipahami.
- c. Mudah ditemukan di tempat-tempat umum.

Kekurangan media poster adalah :

- a. Cakupan khalayak terbatas.
- b. Membutuhkan tempat penyimpanan yang khusus.
- c. Membutuhkan keterampilan dan kreatifitas untuk membuatnya.
- d. Membutuhkan keahlian mendesain atau menggambar.

### **2.1.3 Karakteristik Media Cetak**

Media cetak memiliki karakteristik yaitu sebagai berikut :

1. Bersifat lebih fleksibel, mudah dibawa kemana-mana dan bisa disimpan.
2. Bisa dibaca kapan saja.
3. Tidak terikat waktu.

4. Dalam penyajian iklan lebih informatif, lengkap dan spesifik untuk memenuhi kebutuhan konsumen.
5. Dalam hal penyimpanan kritik, media cetak lebih berbobot dan lebih efektif karena diulas lebih mendalam dan bisa menampung banyak opini.

Warna digunakan sebagai alat penuntun dan penarik perhatian pada informasi penting, contohnya pemberian warna merah pada kata kunci. Kemudian huruf dicetak tebal atau miring dengan tujuan memberikan penekanan pada kata kunci atau judul. Informasi-informasi penting juga dapat diberikan tekanan dengan cara menggunakan kotak, sedangkan penggunaan garis bawah sebagai alat penuntun dapat dihindari karena membuat kata sulit dibaca.

#### **2.1.4 Permainan *Truth Or Dare* (TOD)**

TOD atau kepanjangan dari *Truth Or Dare* merupakan permainan yang dilakukan secara berkelompok dengan menggunakan dua macam kartu yaitu *Truth* dan *Dare*. Kartu *Truth* berisikan pertanyaan yang membutuhkan jawaban “Ya” dan “Tidak”, sedangkan kartu *Dare* berisikan pertanyaan atau pernyataan yang membutuhkan jawaban dengan penjelasan yang disertai alasan. Media ini adalah suatu strategi pembelajaran yang mengajak siswa untuk belajar aktif dan membuat siswa saling bekerja sama dalam belajar serta menumbuhkan daya kreatifitas. Media permainan ini bertujuan agar siswa dapat belajar lebih mudah dan menyenangkan sehingga dapat

menanamkan materi pembelajaran dalam ingatan siswa lebih lama dan mampu mencapai tujuan pembelajaran dengan mudah (Iklima, 2019). Hal inilah yang akhirnya membuat peneliti memilih media permainan kartu *Truth Or Dare* (TOD).

Cara bermain kartu TOD ini yaitu dibagi menjadi beberapa kelompok, kemudian peneliti menjelaskan aturan permainan. Permainan dimulai dari kelompok 1, perwakilan kelompok melempar sebuah koin ke atas untuk mengundi jenis kartu apa yang akan dimainkan. Jika hasilnya sisi koin bertuliskan huruf "T", maka perwakilan kelompok mengambil satu kartu *Truth* yang telah disediakan peneliti. Begitu pula sebaliknya, jika hasil koin yang dilempar bertuliskan huruf "D", maka perwakilan mengambil satu kartu *Dare*. Kemudian perwakilan kelompok membacakan pertanyaan atau pernyataan yang tertulis dibelakang kartu dan anggota kelompok menjawab. Jika jawaban benar maka permainan dilanjutkan, untuk jawaban salah akandijumlah di akhir permainan (Tim dengan skor total jawaban benar paling banyak, itulah yang menang).

### **2.1.5 Konsep Pengetahuan**

#### **A. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hasil dari tahu setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan objek terjadi melalui lima panca indera yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Individu tidak mempunyai dasar untuk mengambil suatu

keputusan dan menentukan tindakan yang akan dilakukan tanpa sebuah pengetahuan, karena pengetahuan merupakan suatu ranah kognitif merupakan domain penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoatmojo, 2018).

