

EDUKASI *CLEAN AND HEALTHY LIFE* PADA ANAK USIA SEKOLAH DENGAN “JAHAT” JAJANAN SEHAT

Dwi Astri Andriani^{1*}, *Maghfira Anggreini*², *Sudarti*³, *Yunisah Fitri*⁴, *Herniati*⁵, *Ni Wayan Wiwin Asthiningsih*⁶

¹⁻⁶Prodi Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur,

e-mail: 1dwiastri.andriani@gmail.com

Abstract.

Snacks play an important role in providing energy and other nutrients for school-age children. Consumption of school children's snacks needs to be considered because of the high activity of children. Consumption of children's snack foods is expected to contribute energy and other nutrients that are useful for children's growth. Based on a survey by the Food and Drug Supervisory Agency (BPOM), more than 99% of children consume snacks while at school. The high percentage of children who consume snacks allows the risk of health problems in children to be greater. The method used in the Advocacy approach is carried out in one stage, namely providing education to school-age children about the importance of choosing healthy snacks accompanied by assistance from a facilitator. This counseling activity related to healthy snacks received a positive response from the host and the surrounding community. Consumption of school children's snacks needs to be considered because of the high activity of children.

Keywords: *education, healthy snack, school age children*

Abstrak.

Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan zat gizi lain yang berguna untuk pertumbuhan anak. Berdasarkan survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), lebih dari 99% anak mengkonsumsi jajanan saat di sekolah. Tingginya persentase anak yang mengkonsumsi jajanan memungkinkan risiko terjadinya masalah kesehatan pada anak menjadi lebih besar. Metode yang di gunakan dalam pendekatan Advokasi di lakukan dengan satu tahap, yakni pemberian edukasi kepada anak usia sekolah tentang pentingnya memilih jajanan sehat dengan di sertai pendampingan oleh fasilitator. Kegiatan penyuluhan terkait jajanan sehat ini mendapatkan respon positif dari tuan rumah dan masyarakat sekitar. Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi.

Kata kunci: *anak usia sekolah, edukasi, jajanan sehat*

1. Pendahuluan

Jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi jajanan merupakan hal yang sangat melekat pada anak. Dimana anak seringkali membeli makanan diluar dan tidak memperhatikan kebersihan serta kandungan dari makanan tersebut (Nina, et al, 2020). Konsumsi makanan jajanan pada anak ini seharusnya menjadi perhatian karena memiliki manfaat yang diharapkan dapat memberikan energi serta kandungan gizi lain pada anak serta berguna pada pertumbuhan tubuh anak.

Pada penelitian sebelumnya oleh Tahara et al (2022) menyebutkan bahwa hampir 98,9% anak sekolah dan 50% dari kekuatan tubuh didapatkan dari energi dan protein yang ada didalam

tubuh anak. Selain itu, (Sajiman, Nurhamidi, dan Mahpolah, 2015 dalam Nina, et al 2020) menjelaskan bahwa data yang didapatkan pada Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) mencatat 14,7% jajanan yang berada dilingkungan sekolah mengandung bahan berbahaya seperti boraks, rhodamine B, formalin, dan *methanyl yellow*. 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). Tidak hanya itu, adanya kandungan bahan berbahaya ini berpotensi untuk menyebabkan jajanan menjadi makanan yang berbahaya bagi tubuh anak serta dapat mengakibatkan penyakit berbahaya pada anak, seperti keracunan dan juga penyakit kanker. Tidak menutup kemungkinan, bahwa jajanan juga berpotensi sebagai makanan tidak higienis. Hal ini dikarenakan oleh faktor penyebab adanya keracunan pada anak. Biasanya jajanan tidak sehat ini dapat ditemui pada pedagang kaki lima maupun jajanan yang dijual di kantin sekolah. Hal tersebut, dikarenakan kurangnya pemahaman pedagang dalam mengelola dan menjaga kebersihan serta kehygienisan makanan yang dijual. Tahara, et al (2022) menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar (7-13 tahun) merupakan anak yang belum mampu untuk menentukan hal yang baik bagi kesehatan tubuh, termasuk dalam proses memilih jajanan sehat. Didapatkan data melalui BPOM, pada 2020, keracunan pada anak diperoleh data bahwa wilayah Sulawesi Tengah menjadi daerah tertinggi dalam angka keracunan makanan. Nofriadi, et al (2020) menjelaskan bahwa perilaku jajan pada anak masih cukup rendah hal ini dilihat dari tingginya tingkat jajan tidak sehat pada anak. Hasil penelitian juga didapatkan bahwa terdapat 35% kasus dengan gangguan pencernaan dan keracunan disekolah yang disebabkan makanan yang di jajakan disekolah tidak memenuhi standar kebersihan dan kesehatan. (Nurleny et al., 2020). 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). Berdasarkan survey awal 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. (Sumarni, Rosidin, & Sumarna, 2020)

