Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

EDUKASI PEMILIHAN JAJANAN SEHAT PADA SISWA SISWI SEKOLAH DASAR NEGERI IBOIH KECAMATAN SIMPANG TIGA KABUPATEN PIDIE

Neila Fauzia[1], Risna[2]
[1]*Program Studi Ilmu Keperawatan Medika Nurul Islam*
[2]*Program Studi Profesi Ners Medika Nurul Islam*
Email: [1] neilafauzia@stikesmni.ac.id, [2]risna@stikesmni.ac.id

Abstrak

Kebiasaan anak usia sekolah mengkonsumsi jajanan merupakan hal yang sering dijumpai diberbagai tingkat sosial ekonomi masyarakat. Makanan jajanan di lingkungan sekolah yang memiliki warna dan bentuk yang menarik menjadi pilihan anak tanpa mereka memperhatikan nilai gizi, kebersihan dan dampak bagi kesehatan. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat melalui kegiatan penyuluhan tentang pemilihan jajanan sehat di lingkungan sekolah dan dampaknya bagi kesehatan, Dengan pelaksanaan kegitan ini, siswa diharapkan dapat mengetahui jenis jajanan yang berpotensi mengandung zat-zat makanan berbahaya dan memahami dampaknya. Dari hasil pelaksaan kegiatan ini didapatkan bahwa selama ini masih banyak siswa yang mengkonsumsi jajanan tidak sehat namun setelah dilakukan edukasi kesehatan siswa mulai memahami jajanan sehat sehingga dapat memilih jajanan yang akan dikonsumsi.

Kata kunci: Penyuluhan, Jajanan Sehat, Makanan Berbahaya, Siswa

Abstract

The habit of school-age children consuming snacks is something that is often found at various socio-economic levels of society. Snacks in the school environment that have attractive colors and shapes are the choice of children without them paying attention to nutritional value, cleanliness and impact on health. Therefore, it is necessary to carry out community service activities through counseling activities about choosing healthy snacks in the school environment and their impact on health. With the implementation of this activity, students are expected to be able to know the types of snacks that have the potential to contain harmful food substances and understand their impact From the results of this activity it was found that so far there are still many students who consume unhealthy snacks, but after health education, students begin to understand healthy snacks so they can choose which snacks to consume.

Keywords: *Counseling, Healthy Snacks, Dangerous foods, Student*

PENDAHULUAN

Makanan jajanan anak sekolah merupakan salah satu hal yang perlu

Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

menjadi perhatian masyarakat, khususnya orang tua, pendidik, dan pengelolah sekolah. Pada umumnya, anak-anak sekolah dasar lebih suka makanan jajanan dibandingkan makanan berat. Mereka membeli makanan jajanan di kantin sekolah maupun pedagang kaki lima (PKL) di sekitar sekolah. Bagi anak yang tidak terbiasa makan pagi, makanan jajanan menjadi makanan yang pertama kali masuk ke saluran pencernaan sehingga menjadi penting untuk dipilih supaya tidak membahayakan bagi kesehatan.

Makanan jajanan anak sekolah dasar sangat beragam jenisnya. Makanan jajanan yang kebersihannya tidak dapat dikontrol oleh pihak sekolah serta tercemar oleh debu dan kotoran yang mengandung telur cacing, bakteri atau mikroorganisme lainnya dapat menjadi sumber penularan infeksi cacingan, disentri dan penyakit infeksi lainnya pada anak. Kontaminan yang ada di tanah/debu akan sampai pada makanan jajanan tersebut jika dibawa oleh lalat ataupun angin terutama pada makanan jajanan yang tidak tertutup. Konsumsi jajanan yang tidak tepat dapat menimbulkan dampak negatif bagi anak. Dampak negatif yang ditimbulkan diantaranya diare, kekurangan zat gizi, dan gangguan pertumbuhan seperti stunting. Selain kontaminasi mikrobiologis, kontaminasi kimiawi yang umum ditemukan pada makanan jajanan kaki lima adalah bahan tambahan pangan (BTP) seperti boraks (mengandung logam berat boron), formalin (pengawet mayat), rhodamin B (pewarna merah pada tekstil), dan methanil yellow (pewarna kuning pada tekstil).

