Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)
Volume 2, Nomor 4, Juli 2024
ISSN: 2986-7819

PENGARUH EDUKASI JAJANAN SEHAT TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU PADA SISWA(I) SDN 21 LANTAWONUA

THE EFFECT OF EDUCATING ABOUT HEALTHY SNACKS TO THE STUDENT'S KNOWLEDGE AND BEHAVIOR IN SDN 21 LANTOWUA

Yumi Cantika[1*], Sitti Normalindah[2], Devi Savitri Effendy[3], Yasnani[4], Suhadi[5], Nurmaladewi[6], Ramadhan Tosepu[7], Febriana Muchtar[8], Hariati Lestari[9]
[123456789] Universitas Halu Oleo,Kendari, Indonesia
*Yumicantika575@gmail.com, Sittinormalindah067@gmail.com

Abstrak: Kejadian keracunan pangan sering kali masih terjadi dikalangan usia anak Sekolah. Salah satu pangan yang sering dikonsumsi anak usia sekolah adalah Jajanan Anak Sekolah (JAS). Harga yang murah, mudah didapat, menarik, dan bervariasi menjadi alasan anak usia sekolah tertarik untuk membeli makanan jajanan. Anak usia sekolah merupakan usia yang rentan terhadap berbagai penyakit, khususnya yang berhubungan dengan pencernaan seperti diare dan cacingan karena diusia anak sekolah yang masih sering jajan di luar. Berdasarkan Laporan Akhir Hasil Monitoring Dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional dalam 10 tahun terakhir, menunjukkan bahwa 98,9% anak jajan di sekolah dan hanya 1% yang tidak pernah jajan. Perilaku jajanan sembarangan dan tidak terkontrol sering menjadi masalah tersendiri bagi anak sekolah. program pengapdian masyarakat dalam bentuk penyuluahan tentang jajana sehat kepada Siswa (i) SDN 21 Lantawonua , sebagai bentuk upaya untuk meningkatakan pengetahuan Siswa (i) dinyatakan berhasil hal ini dapat di buktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan setelah di lakukanya penyuluhan hal ini di peroleh dari hasil *post test* yang di bagikan.

Kata Kunci: Jajanan Sehat, Edukasi, Siswa SD

Abstract: *Food poisoning incidents often still occur among school-age children. One of the foods frequently consumed by school-age children is School Snacks (JAS). The low price, easy availability, attractiveness, and variety are reasons why school-age children are interested in buying snack foods. School-age children are vulnerable to various diseases, especially those related to digestion such as diarrhea and worm infections because they often buy snacks outside. Based on the Final Report of Monitoring and Verification of the Food Safety Profile of School Snacks (PJAS) National in the last 10 years, it shows that 98.9% of children buy snacks at school and only 1% never buy snacks. Indiscriminate and* uncontrolled *snacking behavior often becomes a problem for school children. Community empowerment programs in the form of education about healthy snacks for students (i) SDN 21 Lantawonua, as an effort to increase students' knowledge, have been successful. This is evidenced by an increase in knowledge after the education, as obtained from the results of the post-test distributed.*

Keywords: *Healthy Snacks, Education, Elementary School Students*

Received	Revised	Published
17 Mei 2024	10 Juli 2024	15 Juli 2024

Pendahuluan

Usia anak sekolah merupakan investasi bangsa karena mereka adalah generasi yang akan menentukan kualitas bangsa di masa yang akan datang. Pembentukan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang dimulai sejak masa sekolah akan berpengaruh terhadap kualitas

mereka saat mencapai usia produktif (Febriana, 2024)

