

Original Article



## Pengaruh Media *Puzzle* terhadap Pengetahuan Jajanan Sehat pada Siswa di Sekolah Dasar

### *The Effect Puzzle Media on Knowledge about Healthy Snacks in Elementary School Students*

Tania Sinika Putri<sup>1</sup>, Alifiyanti Muharramah<sup>2</sup>, Dera Elva Junita<sup>3</sup>, Desti Ambar Wati<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Sarjana Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Lampung, Indonesia, [taniasinika@gmail.com](mailto:taniasinika@gmail.com)

#### Informasi Artikel

Submit: 06 – 03 – 2024

Diterima: 27 – 05 – 2024

Dipublikasikan: 15 – 08 – 2024

#### ABSTRACT

*Child nutrition is a worldwide concern. One of the causes of nutritional problems in school-age children is the selection of snacks consumed. Snacking behavior is closely related to their knowledge about healthy snacks. One of the efforts that can be done to improve knowledge is to provide education with educational media in the form of puzzles. The purpose of this study was to determine the effect of using puzzle media on school children's knowledge about healthy snacks at SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir. This research is a quantitative analytic research with pretest-posttest control group design. The subjects in this study amounted to 62 elementary school children who were divided into an intervention group of 31 children and a control group of 31 children. The intervention group was the group that received education using puzzle media and the control group was the group that received education without puzzle media. Knowledge about healthy snacks was assessed before and after the study which was based on the analysis score using the Wilcoxon Test and the Mann-Whitney Test. The results showed that the average knowledge of children before the intervention in the control group increased by 3.13 points while in the intervention group it increased by 4.4 points. There is a difference in knowledge scores about healthy snacks in children at SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir ( $p= 0.000$ ). The study conclusion is that nutrition education with puzzle media can increase knowledge in school children about healthy snacks*

**Keywords:** *children, snacks, puzzle*

#### ABSTRAK

Masalah gizi anak merupakan permasalahan yang menjadi perhatian di seluruh dunia. Salah satu penyebab permasalahan gizi pada anak usia sekolah adalah faktor pemilihan jajanan yang dikonsumsi. Perilaku jajan ini sangat terkait dengan pengetahuan mereka tentang jajanan sehat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan edukasi melalui media edukatif berupa *puzzle*. Tujuan penelitian ini adalah

\*Alamat Penulis Korespondensi:  
Jl. Balayudha no. 2532 Rt. 12 Rw.  
04 Palembang, 30128  
**Phone:** 081355951197  
**Email:** [taniasinika@gmail.com](mailto:taniasinika@gmail.com)

untuk mengetahui pengaruh penggunaan media *puzzle* terhadap pengetahuan anak sekolah mengenai jajanan sehat di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir. Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan *pretest-posttest control grup design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 62 anak sekolah dasar yang dibagi menjadi kelompok intervensi sebanyak 31 anak dan kelompok kontrol sebanyak 31 anak. Kelompok intervensi adalah kelompok yang mendapatkan edukasi dengan menggunakan media *puzzle* dan kelompok kontrol adalah kelompok yang mendapat edukasi tanpa media *puzzle*. Pengetahuan mengenai jajanan sehat dinilai sebelum dan sesudah penelitian yang dilihat berdasarkan skor analisis menggunakan Uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian didapatkan bahwa rerata pengetahuan anak sebelum dilakukan intervensi tentang jajanan sehat pada kelompok kontrol meningkat 3.13 poin sedangkan pada kelompok intervensi meningkat 4.4 poin. Ada perbedaan skor pengetahuan tentang jajanan sehat pada Anak di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir ( $p= 0,000$ ). Kesimpulan bahwa edukasi Gizi dengan media *puzzle* dapat meningkatkan pengetahuan pada anak sekolah mengenai jajanan sehat.