## B. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmojo (2018), pengetahuan dalam membentuk perilaku seseorang melalui tingkatan, diantaranya :

### 1. Tahu (*Know*)

Tahu adalah suatu proses untuk mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Proses mengingat kembali sesuatu disebut juga *recall*. Tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja yang bisa digunakan untuk mengukur bahwa individu tahu yang dipelajari ditandai dengan kata menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

### 2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang materi yang dijelaskan dan objek yang diketahui. Pengertian tersebut dianggap telah paham terhadap materi dan objek yang dijelaskan, sehingga individu dapat menyimpulkan, meramalkan, menyebutkan contoh, dan sebagainya.



### 3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi nyata. Aplikasi juga didefinisikan sebagai rumus, metode, prinsip, penggunaan hukum-hukum, dan sebagainya.

### 4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan individu untuk menjabarkan materi atau objek ke dalam komponen tetapi masih satu struktur dan masih ada keterlibatan satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, mengidentifikasi, dan sebagainya.

### 5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan individu untuk meletakkan maupun menghubungkan bagian-bagian ke dalam suatu bentuk keseluruhan. Untuk mengukur kemampuan sintesis dapat dilihat dari cara individu menyusun, merencanakan, meringkas, menyesuaikan, dan sebagainya.

### 6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi maupun objek. Penilaian didasarkan pada suatu kriteria yang telah ditentukan sendiri atau kriteria yang sudah ada. Evaluasi dapat dilihat dari cara individu membedakan maupun membandingkan suatu kasus dengan kasus lainnya, dapat menanggapi, dan menafsirkan hubungan kasual suatu kasus.

### C. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Notatmojo (2018), faktor yang mempengaruhi pengetahuan anatara lain :

#### 1. Faktor Pendidikan

Tingkat pengetahuan seseorang yang semakin tinggi, maka akan semakin mudah untuk menerima informasi tentang objek atau hal yang berkaitan dengan pengetahuan. Pada umumnya dapat diperoleh informasi yang disampaikan oleh orangtua, guru, dan media massa. Pendidikan sangat erat kaitannya dengan pengetahuan, karena merupakan kebutuhan dasar manusia untuk pengembangan diri.

#### 2. Informasi/ Media Massa

Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi diperoleh dari pendidikan formal maupun nonformal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat.

#### 3. Faktor Pengalaman

Pengalaman sangat erat kaitannya dengan pengetahuan. Semakin banyak pengalaman suatu hal yang didapat, semakin bertambah pula pengetahuan seseorang tersebut.

#### 4. Umur

Umur adalah variabel yang diperhatikan dalam mencari pengetahuan, karena semakin lama sisa umur maka semakin banyak pengetahuan yang didapat.

#### 5. Faktor Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik.

#### 6. Faktor Sosial Budaya

Kebiasaan dan budaya sangat erat kaitannya dengan pengetahuan, karena dapat mempengaruhi persepsi dan sikap seseorang terhadap penerimaan sesuatu.

### D. Cara Memperoleh Pengetahuan

Dari berbagai macam cara yang sudah digunakan untuk memperoleh suatu pengetahuan, dapat dikelompokkan menjadi dua cara yaitu : (Notoatmodjo, 2018).

#### 1. Cara Non-Ilmiah

Cara non-ilmiah ini seringkali disebut cara tradisional yang dipakai seseorang untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Cara penemuan pengetahuan ini diantaranya :

a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini sudah seringkali dipakai seseorang sebelum adanya kebudayaan, bahkan sebelum ada peradaban. Pada waktu itu seseorang menggunakan cara ini apabila menghadapi persoalan atau masalah, maka dilakukan upaya pemecahan dengan coba-coba. Dengan cara ini dianggap akan memberikan kemungkinan pemecahan masalah, apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, akan dicoba lagi dengan kemungkinan lain. Apabila kemungkinan kedua gagal, akan dicoba lagi kemungkinan ketiga dan begitu seterusnya sampai masalah terpecahkan.

b. Secara kebetulan

Cara ini secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan.

c. Cara kekuasaan (Otoritas)

Dalam kehidupan banyak sekali kebiasaan yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan itu baik atau tidak. Kebiasaan atau adat biasanya diwariskan secara turun temurun dari generasi ke generasi berikutnya. Kebiasaan ini seolah-olah diterima dari sumbernya sebagai kebenaran yang mutlak. Sumber pengetahuan tersebut yaitu masyarakat formal, informal, pemuka agama, pemerintah dan sebagainya. Dengan kata lain, pengetahuan tersebut diperoleh berdasarkan

pemegang otoritas atau orang yang punya wibawa atau kekuasaan. Prinsip inilah yang membuat masyarakat menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya, baik berdasarkan fakta empiris atau penalaran sendiri.

d. Pengalaman pribadi

Pengalaman merupakan guru terbaik yang berarti bahwa pengalaman adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Maka dari itu, pengalaman pribadi juga dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu. Apabila dengan cara ini berhasil, maka untuk memecahkan masalah lain yang sama, seseorang dapat menggunakan cara tersebut. Apabila gagal, seseorang tidak akan menggunakan cara tersebut dan berusaha mencari cara yang lain.

e. Cara akal sehat

Sebelum ilmu pendidikan berkembang, anak zaman dahulu mengikuti nasihat orangtuanya karena jika tidak, akan diberikan sanksi atau hukuman. Cara tersebut yang sampai saat ini berkembang menjadi teori atau suatu kebenaran. Cara ini masih

dianut banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.

f. Kebenaran melalui wahyu

Kebenaran ini harus diterima dan diyakinkan oleh penganut agama yang bersangkutan, terlepas apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak. Kebenaran ini diterima oleh para Nabi sebagai wahyu dan bukan hasil usaha penalaran atau penyelidikan manusia.

g. Kebenaran secara intuitif

Kebenaran ini diperoleh manusia secara cepat melalui proses di luar kesadaran tanpa melalui proses penalaran atau berpikir. Kebenaran ini sulit dipercaya karena tidak menggunakan cara rasional yang sistematis. Kebenaran ini diperoleh hanya berdasarkan intuisi atau suara hati maupun bisikan hati.

h. Melalui jalan pikiran

Sejalan dengan berkembangnya budaya, cara berpikir manusia pun juga ikut berkembang. Disini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan.

i. Induksi

Merupakan proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan bersifat khusus ke umum. Berpikir induksi membuat kesimpulan berdasarkan apa yang ditangkap oleh indera, lalu disimpulkan ke dalam suatu konsep yang memungkinkan

seseorang memahami suatu gejala. Berpikir induksi beranjak dari hasil pengamatan panca indera atau hal nyata, maka dari itu dapat juga dikatakan beranjak dari hal konkret ke hal abstrak.

j. Deduksi

Merupakan proses penarikan kesimpulan dari pernyataan bersifat umum ke khusus. Dalam proses berpikir, deduksi berlaku bahwa sesuatu akan dianggap benar secara umum pada kelas tertentu.

2. Cara Ilmiah

Cara modern atau baru dalam memperoleh suatu pengetahuan menjadi lebih logis, sistematis, dan ilmiah. Cara ini biasa disebut dengan metode penelitian ilmiah maupun metodologi penelitian (*research methodology*). Pada cara ini dilakukan penggabungan antara proses berpikir induktif dan deduktif. Maka dari itu lahir suatu cara melakukan penelitian yang dikenal dengan metode penelitian ilmiah (*scientific research method*).

E. Cara Mengukur Pengetahuan

Pengukuran tingkat pengetahuan dengan kuesioner berdasarkan skor responden dapat dikelompokkan menjadi : (Notoatmodjo, 2018).

a. Baik, dengan presentase 76% - 100%

- b. Cukup, dengan presentase 56% - 75%
- c. Kurang, dengan presentase <56%

### **2.1.6 Konsep Jajanan Sehat**

#### **A. Pengertian Jajanan Sehat**

Jajanan sehat merupakan jajanan bergizi dan tidak mengandung zat yang berbahaya. Jajanan yang dijual disekolah meliputi jajanan sepinggan (nasi beserta lauk), jajanan camilan (*snack*), minuman dan buah. Selama ini masih banyak jajanan di sekolah yang kurang terjamin akan kesehatannya. Jajanan tidak sehat adalah jajanan yang mengandung bahan kimia berbahaya yang terdapat di pasaran, kantin-kantin sekolah, dan pedagang disekitar sekolah. (Chariswan, 2020).

Makanan yang sehat adalah makanan yang higienis dan bergizi. Makanan yang higienis adalah makanan yang tidak mengandung kuman penyakit dan tidak mengandung racun yang dapat membahayakan kesehatan. Bahan makanan yang akan kita makan harus mengandung komposisi gizi yang lengkap, yaitu terdiri dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, dan air. Di Indonesia komposisi tersebut dikenal dengan “4 sehat 5 sempurna” (Azizah, 2018).

#### **B. Jenis-jenis PJAS (Pangan Jajan Anak Sekolah)**

Menurut BPOM (2013) makanan selingan dapat berfungsi sebagai asupan gizi anak sekolah, menjaga kadar gula darah agar anak sekolah



tetap dapat berkonsentrasi, untuk mempertahankan aktivitas fisik anak sekolah. Makanan selingan dapat berupa bekal dari rumah atau berupa Panganan Jajanan Anak Sekolah (PJAS). Berikut jenis-jenis PJAS : (Chariswan, 2020).

1. Makanan utama/sepinggan

Kelompok makanan utama atau dikenal dengan istilah “jajanan berat”. Jajanan ini bersifat mengenyangkan. Contohnya, mie ayam, bakso, bubur ayam, dan sebagainya.

2. Camilan/*snack*

Camilan merupakan makanan yang biasa dikonsumsi diluar makanan utama. Camilan dibedakan menjadi 2 yaitu:

- a. Camilan basah : gorengan, risol, lempeng, dan sebagainya.
- b. Camilan kering : brondong, keripik, biskuit, dan sebagainya.

3. Minuman

Minuman dibedakan menjadi 2 yaitu :

- a. Minuman yang disajikan dalam gelas : air putih, es teh manis, jus buah, dan minuman campur seperti, doger, cendol dan sebagainya.
- b. Minuman yang disajikan dalam kemasan : sari buah, yogurt, susu, dan sebagainya.

4. Jajanan buah

Buah yang disajikan dalam sekolah biasanya yaitu, buah yang masih utuh atau buah yang sudah dikupas dan dipotong. Buah utuh

contohnya, manggis, jeruk, dan sebagainya. Sedangkan buah potong contohnya, pepaya, melon, semangka, dan lain-lain.

### C. Peran Makanan Jajanan

Peranan makanan jajanan antara lain : (Azizah K. , 2018)

1. Merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan energi.
2. Pengenalan berbagai jenis makanan jajanan akan menumbuhkan keragaman pangan.
3. Meningkatkan gengsi anak di mata teman-teman anak di sekolah.

Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat Departemen Kesehatan Republik Indonesia dalam Kholidatul (2018) menyebutkan beberapa aspek positif makanan jajanan yaitu :

1. Lebih murah dari pada masak sendiri.

Diperkirakan setiap keluarga di daerah perkotaan membelanjakan uangnya untuk makanan jajanan bervariasi dari 115% sampai 20% dari seluruh anggaran rumah tangga yang disisihkan untuk makan.

2. Manfaat makanan jajanan bagi anak sekolah dan pekerja.

Makanan yang dikonsumsi di pagi hari akan mengganti zat tenaga dan zat-zat lainnya yang telah digunakan semalaman oleh tubuh.

