



SOSIALISASI PENINGKATAN PENGETAHUAN JAJANAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PERBAIKAN STATUS GIZI PADA SISWA di SDN 011 PANCURAN GADING KAMPAR

Oleh

Novia Nazirun¹, Dea Mustika², Yulia Tri Lestari³

^{1,2,3}Universitas Islam Riau

E-mail: ¹novianz@edu.uir.ac.id

Article History:

Received: 10-11-2022

Revised: 22-11-2022

Accepted: 19-12-2022

Keywords:

sosialisasi, pengetahuan,
jajanan sehat, status gizi

Abstract: *Snacks at school are indeed varied and more interesting than lunches brought from home, but these interesting snacks are actually poor in nutrition and far from healthy. Snacks sold by traveling vendors are often in front of the school environment. The content of borax and formalin still dominates the content of harmful substances in children's snacks at schools. In connection with this phenomenon, there is a need for socialization regarding the types, processing, and feasibility of consuming snacks that are widely sold so that children can understand so that they can choose and differentiate between healthy and unhealthy snacks.*

PENDAHULUAN

Makanan jajanan menurut FAO didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang dapat langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Anton et al., 2019). Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 942/MENKES/SK/VII/2003, makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan atau restoran, dan hotel (Fatmalina, 2010).

Jajanan yang dijual pedagang keliling sering berada di depan lingkungan sekolah. Badan Pengawasan Makanan dan Minuman menyatakan terdapat 40% jajanan tidak layak dimakan. Kandungan boraks, serta formalin masih mendominasi kandungan zat-zat berbahaya pada jajanan anak-anak di sekolah-sekolah (Fridayani, 2021). Jajanan di sekolah memang beranekaragam dan lebih menarik minat dari pada bekal yang dibawa dari rumah. Namun jajanan yang menarik tersebut justru miskin gizi dan jauh dari kata sehat. Kelompok masyarakat yang sering mengalami masalah akibat keracunan makanan adalah anak sekolah dasar. Sekolah secara umum hampir tidak bisa dipisahkan dari penjual jajanan, dimana ada sekolah maka di tempat tersebut juga terdapat penjual jajanan disekitarnya (Purnomo, 2018). Makanan jajanan menurut FAO didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang dapat langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut.

Keberadaan penjual jajanan menjadi faktor penting karena terkait dengan asupan



makanan bagi siswa. Pada umumnya anak sekolah, selain mengonsumsi makanan di rumah juga memiliki kebiasaan membeli jajan di sekolah. Mutu makanan jajanan terutama mutu gizi sangat mempengaruhi kondisi asupan makanan anak (Rahmi, 2018). Hal ini harus diperhatikan, karena jajanan menjadi bagian yang memberi kontribusi asupan pangan pada anak sekolah. Jajanan sekolah beresiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi buruk (Nurbiyati & Wibowo, 2014). Selain itu, potensi anak di sekolah dapat terganggu akibat anak mengonsumsi jajanan tidak sehat. Pendidikan kesehatan berperan mengubah perilaku kesehatan seseorang sebagai hasil pengalaman belajar (Susmawati & Priyanto, 2019). Oleh karena itu, perlu diadakan penyuluhan untuk memberikan pengetahuan pada anak-anak mengenai pentingnya memilih jajanan. Sosialisasi jajanan sehat sebaiknya diberikan sedini mungkin. Usia anak yang sesuai untuk diberikan penyuluhan jajanan sehat adalah anak yang berada pada periode 6 sampai 14 tahun, karena pada usia tersebut anak mulai matang secara seksual dan matang untuk belajar serta merupakan periode intelektual. Sehingga sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah siswa kelas 1 sampai dengan kelas 6 di SDN 011, Pancuran Gading Kamar.

SDN 011 Pancuran Gading merupakan salah satu sekolah yang terletak di Kecamatan Tapung, Kabupaten Kamar. Sekolah ini berjarak lebih kurang 39 KM dari Universitas Islam Riau dan menempuh waktu sekitar 1 Jam 5 Menit. Guru di SDN 011 Pancuran Gading berjumlah 20 orang, sedangkan jumlah siswa di SDN 011 berjumlah 379 orang siswa yang terdiri dari 189 siswa laki-laki dan 190 siswa perempuan. Berdasarkan observasi awal di SDN 011 Pancuran Gading, dan hasil wawancara dengan Kepala Sekolah yaitu Ibu Sri Sutarmi, S.Pd beliau mengatakan banyak siswa yang suka jajan diluar sekolah tanpa tau dan memperhatikan gizi yang terdapat di dalam jajanan tersebut.