**Kata kunci:** anak, jajanan, puzzle

## PENDAHULUAN

Masalah gizi anak merupakan permasalahan yang menjadi perhatian di seluruh dunia. Berdasarkan data WHO *Global Nutrition Report 2022*, prevalensi *stunting* pada anak usia di bawah lima tahun di dunia adalah sebesar 22,9%. Prevalensi *wasting* pada anak usia di bawah lima tahun di dunia adalah sebesar 6,7%. Prevalensi obesitas pada anak usia 5-19 tahun di dunia adalah sebesar 5,6% (1). Hasil ini juga terjadi di Indonesia yang juga masih menghadapi berbagai masalah terkait dengan gizi khususnya pada anak seperti *stunting*, *wasting*, obesitas dan anemia (2).

Data status gizi anak usia sekolah dasar di Indonesia dapat dilihat dari hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 dan laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi status gizi normal adalah sebesar 77,6%, gizi kurus sebesar 9,3%, dan prevalensi status gizi gemuk dan obesitas sebesar 20,6% serta prevalensi anemia pada anak usia 6-12 tahun di Indonesia adalah sebesar 17,1%. Prevalensi status gizi normal untuk provinsi Lampung adalah sebesar 77,6%, gizi kurus sebesar 7%, *underweight* 14,8% dan prevalensi status gizi gemuk dan obesitas sebesar 2,9% (2). Pra survei yang diadakan di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir pada sepuluh siswa menunjukkan bahwa 80% dari siswa tersebut mempunyai status gizi kurus.

Hasil dari berbagai riset kesehatan tersebut menggambarkan bahwa angka kejadian status gizi kurang pada anak usia sekolah di Indonesia masih cukup tinggi dan menjadi perhatian pemerintah dalam upaya menanggulangi karena hal tersebut dapat menimbulkan beberapa dampak negatif tidak tercukupi atau berlebihan nutrisi yang dibutuhkan untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Dampak gizi kurang pada anak-anak dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek diantaranya pertumbuhan dan perkembangan terhambat atau berlebihan, kurang energi dan daya tahan tubuh, gangguan perkembangan kognitif, sedangkan dampak jangka panjang antara lain: *Stunting* (pertumbuhan fisik terhambat), anemia, gangguan perkembangan kognitif dan perilaku, obesitas serta peningkatan risiko penyakit kronis di masa dewasa (3).

Banyak faktor yang terkait dengan gizi anak diantaranya yaitu faktor pengetahuan dan sikap ibu terhadap makanan, perilaku pemilihan makanan pada anak, sanitasi lingkungan, pekerjaan, pendidikan orang tua, jarak kelahiran, pola makan dan pola asuh serta pengaruh riwayat pemberian asi eksklusif (4). Perilaku anak dalam memilih makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berinteraksi diantaranya faktor yang berasal dari dalam seperti pengetahuan, sikap dan motivasi serta faktor luar seperti lingkungan fisik dan sosial, budaya serta media informasi (5). Terkait dengan faktor pembentuk

perilaku tersebut maka tergambar bahwa pengetahuan menjadi faktor utama dari internal terbentuknya perilaku sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan anak agar perilaku yang terbentuk juga menjadi baik. Anak Usia 10-12 tahun akan mengalami proses percepatan pertumbuhan, pada saat ini kemampuan motorik dan kemampuan mereka menerima informasi akan semakin tinggi. Peningkatan pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber, seperti pengalaman, pendidikan, serta media informasi yang diterima (6). Gizi pada anak usia sekolah sangat terkait dengan yang mereka konsumsi. Menurut UNICEF banyak anak usia sekolah mengkonsumsi makanan olahan seperti 42% meminum minuman ringan berkarbonasi setidaknya sekali sehari dan 46% mengonsumsi makanan cepat saji setidaknya sekali seminggu (3).

Hal ini juga terjadi pada anak-anak Indonesia yang sebagian besar waktunya dihabiskan di sekolah yang mengharuskan mereka harus makan di sekolah salah satunya dipenuhi dengan perilaku jajan. Jajan menjadi perilaku yang umum pada anak, tidak dapat dihindari sehingga diperlukan suatu upaya peningkatan pengetahuan agar anak tetap sehat dan tidak mengganggu pertumbuhan serta kesehatan mereka (6). Penelitian yang dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) pada tahun 2020 untuk mengetahui kualitas dan keamanan jajanan anak sekolah di Indonesia dengan melibatkan 1.000 sampel jajanan anak sekolah yang diambil dari berbagai wilayah di Indonesia menunjukkan bahwa 60% jajanan anak sekolah tidak memenuhi standar mutu dan keamanan karena mengandung bahan-bahan yang berbahaya bagi kesehatan anak, seperti pewarna buatan, pengawet, dan bahan pengawet lainnya (7). Penelitian tentang perilaku jajan anak sekolah dasar juga di Surabaya yang melibatkan 131 anak sekolah dasar di Surabaya, penelitian ini memperoleh hasil bahwa anak sekolah dasar di Surabaya mengkonsumsi jajan makanan tidak sehat karena asupan gula, lemak, dan garam mereka melebihi 50% dari batas konsumsi harian (8).

Metode pendidikan dan penggunaan media informasi yang tepat dapat meningkatkan penyerapan informasi yang tepat. Saat ini sudah banyak promosi kesehatan yang diberikan kepada anak-anak namun pada kenyataannya belum memberikan dampak yang maksimal, oleh karena itu diperlukan upaya untuk menggunakan metode dan media yang tepat dalam memberikan promosi kesehatan kepada anak-anak. Metode pembelajaran yang tepat pada anak merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan proses pembelajaran. Metode pembelajaran yang tepat akan membuat anak lebih mudah memahami materi pelajaran dan meningkatkan minat belajarnya (6) (9).

Metode edukasi yang tepat dapat lebih meningkatkan ketertarikan anak untuk menyerap informasi yang diberikan. Salah satu metode edukasi yang menarik adalah dengan menggunakan *puzzle*. Media *puzzle* banyak digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar terhadap materi yang disampaikan (10). *Puzzle* merupakan salah satu media edukasi yang menggunakan unsur permainan dan menggunakan gambar sederhana dengan menjodohkan gambar. Penggunaan media *puzzle* dalam pembelajaran akan lebih menarik minat, melatih daya ingat, psikomotorik, meningkatkan ketrampilan kognitif, serta melatih berpikir kritis untuk memecahkan teka-teki dari *puzzle* (11).

Beberapa penelitian berkaitan dengan pengaruh pemberian edukasi dengan media *puzzle* terhadap pengetahuan anak antara lain penelitian Septian yang menunjukkan bahwa ada peningkatan nilai rerata pengetahuan siswa setelah intervensi dengan media permainan dibandingkan kelompok kontrol dengan ceramah. Pendidikan gizi dengan media permainan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan gizi anak sekolah sebelum dan sesudah intervensi seperti media *puzzle*, kartu bergambar dan teka-teki silang (TTS) (12). Penelitian Moore *et al* menunjukkan bahwa semua penelitian yang diulas melaporkan adanya peningkatan yang signifikan secara statistik pada pemahaman peserta penggunaan media edukasi label nutrisi. Pendidikan yang mengoptimalkan pemahaman dan penggunaan model permainan mempunyai potensi untuk meningkatkan dampak informasi yang diberikan terhadap kesehatan makanan anak (13).

Survei pendahuluan dilakukan pada 9 Oktober 2023 kepada sepuluh siswa di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah. Survei dilakukan dengan memberikan beberapa pertanyaan melalui kuesioner kepada sepuluh siswa di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah tentang jajanan sehat. Gambaran awal yang di peroleh adalah tingkat pengetahuan siswa dengan pengetahuan kurang sebanyak tujuh siswa (70%) karena hanya menjawab kurang dari 56% soal yang benar, pengetahuan sedang sebanyak satu orang (10%) dengan mendapatkan skor benar antara 56-75% dan dua orang

(20%) menjawab lebih dari 75% jawaban benar. Hasil observasi di sekolah tersebut ditemukan ada tiga kantin di dalam sekolah dan beberapa pedagang kaki lima di luar sekolah yang menjual jajanan berpengawet seperti sosis, dan menjual permen serta minuman berperisa. Hasil pra survei tersebut menggambarkan kondisi pengetahuan siswa di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah sebagian besar mempunyai pengetahuan yang kurang baik tentang jajanan sehat. Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh penggunaan media edukasi *puzzle* terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat pada anak di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah tahun 2023.

## METODE

### Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan rancangan pra eksperimen. Rancangan pra eksperimen ialah rancangan yang meliputi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang diberikan pra dan pasca intervensi. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan *two grup pretest and posttest design*.

### Waktu dan Tempat Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada November 2023-Januari 2024 di SD Negeri 05 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah.

### Target/Subjek Penelitian

Populasi dari penelitian ini adalah murid kelas 5 dan 6 SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah sebanyak 79 anak dan sampel yang diteliti adalah murid kelas 5 dan 6 SD Negeri Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah yang berusia 11-12 tahun sebanyak 62 anak. Total sampel kemudian dibagi menjadi dua kelompok, kelompok intervensi sebanyak 31 anak dan kelompok kontrol sebanyak 31 anak.

### Prosedur

Penelitian dilakukan setelah mendapatkan persetujuan dari komisi etik Universitas Aisyah Pringsewu dengan Nomor. 138/UAP/OT/KEP.EC/2024. Peneliti mengumpulkan para responden dan membagi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Masing-masing diberikan kuisioner *pretest* pengetahuan jajanan sehat, lalu kelompok kontrol diberikan edukasi tanpa media *puzzle* dan kelompok intervensi diberikan edukasi menggunakan media *puzzle*. Setelah pemberian edukasi tersebut diberikan, peneliti memberikan kuisioner *posttest* pengetahuan jajanan sehat. Kemudian dilakukan tahap evaluasi yakni pengolahan data meliputi *editing, coding data*, dan tabulasi data, mengolah dan menganalisis data, menyajikan data hasil dan pembahasan dalam bentuk tabel dan teks, serta menyusun kesimpulan dan saran.

### Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dengan dibantu dua petugas kesehatan. Data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Data primer didapatkan dari subjek penelitian yang sebelumnya telah diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Pengambilan data primer diawali dengan pengisian *informed consent* (lembar persetujuan), lalu pengisian kuisioner pengetahuan jajanan sehat untuk data *pretest*. Selanjutnya kelompok kontrol diberikan edukasi mengenai jajanan sehat melalui ceramah dan kelompok intervensi diberikan edukasi mengenai jajanan sehat melalui permainan media *puzzle*. Subjek dalam kelompok intervensi dibagi menjadi 5 kelompok, masing-masing kelompok diberikan

puzzle jajanan sehat yang telah di acak untuk diselesaikan. Setelah puzzle terselesaikan, peneliti akan melakukan tanya jawab mengenai gambar yang ada di puzzle tersebut. Setelah kegiatan ini selesai, para subjek diberikan kuesioner yang sama dengan kuesioner *pretest* tentang jajanan sehat untuk diisi kembali sebagai data *posttest*. Kemudian data skor pengetahuan pada kuesioner *pretest* dan *posttest* diolah menggunakan uji *Wilcoxon test* dan pengaruh media menggunakan uji *Mann-Whitney Test*. Data sekunder merupakan data yang didapatkan dari sekolah tersebut, seperti data jumlah siswa, profil sekolah, sarana dan prasarana sekolah.

## Teknik Analisis Data

Data *Univariat* disajikan dalam bentuk karakteristik responden, dan rerata dari variabel pengetahuan tentang jajanan sehat. Analisis Pengetahuan mengenai jajanan sehat sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan Uji *Wilcoxon* dalam bentuk rerata dan nilai *p-value* dan analisis pengaruh media edukasi *puzzle* terhadap pengetahuan jajanan sehat dilakukan menggunakan uji *Mann-Whitney*.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol anak berumur 12 tahun sebanyak 51,6% dan jenis kelamin perempuan 51,6%, serta anak umur 11 tahun sebanyak 48,4% dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 48,4%, sedangkan pada kelompok intervensi media *puzzle* terdapat anak berumur 12 tahun sebanyak 54,8% dan jenis kelamin perempuan 54,8% serta anak umur 11 tahun sebanyak 45,2 % dan jenis kelamin laki-laki 45,2% (Tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Anak di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah Tahun 2023