Sekolah dan penjual makanan jajanan hampir tidak bisa dipisahkan. Kebiasaan siswa yang cenderung selalu jajan di sekolah menyebabkan di setiap sekolah selalu banyak terdapat penjual makanan jajanan. Penjual makanan jajanan tersebut ada yang permanen berbentuk warung/toko dan ada pula yang tidak permanen seperti menggunakan sepeda, sepeda motor, gerobak dorong atau gerobak pikul. Para penjual makanan jajanan selalu ramai oleh siswa pada setiap jam istirahat maupun pulang

eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

sekolah. Namun, sekolah belum mempunyai kebijakan khusus terkait makanan jajanan tersebut sehingga para siswa dapat secara bebas membeli makanan jajanan di lingkungan sekolah, baik yang ada di kantin sekolah atau di luar sekolah.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan di atas adalah dengan melakukan usaha edukasi keamanan makanan jajanan kepada siswa sekolah. Kegiatan ini penting dilakukan karena anak usia sekolah adalah golongan yang memerlukan perhatian dalam konsumsi makanan dan zat gizi. Tumbuh dan berkembangnya anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Anak sekolah pada umumnya berada dalam masa pertumbuhan yang sangat cepat dan aktif, pengaturan makanan yang bergizi baik, seimbang dan beraneka ragam jenis akan memastikan kecukupan gizinya.

Dari hasil wawancara dengan Kepala Sekolah Sekolah Dasar Negeri Iboih diketahui bahwa pihak sekolah sudah berusaha untuk mengarahkan para siswa agar berbelanja di kantin sekolah yang menjual makanan jajanan yang lebih sehat dan lebih aman. Namun, sebagian besar siswa masih lebih suka membeli makanan jajajan yang dijual oleh PKL di luar sekolah karena menu makanan jajanan yang lebih bervariasi dan tampilan makanan yang lebih menarik.

Oleh karena itu, Untuk menangani permasalah diatas maka Tim pengabdian dari STIKes Medika Nurul Islam melakukan edukasi pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan tentang makanan jajanan yang sehat dan bergizi pada anak. Dengan pemberian edukasi kepada siswa siswi sekolah dasar diharapkan dapat menimbulkan kesadaran siswa akan bahaya jajan sembarangan serta dapat memilih makanan jajanan yang sehat.

METODE PENGABDIAN

Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah menggunakan

Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

metode ceramah dengan media Powerpoint. Pemateri membahas pengetahuan tentang kandungan zat berbahaya dalam makanan jajanan di lingkungan sekolah dan dampaknya bagi kesehatan, perbedaan makanan sehat dan tidak sehat dan bagaimana cara untuk memilih jajanan sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Iboih yang terletak di Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie pada hari Kamis tanggal 13 Oktober 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyareakat yang dilakukan oleh tim dosen dan mahasiswa STIKes Medika nurul Islam di Sekodah Dasar Negeri Iboih untuk memberikan pengetahuan kepada siswa siswi tentang berbagai jenis makanan jajanan yang berpotensi mengandung zat-zat makanan berbahaya dikonsumsi dan dampak yang ditimbulkannya. Peserta kegiatan adalah guru dan siswa.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pembukaan dan pengarahan dari sekolah, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi tentang keamanan makanan jajanan kepada siswa dalam bentuk ceramah dan paparan menggunakan media power point. Di tahap awal penyuluhan, beberapa siswa mengemukakan alasan pemilihan jajanan yaitu karena wamanya yang menarik, rasanya yang manis, dan kemudahan akses tanpa mengetahui dampak yang ditimbulkan untuk kesehatan. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan menyajikan dalam bentuk gambar berbagai macam makanan dan minuman yang biasa dijual di lingkungan sekolah maupun rumah. Selain itu, diselingi dengan pertanyaan-pertanyaan terkait alasan mereka jajan dan alasan pemilihan jajanan tersebut. Selama sesi pemberian materi para peserta menyimak dengan antusias,. Di akhir sesi, pemateri memberikan tes dengan metode penyajian gambar jajanan sehat dan tidak sehat, kemudian anak-anak mengelompokkan dan memberikan alasannya. Didapatkan hasil bahwa siswa-siswi

Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

SDN Iboih telah mampu membedakan makanan yang sehat dan tidak sehat ditinjau dari penggunaan zat tambahan yang ada didalamnya. Secara umum, kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang telah direncanakan. Antusiasme peserta kegiatan terlihat dari semangat ketika mendengar dan menyimak materi penyuluhan serta ketika memberikan pertanyaan- pertanyaan terkait dengan materi penyuluhan.

DOKUMENTASI KEGIATAN

Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat
eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

DAFTAR PUSTAKA

eISSN : 2962-8369
Volume 2, Nomor 1, Juli 2023
DOI: https://doi.org/10.47647/alghafur.v2i1.1048

Iklima, N. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan BS!,* 5(1).

Mavidayanti, **H.,** & Mardiana. (2016). Kebijakan Sekolah dalam Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar. *Journal of Health Education, 1* (1 **),** 71–77.

Nurbiyati & Wibowo, A.H (2014). Pentingnya Memilih Jajanan Sehat Demi Kesehatan Anak. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan - Seri Pengabdian Masyarakat, 3(3),* 192-196.

Rouim, Azzaoui, & Ahami, A. (2015). Food Additives and Hyperactivity Disorder Among School Children in the City of Kenitra (Morocco): Preliminary Study. *European Psychiatry, 30(1),* 1210.