METODE

Pengabdian Masyarakat ini akan dilaksanakan di SDN 011, Pancuran Gading dan (1) Ketua serta anggota terlebih dahulu memperkenalkan diri kepada seluruh yang hadir (2) Ketua pengabdian memberikan sosialisasi pengetahuan dan kepedulian siswa-siswi tentang perilaku bahaya membeli jajan sembarangan, (3) ketua dan team pengabdian Memberikan informasi mengenai kebutuhan gizi seimbang anak sekolah (4) ketua dan team memberikan informasi mengenai peran orang tua, guru dan pengelola kantin sekolah dalam penyediaan PJAS yang sesuai untuk pemenuhan gizi seimbang pada anak sekolah. Pendampingan dan Pendekatan Kegiatan pendampingan dan pendekatan akan dilaksanakan oleh Dea Mustika M.Pd dan anggota team lainnya menggunakan pendekatan bersifat persuasif-edukatif tanpa mengikuti satu metode pembelajaran tertentu, meski lebih mendekati metode ceramah. Selain menggunakan presentasi, siswa-siswi serta diajak juga untuk berdiskusi. Akan tetapi sebelum semua kegiatan ini dilaksanakan, terlebih dahulu Tim PKM dan Mahasiswa akan melakukan tes awal (pre-test), untuk melihat pengetahuan awal tentang kegiatan yang akan dilaksanakan.



HASIL

Di desa pancuran gading Kampar , sebagai tempat observasi awal peneliti, merupakan salah satu Sekolah Dasar Negeri yang ada di kabupaten Kampar yang terdapat anak-anak SD. Sekolah telah menunjuk beberapa orang guru untuk membantu tim pelaksana pengabdian salah seorangnya adalah guru Wali Kelas 4, 5 dan 6 di SDN tersebut.

Tahap evaluasi ini merupakan tahap terakhir dan hasil akhir dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SDN 011, Pancuran Gading Kampar. Pada tahap ini kita akan melakukan evaluasi dari berbagai kegiatan yang telah dilakukan. Hal ini penting dilakukan terutama bagi para tim pengabdian kepada masyarakat dan para siswa-siswi serta guru-guru SDN 011, Pancuran Gading. Adapun evaluasi yang akan kita lakukan yang berkenaan dengan capaian-capaian yang telah diraih dengan melakukan tes akhir (post-test), hambatan-hambatan dalam melaksanakan kegiatan, manfaat kegiatan, pembuatan draft luaran wajib dan tambahan PkM serta laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Setelah keseluruhan program selesai dilaksanakan, maka penting untuk direncanakan keberlanjutan program tersebut. Adapun keberlanjutan program di sekolah setelah 2 Minggu kegiatan PkM selesai dilaksanakan yaitu melihat siswa-siswi dalam memilih jajanan sehat serta melihat adakah perubahan pengetahuan yang didapat oleh siswa-siswi tersebut dalam memilih jajanan yang sehat dan tidak sehat.

DISKUSI

Jajanan di sekolah memang beranekaragam dan lebih menarik minat dari pada bekal yang dibawa dari rumah, namun jajanan yang menarik tersebut justru miskin gizi dan jauh dari kata sehat (Ardiansyah et al., 2017). Jajanan yang dijual pedagang keliling sering berada di depan lingkungan sekolah. Cita rasa gurih yang dominan seringkali menjadi buruan para bocah. Setiap halaman depan gedung sekolah pun selalu dihiasi oleh lapak para penjual untuk menggelar jajanan mereka, mulai dari makanan ringan hingga makanan berat dapat kita temui di sana. Jajanan anak sekolah juga identik dengan harga yang murah karena menyesuaikan kantong para pelajar. Tak jarang jika bahan-bahan makanan yang dijual itu pun juga seringkali tidak jelas asal usulnya dan mengandung banyak sekali bahan berbahaya yang tidak baik bagi tubuh apabila dikonsumsi terus-menerus.

Berdasarkan observasi awal di SDN 011 Pancuran Gading, dan hasil wawancara dengan Kepala Sekolah yaitu Ibu Sri Sutarmi, S.Pd beliau mengatakan banyak siswa yang suka jajan diluar sekolah tanpa tau dan memperhatikan gizi yang terdapat di dalam jajanan tersebut.





Menurut penelitian (Agista & Kurnianingsih, 2020), jajanan sekolahan banyak yang mengandung zat berbahaya seperti formalin, boraks, serta pewarna Rhodamin B dan Methanyl Yellow (pewarna tekstil). Jika dikonsumsi dalam jangka panjang, anak akan mengalami penyakit-penyakit seperti pusing dan mual, mual-muntah, keram perut, keram otot, lumpuh otot, diare, cacat, memicu kanker, bahkan kondisi terparahnya bisa mengakibatkan kematian. Keberadaan penjual jajanan menjadi faktor penting karena terkait dengan asupan makanan bagi siswa-siswi. Pada umumnya anak sekolah, selain mengkonsumsi makanan di rumah juga memiliki kebiasaan membeli jajan di sekolah. Mutu makanan jajanan terutama mutu gizi sangat mempengaruhi kondisi asupan makanan anak. Hal ini harus diperhatikan, karena jajanan menjadi bagian yang memberi kontribusi asupan pangan pada anak sekolah. Jajanan sekolah beresiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang.

Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi buruk (Syarifuddin et al., 2022). Selain itu, potensi anak di sekolah dapat terganggu akibat anak mengkonsumsi jajanan tidak sehat. Pendidikan kesehatan berperan mengubah perilaku kesehatan seseorang sebagai hasil pengalaman belajar (Wulandari, 2014). Oleh karena itu, perlu diadakan penyuluhan untuk memberikan pengetahuan pada anak-anak mengenai pentingnya memilih jajanan. Sosialisasi jajanan sehat sebaiknya diberikan sedini mungkin. Usia anak yang sesuai untuk diberikan penyuluhan jajanan sehat adalah anak yang berada pada periode 6 sampai 14 tahun, karena pada usia tersebut anak mulai matang secara seksual dan matang untuk belajar serta merupakan periode intelektual. Sehingga sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah siswa kelas 1 sampai dengan kelas 6 di SDN 011, Pancuran Gading Kampar.

KESIMPULAN

Hasil dari evaluasi yang dilakukan oleh team pengabdian masyarakat menurut penilaian pre test diketahui sebagian besar memiliki pengetahuan yang tetap (60,00%). Anak laki-laki lebih memiliki masalah pada status gizinya. Anak laki-laki sering mengalami berat badan rendah dan juga mengalami berat badan berlebih dari pada anak perempuan. BMI anak laki-laki pada masa pra-sekolah menurun dan sejalan dengan bertambahnya usia maka BMI nya meningkat. Apapun jenis kelamin seseorang, bila dia masih produktif, berpendidikan, atau berpengalaman maka dia akan cenderung mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi. Rata-rata nilai evaluasi *post test* lebih baik dari pada *pre test*. Hal ini menandakan adanya efektivitas sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan.

Sosialisasi jajanan sehat bermaksud untuk menambah pengetahuan dan kepedulian kepada para siswa untuk lebih memperhatikan berbagai macam jajanan yang dijual bebas demi menjaga status gizi pada masa anak-anak serta mendukung perkembangan generasi muda penerus bangsa yang dapat memajukan bangsa.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kepada SDN 011 Pancuran Gading Kampar dengan Sudah terlaksananya kegiatan sosialisasi peningkatan pengetahuan jajanan sehat sebagai upaya perbaikan status gizi pada siswa.



DAFTAR REFERENSI

- [1] Agista, F., & Kurnianingsih. (2020). Pemanfaatan Ubi Ungu (*Ipomea batatas* L) untuk Bahan Dasar Pembuatan Permen Gel. *Garina*, 12(2). <http://garina.org/index.php/journal/article/view/8>
- [2] Anton, L., Yearsi, S. E. N., & Habibi, M. (2019). Identifikasi Kandungan Berbahaya Jajanan Anak Sekolah Dasar SDN A dan SDN B Kota Samarinda Tahun 2018. *Kesmas Uwigana: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 30–45. <https://doi.org/10.24903/kujkm.v5i1.828>
- [3] Ardiansyah, A. A., Herdiana, N., & Wijaya, S. (2017). Sosialisasi Jajanan Sehat Sebagai Upaya Perbaikan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Miftakhul Ulum Rungkut Surabaya. *Community Development Journal*, 1(1), 20–27.
- [4] Fatmalina, F. (2010). Kebiasaan Jajan Pada Anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 81–84.
- [5] Fridayani, E. (2021). Pengembangan Nugget dengan Penambahan Tepung Okra Sebagai Makanan Jajanan Sehat Anak Sekolah Dasar.
- [6] Nurbiyati, T., & Wibowo, A. H. (2014). Pentingnya Memilih Jajanan Sehat Demi Kesehatan Anak. *Jurnal Inovasi Dan Kewirausahaan*, 3(3), 192–196. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/7832>
- [7] Purnomo, M. (2018). Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar. *The 8 Th University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 129–135. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/issue/view/15>
- [8] Rahmi, S. (2018). Cara Memilih Makanan Jajanan Sehat Dan Efek Negatif Yang Ditimbulkan Apabila Mengonsumsi Makanan Jajanan Yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian 2018 CARA*, 260–265.
- [9] Susmawati, & Priyanto, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mencuci Tangan Terhadap Komitmen Dan Tindakan Siswa Tentang Mencuci Tangan Melalui Pendekatan Health Promotion Model Nola J.Pander. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 12–19.
- [10] Syarifuddin, S., Ponseng, N. A., Latu, S., & Ningsih, N. A. (2022). Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah. *Selaparang*, 6(1), 316–320. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i1.7758>
- [11] Wulandari, H. (2014). Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini. *Shautut Tarbiyah*, 30(1), 69–85.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN