

BAB II

Tinjauan Pustaka

A. Konsep Pendidikan Kesehatan

1. Definisi

Menurut definisi yang terdapat dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), edukasi adalah proses mengubah sikap dan tingkah laku individu atau sekelompok orang dengan maksud untuk meningkatkan perkembangan manusia melalui kegiatan pengajaran dan pelatihan. Promosi kesehatan merupakan revitalisasi dari pendidikan kesehatan pada masa yang lalu, di mana dalam konsep promosi kesehatan tidak hanya merupakan proses penyadaran masyarakat dalam hal pemberian dan peningkatan pengetahuan dalam bidang kesehatan saja, tetapi juga sebagai upaya yang mampu menjembatani perubahan perilaku, baik di dalam masyarakat maupun dalam organisasi dan lingkungannya. Perubahan lingkungan yang diharapkan dalam kegiatan promosi kesehatan meliputi lingkungan fisik-nonfisik, sosial-budaya, ekonomi, dan politik. Promosi kesehatan adalah perpaduan dari berbagai macam dukungan baik pendidikan, organisasi, kebijakan, dan peraturan perundang-undangan untuk perubahan lingkungan (Nurmala & KM, 2020)

Pusat dari edukasi sebenarnya adalah melibatkan tindakan atau usaha dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu. Melalui komunikasi ini, diharapkan bahwa masyarakat,

kelompok, atau individu dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan secara lebih efektif (Kementrian Kesehatan RI 2016).

2. Tujuan

Tujuan pendidikan kesehatan, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Kesehatan No. 23 tahun 1992 dan juga yang didefinisikan oleh WHO (Organisasi Kesehatan Dunia), adalah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam merawat dan meningkatkan tingkat kesehatan mereka, termasuk aspek fisik, mental, dan sosial, sehingga mereka dapat menjadi lebih produktif secara ekonomi dan sosial. Pendidikan kesehatan dilaksanakan dalam berbagai program kesehatan, seperti pemberantasan penyakit menular, perbaikan sanitasi lingkungan, promosi gizi masyarakat, pelayanan kesehatan, dan program kesehatan lainnya. Menurut (Huri et al., 2019) tujuan edukasi terdiri dari :

a. Tujuan kaitannya dengan batasan sehat

Edukasi adalah mengubah perilaku orang atau masyarakat dari perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat.

b. Mengubah perilaku kaitannya dengan budaya

Sikap dan perilaku adalah bagian dari budaya, kebiasaan, adat istiadat, tata nilai atau norma adalah kebudayaan. Mengubah kebiasaan, apalagi adat kepercayaan yang telah menjadi norma atau nilai di suatu kelompok masyarakat, tidak gampang itu atau nilai di suatu kelompok masyarakat, tidak gampang itu untuk mengubahnya. Hal itu melalui proses yang sangat panjang karena kebudayaan adalah

suatu sikap dan perilaku serta cara berpikir orang yang terjadinya melalui proses belajar

3. Proses

Menurut (Sutomo, 2018) Prinsip pokok dalam pendidikan kesehatan adalah proses belajar. Dalam proses belajar ini terdapat 3 persoalan pokok

a. Persoalan Masukan (*Input*)

Menyangkut pada sasaran belajar (sasaran didik) yaitu individu, kelompok serta masyarakat yang sedang belajar itu sendiri dengan latar belakangnya

b. Persoalan (*Proses*)

Mekanisme dan interaksi terjadinya perubahan kemampuan (perilaku) pada diri subjek belajar tersebut. Proses ini terjadi pengaruh timbal balik antara berbagai faktor antara lain subjek belajar, pengajar (pendidik dan fasilitator), metode, teknik belajar, alat bantu belajar serta materi atau bahan yang di pelajari.

c. Persoalan Keluaran (*Output*)

Merupakan hasil belajar itu sendiri yaitu berupa kemampuan atau perubahan perilaku dari subjek belajar. Luaran (*Output*) yang diharapkan dari suatu pendidikan kesehatan disini adalah perilaku kesehatan atau perilaku untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan atau dapat dikatakan perilaku yang kondusif

4. Metode

Menurut Notoatmodjo (2012), metode edukasi dapat dibagi menjadi dua jenis :

a. Metode Individual (Perorangan)

Bentuk dari pendekatannya :

- 1) Bimbingan dan penyuluhan (*Guidance and counselling*). Dengan cara ini kontak antar klien dan petugas lebih intensif, setiap masalah yang di hadapi klien dapat dikoreksi dan dibantu penyelesaian
- 2) Wawancara (*Interview*). Cara ini sebenarnya merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan. Wawancara antara petugas kesehatan dengan klien untuk menggali informasi mengapa ia tidak atau belum menerima perubahan

b. Metode Pendidikan Kelompok

Metode kelompok ini harus memperhatikan apakah kelompok tersebut besar atau kecil, karena metodenya akan lain. Efektifitas metodenya pun akan tergantung pada besarnya sasaran pendidikan. Untuk metode kelompok sendiri terdapat kelompok besar yaitu ceramah dan seminar, dan untuk kelompok kecil kurang dari 15 orang metode kelompok kecil dapat berupa diskusi kelompok, curah pendapat (*brain storming*), bola salju (*snow bolling*), kelompok kecil – kecil (*bruzz group*), bermain peran (*role play*), permainan simulasi (*simulation game*).

B. Konsep Jajanan Sehat

1. Definisi Jajanan Sehat

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diproses oleh pengrajin makanan di tempat penjualan atau disiapkan sebagai hidangan siap santap untuk dijual kepada masyarakat umum, kecuali makanan yang disajikan oleh jasa boga, restoran, dan hotel (SUDARNO, 2021)

Menurut Kemenkes RI, panganan jajanan adalah makanan dan minuman yang dapat langsung dikonsumsi dan biasanya dapat dibeli dari penjual makanan. Panganan jajanan ini bisa diproduksi oleh penjual itu sendiri atau oleh pihak lain, dan umumnya tidak memerlukan pengolahan tambahan. Selama ini, masyarakat sering mengonsumsi bahan-bahan yang termasuk dalam kategori Bahan Tambah Pangan (BTP) yang dapat berupa pewarna (untuk menambah daya tarik visual), pengental (memperbaiki tekstur), penyedap (menguatkan rasa), pemanis (penambah rasa).

2. Jenis – Jenis Jajanan Sehat

Menurut (Aini,2019) dalam bukunya menyatakan bahwa pangan jajanan anak dibagi menjadi empat kelompok, yaitu:

a. Makanan Utama/sepinggan

Makanan sepinggan adalah salah satu kelompok makanan utama yang bisa disiapkan di rumah terlebih dahulu atau disajikan di kantin.

Contoh-contoh makanan dalam kelompok ini mencakup gado-gado, nasi uduk, siomay, mie ayam, lontong sayur, dan lain sebagainya.

b. Camilan/*Snack*

Camilan adalah jenis makanan yang dikonsumsi di antara dua waktu makan utama. Camilan dapat terbagi menjadi dua kategori, yaitu: a) Makanan camilan basah, seperti pisang goreng, lumpia, lemper, risoles, dan makanan serupa lainnya. b) Makanan camilan kering, termasuk produk ekstrusi (seperti brondong), keripik, biskuit, kue kering, dan jenis camilan kering lainnya.

c. Minuman

Kelompok minuman yang biasanya dijual di kanting : 1) air putih, baik dalam kemasan maupun yang disiapkan sendiri ; 2) minuman ringan contohnya the, minuman sari buah, minuman berkarbonisasi dan lain – lain; 3) minuman campur, seperti es buah, es campur, es cendol, es doger dan lain – lan.

d. Buah

Buah merupakan salah satu jenis makanan sumber vitamin dan mineral yang penting untuk anak usia sekolah. Buah – buahan sebaiknya dikonsumsi setiap hari, buah buahan dapat di jual dalam bentuk: a) utuh, misalnya pisang, jambu, jeruk dan lain – lain ; b) kupas dan potong, misalnya papaya, nanas, melon, manga dan lain – lain.

3. Ciri – Ciri Jajanan Sehat

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

- a. Bebas dari lalat, semut kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit.
- b. Bebas dari kotoran dan debu lain, makanan yang dikukus, direbus. Atau di goreng menggunakan panas yang cukup artinya tidak setengah matang.
- c. Disajikan dengan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih.
- d. Kecuali makanan jajanan yang di bungkus plastik atau daun, maka pengambilan makanan lain yang terbuka hendaklah dilakukan dengan menggunakan sendok, garpi atau alat lain yang bersih, jangan mengambil makanan dengan tangan.
- e. Menggunakan makanan yang bersih, demikian pula lap kain yang digunakan untuk mengeringkan alat – alat itu supaya selalu bersih

4. Dampak Mengonsumsi Jajanan Tidak Sehat

Mengonsumsi pangan yang tidak aman dapat mengakibatkan masalah kesehatan, mulai dari gejala ringan seperti pusing dan mual hingga gejala yang lebih serius seperti muntah, kram perut, kram otot, kelemahan otot, diare, cacat, dan bahkan kematian. Kejadian keracunan makanan akibat makanan yang tidak aman tidak hanya memiliki dampak negatif terhadap

kesehatan, tetapi juga memiliki konsekuensi sosial dan ekonomi yang buruk, baik bagi individu dan keluarganya, produsen atau industri makanan, maupun bagi pemerintah.

5. Syarat – Syarat Harus Dipenuhi Agar Makanan Jajanan Layak Dikonsumsi

Makanan jajanan yang akan dikonsumsi sebaiknya memiliki persyaratan sebagai berikut :

- a. Tidak Menggunakan bahan kimia yang dilarang.
- b. Tidak menggunakan bahan pengawet yang dilarang
- c. Tidak menggunakan bahan pengganti rasa manis atau pengganti gula.
- d. Tidak menggunakan bahan pewarna yang dilarang.
- e. Tidak menggunakan bumbu penyedap masakan atau vetsin yang berlebihan
- f. Tidak menggunakan air yang dimasak dengan tidak matang.
- g. Tidak menggunakan bahan makanan yang sudah busuk, atau yang sebenarnya tidak boleh diolah, misalnya telah tercemari oleh obat serangga atau zat kimia yang berbahaya.
- h. Tidak menggunakan bahan makanan yang tidak diharamkan oleh agama.
- i. Tidak menggunakan bahan makanan atau bahan lain yang belum dikenal oleh masyarakat.

6. Tips Memilih Jajanan Sehat

Jajanan yang aman sebaiknya menyediakan dari rumah karena sudah mengetahui kualitas dari makanan tersebut dan kandungan gizinya, namun bila terpaksa harus membeli, berikut ini tips yang dapat dilakukan:

- a. Sebaiknya membawa bekal dari rumah karena bisa mengontrol kualitas makanan yang dibawa
- b. Memilih jajanan dalam kondisi baik
- c. Belilah makanan ditempat yang bersih
- d. Memilih jajanan dalam keadaan tertutup
- e. Hindari jajanan warna mencolok, rasa dan aroma menyengat
- f. Memperhatikan kualitas makanan
- g. Mengamati label makanan meliputi nama jajanan olahan, daftar bahan yang digunakan, *expite date* / keterangan kadaluwarsa, kode produksi, keterangan kandungan gizi
- h. Jika makanan basah perhatikan fisik dari makanan (Bau dan warna).

C. Konsep Pengetahuan

Menurut Saputra, (2018), kemampuan adalah kapasitas individu untuk menjalankan fungsi dalam suatu pekerjaan. Kemampuan individu pada dasarnya terdiri dari dua faktor utama, yaitu kemampuan intelektual dan kemampuan fisik. Dalam meningkatkan kemampuan, pengetahuan juga memegang peranan penting. Menurut Notoatmodjo, (2020), pengetahuan adalah hasil dari proses mengetahui setelah melakukan penginderaan terhadap

suatu objek, baik melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, atau perabaan. Pengetahuan ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang.

Tingkatan pengetahuan yang dijelaskan oleh Kholid dan Notoatmodjo (2012) terdiri dari enam tingkat, yaitu:

1. Tahu (*Know*): Tingkat ini mencakup pemahaman dasar, di mana seseorang tahu tentang sesuatu, bisa melihat, atau mengamati objek atau informasi tertentu.
2. Memahami (*Comprehension*): Ini adalah kemampuan untuk memahami dan menjelaskan objek yang sudah diketahui dengan benar, sesuai dengan fakta yang ada.
3. Aplikasi (*Application*) : Tingkat ini melibatkan kemampuan untuk menerapkan materi yang telah dipelajari dalam situasi nyata atau praktik.
4. Analisis (*Analysis*): Ini mencakup kemampuan untuk menguraikan atau menjelaskan objek atau materi dengan mengidentifikasi hubungan antara bagian-bagian yang berbeda. Sintesis (*Synthesis*): Tingkat ini melibatkan kemampuan untuk menggabungkan bagian-bagian yang berbeda dari suatu objek atau materi menjadi satu keseluruhan yang baru.
5. Evaluasi (*Evaluation*): Ini adalah kemampuan untuk melakukan penilaian atau evaluasi terhadap suatu materi atau objek.

Tingkatan ini mencerminkan berbagai tingkat pemahaman dan penerapan pengetahuan yang lebih kompleks saat seseorang belajar dan mengembangkan pemahaman mereka terhadap suatu subjek atau topik.

D. Konsep Remaja

Anak usia SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan anak yang usianya termasuk dalam kategori remaja awal, yaitu usia 13-15 tahun. Masa remaja secara umum dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal dengan usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan dengan usia 15-18 tahun, dan remaja akhir dengan usia 19-22 tahun.(Mamluatur, 2020)

Menurut Suryana (2016), masa usia Sekolah Menengah bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja adalah periode yang menarik banyak perhatian karena memiliki ciri-ciri khasnya dan peran yang penting dalam kehidupan individu di dalam masyarakat orang dewasa. Masa remaja ini dapat diperinci menjadi beberapa fase atau masa yang berbeda, seperti yang dijelaskan sebagai berikut. :

1. Masa Remaja Awal

Masa praremaja biasanya berlangsung hanya dalam waktu relatif singkat. Masa ini ditandai oleh sidat-sifat negatif pada si remaja sehingga seringkali masa ini disebut masa negatif dengan gejalanya seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, pemisitik, dan sebagainya. Secara garis besar sifat-sifat negatif tersebut dapat diringkas, yaitu (a) negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun prestasi mental; dan (b) negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat (negatif pasif) maupun dalam bentuk agresif terhadap masyarakat (negatif aktif).

2. Masa Remaja Madya

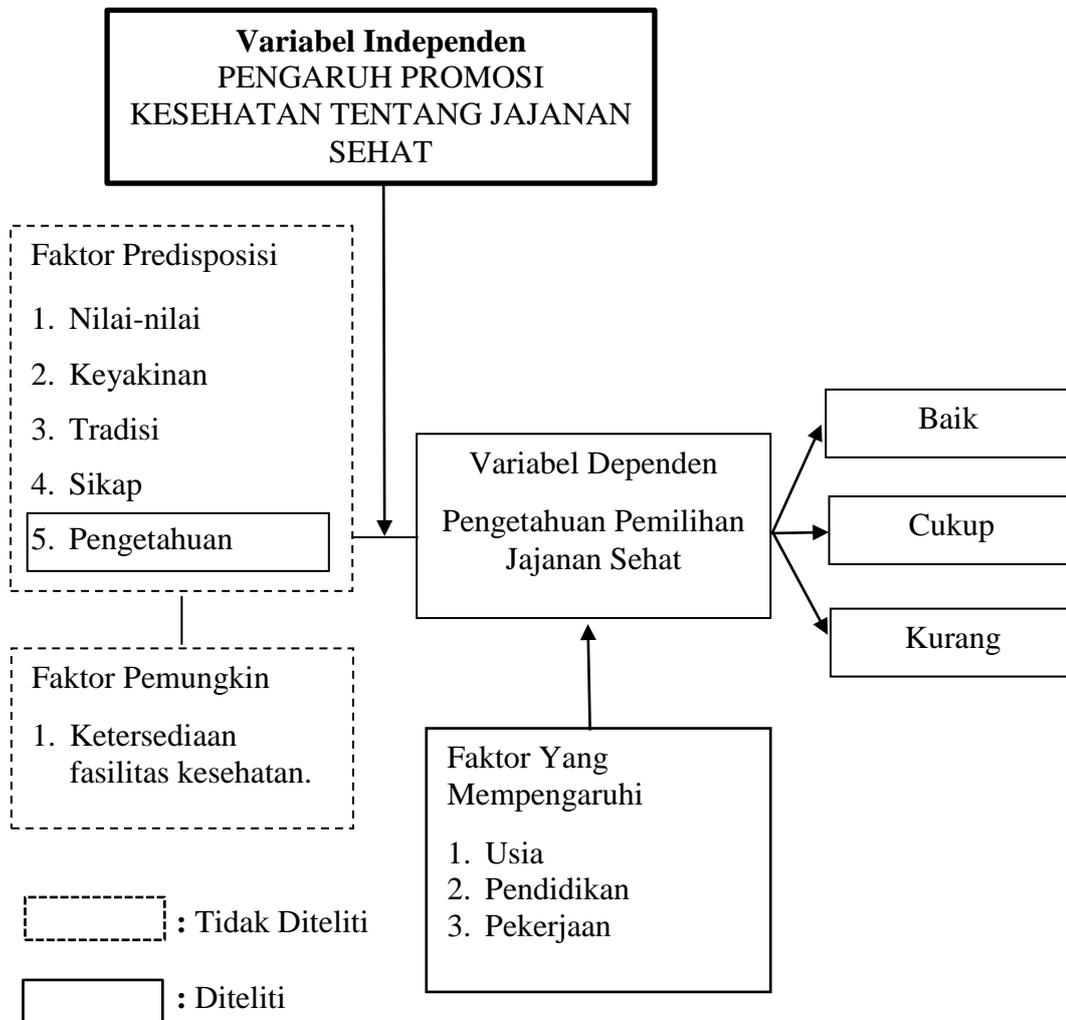
Pada masa ini mulai tumbuh dalam diri remaja dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya, teman yang dapat turut merasakan suka dan dukanya. Pada masa ini, sebagai masa mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut masa merindu puja (mendewa-dewakan), yaitu sebagai gejala remaja.

3. Masa Remaja Akhir

Setelah dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapailah masa remaja akhir dan telah terpenuhilah tugas-tugas perkembangan masa remaja, yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu ke dalam masa dewasa

E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep ini mengacu pada teori Lawrence green



Gambar 1. Kerangka Konsep Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa SMPN 1 Gending Kabupaten Probolinggo

Bagian diatas merupakan kerangka konsep penelitian. Berdasarkan kerangka konsep tersebut, peneliti menjelaskan bahwa yang diukur merupakan pengetahuan siswa kelas 8C SMPN 1 Gending sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media alat peraga Untuk mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, peneliti memberikan kuisisioner *pre-test* dan *post-test*. Dari hasil kuisisioner tersebut

akan diukur dan diketahui apakah Promosi Kesehatan memiliki pengaruh terhadap pengetahuan tentang pemilihan jajanan sehat.

F. Hipotesis

H0 : Tidak adanya pengaruh Promosi Kesehatan tentang jajanan sehat terhadap pengetahuan tentang pemilihan jajanan sehat siswa SMPN 1 Gending.

H1 : Ada pengaruh Promosi Kesehatan tentang jajanan sehat terhadap pengetahuan tentang pemilihan jajanan sehat siswa SMPN 1 Gending.

