

**MENINGKATKAN PENGETAHUAN ANAK USIA SEKOLAH TENTANG
JAJANAN SEHAT DI DESA BILUY KABUPATEN ACEH BESAR
TAHUN 2022**

**Improving School Age Children's Knowledge About Healthy Range in Biluy
Village, Aceh Besar Regency in 2022**

Saudah¹, Putri Kurniawati², Reni Suwastika Lova³

^{1,2,3} Universitas Ubudiyah Indonesia, Jl. Alue Naga Desa Tibang, Kecamatan Syiah Kuala,
Banda Aceh

*Corresponding author: saudah.stafsaleha@gmail.com¹

Abstrak

Pada saat ini masih banyak masyarakat yang tidak peduli terhadap apa yang mereka makan, baik dewasa maupun anak-anak. Bagi masyarakat, hal terpenting dari makanan adalah rasa yang enak, porsi yang banyak, dan harga yang pas. Masyarakat khususnya anak-anak cenderung membeli makanan tanpa memperhatikan kebersihannya. Sehingga sering terjadi mereka menjadi korban dari jajanan yang tidak sehat. Hal ini terjadi karena minimnya pengetahuan tentang bagaimana mengenali jajanan yang aman. Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan, dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk. Berdasarkan survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Indonesia tahun 2014, masih banyak ditemukan jajanan sekolah yang tidak memenuhi syarat kesehatan. Hal ini tentunya sangat memprihatinkan, sebab makanan bukan hanya sekedar untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pada tubuh, melainkan kandungan gizi yang baik dari segi kuantitas maupun kualitas diperlukan agar tumbuh kembang anak dapat optimal. Metode yang digunakan adalah penyuluhan yang diadakan di Meunasah Desa Biluy kecamatan Darul Kamal Kabupaten Aceh Besar. Hasil dari kegiatan ini didapatkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat menghasilkan siswa siswi yang memiliki pengetahuan tentang jajanan yang sehat. Hasil pengabdian ini diharapkan akan menjadi modal dasar dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah, sehingga terwujud generasi yang sehat dan kuat.

Kata kunci: Jajanan Sehat, Penyuluhan Kesehatan, Siswa SD

Abstract

At this time there are still many people who do not care about what they eat, both adults and children. For people, the most important thing about food is good taste, large portions, and the right price. People, especially children, tend to buy food without paying attention to cleanliness. So they often become victims of unhealthy snacks. This happens because of the lack of knowledge about how to recognize safe snacks. Snacks of school children whose health is not guaranteed can cause poisoning, indigestion, and if it lasts for a long time will cause poor nutritional status. Based on the 2014 Indonesian Food and Drug Supervisory Agency (BPOM) survey, there are still many school snacks that do not meet health requirements.

This is of course very concerning, because food is not just to meet the nutritional needs of the body, but good nutritional content in terms of quantity and quality is needed so that children's growth and development can be optimal. The method used was counseling which was held in Meunasah, Biluy Village, Darul Kamal District, Aceh Besar District. The results of this activity showed an increase in the average value of knowledge before and after health counseling was carried out. The results of this community service are expected to produce students who have knowledge about healthy snacks. The results of this service are expected to be the basic capital in the formation of clean and healthy living behavior in school settings, so that a healthy and strong generation is realized.

Keywords: Healthy Snacks, Health Counseling, Elementary School Students

PENDAHULUAN

Jajanan sangat beragam jenisnya dan berkembang pesat di Indonesia. Makanan jajanan dapat memberikan kontribusi zat gizi dalam tubuh yaitu berkisar antara 10-20%. Energi yang didapat dari makanan jajanan 17,36%, protein 12,4%, karbohidrat 15,1% dan lemak 21,1% terhadap konsumsi sehari (Madarijah, Y. 2010). Makanan jajanan juga merupakan masalah yang perlu menjadi perhatian masyarakat, karena terdapat beberapa makanan jajanan yang tidak higienis sehingga sangat berisiko terhadap cemaran yang dapat mengganggu kesehatan. Anak sekolah dasar sangat rentan dalam masalah ini karena anak tersebut belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga dapat berakibat buruk pada kesehatannya sendiri (Suci, 2009). Anak sekolah biasanya sering melupakan sarapan pagi dan memilih membeli jajanan di sekolah. Anak-anak membeli jajanan menurut kesukaannya tanpa memikirkan

bahan- bahan yang terkandung di dalamnya (Judarwanto, 2011). Anak-anak merupakan salah satu kelompok yang beresiko tinggi tertular penyakit melalui makanan maupun minuman (Bondika. 2011).

Kurangnya pengetahuan menjadi salah satu penyebab anak tetap mengkonsumsi jajanan tidak sehat. Padahal jajanan tersebut mengandung zat-zat aditif yang dapat bersifat karsiogenik bagi tubuh (Nasution 2015). 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 (Sajiman, Nurhamidi, and Mahpolah 2015). 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 (Rismawati 2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes 2013) menunjukkan prevalensi kanker anak usia 0-14 tahun, yaitu 16.291 kasus. Saat ini diperkirakan jauh meningkat jumlah kasusnya. Meskipun timbulnya kanker tidak langsung terlihat setelah anak mengkonsumsi jajanan tersebut, tetapi pencegahan dan antisipasi tetap harus dilakukan secara dini.

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 (Notoatmodjo 2014). 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.

Orang tua memegang peranan penting dalam mengontrol dan mengawasi konsumsi makanan pada anak. Orang tua dapat diedukasi agar tidak memiliki kebiasaan memberikan uang jajan kepada anak. Uang jajan dapat diganti dengan penyiapan dan pemberian bekal sehat kepada anak. Hal ini dapat menghindarkan anak dari perilaku jajan diluar. Bekal dapat

terdiri dari makanan pokok dan jajanan sehat yang ibu buat secara mandiri dan higienis dirumah.

METODE KEGIATAN

Pengabdian masyarakat ini melalui beberapa tahapan yaitu pertama, dengan meninjau lokasi yang akan dituju dan selanjutnya melakukan diskusi dengan pengurus wilayah dan geucik desa Biluy agar kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar. Tahapan selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada senin, Kamis, 17 Februari 2022 bertempat di Desa Biluy selama 1 hari dengan pelaksanaan sosialisasi, Edukasi kepada anak perlu dilakukan agar anak memiliki pengetahuan untuk membedakan jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Kegiatan ini berjalan lancar dengan di hadiri 74 orang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan makanan dan jajanan sehat dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat di Desa Biluy yang dilaksanakan pada bulan Februari 2022. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar yang dilakukan oleh 74 siswa. Peserta penyuluhan terlihat antusias dan termotivasi dengan penyuluhan jajanan sehat. Ini bisa terlihat dari awal acara penyuluhan sampai akhir acara, semua siswa mengikuti penyuluhan dengan baik dan lancar.

Tabel 1. Distribusi frekuensi

pemahaman tentang Jajanan Sehat sebelum dilakukan sosialisasi dan edukasi.

| Kategori | Frekuensi | Persentase(%) |
|---------------|-----------|---------------|
| Paham | 20 | 27 |
| Belum Paham | 54 | 73 |
| Jumlah | 74 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 74 jiwa Di Desa Biluy Kecamatan Darul Kamal Kabupaten Aceh Besar. mayoritas Jumlah yang Belum Paham sebanyak 54 jiwa atau (73%), yang paling sedikit yang paham sebanyak 20 jiwa (27%)

Tabel 2. Distribusi frekuensi pemahaman tentang Jajanan Sehat setelah dilakukan sosialisasi dan edukasi

| Kategori | Frekuensi | Persentase(%) |
|---------------|-----------|---------------|
| Paham | 63 | 85 |
| Belum Paham | 11 | 15 |
| Jumlah | 74 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 74 jiwa Di Desa Biluy Kecamatan Darul Kamal Kabupaten Aceh Besar. mayoritas Jumlah yang Paham sebanyak 63 jiwa atau (85%), yang paling sedikit yang belum paham sebanyak 11 jiwa (15%).

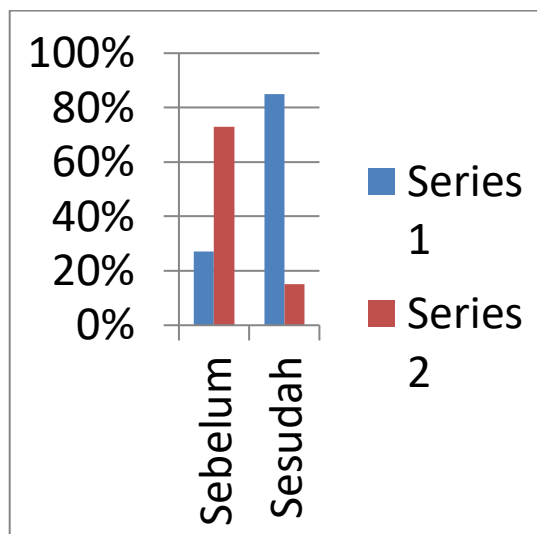


diagram 1 menunjukkan perbandingan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang protokol kesehatan. sebelum di lakukannya intervensi terlihat pemahaman responden hanya 27 % dan setelah diberikan intervensi naik sebesar 85 %,

Hasil dari tabel 1 edukasi pemahaman tentang jajanan sehat sesudah diberikan edukasi didapatkan responden yang belum paham sebanyak 73% dan responden yang sudah paham menurun menjadi 27 %. Sebagian besar responden sudah paham tentang Jajanan sehat setelah diberikan edukasi.

Hasil dari tabel 2 edukasi pemahaman tentang Jajanan sehat sesudah diberikan edukasi didapatkan responden yang sudah paham sebanyak 85 % dan responden yang belum paham menurun menjadi 15 %. Sebagian besar responden sudah paham tentang Jajanan sehat setelah diberikan edukasi.

Karena jajanan sehat merupakan

indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, maka pengetahuan siswa tentang bahaya jajanan tidak sehat merupakan kunci penting untuk menjaga kesehatan siswa. Jajanan sehat merupakan makanan yang sehat untuk dikonsumsi berupa sayur dan buah yang rendah kalori (Hartmann, Siegrist, and van der Horst 2013).

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 (Notoatmodjo 2014). 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.

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.

DOKUMENTASI





SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa Peserta penyuluhan sangat aktif dalam kegiatan penyuluhan tentang jajanan sehat. Para anak-anak 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 22 % menjadi 84%. 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

Bondika. 2011. *Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar*. Skripsi. Universitas Diponegoro Semarang. Diakses pada:
<http://www.eprints.undip.ac.id>

Diana, Fivi Melva, Fatrina Susanti, and Asep Irfan. 2013. *“Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Pubs) Di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun.”* Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas 8(1): 46–51

Febriyanto, Mukhammad Aminudin Bagus. 2016. *“Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat*

- Di MI Sulaimaniyah Mojoagung Jombang.”
Banjarbaru.” Jurnal Skala Kesehatan 6(1)
- Fitriani, Neng Lia, and Septian Andriyani. 2015. “*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.*” Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia 1(1): 7–26
- Judarwanto W. 2011. *Perilaku makan anak sekolah. Direktorat Bina Gizi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.* [Serialonline].[diunduh 28 Januari 2013]. Available from: URL:<http://gizi.depkes.go.id/makalah/doenload/perilaku%20anak%20sekolah.pdf>
- Kemenkes, R I. 2011. “*Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS).*” Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Madarijah, Y. 2010. *Perilaku Penjaga Pangan Jajanan Anak Sekolah Terkait Gizi dan Keamanan Pangan di Jakarta dan Sukabumi.* Jurnal Gizi dan Pangan 2010. Diakses dari: <http://www.journal.ipb.ac.id>
- Sajiman, Nurhamidi, and Mahpolah. 2015. “*Kajian Bahan Berbahaya Formalin, Boraks, Rhodamin B Dan Methalyn Yellow Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah Di*