No.	Karakteristik	Kontrol		Media	
		f	%	f	%
1	Usia				
	a. 11 tahun	15	48,4	14	45,2
	b. 12 tahun	16	51,6	17	54,8
2	Jenis kelamin				
	a. Laki-laki	15	48,4	15	45,2
	b. Perempuan	16	51,6	17	54,8
	<b>Jumlah</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer, 2023

### Analisa Univariat

Rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat pada tahap awal (*pretest*) pada kelompok kontrol dengan rerata skor pengetahuan adalah 8 dengan nilai minimal 3 dan maksimal 12, sedangkan pada kelompok media *puzzle* dengan rerata skor 9,9 dengan nilai minimal 6 dan maksimal 12. rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat setelah diberikan edukasi baik secara konvensional pada kelompok kontrol dengan rerata skor pengetahuan adalah 11,13 dengan nilai minimal 4 dan maksimal 14, sedangkan pada kelompok media *puzzle* dengan rerata skor 14,23 dengan nilai minimal 13 dan maksimal 15.

### Analisa Bivariat

Berdasarkan uji *Wilcoxon* pengetahuan antara kelompok control dan kelompok intervensi yang diberikan edukasi melalui media *puzzle* di peroleh nilai  $p=0,000$  untuk masing-masing kelompok yang menunjukkan ada perbedaan nilai rerata pada *pretest* dan *posttest*. Pada analisis mengenai pengaruh edukasi terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir menggunakan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai  $p=0,000$  yang menunjukkan adanya pengaruh Pemberian edukasi terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat pada siswa SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir. Peningkatan rerata pengetahuan pada kelompok control adalah 3,13 sedangkan kelompok intervensi adalah 4,4 sehingga disimpulkan bahwa edukasi gizi menggunakan media *puzzle* dapat meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada anak sekolah dasar.

Tabel 2. Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan tentang Jajanan Sehat pada di SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah Tahun 2023

Skor Pengetahuan	Kelompok Kontrol (n:31)		Kelompok Media <i>Puzzle</i> (n:31)		P
	Mean	Sig.	Mean	Sig.	
Pretest	8 ± 2,40	0,000*	9,9 ± 1,70	0,000*	0,000**
Posttest	11,13 ± 2,17		14,2 ± 0,61		
Δ Pengetahuan	3,13 ±		4,4 ±		

Keterangan : \* Uji *Wilcoxon*  
\*\* Uji *Mann-Whitney*

## PEMBAHASAN

### Rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat sebelum diberikan edukasi

Hasil pengolahan data diperoleh rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat pada tahap awal (*pretest*) pada kelompok kontrol dengan rerata skor pengetahuan adalah 8, sedangkan pada kelompok media *puzzle* dengan rerata skor 9,9. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan anak cenderung relatif sama pada kedua kelompok intervensi dimana pengetahuan tersebut murni dari pengetahuan yang dimiliki anak sebelum diberikan intervensi berupa edukasi apapun. Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai insentitas atau tingkat yang berbeda-beda (4). Pengetahuan anak sekolah terkait dengan sebanyak apa informasi yang telah ia peroleh misalnya informasi tentang jajanan sehat (14).

Berdasarkan teori tersebut maka pengetahuan anak yang masih rendah tentang jajan sehat tersebut menunjukkan bahwa anak masih kurang mendapatkan informasi tentang jajanan sehat dari lingkungan sehari-harinya ataupun karena informasi yang didengar tidak diserap dan dipahami dengan baik oleh anak. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan di Siswa SD Swasta Al Fitriah Medan tahun 2021 mengenai pengetahuan gizi anak sekolah dasar yang menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan gizi hanya sebesar 10,96 (10). Penelitian yang dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 kota Bengkulu tahun 2019 mendapatkan hasil skor pengetahuan sebelum diberikan pendidikan gizi sebesar 43,88. Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut maka peneliti berasumsi bahwa pengetahuan anak yang masih kurang tersebut dapat terkait dengan kurangnya informasi ataupun kurangnya pemahaman anak terhadap informasi yang mereka terima tentang jajan sehat (17).

### Rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat setelah diberikan edukasi

Hasil pengolahan data diperoleh rerata pengetahuan anak tentang jajanan sehat setelah diberikan edukasi pada kelompok kontrol dengan rerata skor pengetahuan adalah 11,13, sedangkan pada kelompok media *puzzle* dengan rerata skor 14,23. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan anak cenderung lebih tinggi pada kelompok intervensi dengan edukasi menggunakan

media *puzzle* dibandingkan dengan metode ceramah. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Siregar dan Tinah yang menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan meningkat sesudah diberikan pendidikan gizi dengan menggunakan media *puzzle* menjadi 16,84. Penelitian oleh Nufaisah dengan hasil skor pengetahuan meningkat sesudah diberikan pendidikan gizi menjadi 72,69 (17).

### **Pengaruh Penggunaan Media Edukasi *Puzzle* terhadap Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat**

Hasil penelitian ini didapatkan selisih rerata skor pengetahuan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan penelitian sebesar 3.13 dan kelompok intervensi sebesar 4.4 dengan  $p=0.000$ , nilai tersebut menunjukkan adanya pengaruh edukasi menggunakan media *puzzle* terhadap pengetahuan tentang jajanan sehat pada anak sekolah dasar. Hal ini sejalan dengan penelitian Yeni Liza yang mengatakan bahwa pengetahuan anak setelah diberi edukasi menggunakan media edukasi *puzzle* sebesar 18,25 dan pengetahuan anak pada kelompok kontrol sebesar 12.25% ( $p=0,014$ ). Penelitian lainnya dilakukan oleh Laili dan Ningsih menunjukkan bahwa pemberian edukasi dengan media *puzzle* terbukti dapat meningkatkan persepsi anak dalam memilih jajanan sehat dengan nilai  $p=0,000$  (18). Penelitian Nufaisah *et al* dengan hasil uji bivariat menunjukkan ada perbedaan pengaruh yang bermakna antara pengetahuan sanak sebelum dan sesudah diberikan permainan *puzzle* ( $p=0.000$ ) (17). Penelitian Moore *et al* menunjukkan bahwa semua penelitian yang diulas melaporkan adanya peningkatan yang signifikan secara statistik pada pemahaman peserta penggunaan media edukasi label nutrisi. Pendidikan yang mengoptimalkan pemahaman dan penggunaan model permainan mempunyai potensi untuk meningkatkan dampak informasi yang diberikan terhadap kesehatan makanan anak (13).

Hasil penelitian ini memiliki kesesuaian dengan teori yang menyebutkan bahwa pemberian edukasi dengan menggunakan media *puzzle* dapat meningkatkan ketertarikan dan pemahaman anak terhadap informasi yang diberikan karena media permainan *puzzle* akan menambah variasi dalam kegiatan edukasi sehingga tidak terkesan monoton. Media pembelajaran merupakan salah satu komponen pendukung keberhasilan proses belajar mengajar, yang berfungsi sebagai alat bantu untuk memperjelas pesan yang disampaikan sehingga lebih mudah untuk dipahami oleh anak-anak (15), selain itu media pembelajaran *puzzle* akan memberikan visualisasi materi yang lebih menarik dikarenakan belajar dibarengi permainan akan menambah minat siswa untuk belajar, sehingga pemahaman materi siswa baik (16,33). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Media edukasi *puzzle* efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar karena memberikan edukasi dengan melakukan permainan melalui media edukatif akan membuat anak tidak merasa sedang belajar, sehingga suasana belajar lebih menyenangkan bagi anak. Kegiatan yang menyenangkan dapat meningkatkan aktifitas sel otak secara aktif, dapat merangsang daya pikir anak, termasuk diantaranya kemampuan konsentrasi dan memecahkan masalah.

### **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini didapatkan bahwa edukasi Gizi dengan media *puzzle* dapat meningkatkan pengetahuan pada anak sekolah mengenai jajan sehat. Adanya peningkatan nilai pengetahuan anak dilihat dari hasil *pretest dan posttest*. Penelitian ini dilakukan di sekolah yang mempunyai kantin dan masih ramai pedagang kaki lima di depan pagar sekolah.

