



Jajanan Sehat pada Anak di Wilayah Pesisir SDN 04 Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara

Rahmawati^{1*)}, Adius Kusnan², La Rangki³, Mubarak⁴, Sukurni⁵, Saida⁶

Published online: 01 Juni 2023

ABSTRACT

Pengetahuan orang tua tentang pemilihan jajanan sehat akan berpengaruh terhadap kebiasaan jajan anak. Orang tua harus mengetahui mengenai jajanan apa saja yang bergizi baik untuk anak dan jajanan apa saja yang tidak baik untuk anak. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi terhadap anak di SDN 04 Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan sebagai perwujudan nyata dari Edukasi tentang Pentingnya jajanan sehat pada anak. Metode pelaksanaan PkM adalah memberikan edukasi berupa informasi tentang makanan jajanan sehat dan bagaimana anak dan orangtua untuk mengatur jenis jajanan anak di sekolah. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa seluruh peserta penyuluhan telah memperoleh penjelasan tentang Jajanan Sehat dan peserta telah memperoleh informasi dan telah mengetahui tentang Jajanan Sehat

Keywords: Anak sekolah, Jajanan Sehat, Pengetahuan

PENDAHULUAN

Jajanan, makanan dan kantin sehat merupakan kebutuhan anak-anak sekolah yang punya andil besar dalam menumbuhkan generasi berprestasi. 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 (Sari & Woferst, 2015; Sudarma, 2020).

Makanan yang sehat merupakan bagian yang esensial bagi proses pertumbuhan dan perkembangan anak, serta sebagai dasar pemeliharaan kesehatan, baik bagi anak maupun orang dewasa. Sejalan dengan perkembangan zaman, semakin banyak bahan kimia yang dikembangkan dan digunakan sebagai bahan tambahan dalam jajanan dan makanan (Aisyah et al., 2015; Kinasih et al., 2022).

Berdasarkan penelitian BBPOM RI pada tahun 2007, didapatkan bahwa sekitar 45% jajanan anak sekolah yang sampelnya diambil dari 26 BBPOM di Indonesia tidak memenuhi syarat untuk dikonsumsi. Bahan kimia berbahaya yang sering disalahgunakan sebagai zat aditif pada jajanan dan makanan antara lain boraks/asam borat, tawas, formalin dan rhodamin B, sehingga membuat pangan yang sehat menjadi tidak sehat (Sineke et al., 2019; Sukma & Margawati, 2014).

Anak sekolah belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga berakibat buruk pada kesehatannya sendiri (Febriyanto, 2016). Anak membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung

¹ Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Haluoleo

*) *corresponding author*

Rahmawati
Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran,
Universitas Haluoleo

Email: rahma.fkuho@gmail.com

didalamnya. Anak sekolah biasanya mempunyai lebih banyak aktivitas di luar rumah dan sering melupakan waktu makan sehingga mereka membeli jajanan di sekolah untuk mengganjal perut. Permasalahan kebiasaan jajan yang tidak sehat pada siswa harus ditangani agar dapat terhindar dari berbagai macam resiko penyakit. Anak usia sekolah pada umur 7-11 tahun berada pada tahap perkembangan konkret operasional yang ditandai pikiran yang logis dan terarah serta mampu berfikir dari sudut pandang orang lain membuat anak usia sekolah sangat peka menerima perubahan dan pembaharuan (Amira & Setyaningtyas, 2021).

Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan malnutrisi. Selain itu, jajanan tidak sehat dapat menyebabkan prestasi anak di sekolah juga terganggu. Pendidikan kesehatan berperan mengubah perilaku kesehatan seseorang sebagai hasil pengalaman belajar. Oleh karena itu, perlu diadakan sosialisasi untuk memberikan pengetahuan tambahan kepada orang tua maupun anak-anak mengenai pentingnya memilih jajanan (Arza et al., 2020).

Sebagai upaya agar anak-anak memiliki kesadaran tentang jajanan sehat, maka Tim dosen dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SDN 04 Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan sebagai perwujudan nyata dari Edukasi tentang Pentingnya jajanan sehat pada anak.

METODE

2.1 Waktu dan Tempat

Kegiatan ini akan dilaksanakan pada bulan September 2023 di SDN 04 Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

2.2 Alat dan Bahan

Alat dan bahan untuk kegiatan pengabdian ini berupa edukasi yang disertai dengan media video pada masyarakat yang hadir saat pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan.

2.3 Metode Pelaksanaan

1. Khalayak Sasaran

Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh Siswa SDN 04 Moramo Utara Kabupaten Konawe.

2. Metode Kegiatan

Teknik pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan memberikan penjelasan serta edukasi tentang Jajanan Sehat melalui Penyuluhan Kesehatan dengan menggunakan media video.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

SDN 04 Moramo Utara merupakan salah satu Sekolah dasar yang terletak diwilayah pesisir Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SDN 04 Moramo Utara berupa pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan serta pemberian edukasi kepada seluruh siswa yang hadir tentang pentingnya jajanan sehat. Kegiatan dilaksanakan pada hari Minggu, 10 September 2023 di SDN 04 Moramo Utara yang dihadiri oleh 31 peserta.

Karakteristik peserta yang hadir pada penyuluhan yaitu Siswa siswi mulai kelas III hingga kelas VI SD

Pemberian Penyuluhan Kesehatan tentang Jajanan Sehat pada siswa-siswi SDN 04 Moramo Utara Melalui metode ceramah dan penyajian video animasi yang menarik bagi anak-anak yang berisi tentang penjelasan pengertian, kandungan, jenis Jajanan sehat, Jenis jajanan tidak sehat dan dampaknya serta tips untuk menghindari jajanan tidak sehat. Selain itu, disertakan pula dalam video cerita tentang dampak mengkonsumsi jajanan tidak sehat yang dapat mengakibatkan kecacingan dan diare pada seorang anak.

Hasil wawancara singkat terhadap siswa SDN 04 Moramo Utara, mereka menjadi lebih memahami dan mengetahui tentang arti dari jajanan sehat, jenis-jenis dan dampaknya, serta cara pencegahannya. Siswa juga mengatakan bahwa dengan edukasi melalui media video menjadi lebih menarik dan lebih jelas sebab selain penjelasan juga disertai dengan gambar-gambar yang terkait dengan Jajanan sehat dan jajanan tidak sehat.

Adapun dokumentasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:



Gambar 1. Dokumentasi pelaksanaan PkM

Pembahasan

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan di lakukan di salah satu kelas SDN 04 Moramo Utara. Tim bekerja sama dengan pemerintah setempat dalam hal ini Kepala Sekolah dan Para guru SDN 04 Moramo Utara untuk mengkomunikasikan kepada siswa-siswi mengenai kegiatan Penyuluhan Kesehatan, sehingga para siswa dapat mengikuti kegiatan penyuluhan tersebut.

Peserta penyuluhan kesehatan ini adalah siswa SDN 04 Moramo Utara yang hadir untuk mengikuti penyuluhan kesehatan. Peserta yang hadir sesuai dengan target undangan yang telah diberikan.

Kegiatan dimulai pukul 09.00 wita yang diawali dengan laporan dari Ketua Pelaksana kegiatan, dilanjutkan dengan kata sambutan oleh Kepala Sekolah SDN 04 Moramo Utara yang sekaligus membuka kegiatan. Kegiatan penyuluhan berlangsung hingga pukul 11.30 Wita. Pemberian edukasi menggunakan alat bantu media elektronik berupa video yang berisi tentang penjelasan pengertian arti dari jajanan sehat, jenis-jenis dan dampaknya, serta cara pencegahannya. Proses pemberian edukasi kepada siswa berlangsung dengan lancar. Peserta diberikan kesempatan bertanya sehingga terjadi diskusi interaktif antara tim pemateri dengan siswa. Kegiatan ini melibatkan peran serta mahasiswa sehingga pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan tertib dan lancar. Secara umum kegiatan penyuluhan di SDN 04 Moramo Utara berjalan sesuai dengan rencana. Kelancaran kegiatan ini juga tidak lepas dari bantuan dan peran serta tim pengabdian masyarakat dan seluruh mahasiswa yang terlibat.

Kegiatan Edukasi tentang penjelasan tentang Jajanan Sehat sangat penting untuk diberikan untuk menghindari dampak yang ditimbulkan akibat Jajanan tidak Sehat yaitu Nafsu makan menurun, Makanan yang tidak higienis akan menimbulkan berbagai penyakit, Salah satu penyebab terjadinya obesitas pada anak, Kurang gizi sebab kandungan gizi pada jajanan belum tentu terjamin. Pemberian edukasi sangat membantu siswa dalam memahami dan meningkatkan pengetahuan mereka tentang jajanan sehat. Kegiatan ini sebaiknya selain dilakukan di SD juga dapat dilakukan di seluruh wilayah Moramo sehingga memaksimalkan penyampaian edukasi kepada anak siswa

khususnya di wilayah pesisir terkait pentingnya jajanan sehat bagi siswa. Selain itu, sangat diharapkan peran masing-masing individu, keluarga, serta peran puskesmas setempat untuk senantiasa melakukan edukasi serta agar dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak-anak dalam memilih jenis panganan sehat berupa jajanan yang dapat mendukung kesehatan dan kecerdasan pada usia sekolah.

KESIMPULAN

Seluruh peserta penyuluhan telah memperoleh penjelasan tentang Jajanan Sehat dan peserta telah memperoleh informasi dan telah mengetahui tentang Jajanan Sehat

Ucapan terima kasih

Kami ucapkan terima kasih banyak kepada Ketua LPPM Universitas Halu Oleo yang telah memberikan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, dan Kepada seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi menyukseskan kegiatan ini.

REFERENCES

- Aisyah, U. N., Mutalazimah, S. K. M., & Sarbini, D. (2015). *Hubungan pengetahuan dan sikap anak terhadap perilaku pemilihan makanan jajanan yang sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Amira, K. A., & Setyaningtyas, S. W. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan Sehat: Literature Review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 16(2), 130–138.
- Arza, P. A., Masnarivan, Y., Dewi, R. K., Fitriyani, F., Rahmah, D. F., & Ananda, A. K. (2020). Edukasi gizi seimbang dan makanan jajanan sehat di SDN 39 Pasar Ambacang Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(1), 30–37.
- Febriyanto, M. A. B. (2016). *Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi jajanan sehat di MI Sulaimaniyah Mojoagung Jombang*. Universitas Airlangga.
- Kinasih, P., Isnaeni, F. N., & Gz, S. (2022). *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Masa Pandemi Covid-19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sari, S., & Woferst, R. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Tentang Fast Food Terhadap Motivasi Mahasiswa Dalam Mengonsumsi Makanan Fast Food*.
- Sineke, J., Kawuluan, M., Purba, R. B., & Dolang, A. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan gizi dan pola makan dengan kejadian obesitas pada siswa SMK Negeri 1 Biaro. *Jurnal GIZIDO*, 11(01), 28–35.
- Sudarma, V. (2020). Perbandingan tingkat pengetahuan pola makan sehat antara mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan non Kedokteran. In *SKRIPSI-2015*. Universitas Trisakti.
- Sukma, D. C., & Margawati, A. (2014). *Hubungan pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja di SMP Negeri 2 Brebes*. Diponegoro University.