### D. Pengaruh Positif Makanan Jajanan

Jajanan dapat memberikan pengaruh positif apabila jenis jajanan yang dibeli anak mengandung nutrisi. Pemilihan jajanan yang baik akan

berdampak baik pada pemenuhan energi sekaligus dapat mendukung pertumbuhan anak.

#### E. Pengaruh Negatif Makanan Jajanan

Jajanan dapat memberikan pengaruh negatif apabila jenis jajanan yang dikonsumsi kurang baik. Kebanyakan anak memilih makanan hanya berdasarkan apa yang anak suka. Selain itu, anak-anak juga sering membeli jajanan disembarang tempat, karena anak-anak belum memiliki kemampuan dalam memilih jajanan yang sehat. Oleh karena itu, mereka cenderung mengkonsumsi makanan seperti apa yang dimakan oleh teman yang lainnya tanpa memperhatikan kandungan gizi pada makanannya.

#### F. Kebiasaan Makanan Anak Sekolah

Menurut Arianti (2019), anak-anak memiliki kebiasaan jajanan diluar meskipun orang tua mereka sudah melarangnya, beberapa faktor yang menyebabkan hal tersebut antara lain :

- a. Faktor lingkungan tempat tinggal yang menyediakan fasilitas tempat jajan beragam dan menarik untuk dijadikan jajan.
- b. Kurangnya penyuluhan kesehatan yang berhubungan dengan kebiasaan jajan.

- c. Adanya sumber informasi visual seperti televisi yang memberikan informasi menarik, khususnya informasi tentang jajanan sebagai produk makanan dan minuman siap saji.

Pangan yang aman adalah pangan yang dikonsumsi tidak menimbulkan gangguan kesehatan pada tubuh. Sehingga, jika dikonsumsi akan menyehatkan tubuh dan tidak menyebabkan sakit pada tubuh. Pangan yang aman dapat dilihat dari komposisi asal bahan pangan dan adanya campuran komponen lain yang merugikan, seperti mikroba penyebab sakit dan bahan kimia yang dapat menyebabkan gangguan pada tubuh.

#### G. Cemaran Makanan Berbahaya

Sumber jajanan tidak aman apabila berupa cemaran biologis seperti mikroba penyebab penyakit (patogen), cemaran kimia berupa bahan kimia berbahaya, seperti peptisida dan logam berat (merkuri, arsenik, dan timbal), cemaran fisik (paku, stapler, rambut, karet, dan lainnya), penggunaan bahan yang dilarang seperti boraks dan fomalina serta pewarna tekstil, dan penggunaan bahan aman tetapi melampaui batas maksimum penggunaan (Azizah, 2018).

Cemaran bahan tambahan pangan Berdasarkan Permenkes Nomor 033 Tahun 2012, BTP dibedakan menjadi BTP yang diizinkan dan BTP yang dilarang/berbahaya untuk digunakan. Untuk BTP yang diizinkan penggunaannya harus diberikan dalam batasan dimana konsumen

tidak menjadi keracunan dengan mengonsumsi tambahan zat tersebut. Sedangkan, untuk BTP yang dilarang penggunaan dengan dosis sekecil apapun tetap tidak diperbolehkan (Wahyudi, 2017).

Bahan tambahan pangan yang sering digunakan adalah sebagai berikut : (Azizah, 2018).

1. Pengawet

Bahan pengawet adalah bahan yang dapat mencegah atau menghambat fermentasi, penguraian, atau pengasaman yang disebabkan oleh mikroorganisme.

2. Pewarna

Zat pewarna ditambahkan ke dalam makanan dan minuman bertujuan untuk menambahkan warna dan menarik konsumen agar lebih berselera.

3. Pemanis

Pemanis buatan sering ditambahkan ke dalam makanan dan minuman sebagai pengganti gula, karena mempunyai kelebihan yaitu dari segi rasa yang lebih manis, tidak mengandung kalori atau mengandung yang rendah, sehingga cocok untuk penderita penyakit diabetes, dan harga yang lebih murah.

4. Penyedap rasa

Menurut kemenkes RI No.033 tahun 2012 penyedap rasa dan aroma didefinisikan sebagai bahan tambahan pangan untuk

memperkuat atau memodifikasi rasa/ aroma yang telah ada dalam bahan pangan tanpa memberikan rasa dan aroma baru.

#### H. Ciri-ciri Jajanan Sehat

Penelitian Rahmi (2018) menunjukkan dalam memilih makanan jajanan, agar dapat dikelola menjadi produk yang sehat dan aman dikonsumsi sebaiknya makanan jajanan tersebut memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

1. Bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit.
2. Bebas dari kotoran dan debu lain. makanan yang dikukus, direbus, atau digoreng tidak setengah matang.
3. Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih.
4. Kecuali makanan jajanan yang terbungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan alat bantu yang bersih (sendok, garpu).
5. Menggunakan makanan yang bersih, demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat-alat tersebut supaya selalu bersih.

Adapun kiat memilih jajanan sehat dalam hal kebersihan yaitu :

1. Hindari jajanan yang dijual di tempat terbuka, kotor dan tercemar, tanpa penutup dan tanpa kemasan
2. Beli jajanan yang dijual ditempat bersih dan terlindungi dari debu, hujan, asap kendaraan, bebas dari serangga dan sampah.
3. Hindari jajanan yang dibungkus dengan kertas bekas atau koran. Belilah jajanan yang dikemas dengan bersih dan aman.

#### I. Higiene Sanitasi Makanan

Higiene sanitasi makanan yang merupakan konsep dasar pengelolaan makanan sudah seharusnya dilaksanakan. Enam prinsip higiene sanitasi adalah :

1. Pemilihan bahan makanan, meliputi batas kadaluarsa, terdaftar pada kemenkes, dan bahan tersebut diizinkan pemakaiannya.
2. Penyimpanan bahan makan, penyimpanan bahan makan bertujuan agar bahan makanan tidak cepat rusak.
3. Pengolahan makanan, meliputi 3 hal yaitu, peralatan, penjamah makanan, dan tempat pengolahan.
4. Penyimpanan makanan matang, makanan matang sebaiknya disimpan pada suhu rendah, agar pertumbuhan mikroorganisme yang dapat merusak makanan dapat ditahan.
5. Pengangkutan makanan, dengan cara wadah tertutup.
6. Penyajian makanan, makanan disajikan dengan segera.

Higiene sanitasi makanan dan minuman yang baik perlu ditunjang oleh kondisi lingkungan dan sarana sanitasi yang baik, anatar lain :

- a. Tersedianya air bersih yang mencukupi.
- b. Pembuangan limbah air yang tertata dengan baik.
- c. Tempat pembuangan sampah yang terbuat dari bahan kedap air, mudah dibersihkan dan mempunyai tutup.

### **2.1.7 Konsep Anak Usia Sekolah**

#### **A. Pengertian Anak Usia Sekolah**

Anak usia sekolah adalah anak yang berusia antara 6-12 tahun. Anak usia sekolah dapat dikategorikan dalam fase pra remaja, yaitu anak yang berada pada usia 9-11 tahun untuk perempuan dan 10-12 tahun untuk laki-laki. Periode sekolah dimulai saat anak berusia kurang lebih 6 tahun. Anak usia sekolah memiliki fisik lebih kuat, mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung pada orang tua. Biasanya pertumbuhan anak perempuan lebih cepat dibandingkan anak laki-laki.

Anak usia sekolah atau anak yang sudah sekolah akan menjadi pengalaman inti anak. Periode ini anak-anak dianggap mulai bertanggungjawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua, teman sebaya, dan orang lain. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan



penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh tertentu (Utama, 2021).

#### B. Karakteristik Anak Sekolah

Karakteristik anak sekolah meliputi, pertumbuhan yang tidak secepat bayi dan balita, gigi merupakan gigi susu yang tidak permanen sudah berganti (tanggal), lebih aktif memilih makanan yang disukai, kebutuhan energi tinggi karena aktivitas meningkat, pertumbuhan melambat, pertumbuhan meningkat lagi pada masa pra remaja. Anak usia sekolah ini mempunyai karakteristik mulai mencoba mengembangkan kemandirian dan menentukan batasan-batasan atau norma. Pada fase inilah variasi individu mulai lebih mudah dikenali seperti pertumbuhan dan perkembangan, pola aktivitas, kebutuhan zat gizi, perkembangan kepribadian, serta asupan makanan.

Tumbuh kembangnya anak sekolah yang optimal tergantung pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Pada usia anak sekolah terjadi puncak pertumbuhan di mana pembentukan sel lebih banyak daripada pemecahan sel. Setelah puncak pertumbuhan tersebut tercapai jumlah pemecahan sel lebih banyak dari pembentukan sel. Pola perkembangan anak, usia yang paling rawan adalah usia anak SD (10-12 tahun). Pada usia 10-12 tahun, mereka ini sedang dalam perkembangan pra-remaja, yang mana secara fisik

maupun psikologis pada masa ini mereka sedang menyongsong pubertas.

### C. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak usia Sekolah

Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran. Pertumbuhan dapat diukur secara kuantitatif. Indikator pertumbuhan meliputi tinggi badan, berat badan, ukuran tulang, dan pertumbuhan gigi. Pola pertumbuhan fisiologis sama untuk semua orang, akan tetapi laju pertumbuhan dan perkembangan berbeda. Perkembangan adalah peningkatan kompleksitas fungsi dan kemajuan keterampilan yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkelanjutan, teratur, dan berurutan yang dipengaruhi oleh faktor maturasi, lingkungan, dan genetik.

#### 1. Pertumbuhan fisik

Meliputi, perubahan tinggi dan berat badan, bentuk tubuh, perkembangan otak, dan perkembangan motorik.

#### 2. Perkembangan kognitif.

Perubahan kognitif pada anak usia sekolah adalah pada kemampuan untuk berpikir dengan cara logis tentang disini dan saat ini, bukan tentang hal yang bersifat abstraksi.

### 3. Perkembangan moral.

Perkembangan moral anak menurut Kohlberg didasarkan pada perkembangan kognitif anak dan terdiri dari tiga tahapan utama antara lain, prakonvensional (*Preconventional*), konvensional (*conventional*), dan pascakonvensional (*Postconventional*).

### 4. Perkembangan spiritual.

Perkembangan spiritual, yaitu pada tahapan mitos-faktual. Anak-anak belajar untuk membedakan khayalan dan kenyataan.

