

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG JAJANAN SEHAT PADA ANAK DI SDN 25 KOTA BIMA

¹Suryati*, ²Maya Febriyanti, ³Suci Rahma Dewi

*Corresponding Author: suryayathi96@gmail.com

¹²³Akademi Kebidanan Harapan Bunda Bima

Article Info	Abstract
Article History Received: 31-10-2024 Revised: 02-11-2024 Published: 05-11-2024 Keywords: <i>Counselor, healthy snacks, childhood</i>	<i>Street foods are very easy to find on the roadside with various shapes, flavors and colors. The food safety of school children's snacks is an important concern because school children consume snacks sold in the school environment every day. It is estimated that 98.9% of children eat snacks at school and about 50% contribute energy and protein to their bodies. The Food and Drug Monitoring Agency (BPOM) noted that 14.7% of snacks in the school environment contain hazardous substances such as borax, rhodamine B, formalin and methanyl yellow. The accumulation of addictive substances causes various diseases such as cancer. Unhygienic processing allows snacks to be contaminated with pathogenic microorganisms. There was a change in the participants' understanding of healthy snacks as measured by the results of the pretest and posttest where there was an increase in percentage from 32% to 83%. Because healthy snacks are one of the indicators of clean and healthy living behavior in schools, increasing knowledge about healthy snacks is a good start to instill clean and healthy living habits in schools.</i>
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 31-10-2024 Direvisi: 02-11-2024 Dipublikasi: 05-11-2024 Kata kunci: <i>Penyuluh, jajanan sehat, anak.</i>	<i>Makanan jajanan sangat mudah ditemukan di pinggir jalan dengan berbagai bentuk, rasa dan warna. Keamanan pangan jajan anak sekolah menjadi perhatian penting karena anak sekolah mengkonsumsi jajanan yang dijual di lingkungan sekolah setiap hari. Diperkirakan 98.9% anak jajan di sekolah dan sekitar 50% sebagai penyumbang energi dan protein tubuh anak. Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) mencatat 14.7% jajanan di lingkungan sekolah mengandung bahan berbahaya seperti boraks, rhodamine B, formalin dan methanyl yellow. Akumulasi zat adiktif menyebabkan berbagai penyakit seperti kanker. Pengolahan yang tidak higienis memungkinkan jajanan terkontaminasi mikroorganisme patogen. Adanya perubahan peningkatan pemahaman peserta mengenai jajanan sehat yang diukur dengan hasil pretest dan posttest dimana terjadi peningkatan prosentase dari 32 % menjadi 83%. Karena jajanan sehat merupakan salah satu indikator perilaku hidup bersih sehat di sekolah, maka peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat tersebut menjadi awal yang baik untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah</i>

PENDAHULUAN

Pada masa anak usia sekolah merupakan masa tumbuh kembang, sehingga membutuhkan nutrisi atau makanan untuk mendukung proses pertumbuhannya. Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. kenyataanya jajanan atau makanan yang ada di lingkungan sekolah terkadang tidak bersih dan tidak mengandung gizi yang cukup. Salah satu hal penting yang menjadi perhatian serius saat ini adalah Pangan

Jajanan Anak Sekolah (PJAS). Pangan jajanan merupakan sesuatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak sekolah dasar. Menurut FAO (*Food and Agriculture Organization*), makanan jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima atau *street food* merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual di jalanan dan di tempat-tempat umum yang langsung dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut [1].

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh BPOM terdapat 42 % sekolah yang tidak memiliki peraturan tentang PJAS (Pangan

Jajanan Anak Sekolah) dan Sekolah Dasar merupakan lokasi dengan tingkat kejadian terbesar kedua (20,34%) setelah rumah tangga dengan tingkat kejadian 49,15% [2].

Hasil pengawasan Badan POM, menunjukkan jajanan anak sekolah yang tidak memenuhi syarat berkisar antara 40%-44%. Jajanan anak sekolah tidak memenuhi persyaratan keamanan pangan disebabkan oleh penggunaan bahan berbahaya yang dilarang digunakan untuk pangan seperti formalin, boraks, zat pewarna *rhodamin B* dan *methanyl yellow* [3]. Hal ini tentunya menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian dari semua pihak. Zat-zat aditif yang terakumulasi dalam tubuh anak akan menimbulkan penyakit berbahaya salah satunya adalah kanker [4].

Edukasi kepada anak perlu dilakukan agar anak memiliki pengetahuan untuk membedakan jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Karena kita ketahui bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang. Perilaku ditentukan oleh faktor pengetahuan [5]. Dengan mengetahui ciri-ciri jajanan yang tidak sehat, anak dapat terhindar dari konsumsi zat aditif yang berbahaya bagi tubuh. Pengetahuan tentunya tidak hanya diberikan kepada anak saja, namun edukasi kepada orang tua juga sangat diperlukan.

METODE PELAKSANAAN

Subyek dalam pengabdian masyarakat ini sasarannya adalah siswa/siswi Sekolah Dasar Negeri 25 Kota Bima mulai dari kelas 3 s.d kelas 6. Tahap awal pelaksanaan kegiatan penyuluhan adalah tahap persiapan. Pada tahap ini tim melakukan pendekatan sosial kepada kepala sekolah SDN 25 Kota Bima untuk membangun kesepakatan tentang pelaksanaan penyuluhan tersebut. Setelah disepati waktu pelaksanaan, materi dan hal lainnya baru dilaksanakan penyuluhan. Tahap Pelaksanaan diawali dengan memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dan maksud pada penyuluhan.

Kemudian diberikan penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat dengan metode ceramah dan diskusi serta menggunakan media seperti poster dan leaflet. Langkah terakhir dalam tahap pelaksanaan ini

adalah melakukan *posttest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan penyuluhan serta pembagian dooprize dan jajanan sehat dari tim penyuluh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan pada Kamis 10 Oktober 2024 dari jam 09.00 – 11.00 WITA bertempat di SDN 25 Kota Bima. Materi penyuluhan adalah tentang jajanan sehat dengan subtopik : meningkatkan pengetahuan mengenai jajanan sehat serta makanan tidak sehat bagi tubuh. Hasil *pretest* menunjukkan secara keseluruhan pertanyaan yang diajukan dapat dijawab oleh siswa siswi hanya 23 %. Selanjutnya menyampaikan materi penyuluhan dengan menggunakan media leaflet yang dibuat semenarik mungkin tentang makanan sehat serta bahaya jajanan tidak sehat, selanjutnya diskusi dan tanya jawab untuk mengukur sejauh mana para siswa memahami isi materi yang disampaikan dan diakhiri dengan penyebaran *posttest* dengan hasil 87% dari soal dapat dijawab oleh para siswa/siswi. Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman para siswa sebelum dan sesudah penyuluhan, terlihat ada peningkatan 58%. Ini tergolong baik, karena mereka mengerti dan serius mengikuti kegiatan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu upaya yang direncanakan untuk menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mau melakukan suatu anjuran yang diharapkan untuk meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit dan mempertahankan derajat kesehatan [6]. Sedangkan pengetahuan tentang jajanan sehat adalah kepandaian memilih jajanan yang merupakan sumber zat gizi [7].

Peningkatan pengetahuan siswa tentang jajanan sehat menunjukkan keberhasilan kegiatan pengabdian ini. Komitmen antara pihak sekolah dan kampus sangat baik sehingga pelaksanaan penyuluhan ini tidak mendapat hambatan yang berarti. Semua hal terkait dengan penyuluhan ini sudah dipersiapkan dan dikoordinasikan baik dengan kampus, maupun dengan pihak sekolah. Materi penyuluhan diprioritaskan

pada memilih jajanan sehat. Karena siswa/siswi tidak dibekali sarapan dari rumah maka jajan disekolah merupakan alternatif pemenuhan gizi anak sekolah. Dalam memilih jajanan di sekolah siswa diharuskan untuk memilih jajanan yang aman, bermutu, bergizi dan disukai oleh anak. Keberhasilan kegiatan penyuluhan ditentukan oleh penggunaan metode dan media yang tepat. Tim penyuluh menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan media menarik seperti Leaflett, poster dll. Penggunaan metode dan media yang tepat akan memudahkan siswa dalam memahami materi yang disampaikan. Peningkatan pengetahuan siswa SDN 25 Kota Bima tersebut merupakan kondisi awal yang sangat baik untuk membiasakan hidup sehat pada anak. Jajanan sehat adalah salah satu indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Menurut [8].

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah; mencuci tangan dengan air yang mengalir, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, menimbang berat dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan dan membuang sampah pada tempatnya. Penyebaran informasi juga merupakan bagian dari kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan siswa di sekolah. Bahaya jajanan tidak sehat harus terus diinformasikan kepada siswa setiap saat. Penyebaran informasi bisa melalui majalah dinding dengan menempelkan poster atau leaflet mengenai bahaya jajanan sehat dan dapat dibaca oleh siswa. Media poster yang menarik akan menjadi perhatian siswa untuk melihat atau membacanya. Pembuatan poster yang menarik akan lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan survey awal juga ditemukan bahwa sebagian siswa tidak dibekali makanan dari rumah. Hal ini juga merupakan pendorong siswa untuk jajan di sekitar lingkungan sekolah. Apabila siswa tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang jajanan sehat maka akan banyak menimbulkan masalah kesehatan bagi anak itu sendiri. Biasanya kebanyakan siswa memilih jajanan yang murah, serta tertarik

untuk mengkonsumsi makanan yang banyak memakai pewarna. Jajanan sembarangan akan memberikan dampak kurang baik bagi kesehatan. Hal ini akan menimbulkan gangguan kesehatan pada anak dan mengakibatkan timbulnya berbagai penyakit. Apalagi makanan yang dijual tersebut biasanya dibuat dari bahan yang tidak terjamin kesehatannya [9].