Dengan banyaknya kasus tersebut perlu dilakukannya edukasi kepada anak-anak agar

anak memiliki pengetahuan untuk membedakan jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Karena yang kita ketahui bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Akbar, et al (2021) didapatkan hasil bahwa pengetahuan orang tua terkait pemilihan jajanan sehat sangat berpengaruh terhadap kebiasaan jajanan anak. Sehingga memang diperlukannya pengetahuan dan juga sikap yang evaluative pada orang tua dalam memilih jajanan sehat bagi anak. Oleh karena itu kami Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur melakukan Pengabdian Masyarakat dengan sasarannya adalah anak-anak dengan harapan setelah diberikan edukasi anak-anak mampu mengetahui dan mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Peta Lokasi Pengabdian Masyarakat, Jalan Sendang Asri, Kec. Kedungmundu, Kel. Tembalang, Kota Semarang (Sumber : Data Primer)

2. Metode

Metode yang di gunakan dalam pengabdian masyarakat ini, ialah pendekatan secara advokasi yang dilakukan dengan satu tahap, yakni pemberian edukasi kepada anak usia sekolah tentang pentingnya memilih jajanan sehat dengan di sertai pendampingan oleh fasilitator. Pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan ini akan menggunakan media visual agar mudah di pahami oleh anak usia pra sekolah. Pemberian edukasi dengan metode pendekatan Advokasi di lakukan dengan alat bantu pendukung seperti *flip chart* dan leaflet. Materi edukasi yang di berikan meliputi pengertian jajanan sehat, ciri-ciri jajanan sehat, cara memilih jajanan sehat, jenis-jenis jajanan sehat dan tidak sehat, perbedaan jajanan sehat, manfaat jajanan sehat. Akhir dari program pengabdian kepada anak usia pra sekolah ialah evaluasi kegiatan terhadap perencanaan dan pelaksanaan. Yang mana tujuannya ialah untuk menilai tingkat persiapan kegiatan pengabdian masyarakat dan dilakukan dengan pertemuan tim yang terlibat di dalam pengabdian . Sementara evaluasi pelaksanaan bertujuan untuk

menilai pencapaian target dengan indikator penilaian terdiri dari: ketepatan waktu, keteraturan acara, pemahaman peserta terhadap penyampaian materi penyuluhan, daya tarik peserta, dan ketanggapan fasilitator. Setelah evaluasi selesai dilaksanakan, dilanjutkan dengan menyusun laporan pertanggungjawaban kegiatan pengabdian. Kegiatan dilaksanakan di salah satu rumah masyarakat di kota Semarang pada tanggal 04 Desember 2022 dengan jumlah peserta 9 orang anak dengan usia sekolah yang ada di lingkungan masyarakat sekitar di Jl. Sendang Asri Raya Kec. Tembalang Kota Semarang.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dan penyuluhan pada masyarakat ini dilakukan pada lingkungan sekitar Universitas Muhammadiyah Semarang, yang bertepatan di Jalan Sendang Asri Raya, Kel. Kedungmundu, Kec. Tembalang, Kota Semarang. Adapun persiapan yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian ini, yaitu melakukan survey terkait lokasi dan ketersediaan dari masyarakat sekitar mengenai kegiatan yang akan dilakukan, selanjutnya sebelum melakukan survey penelitian terkait lokasi dan ketersediaan penduduk, penulis juga melakukan penyusunan pada materi penyuluhan, persiapan sarana dan prasarana, dan melakukan penyusunan jadwal kegiatan.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode penyuluhan dan ceramah dengan pendekatan secara advokasi yang disampaikan secara langsung oleh mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang saat ini sedang melakukan program pertukaran mahasiswa oleh kemendikbud di Universitas Muhammadiyah Semarang. Dengan kegiatan pemaparan materi disertai dengan tanya jawab dan diikuti juga dengan kegiatan ice breaking untuk membuat anak tertarik dalam menyimak materi yang disampaikan oleh pemateri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengenai "Edukasi Clean and Health Life Pada Anak Usia Sekolah Dengan Jahat (Jajanan Sehat)" yang dilaksanakan sebanyak 1 kali kegiatan. Kegiatan ini sendiri dilaksanakan di Depot Air Minum "Alby Luthfi" Jalan Kedungmundu, Kel. Kedungmundu, Kec. Tembalang, Kota Semarang pada tanggal 04 Desember 2022 pukul 09.00 WIB dengan diikuti 9 orang. Setelah dilakukan evaluasi, serta proses tanya jawab pada anak. Anak sangat antusias dan bersemangat dalam menjawab pertanyaan yang disampaikan pemateri. Kegiatan penyuluhan terkait jajanan sehat ini mendapatkan respon positif dari tuan rumah dan masyarakat sekitar. Sehingga dalam proses penjelasan dapat terlaksana dengan baik dan berjalan lancar. Pada proses penjelasan, ada anak yang menyimak dengan seksama dan ada pula anak yang masih asik dengan dirinya sendiri. Sehingga terkadang harus membuat

penulis mencoba mengalihkan anak-anak dengan memanggil atau mengingatkan anak yang sedang menjadi objek penyuluhan. Untuk kegiatan ini sendiri, tidak memiliki kendala yang begitu berarti selama melaksanakan pengabdian pada masyarakat ini. Sehingga kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik dan lancar sesuai dengan yang telah diharapkan.



Gambar 2. Pemaparan edukasi mengenai jajanan sehat

4. Kesimpulan

Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan zat gizi lain yang berguna untuk mendukung tumbuh dan kembang anak. Makanan yang sehat merupakan bagian yang esensial bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak, serta sebagai dasar pemeliharaan kesehatan, baik bagi anak maupun orang dewasa.

Makanan jajanan juga merupakan masalah yang perlu menjadi perhatian masyarakat, karena terdapat beberapa makanan jajanan yang tidak higienis sehingga sangat faktor resiko terhadap kesehatan anak ataupun mengganggu kesehatan. Dengan banyaknya kasus tersebut perlu dilakukannya edukasi kepada anak-anak agar anak memiliki pengetahuan untuk membedakan jajanan sehat dan jajanan tidak sehat.

Materi edukasi yang di berikan meliputi pengertian jajanan sehat, ciri-ciri jajanan sehat, cara memilih jajanan sehat, jenis-jenis jajanan sehat dan tidak sehat, perbedaan jajanan sehat, serta manfaat jajanan sehat dan sebagainya.

Adapun persiapan yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian ini, yaitu melakukan survey terkait lokasi dan ketersediaan dari masyarakat sekitar mengenai kegiatan yang akan dilakukan, selanjutnya sebelum melakukan survey penelitian terkait lokasi dan ketersediaan penduduk, penulis juga melakukan penyusunan pada materi penyuluhan, persiapan

sarana dan prasarana, dan melakukan penyusunan sesuai jadwal kegiatan yang telah ditentukan. Dalam kegiatan pemaparan materi disertai dengan tanya jawab dan diikuti juga dengan kegiatan *ice breaking* untuk membuat anak tertarik sehingga dapat menyimak materi yang disampaikan.

Daftar Pustaka

- Akbar, H. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Orang Tua Dalam Memilih Jajanan Sehat Pada Siswa di SDN 1 Upai, Kecamatan Kotamobagu Utara. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 24-29.
- BPOM. (2020). Laporan Tahunan 2020. *Badan Pengawasan Obat dan Makanan*.
- Nofriadi, N. A. (2020). Edukasi Kesehatan Jajanan Sehat Pada Siswa di SDN 15 Nagari Kubang Pipik Kecamatan Baso. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 55-58.
- Nurleny, N. M. (2020). Penyuluhan "JASEZI" (Jajanan Sehat dan Bergizi) Agar Tubuh Kuat Lawan Corona Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 78-81.
- Rismawati, R. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kelaikan Kantin Sehat Di Sekolah Dasar Kecamatan Medan Belawan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 131-40.
- Sajiman, N. (2015). Kajian Bahan Berbahaya Formalin, Boraks, Rhodamin B dan Methalyn Yellow Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah di Banjarbaru. *Jurnal Skala Kesehatan*, 1.
- Santi, T. C. (2022). Penyuluhan Jajanan Sehat Untuk Anak Indonesia Sehat. *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Indonesia (ISSN 2829-5617)*, 9-11.
- Suci, E. (2009). Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. Jakarta: Psikobuana. Vol. 1. No. 1.29-38.
- Sumarni, N. R. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 289-297.
- Ulya, N. (2003). Analisis Deskriptif Pola Jajan dan Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajanan Terhadap Konsumsi Sehari dan Status Gizi Anak Kelas IV,V, dan VI SD Negeri Cawang 05 Pagi Jakarta Timur Tahun 2003. *Skripsi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok*.
- WHO. (2006). *Penyakit Bawaan Makanan: Fokus Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.