Kejadian keracunan pangan sering kali masih terjadi dikalangan usia anak sekolah. Salah satu pangan yang sering dikonsumsi anak usia sekolah adalah Jajanan Anak Sekolah (JAS). Harga yang murah, mudah didapat, menarik, dan bervariasi menjadi alasan anak usia sekolah tertarik untuk membeli makanan jajanan (Munfarida & Adi, 2021). Anak usia sekolah merupakan usia yang rentan terhadap berbagai penyakit, khususnya yang berhubungan dengan pencernaan seperti diare dan cacingan karena diusia anak sekolah yang masih sering jajan di luar. Adanya beberapa kejadian penyakit pada anak usia sekolah yang terjadi secara berulang disebabkan karena anak belum menyadari dan peduli betapa pentingnya kesehatan dengan menerapkan pola hidup sehat bagi diri sendiri. Selain itu juga masalah saat ini yang sangat memprihatinkan dunia yakni banyaknya penyakit akibat keracunan pangan sperti jajan luar. Anak sekolahlah yang sering mengalami masalah akibat keracunan makanan karena banyaknya jajanan di luar sekolah yang mereka beli. Jajanan anak sekolah sangat berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan dalam jangka panjang maupun jangka pendek (Fadhilah et al., 2023).

Menurut *Food and Agriculture Organization* (FAO) makanan jajanan adalah makanan atau minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi atau di rumah atau di tempat berjualan. Makanan tersebut langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (Febriana, 2024).

Permasalahan gizi anak usia sekolah di Indonesia menurut data Riskesdas 2018 adalah anak dengan kategori pendek/stunting mencapai 30,7%, sementara yang gemuk 8% dan anemia 26%. Permasalahan gizi pada anak sekolah inilah yang akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa datang, dikarenakan anak merupakan generasi penerus bangsa (RISKESDAS, 2018). . Jumlah yang cukup besar ini menjadikan anak usia sekolah merupakan aset pembangunan dimasa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya (Darmayani et al., 2021). Salah satu faktor yang menyebabkan masalah gizi pada anak adalah kebiasaan makan jajanan dan cemilan. Berdasarkan Laporan Akhir Hasil Monitoring Dan Verifikasi Profil Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional dalam 10 tahun terakhir, menunjukkan bahwa 98,9% anak jajan di sekolah dan hanya 1% yang tidak pernah jajan. Perilaku jajanan sembarangan dan tidak terkontrol sering menjadi masalah tersendiri bagi anak sekolah (Swantrisa et al., 2023).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan pada tahun 2008 yang dilakukan di 8 provinsi di Indonesia, di 79 kabupaten/kota, dengan sasaran 4.500 SD, konsumsi jajanan menyumbang sebesar 31,1% energi dan juga 27,4% protein dari total keseluruhan konsumsi pangan harian anak Diketahui sejumlah 45,0% jajanan yang dijual pada anak sekolah tidak memenuhi syarat karena didalamnya terkandung beberapa zat yang berbahaya bagi tubuh seperti formalin, rhodamin, dan juga boraks. Selain itu penggunaan Bahan Tambahan Pangan (BTP) yang melebihi batas aman juga digunakan pada pembuatan jajanan. Terdapat juga jajanan yang tercemar mikrobiologi. Hal tersebut terbukti dengan data angka KLB (Kejadian Luar Biasa) keracunan pangan sebesar 19,0%. Dari angka tersebut yang paling sering mengalami keracunan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) (78,57%) adalah pada kelompok siswa SD (Salsabila et al., 2022).

Anak sekolah masih mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga membutuhkan konsumsi pangan yang cukup dan bergizi seimbang. Salah satu komponen gizi seimbang bagi anak sekolah yang harus dipenuhi adalah konsumsi pangan yang beraneka ragam, yaitu mengandung karbohidrat, protein, lemak, air, vitamin, mineral, dan serat. Apabila asupan gizi tidak optimal didapatkan pada anak sekolah dapat mengakibatkan masalah gizi seperti anemia, obesitas, dll (Swantrisa et al., 2023). Pemilihan jajanan yang tidak baik dapat berdampak pada kesehatan anak. Anak sekolah merupakan kelompok usia rentan yang sering mengalami keracunan makanan karena pengetahuan terkait gizi dan keamanan pangan yang masih rendah (Munfarida & Adi, 2021).