### **SARAN**

Bagi pihak sekolah diharapkan untuk menyelenggarakan edukasi rutin bagi para murid mengenai gizi. Edukasi gizi yang dapat diberikan seperti tentang jajanan yang aman dan baik untuk dikonsumsi. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan penelitian menggunakan media edukasi *puzzle* untuk meneliti sikap dan perilaku mengenai jajanan sehat.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah banyak membantu dan mendukung khususnya kepada Kepala Sekolah dan Para Guru di SD Negeri 05 Bumi Nabung Ilir,

Lampung Tengah Jakarta yang sudah memberikan izin untuk melakukan penelitian, serta siswa/siswi kelas 5 dan 6 SD Negeri 5 Bumi Nabung Ilir Lampung Tengah yang sudah bersedia membantu keberlangsungan penelitian.

### KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada memiliki konflik kepentingan apapun.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Global Nutrition Report 2022. <https://globalnutritionreport.org/reports/2022-global-nutrition-report/>. Diakses pada 06 November 2023 .
2. BKKP Kemenkes. Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022; 2023. Hal.1–154.
3. UNICEF. (2019). Children, food and nutrition: Growing well in a changing world. In UNICEF (Vol. 4, Issue 11). [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-3714-4\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-3714-4_1).
4. Sapitri, R., Simangunsong, D., Riskierdi, F., & Fevria. Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita. *Prosiding SEMNAS BIO 2022*; 864–869.
5. Notoatmodjo, S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta; 2020.
6. Notoatmodjo, S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta; 2018.
7. Nabila., Lintang, P., Vitrian Melani., & Laras S. Edukasi Media Nutri Case terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi jajanan sehat pada anak usia sekolah di Bogor. *Ilmu Gizi Indonesia*. 2023;7(1):11-20. <https://ilgi.respati.ac.id/index.php/ilgi2017/article/view/380/>. Diakses pada 06 November 2023.
8. Badan POM. Hasil Pemeriksaan Sampel Pangan Jajanan Anak Sekolah 2020. <https://www.pom.go.id/kinerja/laporan-tahunan-4>. Diakses pada 05 November 2023.
9. Puspita, N. F. R. M., & Adriyanto, A. Analisis Asupan Gula, Garam dan Lemak (GGL) dari Jajanan pada Anak Sekolah Dasar Negeri dan Swasta di Kota Surabaya. *Amerta Nutrition*. 2019;3(1):58–62. DOI: 10.20473/amnt.v3i1.2019.58-62.
10. Ares, G., De Rosso, S., Mueller, C., Philippe, K., Pickard, A., Nicklaus, S., van Kleef, E., & Varela, P. Development of food literacy in children and adolescents: implications for the design of strategies to promote healthier and more sustainable diets. *Nutrition Reviews*, 2023;00(0):1–17. DOI: 10.1093/nutrit/nuad07.
11. Siregar, E. I. S., & Tinah, T. Pengaruh Pendidikan Pedoman Gizi Seimbang dengan Menggunakan Puzzle terhadap Pengetahuan Siswa SD Swasta Al Fitriah Medan. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2021;21(2):593. DOI: 10.33087/jiubj.v21i2.1317.
12. Safitri, Y. L., Sulistyowati, E., & Ambarwati, R. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Puzzle Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sayur Dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar. *Journal of Nutrition College*. 2021;10(2): 100–104. DOI. 10.14710/jnc.v10i2.29139.
13. Septian, R. D. Literature Review Pengaruh Pendidikan Gizi Menggunakan Media. 2021;1(1).
14. Moore, S. G., Donnelly, J. K., Jones, S., & Cade, J. E. Effect of educational interventions on understanding and use of nutrition labels: A systematic review. *Nutrients*, 2018;10(10):1–14. DOI: 10.3390/nu10101432.
15. Chariswan, A. Gambaran Pengetahuan tentang Jajanan Sehat pada Anak di SDN 01 Kemantren Kecamatan Jabung. Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang; 2020.
16. Maryam, M., Majid, M., & Usman, U. Permainan Puzzle Sebagai Media Edukasi dalam Pencegahan Covid-19 pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 188 Pinrang. *Tirtayasa Medical Journal*. 2021;1(1); 6. DOI: 10.52742/tmj.v1i1.12639.
17. Widiana, I. W., Rendra, N. T., & Wulantari, N. W. Media Pembelajaran Puzzle Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas Iv Pada Kompetensi Pengetahuan Ipa. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*. 2019;2(3):354. DOI: 10.23887/ijerr.v2i3.22563.