Dampak apabila siswa jajan sembarangan adalah terkena penyakit kanker, diare, cacingan atau penyakit infeksi lainnya. Hal ini terjadi karena sebagian anak mengabaikan kebersihan makanan yang dikonsumsi. Penelitian Ardini S Raksanagara menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian diare dan kecacingan. Untuk menghindari hal tersebut sangat diperlukan upaya-upaya membiasakan hidup sehat di sekolah. Semakin tinggi pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, maka akan semakin rendah angka kejadian diare dan kecacingan [10].

Upaya untuk menambah pemahaman siswa dalam hidup bersih dan sehat di sekolah, selain melalui kegiatan penyuluhan kepada siswa juga bisa melalui peningkatan peran guru. Guru UKS memiliki peran yang sangat penting untuk menyampaikan atau memberi pendidikan kesehatan kepada siswa secara rutin khususnya tentang indikator hidup bersih dan sehat di sekolah. Penelitian (Diana, Susanti, and Irfan menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan peran guru dalam pelaksanaan hidup bersih dan sehat [11].





Gambar 1. Dokumentasi

KESIMPULAN DAN SARAN

Peserta penyuluhan sangat aktif dalam kegiatan penyuluhan tentang jajanan sehat. Para siswa antusias dalam menyimak materi dari awal sampai akhir. Adanya perubahan peningkatan pemahaman peserta mengenai jajanan sehat yang diukur dengan hasil *pretest* dan *posttest* dimana terjadi peningkatan prosentase dari 32 % menjadi 83%. Karena jajanan sehat merupakan salah satu indikator perilaku hidup bersih sehat di sekolah, maka peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat tersebut menjadi awal yang baik untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah. Upaya yang harus dilaksanakan oleh sekolah sebagai tindak lanjut dari kegiatan pengabdian ini adalah bekerja sama dengan puskesmas untuk melaksanakan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai wahana pembentukan siswa yang memiliki kebiasaan hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Happy Novriyanti Purwadi, Nurchotimah Dwi R, and Boy S. Sabarguna, "Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Video Tentang Jajanan Sehat Di SD Negeri Pamulang Barat Tahun 2019," *J. Med. Hutama*, vol. 01, no. 02, pp. 71–77, 2020.
- [2] BPOM RI, "Laporan Tahunan BPOM 2018," Jakarta, 2018.
- [3] Sajiman, Nurhamidi, and Mahpolah, "Kajian Bahan Berbahaya Formalin, Boraks, Rhodamin B dan Methalyn Yellow Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah di Banjar Baru," *J. Skala Kesehatan*, vol. 6, no. 1, 2015.
- [4] Rismawati, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelaikan Kantin Sehat Di Sekolah Dasar Kecamatan Medan Belawan," *J. Ilmu Kesehatan Masy.*, vol. 7, no. 3, pp. 131–140, 2018.
- [5] S. Notoatmodjo, *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta, 2014.
- [6] Riana D. Purwati, Hendro Bidjuni, and Abram Babakal, "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Perilaku Klien Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado," *JKP J. Keperawatan*, vol. 2, no. 2, 2014.
- [7] Mukhammad Aminudin Bagus Febryanto, "Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Di Mi Sulaimaniyah Jombang," *J. Keperawatan Muhammadiyah*, vol. 1, no. 1, 2016.
- [8] Kemenkes RI, "Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)," 2011, *Kementerian Kesehatan RI, Jakarta, Indonesia*.
- [9] N. L. Fitriani and S. Andriyani, "Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan Di SD Negeri II Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015," *J. Pendidik. Keperawatan Indones.*, vol. 1, no. 1, p. 7, Nov. 2015, doi: 10.17509/jpki.v1i1.1184.
- [10] A. Raksanagara and A. Raksanagara, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan Yang Penting Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kota Bandung," *J. Sist. Kesehat.*, vol. 1, no. 1, Nov. 2016, doi: 10.24198/jsk.v1i1.10340.
- [11] F. Melva Diana, F. Susanti, and A. Irfan, "Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sd Negeri 001 Tanjung Balai Karimun," *J.*

Kesehat. Masy. Andalas, vol. 8, no. 1,
pp. 46–51, Sep. 2013, doi:
10.24893/jkma.v8i1.123.