Pengetahuan makanan dan kesehatan adalah penguasaan anak sekolah dasar tentang makanan bergizi seimbang, kebersihan dan kesehatan makanan serta penggunaan bahan tambahan makanan dalam makanan jajanan. Penelitan yang dilakukan oleh Aprilia (2011) dengan judul Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar didapatkan hasil bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kurangnya pengetahuan anak terhadap jajanan sehat, hanya sebanyak 24,7% subjek yang mempunyai pengetahuan dalam kategori baik. Maka penting bagi anak mengetahui bahaya yang terkandung dalam jajan untuk mencegah keracunan atau dampak jajanan yang tidak sehat, sehingga dibutuhkan pengetahuan tentang jajan baik pada anak dan orang tua (Aderita, 2020).

Sekolah Dasar Negeri 21 Lantawonua merupakan salah satu institusi pendidikan dasar yang terletak di Kecamatan Rumbia Kabupaten Bombana dengan jumlah peserta didik sebanyak 63 orang. Gambaran masalah kesehatan yang dihadapi disekolah ini menurut pernyataan salah satu guru bahwa selama proses pembelajaran banyak siswa yang mengalami keluhan sakit perut, dan menurut pantauan para guru bahwa siswa-siswa disekolah ini masih kurang menerapkan PHBS khususnya pemilihan jajanan sehat sehingga kesehatan anak dapat menurun sewaktu-waktu jika tidak ada upaya untuk meningkatkan derajat kesehatannya.

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SDN 21 Lantawonua tentang jajanan sehat dengan metode penyuluhan. Edukasi gizi merupakan suatu cara untuk meningkatkan pengetahuan dengan memberikan informasi kepada anak sekolah agar dapat menghindari jajanan yang tidak sehat.

Metode

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 1 April 2024 bertempat di SDN 21 Lantawonua mengenai penyuluhan Jajanan Sehat dan yang menjadi Subyek pada Pengapdian Masyarakat ini sasarannya adalah Siswa/Siswi SDN 21 Lantawonua Kecamatan Rumbia Kabupaten Bombana. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tahapan-tahapan sebagai berikut:

Tahap Persiapan, Tahap awal pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan adalah tahap persiapan. Pada tahap ini kami melakukan pendekatan kepada Pihak Sekolah dan Siswa Siswi terkait kesepakatan tentang pelaksanaan penyuluhan tersebut. Mulai dari waktu pelaksaaan , Gedung yang di gunakan , alat alat yang kita butuhkan dari pihak sekolah, dan kami juga sudah menyiapkan alat bahan seperti leptop, *soun system*, bahan materi, video edukasi dan *Snekc* Setelah disepati waktu pelaksanaan, materi dan hal lainnya baru dilaksanakan penyuluhan jajanan sehat.

Tahap Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan diawali dengan tim melakukan penyebaran lembar *Pretest* untuk mengetahui sejauh mana siswa siswi memahami bahaya jajanan tidak sehat, penyebaran lembar *Pretest* dibantu oleh Mahasiswa. Lembaran *Pretest.* yang di maksudkan untuk mengetahui sejauh mana para siswa siswi dalam

memahami jajanan sehat ,bahaya jajana sehat,memilih jajanan dan akibat mereka mengonsumsi jajanan tidak sehat. Kemudian diberikan penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat dengan metode ceramah dan diskusi serta menggunakan media seperti *Power point*, poster dan *leaflet*. Setelah itu siswa siswi di berikan kesepatan untuk menjawab pertanyaan pertanyaan yang di ajukan oleh pemateri Langkah ini bertujuan untuk mengetahuai sampai Dimana mereka menangkap materi yang telah di berikan, Kemudia di antara kegiatan tim memberikan ice breaking agar responden tidak bosan.

Tahap Evaluasi, Langkah terakhir dalam tahap pelaksanaan ini adalah Membagikan lembar *Postest* Yang terdiri dari 10 pertanyaan yang sama seperti dengan pertanyaan pre test yang di bagikan sebelum penyampaian materi penyuluhan tahap ini di lakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan penyuluhan.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan Penyuluhan pada 1 April 2024, dari jam 08:00 – 10:00 WITA, bertempat di SDN 21 Lantawonua Kecamatan Rumbia Kabupaten Bombana. Materi penyuluhan adalah tentang Jajanan sehat dengan subtopik bahaya jajanan tidak sehat , Dampak jajanan tidak sehat dan cara memilih jajnan yang baik. Hasil Pre test Menunjukan secara keseluruhan pertanyaan yang di ajukan dapat di jawab oleh siswa siswi hanya 30%. Selanjutnya menyampaikan materi penyuluhan dengan menggunakan media Power point yang di buat semenarik mungkin di sertai dengan video animasi bahaya jajanan tidak sehat semenarik mungkin, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab untuk mengukur sejauh mana para siswa memahami isi materi yang di sampaikan, kemudia kami lakukan ice breaking agar mereka tidak merasa bosan, terakhir di lakukan penyebaran post test dengan soal yang dapat di jawab oleh para siswa sebanyak 70%. Dari capaian di atas menyatakan terjadi peningkatan pengetahuan para siswa sebelum dan sesuda penyuluhan.

Gambar 1. Pengisian *Pre test* dan Proses penyuluhan oleh Siswa (i **)**

Gambar 2. Proses Penyampian Materi dan *ice Briaking* kepada siswa (i)

as

Konsumsi jajanan merupakan hal yang sangat melekat pada anak-anak. Anak-anak seringkali membeli makanan diluar dan tidak memperhatikan kebersihan serta kandungan yang ada pada makanan tersebut. SD Negeri 21 Lantawonua merupakan Sekolah dasar yang terletak di Desa Lantawonua, Kecamatan Rumbia, Kabupaten Bombana yang mana mayoritas siswanya masih memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan tidak sehat.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi
Jenis kelamin		
Laki laki	13	41,9%
Perempaun	18	58,1%
Usia		
9 tahun	13	32,3%
10 Tahun	12	22,6%
11 Tahun	6	19,4%
12 Tahun	8	25,8%1
Jumlah	31	100%

Dari Data Karakteristik Responden di atas di dapatkan hasil penyuluhan yang terdiri dari 31 responden, sebagai berikut:

Pada variabel berdasarkan jenis kelamin dari 31 responden terdapat 14 responden yang berjenis kelamin laki laki dengan presentase (41,9%) sedangkan responden yang berjenis kelamin Perempuan sebanyak 18 Responden dengan Presentase (58,1%). Pada Variabel Usia dari 31 responden terdapat 10 responden berusia 9 tahun dengan presentasi (32,3), sedangkan 7 responden berusia 10 tahun dengan Presentasi (22,6%). 6 responden berusia 11 tahun denagn presentasi(19,4%) dan 8 responden berusia 12 tahun denagn prrsentasi (25,8%).

Pertanyaan	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi	
	Jumlah responden yang menjawab benar	Persen(%)	Jumlah Responden yang menjawab benar	Persen(%)
Apa yang di maksud dengan Jajanan sehat ?	15	48, 38%	29	93,54%

Di bawah ini merupakan manfaat jajana sehat, kecuali ?	17	54,83%	22	70,96%
Di bawah ini akibat dari makanan yang tidak sehat, kecuali ?	1	3,22%	9	29,03%
Manakah di bawah ini yang merupakan jajanan sehat ?	25	80,64%	25	80,64%
Bagaimana Ciri Makanan yang tidak sehat ?	23	74,19%	28	90,32%
Bagaiman Cara memilih jajanan sehat ?	8	25,8%	16	51,61%
Penyakit apa yang timbul akibat jajanan yang tidak sehat ?	20	64,51%	27	87,09%
Jajanan yang tidak baik di konsumsi yaitu ?	22	70,96%	11	35,48%
ciri ciri jajanan sehat adalah ?	26	83,87%	29	93,54%
Bagaiman cara menghindari perilaku Jajan Sembarangan ?	18	58,06%	22	70,96%
Rata-rata skor pengetahuan responden	Mean (+-SD)		Mean (+-SD)	
	5.65		7.58	

Hasil yang di peroleh dari Variabel Pertanyaan nomor 3 “Di bawah ini akibat dari makanan yang tidak sehat, kecuali?” Menunjukan hasil sebelum intervensi penyuluhan adalah sebesar 3,22% dengan jumlah jawab benar sebanyak 9 dari 31 Responden, ini disebabkan karena siswa – siswi yang masih bingung dengan konteks kalimat pada pertanyaan yang menggunakan kata *kecuali,* kebanyak dari mereka menjawab pilihan yang opsinya.