18. Nufaisah, A., Yuliantini, E., & Darwis, D. Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Dengan Permainan Kartu Bergambar Dan Puzzle Terhadap Pengetahuan Anak Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2019. *Al Fitrah: Journal Of Early Childhood Islamic Education*. 2019;3(1);1. DOI: 10.29300/alfitrah.v3i1.2279.
19. Laili, S. I., & Ningsih, S. M. The Effect of Nutritional Education Through Puzzle Games To Children'S Perception About Snacks Selection in Sd Pesawahan Sidoarjo School. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, 2018b;2(02);211–216. DOI: 10.29082/ijnms/2018/vol2/iss02/151.
20. Abdollahi, A. M., Masento, N. A., Vepsäläinen, H., Mijal, M., Gromadzka, M., & Fogelholm, M. (2021). Investigating the Effectiveness of an Educational Escape Game for Increasing Nutrition-Related Knowledge in Young Adolescents: A Pilot Study. *Frontiers in Nutrition*, 2021;8(5);1–9. DOI: 10.3389/fnut.2021.674404.
21. Antika, Windi Mei. Efektivitas Media Puppet Show Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kota Purwokerto. Univeristas Esa Unggul; 2018.
22. Effendi, D. D., & Nisa, Q. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa Mi Darul Qur'an Kelurahan Kotalama Kecamatan Kedung Kandang Kota Malang [Karya Ilmiah]. Poltekkes Kemenkes Malang; 2018.
23. Hikmah, E. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Mencuci Tangan Pada Anak Di Sd Taman Sukaria I Kota Tangerang. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*. 2018;6(1):77–90. DOI: 10.36743/medikes.v6i1.162
24. Kamsiah, Yuliantini, E., & Yunianto, A. E. Nutritional education model through crossword puzzles toward knowledge and macro nutrient intake of primary school student in Bengkulu City. *Systematic Reviews in Pharmacy*,. 2020;11(10):722–725. DOI: 10.31838/srp.2020.10.107.
25. Nasution, A. S., & Nasution, A. Puzzle Gizi sebagai Upaya Promosi terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2020;16(1);89. DOI: 10.30597/mkmi.v16i1.8606.
26. Hikmah, E. Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Mencuci Tangan Pada Anak Di Sd Taman Sukaria I Kota Tangerang. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*. 2019;6(1):77–90. DOI: 10.36743/medikes.v6i1.162.
27. Pradytha, W. S. Pengaruh Media Puzzle terhadap Tingkat Pengetahuan Anak tentang Kebersihan Gigi dan Mukut di SDN 234 Palembang. Poltekkes kemenkes Palembang; 2023.
28. Sugiyono. Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Alfabeta. 2016.
29. Arikunto, S. Prosedur Penelitian Suatu Pendektan Praktik. Rineka Cipta. 2016.
30. BPOM. Hasil Pemeriksaan Sampel Pangan Jajanan Anak Sekolah. 2020.
31. Hamid, M. A., Ramadhani, R., Masrul, Juliana, Safitri, M., Munsarif, M., & Jamaludin, J. S. *Media Pembelajaran*. Yayasan Kita Menulis. 2020.
32. Hardinsyah, P., & Supariasa. Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi. EGC.2020.
33. Septilia M, FD TY. Hubungan Pengetahuan Membaca Label Makanan Kemasan Dan Kepatuhan Membaca Label Makanan Kemasan Dengan Status Gizi Pada Remaja Slta Negeri Di Kecamatan Singgahan. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*. 2024 Jan 28;1(1):1-9. DOI: <https://doi.org/10.62358/s9edhy21>