

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Edukasi Kesehatan

1. Pengertian Edukasi Kesehatan

Edukasi adalah proses pengubahan perilaku dan sikap seseorang untuk bisa berperilaku yang lebih sehat, dan dapat memberdayakan perorangan, kelompok, dan masyarakat agar memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya melalui peningkatan pengetahuan yang tadinya tidak tahu dalam memilih jajanan yang tidak sehat menjadi tahu apa saja jajanan yang sehat untuk dikonsumsi. Kemauan untuk berperilaku sehat dan kemampuan untuk menjaga kesehatannya, yang dilakukan dari, oleh, dan masyarakat sesuai dengan faktor budaya setempat (Notoatmodjo, 2018).

2. Tujuan Edukasi Kesehatan

Menurut (Aisah et al., n.d.) Tujuan edukasi kesehatan adalah memperbaiki perilaku dan sikap dari yang semula tidak sesuai dengan perilaku kesehatan atau merugikan kesehatan. Edukasi kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain:

- a. Tercapainya perbaikan perilaku pada sasaran dalam memelihara dan membina perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta peran aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.
- b. Perilaku sehat yang sesuai dengan konsep hidup sehat terbentuk pada individu, keluarga, dan masyarakat secara fisik, sosial, maupun mental sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian.

- c. Menurut WHO, edukasi kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan.
- d. Masyarakat memiliki kemauan terkait dengan preventif (pencegahan), promotif (peningkatan kesehatan), serta kuratif dan rehabilitatif (penyembuhan dan pemulihan).

3. Sasaran edukasi tiga sasaran yaitu:

Menurut (Notoatmodjo, 2018) ada tiga sasaran edukasi kesehatan sebagai berikut :

- a. Edukasi individu yaitu edukasi yang diberikan dengan sasaran individu.
- b. Edukasi pada kelompok yaitu edukasi yang diberikan itu dengan sasaran kelompok.
- c. Edukasi masyarakat yaitu edukasi yang diberikan dengan sasaran masyarakat.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Edukasi Kesehatan

Menurut (Aisah et al., n.d.) ada lima faktor yang mempengaruhi edukasi kesehatan sebagai berikut :

- a. Tingkat Pendidikan adalah salah satu faktor yang berpengaruh terhadap cara pandang seseorang mengenai informasi baru. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka menerima informasi baru akan semakin mudah.
- b. Tingkat sosial ekonomi semakin tinggi tingkat sosial ekonomi seseorang, juga semakin mudah pula seseorang dalam menerima informasi.

- c. Adat istiadat pada umumnya masyarakat masih menganggap bahwa menjunjung tinggi adat istiadat adalah suatu hal yang utama dan adat istiadat tidak bisa dilanggar oleh apapun.
- d. Kepercayaan masyarakat Informasi yang diberikan oleh orang yang berpengaruh, akan lebih diperhatikan masyarakat, karena masyarakat sudah memiliki rasa percaya terhadap informan tersebut.
- e. Ketersediaan waktu di masyarakat menyampaikan informasi juga harus memperhatikan waktu. Untuk menjamin tingkat kehadiran masyarakat dalam melakukan penyuluhan, waktu harus disesuaikan dengan aktifitas masyarakat.

5. Metode edukasi

Berdasarkan pendekatan sasaran edukasi menurut (Fernalia et al., 2019) ada tiga, yaitu:

- a. Metode Pendekatan Perorangan Edukator berhubungan secara langsung maupun tidak langsung dengan sasarannya secara perorangan. Metode ini sangat efektif karena sasaran dapat secara langsung memecahkan masalahnya dengan bimbingan khusus dari edukator.
- b. Metode Pendekatan Kelompok sehingga dapat pertukaran informasi dan pertukaran pendapat serta pengalaman antara sasaran edukasi dalam kelompok yang bersangkutan. Kelompok kecil berjumlah peserta kurang dari 15 orang. Di dalam kelompok kecil terdapat beberapa metode yang bisa dilakukan yaitu diskusi

kelompok, bermain peran dan permainan simulasi.

- c. Metode Pendekatan Massa dapat menjangkau sasaran dengan jumlah banyak. Sehingga mempercepat proses perubahan, tetapi jarang dapat mewujudkan perubahan dalam perilaku. metode antara lain rapat umum, siaran radio, kampanye, pemutaran film, surat kabar, dan sebagainya. Sasaran dari metode ini bersifat umum, dalam arti tidak membedakan golongan umur, jenis kelamin, pekerjaan, status social ekonomi, tingkat pendidikan, dan sebagainya.

B. Konsep Media Edukasi

1. Pengertian Media

Media adalah bahasa latin yang berarti perantara yang dapat mendengar, membaca, atau berdiskusi dengan alat yang digunakan dan sebagai penengah pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Media sering diartikan sebagai benda grafis, foto, atau benda elektronik yang digunakan untuk mengolah informasi untuk pembelajaran. media dapat berupa orang, bahan, atau peristiwa yang dapat membimbing siswa untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap yang dapat digunakan sebagai alat bantu belajar (Muhammad Arifin, n.d. 2019).

2. Tujuan Penggunaan Media

Menurut (Notoadmojo 2020) Tujuan penggunaan media promosi kesehatan adalah :

- a. Media dapat mempermudah penyebaran informasi.

- b. Media dapat menghindari kesalah pahaman.
- c. Media dapat memperjelas informasi yang disampaikan.
- d. Media dapat mempermudah pemahaman.
- e. Media yang dapat mengurangi komunikasi verbal.
- f. Sarana yang dapat menampilkan objek yang dapat ditangkap oleh mata.
- g. Media yang dapat memperlancar komunikasi, dkk.

3. Jenis Media

Menurut Notoatmodjo dalam (Wasilah & Dewi, 2022) Media edukasi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronika, dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap yang akhirnya diharapkan dapat mengubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan.

4. Pengertian Media Lembar Balik

Media pembelajaran lembar balik adalah media pembelajaran sederhana praktis dan mudah dibawa kemana saja. Media lembar balik menampilkan gambar berseri yang penyajiannya dengan cara membalik-balik gambar seri menyerupai kalender. Lembar balik besar terdiri atas lembaran-lembaran yang berukuran kurang lebih 50 x 75 cm, sedangkan yang sedang berukuran kurang lebih 38 x 50 cm. Lembar balik digunakan dengan cara membalik lembaran-lembaran bergambar tersebut satu persatu

dan digunakan untuk pertemuan dengan kelompok yang jumlah maksimal pesertanya 30 orang

5. Kelebihan Media Lembar Balik

Keuntungan lembar balik yaitu isi pokok pembicaraan dapat disiapkan sebelumnya, urutan penyajian dapat diatur dengan tepat, chart dapat diambil dan ditukar dengan tepat, serta mudah untuk disiapkan (Pamengku, P. M. dkk. (2018)

6. Kekurangan Media Lembar Balik.

Jika kualitas tulisan kurang artistik, dapat menimbulkan kesan kurang profesional, lembaran dapat dengan mudah sobek atau kusam jika disimpan dengan tidak baik, dalam ruangan besar lembar balik tidak terlihat jelas dalam jarak lebih dari 15 meter, kecenderungan untuk melihat lembar balik dapat menghilangkan kontak mata dengan peserta (Pamengku, P. M. dkk. (2018)

7. Pengaruh Media Lembar Balik terhadap Pengetahuan dan Sikap.

a. Terhadap Pengetahuan

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pamengku, P. M. dkk. (2018) menyatakan bahwa penyuluhan menggunakan media lembar balik tentang makanan jajanan efektif meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pemilihan makanan jajanan. Hasil uji perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan menggunakan media lembar balik pengetahuan menunjukkan angka $0,003$ ($p > 0.05$) sedangkan sikap $0,787$ ($p > 0.05$).

b. Terhadap Sikap

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mulyawati et al., 2017) bahwa pengetahuan anak tentang pemilihan jajanan sehat meningkat dikarenakan adanya edukasi kesehatan menggunakan media. Dengan memiliki tingkat pengetahuan yang cukup maka dapat mempengaruhi sikap dan perilaku anak, sehingga akan berdampak kepada peningkatan pengetahuan tentang keamanan jajanan yang dapat memberikan pandangan yang benar kepada anak untuk memilih makanan jajanan yang aman, Sikap anak akan mengalami perubahan, hal ini disebabkan anak telah mendapat informasi dari edukasi kesehatan tentang keamanan jajanan, anak-anak diberitahu bagaimana sikap yang baik untuk memilih makanan.

C. Konsep Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Menurut (Cahyono, 2019) Pengetahuan yaitu hasil tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi dengan melalui panca indra manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sehingga terdapat tingkat pengetahuan seseorang terhadap suatu objek terdapat garis besarnya dikelompokkan 6 tingkat yaitu

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali pada materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk tingkat ini yaitu mengingat kembali

(*recall*) pada semua rangsangan materi yang sudah di berikan terdapat memori atau mengingat kembali apa yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

b. Memahami (*Comprehensif*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan dan dapat menjelaskan atau mengimplementasikan secara benar terhadap suatu objek yang di ketahu tersebut.

c. Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang apabila seseorang telah memahami objek yang dimaksud serta mengaplikasikan pada situasi *real* tersebut.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan setiap individu untuk memahami apa yang terjadi sehingga dapat menjabarkan suatu objek dalam komponen-komponen yang terjadi sehingga dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk suatu kemampuan seseorang untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada sebelumnya.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap sebuah objek tertentu.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2018 dalam Cahyono, 2019) terdapat faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya sebagai berikut :

- a. Pendidikan, yaitu suatu bimbingan atau arahan yang diberikan yang berupa informasi yang berkaitan dengan pengaruh dan dampak terhadap kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.
- b. Informasi, dapat mempengaruhi dalam jangka waktu jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau meningkatkan pengetahuan, informasi tersebut dapat di peroleh diberbagai televisi, radio, surat kabar, majalah, dll.
- c. Sosial budaya dan ekonomi, kebiasaan yang dilakukan suatu kelompok dapat menambah pengetahuan dari berbagai masyarakat sekitar. Setatus ekonomi.
- d. Seseorang akan menentukan tersedianya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan sehingga dapat meningktakan pengetahuannya.
- e. Lingkungan, merupakan kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi pengetahuan dengan adanya interaksi timbal balik.
- f. Pengalaman, sebagai sumber pengetahuan yang dapat ditemukan yang sudah dilalui sehingga dapat memecahkan masalah.
- g. Umur, Semakin bertambahnya umur seseorang, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfiki untuk

meningkatkan (Dharmawati, 2016) pengetahuan dalam derajat kesehatannya. Terbentuknya perilaku kesehatan.

3. Pengukuran Pengetahuan

Menurut (UTARI, A. A. (2023) Skinner dalam (Budiman dan Riyanto) dalam seseorang dikatakan mengetahui suatu bidang tertentu apabila ia dapat menjawab dengan benar dan tepat. Sekumpulan jawaban dinamakan pengetahuan. Pengukuran bobot pengetahuan seseorang sebagai berikut :

- a. Bobot I : tahap tahu dan paham.
- b. Bobot II : tahap tahu, pemahaman, aplikasi dan analisis.
- c. Bobot III : tahap tahu, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.

Pengukuran pengetahuan dengan memberikan pertanyaan – pertanyaan, kemudian dilakukan penilaian 1 untuk dijawab benar dan nilai 0 untuk jawaban salah. Berdasarkan skala rasio maka rentang skor pengetahuan yaitu 0 sampai 100 (Arikunto, S. (2013) Kategori tingkat pengetahuan yang baik dan tidak sebagai berikut :

- a. Tingkat pengetahuan kategori baik jika nilainya 70 – 100%.
- b. Tingkat pengetahuan kategori cukup jika nilai 50-70%.
- c. Tingkat pengetahuan kategori kurang jika nilai 50%.

D. Konsep Sikap

1. Pengertian Sikap

Sikap adalah bagaimana reaksi pendapat atau penilaian orang terhadap responden, bentuk dari reaksi manusia dapat berupa perasaan acuh atau tidak acuh, suka ataupun tidak suka, menerima atau tidak menerima. Sikap merupakan suatu sindrom atau kumpulan gejala dalam respon stimulus atau objek sehingga sikap itu melibatkan pikiran, perasaan, perhatian dan gejala kejiwaan yang lain (Dachmiati, S. 2020).

Sikap terdapat 3 komponen pokok diantaranya sebagai berikut :

- a. Komponen kognitif yaitu kepercayaan atau keyakinan individu tentang apa yang terjadi serta mendapatkan pemahaman yang diterima dari suatu objek. Komponen kognitif dapat dikaitkan dengan pengalaman individu, pengamatan informasi yang diperoleh.
- b. Komponen Afektif mengacu kepada emosi individu yang terkait dengan suatu objek . Komponen afektif menunjukkan bahwa seorang individu dapat memiliki rasa dalam menyikapi suatu objek, perasaan yang timbul dapat merupakan rasa senang atau tidak suka, setuju atau tidak setuju, mendekati atau menghindari dan tertarik atau tidak tertarik secara konsisten.
- c. Komponen Konatif mengacu kepada sikap yang dirasakan dengan pemahaman yang dirasakan pada individu pada suatu objek.

Menurut Menurut (Notoatmodjo dalam Shinta 2019) seperti halnya pengetahuan, sikap juga terdiri dari berbagai tingkatan berdasarkan (AlShapira, Dina (2023) yaitu:

- a. Menerima (*Receiving*) diartikan bahwa subjek mau dan memerhatikan stimulus yang diberikan (objek).
- b. Merespon (*Responding*) diartikan bahwa subjek memberikan jawaban atau tanggapan pertanyaan atau objek yang dihadapi.
- c. Menghargai (*Valuing*) diartikan bahwa subjek memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus, bahkan mengajak atau mempengaruhi orang lain untuk merespon.
- d. Bertanggung jawab (*Responsible*) diartikan sebagai subjek dapat mengambil segala resiko dengan baik. Sikap dapat diukur secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek.

2. Faktor yang mempengaruhi sikap

Menurut (Dachmiati, S. 2020) ada enam faktor yang mempengaruhi sikap sebagai berikut :

- a. Pengalaman pribadi, yang terjadi secara mengejutkan dan meninggalkan kesan dengan kejadian kejadian yang tidak bisa dilupakan ke dalam diri seseorang dan mempengaruhi terbentuknya sikap.

- b. Kebudayaan, Pengaruh lingkungan termasuk dalam pembentukan sikap secara pribadi.
- c. Orang lain dianggap penting, karena mempengaruhi dalam menanggapi objek dalam suatu permasalahan.
- d. Media massa, sangat mempengaruhi sarana komunikasi, media massa seperti televisi, radio, handhone, hal ini dapat mempengaruhi dalam pembentukan sikap.
- e. Institusi Pendidikan dan Agama, dapat mempengaruhi terbentuknya sikap karena tertanam pengertian dan konsep moral dalam diri seseorang.
- f. Faktor emosi dalam diri, dengan munculnya emosi pada diri seseorang dapat mempengaruhi sikap pada suatu tindakan yang terjadi.

3. Sifat Sikap

Sikap dapat pula bersifat positif dan dapat pula bersifat negatif menurut Purwanto (Maemunah 2019).

- a. Sifat positif adalah mendekati, menyayangi, mengharapkan objek tertentu.
- b. Sifat negatif adalah untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai objek tertentu.

4. Pengukuran Sikap

Dalam pengukuran suatu sikap yaitu dengan *skala likert* pertama dikembangkan dalam pengukuran sikap dengan menggunakan pengukuran ordinal sehingga dapat diukur seberapa baik atau buruk responden. Serta tanggapan setiap item instrument menggunakan skala likert memiliki penilaian dari sangat mendukung hingga tidak mendukung antara lain :

a. Positif (favorable)

Skor 5. Sangat setuju

Skor 4. Setuju

Skor 3. Ragu-ragu

Skor 2. Tidak setuju

Skor 1. Sangat tidak setuju

b. Negatif (unfavorable),

Skor 1. Sangat setuju

Skor 2. Setuju

Skor 3. Ragu-ragu

Skor 4. Tidak setuju

Skor 5. Sangat tidak setuju

Skor sikap akan dikategorikan menjadi :

a. Sikap positif, bila skor T responden $>$ Mean skor T

b. Sikap negatif, bila skor T responden $<$ Mean skor T

E. Konsep Jajanan

1. Jajanan Anak sekolah

Menurut SK Menkes RI No.942/Menkes/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah orang yang secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan makanan dan peralatannya sejak dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai dengan penyajian.

Jajanan yang sehat adalah jajanan yang bebas dari bahaya fisik, cemaran bahan kimia, dan bahaya biologis. Makanan jajanan adalah makanan yang banyak ditemukan dipinggir jalan yang dijajakan dalam berbagai bentuk, warna, rasa serta ukuran sehingga menarik minat dan perhatian orang untuk membelinya. Sedangkan makanan jajanan sehat adalah makanan dan minuman yang dibeli dengan kandungan gizi yang seimbang, memiliki kandungan gula tidak berlebihan, garam berlebihan, bebas dari bahan pengawet dan pewarna buatan.

2. Jenis jajanan sekolah

Berdasarkan jenis pangan jajan anak sekolah yang sering ditemui :

Jajanan yang sering ditemui di lingkungan SD maupun di lingkungan luar seperti: mie ayam, pop mie, bakso, pentol, cilok, telur gulung, gorengan, jelly, permen, keripik, basreng, sosis, naget, pop ice, es cream, minuman berwarna, es sirup dan lain-lain.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Jajan

1) Pengetahuan Gizi

Menurut (Notoatmodjo, 2018) beberapa pengetahuan mengenai gizi

yang bisa diberikan kepada anak usia sekolah meliputi :

- a. Penyakit-penyakit yang timbul akibat kekurangan atau kelebihan gizi
- b. Mengenal berbagai makanan bergizi
- c. Mengenal nilai gizi pada makanan
- d. Memilih makanan yang bergizi
- e. Kebersihan makanan

2) Jenis Kelamin

Zat gizi anak laki-laki lebih besar daripada kebutuhan anak perempuan. Karena aktifitas anak laki-laki cenderung lebih besar dari anak perempuan , sehingga asupannya pun lebih besar laki-laki termasuk juga dalam hal konsumsi makanan jajanan.

3). Usia

Anak usia sekolah dasar sudah bisa memilih makanan apa yang disukai, mudah dipengaruhi oleh teman sebaya serta tersedianya variasi jajanan di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah yang mudah dijangkau.

4). Uang Saku

Semakin besar uang saku yang diperoleh dari orangtua , maka semakin sering anak mengeluarkan uang untuk membeli makanan jajanan dan semakin beragam pula makan jajanan yang dibelinya.

5). Lingkungan

Lingkungan dapat berpengaruh terhadap polah makan anak, banyak ditemukan di lingkungan sekitar mereka baik sekolah maupun lingkungan

rumah, akan semakin memudahkan mereka dalam mengkonsumsi jajanan. Selain itu para penjaja makanan menyiapkan berbagai macam jenis jajanan dengan aneka bentuk dan rasa yang diminati.

6). Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku jajan anak sangat besar karena anak usia sekolah lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya. Peningkatan pengaruh teman sebaya berdampak terhadap perilaku perihal pola dan jenis jajanan pilihan mereka. Anak secara tiba-tiba meminta suatu jenis makanan jajanan baru atau menolak makanan jajanan pilihan mereka terdahulu, akibat rekomendasi dari teman-teman sebayanya.

4. Ciri jajanan yang sehat

1). Makanan Dan Jajanan yang Segar

- a. Memilih makanan atau jajanan yang segar, untuk makanan yang telah diolah (digoreng, direbus, dikukus) pilihlah makanan baru saja dimasak. Jangan memilih yang berlendir, tidak berbau asam, tidak berjamur dan rasanya masih wajar (normal).
- b. Untuk buah-buahan segar, pilihlah buah yang kulitnya masih segar atau tidak keriput, tidak busuk atau lembek.
- c. Makanan kalengan atau makanan dalam botol, pilihlah kemasan yang tidak penyok, bentuknya masih utuh, tutupnya masih disegel atau belum rusak, tidak bocor, tidak kembung, serta tanggal penggunaannya masih berlaku atau belum kadaluarsa.

2). Makanan Dan Jajanan yang Bersih

Bagian luarnya terlihat bersih, tidak terlihat ada kotoran yang menempel.

- a. Makanan tersebut disajikan dalam piring atau wadah tempat makanan yang tidak berdebu.
- b. Tidak terdapat rambut atau isi stepler.
- c. Disajikan dalam keadaan tertutup atau dibungkus dengan plastik, kertas tidak bertinta, daun pisang atau daun lainnya.
- d. Makanan dimasak, disimpan atau disajikan di tempat yang jauh dari tempat pembuangan sampah, got, dan tepi jalan yang banyak dilalui kendaraan.
- e. Makanan dimasak dengan peralatan yang bersih dengan menggunakan air bersih, tidak berbau atau keruh.

3). Makanan Dan Jajanan yang Aman

Makanan yang sehat, selain segar dan bersih juga tidak diperbolehkan mengandung bahan kimia yang berbahaya. Bahan-bahan kimia yang biasa ditambahkan kedalam makanan secara sengaja disebut bahan tambahan pangan (zat aditif pangan). Bahan kimia yang biasa ditambahkan ke dalam makanan saat pengolahan yaitu:

- a. Bahan pewarna, makana yang mengandung pewarna buatan bisa terlihat dari segi warna yang mencolok.
- b. Bahan pemanis , Pemanis alami seperti madu, gula aren, gula kelapa, gula jagung.

- c. Bahan pengawet mengandung boraks, formalin.
- d. Bahan penyedap rasa, bisa berupa merica, ketumbar, bawang, jahe, cabe dsb. Bahan penyedap rasa buatan yaitu MSG (monosodium glutamat) Bahan tambahan makanan umumnya berupa bahan-bahan kimia yang asing bagi tubuh. Oleh karena itu penggunaannya tidak boleh berlebihan, karena dapat berakibat kurang baik bagi.

5. Cara Memilih Jajanan Sehat di Sekolah

- a. Amati warnanya, mencolok atau tidak Amati apakah makanan tersebut berwarna mencolok atau jauh berbeda dari warna aslinya. Snack, kerupuk, mi, es krim yang berwarna terlalu mencolok ada kemungkinan telah ditamahi zat pewarna yang tidak aman.
- b. Cicipi rasanya Biasanya lidah cukup peka untuk membedakan mana makanan yang aman atau tidak. Makanan yang tidak aman umumnya terasa tajam rasanya, misal sangat gurih, membuat lidah bergetar atau tenggorakan gatal.
- c. Cium aromanya Bau apek atau tengik pertanda makanan tersebut sudah rusak atau terkontaminasi oleh mikroorganisme.
- d. Perhatikan kualitasnya Perhatikan kualitas makanan masih segar atau sudah berjamur. Makanan yang sudah berjamur dapat menyebabkan keracunan. Contohnya roti. Makanan yang sudah berjamur menandakan proses tidak berjalan dengan baik atau sudah kadaluarsa.
- e. Makanan yang tercemar mikroba, basi atau beracun menyebabkan sakit perut dan diare.

F. Konsep Anak Sekolah

1. Anak sekolah

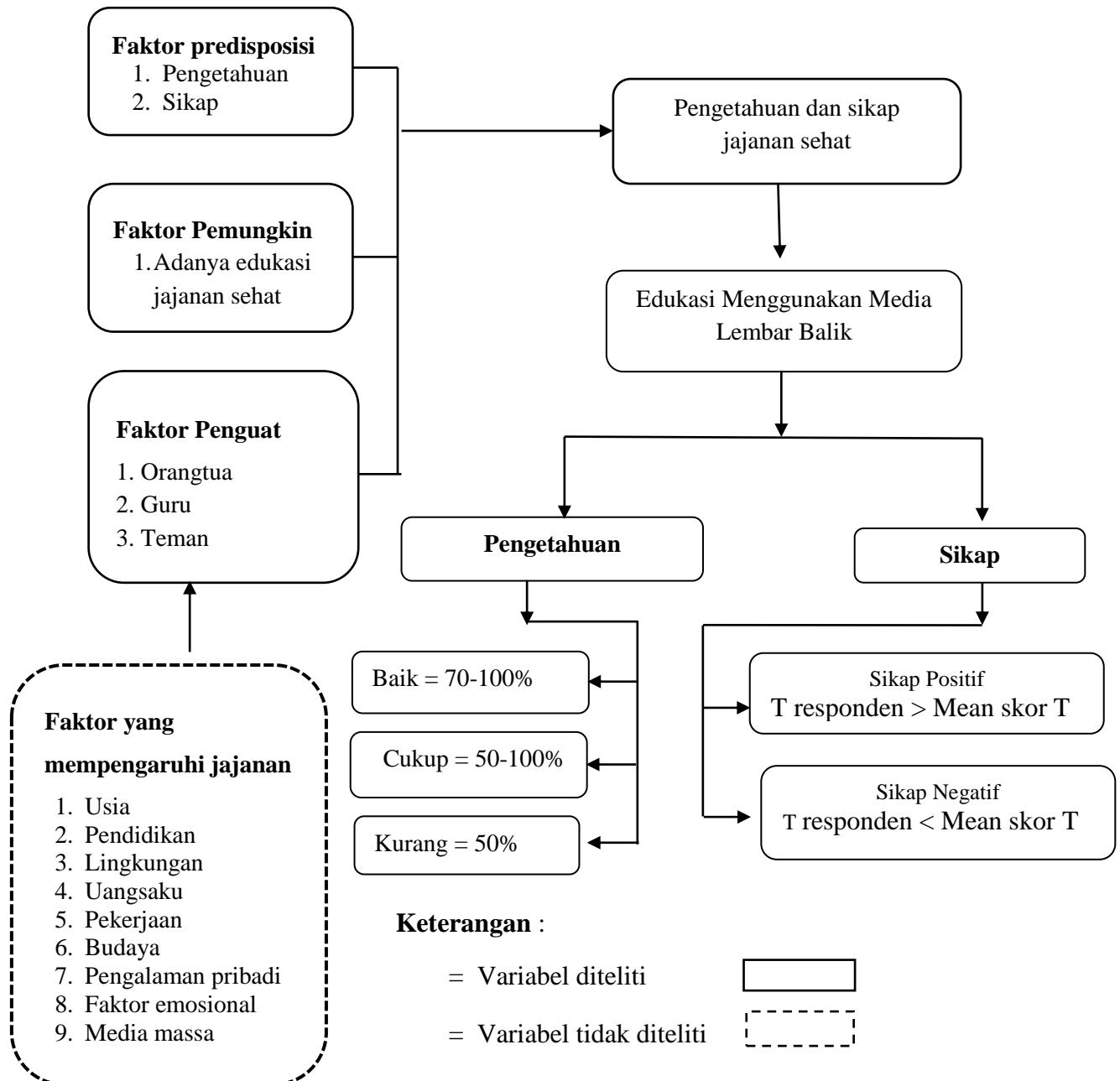
Anak sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat, mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung pada orang tua. Anak sekolah biasanya banyak memiliki aktifitas bermain yang menguras banyak tenaga, dengan terjadi ketidak seimbangan antara energi yang masuk dan keluar, akibatnya tubuh menjadi kurus. Sehingga, Untuk mengatasinya harus mengontrol waktu bermain anak sehingga anak memiliki waktu istirahat yang cukup.

2. Karakteristik anak sekolah 6-12 tahun

- a. Keterampilan dalam menolong diri sendiri (self-help skills), misalnya dalam hal mandi, makan, sudah jarang atau bahkan tidak perlu ditolong lagi.
- b. Keterampilan bantuan sosial (social-help skills) anak mampu membantu tugas-tugas dalam rumah tangga, seperti menyapu, mengepel, mencuci dan sebagainya. Partisipasi mereka akan memupuk perasaan-diri berguna dan sikap kerjasama.
- c. Keterampilan sekolah (school skills) meliputi : penguasaan dalam hal akademik dan non akademik.
- d. Keterampilan bermain (play skills) meliputi keterampilan dalam berbagai jenis permainan.

G. Kerangka Konsep

Menurut Teori Lawrence Green dalam Sugiyono 2019 kerangka konsep adalah model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.



Gambar 1 Kerangka Konsep

Dari kerangka konsep diatas terdapat faktor yang berpegaruh terhadap anak sekolah dasar yaitu pengetahuan dan sikap. Dengan diberikan edukasi kesehatan menggunakan media lembar balik Konsep utama pengetahuan dan sikap penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh edukasi jajanan sehat dengan media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas 4 SDN Merjosari 4 Kota Malang.

B. Hipotesis Penelitian

Menurut (Yam & Taufik, 2021) hipotesis adalah jawaban sementara atas pertanyaan penelitian yang diharapkan dapat memandu jalan penelitian :

H1 : Ada pengaruh edukasi jajanan sehat dengan media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap siswa kelas 4 SDN Merjosari 4 Kota Malang.