

PENGARUH *PEER GROUP TUTORIAL* TERHADAP PERILAKU JAJAN SEHAT SISWA KELAS 3 DI SD ISLAM HIDAYATULLAH DENPASAR SELATAN

Perdana, NWNL., Ayuningsih, NN., Widiastuti, I

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Abstract. Snacking activity at school time has become a habit for kids on school age. The number of unhealthy snacks around the school area is remained high and snacking behavior become a new health problem. One attempts to influence the healthy snacks behavior through a peer group tutorial. This research aims to prove that peer group tutorial influence the healthy snacks behavior of 3rd grade students in SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan. The study was conducted using pre-experimental research design, namely a one group pre-post test design. Sample obtained using a total sampling technique with the number of samples is 28 persons. This research held for 8 days with the increase of knowledge from sufficient knowledge to be good knowledge, the increase of attitude from good attitude to be very good attitude and the increase of action from sufficient action to be good action. Based on the Wilcoxon test, obtained a significant value of $p = 0,000 < \alpha 0,05$. The results of this study indicate that there is significant effect of peer group tutorial on healthy snacks behavior of 3rd grade students in SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan. It is recommended to the health workers to use this method to increase the number of healthy snacks behavior.

Keywords: peer group tutorial, healthy snacks behavior

PENDAHULUAN

Hubungan yang positif dengan teman sebaya merupakan hal yang penting pada anak usia sekolah. Hubungan dengan teman sebaya dapat membantu dalam mengatasi masalah (Huston & Ripker, dalam Santrock, 2008). Kelompok teman sebaya memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan anak usia sekolah baik secara emosional maupun secara sosial. Anak usia sekolah yang berada pada tahap pertengahan atau usia 9-10 tahun memiliki intensitas yang paling tinggi dalam mengembangkan aktivitas sosial bersama kelompok sebayanya atau disebut juga berada dalam fase industri (Wong, 2009). Anak pada usia tersebut mulai mengarahkan energi untuk meningkatkan pengetahuan dari kemampuan yang ada (Santrock, 2008). Anak belajar berkompetisi dan bekerja sama dari aturan yang diberikan (Wong, 2009). Anak mulai ingin bekerja untuk menghasilkan sesuatu dengan mengembangkan kreativitas, keterampilan, dan keterlibatan dalam

pekerjaan yang berguna secara sosial (Santrock, 2008; Wong, 2009).

Anak-anak usia sekolah umumnya setiap hari menghabiskan seperempat waktunya di sekolah, demikian halnya akan berpengaruh pada pola makan anak. Anak sekolah mempunyai banyak aktivitas sehingga sering melupakan waktu makan. Kebiasaan anak sekolah untuk mengkonsumsi jajanan di sekolah yang belum diketahui kandungan gizi dan kebersihannya akan berpengaruh terhadap kesehatan dan dapat menimbulkan suatu masalah kesehatan. Dari hasil penelitian pada tahun 2007 telah terjadi 28 kejadian luar biasa keracunan pangan di Bogor, dimana sebanyak 16% terjadi di lingkungan sekolah dan jajanan berkontribusi sebesar 28.5% sebagai pangan penyebab kejadian luar biasa. Evaluasi yang dilakukan pemerintah setelah kejadian luar biasa keracunan pangan di Bogor menemukan bahwa siswa SD merupakan kelompok yang paling sering (67%) mengalami keracunan

pangan jajanan anak sekolah (BPOM RI, 2008). Evaluasi oleh pemerintah tersebut kemudian dilanjutkan dengan monitoring dan verifikasi profil keamanan pangan jajanan anak sekolah nasional tahun 2008 yang dilakukan oleh SEAFASST dan Badan POM RI mengungkapkan bahwa >70% penjaja PJAS (Pangan Jajanan Anak Sekolah) menerapkan praktek keamanan pangan yang kurang baik termasuk higiene dari penjaja PJAS (Andarwulan, Madanijah, Zulaikhah 2009).

Kebiasaan seseorang berhubungan dengan karakteristik personal dan faktor lingkungan. Dalam hal ini, lingkungan yang paling berpengaruh pada perilaku jajan sehat anak adalah keluarga dan lingkungan di sekolah. Kebiasaan dan pola perilaku yang tercipta di kalangan anak usia sekolah sangat dipengaruhi oleh teman sebaya, termasuk juga perilaku untuk mengkonsumsi jajanan di sekolah (Febrihartanty & Iswarawanti, 2004). Anak usia sekolah yang sedang bermain dengan teman-teman dekatnya atau berada dalam lingkungan teman sebaya, biasanya akan melakukan apa yang dilakukan oleh temannya (Milgram, 1989., dalam Wade & Tavis, 2007). Pengaruh yang diberikan oleh teman-teman kelompok sebaya akan berdampak terhadap perilaku anak sehari-hari, termasuk juga akan mempengaruhi perilaku untuk jajan sehat di sekolah.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental, dengan menggunakan *one group pre-test and post-test design* tanpa kelompok kontrol.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 3 (usia 9-10 tahun) di SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan yang berjumlah 28 orang. Alasan pemilihan siswa kelas 3 SD Islam Hidayatullah sebagai populasi dari penelitian ini karena siswa di kelas

tersebut memiliki rentang umur yang paling homogen, dimana seluruh siswanya merupakan anak kelahiran tahun 2005. Total sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 28 orang. Penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* tepatnya *sampling jenuh* atau *total sampling*. *Sampling jenuh* atau *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner rujukan dari penelitian sebelumnya yang telah digubah oleh peneliti untuk disesuaikan dengan konsep teori tentang perilaku jajan sehat. Lembar kuisioner terdiri dari tiga item yaitu pengetahuan, sikap dan tindakan tentang perilaku jajan sehat.

Prosedur Pengumpulan dan Analisa Data

Peneliti melakukan pendekatan terhadap sampel penelitian yang berjumlah 28 orang, kemudian mengidentifikasi sampel yang akan dijadikan fasilitator (*peer group*). Selanjutnya peneliti memberikan pelatihan *peer group tutorial* kepada fasilitator sebanyak tiga kali pertemuan.

Kegiatan penelitian dilaksanakan sebanyak lima kali pertemuan. Setelah kegiatan pre-test kemudian dilanjutkan pertemuan pada kedua diberikan pendidikan kesehatan oleh fasilitator tentang perilaku jajan sehat dilanjutkan dengan diskusi kelompok dan tanya jawab kepada responden yang berlangsung selama 30 menit. Pertemuan ketiga dilakukan pengumpulan informasi mengenai keinginan dan harapan untuk berperilaku jajan sehat oleh fasilitator dilanjutkan dengan diskusi kelompok yang berlangsung selama 30 menit. Pada pertemuan keempat dilakukan peninjauan kembali tentang informasi perilaku jajan

sehat dan evaluasi perasaan oleh fasilitator yang berlangsung selama 30 menit. Di pertemuan kelima dilakukan *post-test* setelah pelaksanaan *peer group tutorial*.

Untuk mengetahui pengaruh dari perlakuan terhadap perilaku jajan sehat, maka dilakukan teknik analisa data dengan uji beda statistik nonparametrik, yaitu Uji Wilcoxon dua sampel berpasangan untuk menguji perbedaan rerata pada pre-post design, dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha \leq 0,05$) (Sugiyono, 2012).

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa kelas 3 SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan, sebelum diberikan metode *peer group tutorial* nilai rata-rata tingkat pengetahuan siswa tentang jajan sehat adalah 68,2. Hal ini menunjukkan rata-rata tingkat pengetahuan siswa tentang jajan sehat berada pada kategori cukup. Terdapat 6 orang siswa (21,4%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan 3 orang siswa (10,7%) yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Sedangkan untuk nilai rata-rata tingkat sikap siswa tentang jajan sehat sebelum diberikan metode *peer group tutorial* adalah 67,8 yang termasuk dalam kategori baik. Terdapat 2 orang siswa (7,2%) dengan kategori sikap tidak baik dan 3 orang siswa (10,7%) dengan kategori sikap sangat baik. Untuk tingkat tindakan siswa mengenai jajan sehat sebelum diberikan metode *peer group tutorial*, nilai rata-ratanya adalah 57,1 yang termasuk dalam kategori cukup. Terdapat 7 orang siswa (25%) dengan kategori tindakan kurang dan 3 orang siswa (10,7%) dengan kategori tindakan baik.

Setelah diberikan metode *peer group tutorial* nilai rata-rata tingkat pengetahuan siswa tentang jajan sehat adalah 94,6. Hal ini menunjukkan rata-rata tingkat pengetahuan siswa tentang jajan sehat setelah diberikan *peer group tutorial* berada pada kategori baik. Tidak terdapat

siswa dengan kategori tingkat pengetahuan kurang dan hanya ada 1 orang siswa (3,6%) dengan kategori pengetahuan cukup setelah diberikan metode *peer group tutorial*. Sedangkan untuk nilai rata-rata tingkat sikap siswa tentang jajan sehat setelah diberikan metode *peer group tutorial* adalah 92,1 yang termasuk dalam kategori sangat baik. Setelah diberikan metode *peer group tutorial*, tidak terdapat siswa dengan kategori sangat tidak baik dan tidak baik, serta terdapat 1 orang siswa (3,6%) dengan kategori sikap baik. Untuk tingkat tindakan siswa mengenai jajan sehat setelah diberikan metode *peer group tutorial*, nilai rata-ratanya adalah 75 yang termasuk dalam kategori baik. Setelah pemberian metode *peer group tutorial*, tidak terdapat siswa dengan kategori tindakan kurang dan terdapat 8 orang siswa (28,6%) yang masih berada dalam kategori tindakan cukup.

Hasil dari uji non parametric Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh *peer group tutorial* terhadap perilaku jajan sehat siswa kelas 3 SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan dapat dilihat melalui tabel berikut:

	Post_Pre Pengetahuan	Post_Pre Sikap	Post_Pre Tindakan
Z			
Asymp. Sig. (2-tailed)	-4.523 ^a .000	-4.914 ^a .000	-4.523 ^a .000

Berdasarkan table tersebut didapatkan masing-masing nilai $p=0.000$ yang berarti nilai $p < 0,05$ dan H_0 ditolak atau terdapat pengaruh dari pemberian metode *peer group tutorial* terhadap perilaku jajan sehat siswa. Hasil analisis data tersebut juga menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pemberian metode *peer group tutorial* terhadap perilaku jajan sehat siswa kelas 3 SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan.

PEMBAHASAN

Metode *peer group tutorial* dijelaskan dapat meningkatkan perilaku

jajan sehat pada siswa. Hal ini disebabkan oleh adanya proses penyampaian informasi dan motivasi yang dilaksanakan oleh fasilitator di dalam kelompok sebaya. *Peer group tutorial* dirasa sebagai kegiatan penyampaian informasi mengenai jajan sehat yang efektif, karena penyampaian materinya dilakukan oleh seseorang yang berasal dari kelompok itu sendiri sehingga informasi tersebut akan lebih mudah dipahami dan diserap oleh kelompok tersebut.

Pemberian informasi secara berulang-ulang dan mendalam mengenai suatu masalah kesehatan, dalam hal ini mengenai perilaku jajan sehat akan meningkatkan aspek kesadaran siswa tentang bahaya perilaku jajan tidak sehat, meningkatkan pengetahuan tentang keuntungan dan hambatan dalam melaksanakan perilaku jajan sehat. Informasi mengenai suatu masalah kesehatan yang disampaikan oleh teman sebaya juga akan menjadi isyarat untuk melakukan perilaku jajan sehat karena teman atau kelompok sebaya dianggap sebagai pendukung untuk melakukan hal tersebut. Kombinasi dari aspek tersebut akan berpengaruh besar terhadap keputusan individu untuk merubah atau melakukan perilaku yang diharapkan (Hochbaum, 2008).

Hal terpenting dari *peer group tutorial* terletak pada peranan fasilitator sebagai agen pengubah perilaku. Fasilitator dapat bertindak sebagai penguat dalam mempengaruhi pengetahuan, sikap dan tindakan serta keyakinan kelompoknya. Dalam penelitian ini, kemampuan fasilitator dalam mengkomunikasikan materi yang diberikan oleh peneliti ke dalam bahasa sehari-hari sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman anggota kelompoknya. Selain itu, karena fasilitator berasal dari kelompok sebaya menyebabkan proses penyampaian informasi menjadi lebih terbuka. Anak usia sekolah merasa nyaman berdiskusi dengan

teman sebayanya karena mereka berada dalam kedudukan yang sama sehingga komunikasi menjadi lebih terbuka. Selama proses penelitian, responden mampu melaksanakan diskusi dengan baik dan apabila ada hal yang dirasa kurang jelas responden langsung bertanya dan membahas bersama kelompoknya sehingga proses penyampaian informasi berjalan dengan baik. Hal ini tentu saja akan mempengaruhi tingkat pengetahuan tentang jajan sehat. Selain itu, responden juga tidak ragu untuk menyampaikan motivasi untuk melaksanakan perilaku jajan sehat dan hambatan yang dialami dalam melaksanakannya. Ini akan sangat mempengaruhi penentuan sikap dan tindakan yang akan dilakukan selanjutnya, terutama mengenai perilaku jajan sehat. Analisa tersebut didukung oleh teori yang disampaikan oleh Negara *dkk* (2006) pada teori belajar sosial yang menyatakan bahwa interaksi fasilitator yang berasal dari kelompok itu sendiri dapat merangsang atau menstimuli pola-pola respon baru melalui belajar untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, tindakan serta keyakinan dalam memelihara dan melindungi kesehatannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari pemberian metode *peer group tutorial* terhadap perilaku jajan sehat siswa kelas 3 SD Islam Hidayatullah Denpasar Selatan dengan nilai $p < 0,05$. Adapun pengaruh yang signifikan ini disebabkan adanya pemberian informasi yang berulang-ulang sehingga informasi yang diperoleh menjadi lebih mendalam. Informasi yang diberikan oleh teman sebaya juga dianggap sebagai salah satu bentuk dukungan yang positif sehingga akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku, dalam hal ini yaitu perilaku jajan sehat.

Hasil penelitian ini hendaknya dapat dijadikan pedoman dalam mengembangkan metode baru berupa peer

group tutorial dalam menyebarkan informasi mengenai perilaku jajan sehat. Metode ini dapat digunakan sebagai media promosi dalam meningkatkan perilaku jajan sehat.

Penelitian selanjutnya juga diharapkan untuk melibatkan orang tua yang memiliki peran penting dalam mempengaruhi perilaku anak usia sekolah. Diharapkan juga kepada peneliti selanjutnya untuk dapat mengembangkan instrument pengumpul data yang penilaiannya dapat lebih objektif, seperti penggunaan lembar observasi untuk menilai domain tindakan. Selain itu, metode *peer group tutorial* ini dapat dikembangkan pada variabel yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarwulan, Madanijah & Zulaikhah. (2009). *Monotoring Dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional Tahun 2008*. Bogor : Southeast Asian Food and Agricultural Science and Technology (SEAFAST Center-IPB).
- Badan Pengawasan Obat dan Makanan. (2004). *Peraturan Pemerintah RI No. 28: Tentang Keamanan, Mutu dan Gizi Pangan*. Jakarta: BPOM
- DeLaune, S.C. & Ladner, P.K. (2002). *Fundamentals of Nursing: Standards and Practice. (2nd edition)*. New York: Delmar
- Hochbaum, D. (2008). *Human Development Eight Edition*. New York: Mc. Graw Hill.
- Negara, M.O., Pawelloi, E., Jelantik, I.G.N.L & Arnawa, G. (2006). *Modul Pelatihan Untuk Guru Pembina Kelompok Siswa Peduli AIDS dan Narkoba (KSPAN)*. Denpasar: Komisi Penanggulangan AIDS (KPA) Provinsi Bali.
- Nisma, B. (2008). *Pengaruh Pembelajaran Kelompok Sebaya Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Payung Kabupaten Karo*. <http://library.usu.ac.id/fkm-nisma.pdf> (Akses 20 Desember 2013).
- Santrock, J. W. (2008). *Life Span Development (12th ed.)*. Newyork: McGraw Hill.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R & D New Edition*. Bandung: Alfabeta.
- Wade, C & Tavris, C. (2007). *Psikologi*. Jakarta: Erlangga
- Wati, P.A. (2010). *Pengaruh Metode Pendidikan Sebaya Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu Tentang Kehamilan Resiko Tinggi*. KTI tidak diterbitkan. Denpasar: Program DIII Kebidanan STIKES Bina Usada Bali.
- Wong, D. L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume 1*. Jakarta: EGC.