Hasil uji statistik skor pengetahuan sebelum dan sesudah di lakukan intervensi memperlihatkan adanya perbedaan yang signifikan dengan nilai ρ (0,000) , terjadi peningatan sebesar 1,93 skor pengetahuan , dari hasil ini dapat di simpulkan intervensi penyuluhan Jajanan Sehat dengan menggunakan media poster , video Animasi dan ice breaking cukup Evektif dalam meningkatkan penegtahuan siswa siswi di SDN 21 Lantawonua.

Kesimpulan

Berdasarkan program pengapdian masyarakat dalam bentuk penyuluahan tentang jajana sehat kepada Siswa (i) SDN 21 Lantawonua , sebagai bentuk upaya untuk meningkatakan Pengetahuan Siswa (i) dinyatakan berhasil hal ini dapat di buktikan dengan adanya peningkatan Pengetahuan setelah di lakukanya penyuluhan hal ini di peroleh dari hasil *Post test* yang di bagikan.

Ucapan Terima Kasih

Kami Mahasiswa Kuliah kerja Nyata Merdeka Belajar Kampus Merdeka (KKN MBKM) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo mengucapkan banyak terimah kasih kepada semua pihak terkhusus kepada pihak Sekolah dan para murid SDN 21 Lantawonua, yang telah membantu kami mulai dari pemberian ide, waktu, tenaga, bahkan biaya dalam terlaksananya bentuk Pengabdian Masyarakat dan Publikasi artikel ini.

Referensi

Aderita, N. I. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan makanan jajanan terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan jajanan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Madegondo Grogol. *IJMS-Indonesian Journal on Medical Science*, *7*(2), 184–191. http://ejournal.ijmsbm.org/index.php/ijms/article/view/247

Darmayani, A., Risnawati, R., & Umrana, S. (2021). Penatalaksanaan Penyuluhan Kesehatan Dalam Meningkatkan Kemampuan Mencuci Tangan Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 07 Dongkala Kecamatan Kabaena …. *Jurnal Kesehatan Masyarakat …*, *02*(03), 1–7. http://jkmc.or.id/ojs/index.php/jkmc/article/view/85%0Ahttp://jkmc.or.id/ojs/index.php/jkmc/article/download/85/34

Fadhilah, T. M., Oktarina, A., Firmansyah, A. M., Ayuningsih, S. F., Aprilia, S., & Sabitsa, S. E. (2023). Edukasi Pendidikan Gizi Terkait Bahaya Jajan di luar pada Anak Sekolah Dasar di Pedesaan dan Perkotaan. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *7*(3), 592–600.

Febriana, L. (2024). Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gejala Gangguan Kelelahan Mata Pada Supir Bus Antar Lintas Sumatera (ALS)*, *2*, 1–12.

Munfarida, S., & Adi, A. C. (2021). PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK SEKOLAH DASAR DALAM PEMILIHAN JAJANAN SEHAT: LITERATURE REVIEW. *Media Gizi Indonesia*, *Vol. 2*(Ix), 1458-1466.

Salsabila, A. A., Lala, H., & Suharno, B. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Phbs Di Sekolah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas 3 Sd. *Jurnal Informasi Kesehatan (JIKI)*, *8*(2), 157. https://doi.org/10.31290/jiki.v8i2.3355

Swantrisa, H. B., Atmadja, T. F. A., Hidayanti, L., Gizi, P. S., & Siliwangi, U. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Anak Di Sdn Karang Tengah 04 Kabupaten Bogor Tahun 2022. *Journal Nutrition Scientific*, *2*(2), 51–58.