### 5. Perkembangan psikoseksual.

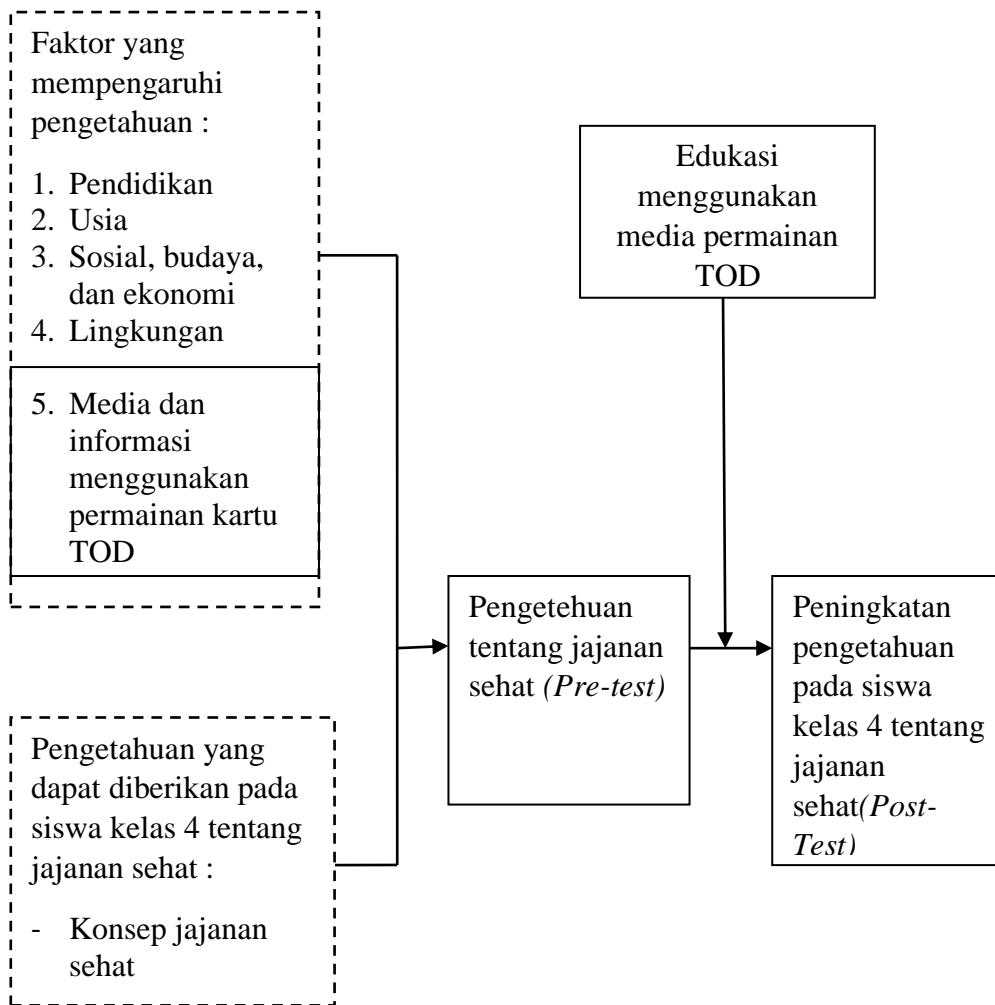
Teori perkembangan psikoseksual anak terdiri dari fase oral (0-11 bulan), fase anak (1-3 tahun), fase falik (3-6 tahun), dan fase latern (6-12 tahun), pada fase latern fokus perkembangan adalah pada aktivitas fisik dan intelektual, sementara kecenderungan seksual seolah ditekan.

### 6. Perkembangan psikososial.

Pada masa ini sebagai krisis antara keaktifan dan inferioritas perkembangan kesehatan membutuhkan peningkatan pemisahan dari orangtua dan kemampuan menemukan penerimaan dalam kelompok yang sepadan serta merundingkan tantangan-tantangan yang berada diluar.

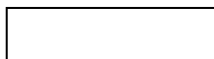
## 2.2 Kerangka Konsep

Berdasarkan latar belakang, tujuan penelitian, dan tinjauan pustaka, maka kerangka konsep dapat disajikan dalam bentuk skema sebagai berikut :

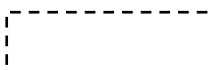


Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Keterangan :



: Diteliti



: Tidak diteliti

Dari kerangka konsep diatas diketahui terdapat faktor yang berpengaruh terhadap siswa kelas 4 yaitu pengetahuan. Dengan diberikannya edukasi akan

menimbulkan perubahan pengetahuan kepada siswa kelas 4. Dalam penelitian ini akan dilakukan edukasi tentang jajanan sehat menggunakan permainan *Truth Or Dare* (TOD) terhadap pengetahuan siswa kelas 4. Konsep utama penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi media permainan *Truth Or Dare* (TOD) tentang jajanan sehat terhadap pengetahuan siswa kelas 4 MI Plus Miftahul Anwar Kab. Pasuruan.

### **2.3 Hipotesis**

H1 = Terdapat efektivitas media edukasi permainan *Truth Or Dare* (TOD) terhadap pengetahuan siswa kelas 4 MI Miftahul Anwar Kab. Pasuruan tentang jajanan sehat.