

PENGENALAN JAJANAN SEHAT DAN JAJANAN BERBAHAYA DI SDN 2 KALIBEJI KECAMATAN SEMPOR

Wuri Utami*¹, Barkah Waladani²

¹Program Studi Keperawatan/STIKes Muhammadiyah Gombong

²Program Studi Keperawatan/STIKes Muhammadiyah Gombong
stikesmuhgombong@yahoo.com

ABSTRAK

Pemilihan makanan jajanan merupakan perwujudan perilaku, faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor intern dan ekstern. Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Anak-anak memiliki kegemaran untuk mengkonsumsi jenis makanan secara berlebihan. Dalam keseharian mereka, banyak dijumpai dan selalu dikelilingi penjual makanan jajan yang dapat mempengaruhi dan mendorong mereka untuk membeli dan mencoba. Pengaruh tersebut berasal dari berbagai pihak yaitu dari keluarga yang selalu membiasakan anak-anaknya mencoba jajan makanan diluar, pergaulan teman sekolah ataupun promosi dan iklan yang menarik. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan terkait pengenalan dan pemilihan jajanan sehat dan berbahaya sebagai upaya pencegahan terhadap terjadinya gangguan kesehatan pada anak-anak sekolah dasar yang dilakukan terhadap 45 orang tua siswa di SDN 2 Kalibeji Sempor. Kegiatan berjalan dengan lancar dengan hasil didapatkan pengetahuan wali murid tentang pengenalan jajanan sehat dan jajanan berbahaya meningkat, dibuktikan dengan rata-rata nilai pre-test 40 dan post test 71 (meningkat 29). Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu terdapat peningkatan pengetahuan wali murid mengenai pengenalan jajanan sehat dan jajanan berbahaya yang diharapkan selanjutnya mampu mengedukasi ke anak-anak mereka.

Kata Kunci : *Jajanan Sehat; Jajanan berbahaya*

PENDAHULUAN

Pemilihan makanan jajanan merupakan perwujudan perilaku, faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku berupa faktor intern dan ekstern. Pengetahuan merupakan faktor intern yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik (Mahfoedz I dan Suryani S, 2007).

Anak sekolah mempunyai banyak aktivitas sehingga sering melupakan waktu makan. Kebiasaan membawa bekal makanan pada anak ketika sekolah memberikan beberapa manfaat antara lain dapat menghindarkan dari gangguan rasa lapar dan dari kebiasaan jajan. Hal ini sekaligus menghindarkan anak dari bahaya jajanan yang tidak sehat dan tidak aman (Handayani, 2009).

Makanan jajanan berkaitan dengan tingkat keamanannya. Penyalahgunaan bahan kimia berbahaya atau penambahan bahan tambahan pangan yang tidak tepat oleh produsen pangan jajanan adalah salah satu contoh rendahnya tingkat pengetahuan produsen mengenai keamanan makanan jajanan. Ketidaktahuan produsen mengenai penyalahgunaan tersebut dan praktik higiene yang masih rendah merupakan faktor utama penyebab masalah keamanan makanan jajanan (BPOM, 2007).

Anak-anak memiliki kegemaran untuk mengkonsumsi jenis makanan secara berlebihan. Dalam keseharian mereka, banyak dijumpai dan selalu dikelilingi penjual makanan jajan yang dapat mempengaruhi dan mendorong mereka untuk membeli dan mencoba. Pengaruh tersebut berasal dari berbagai pihak yaitu dari keluarga yang selalu membiasakan anak-anaknya mencoba jajan makanan diluar, pergaulan teman sekolah ataupun promosi dan iklan yang menarik (Gusani, 2011).

Berdasarkan dari banyak penelitian, makanan jajan banyak mengandung bahan makanan tambahan yang membahayakan bagi kesehatan anak-anak dan mempengaruhi tumbuh kembang mereka. Badan POM telah mengungkap tentang bahan kimia yang berbahaya seperti formalin, bahan pewarna tekstil dalam makanan jajan tersebut. Makanan yang mengandung bahan inilah yang

menyebabkan berbagai penyakit seperti kanker dan tumor. Selain itu dapat mempengaruhi fungsi otak dan termasuk gangguan perilaku pada anak-anak meliputi gangguan tidur, gangguan konsentrasi, gangguan emosi, gangguan bicara, hiperaktif hingga mencapai gejala autism (Gusani, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disusun lakukan pada bulan Mei 2017 didapatkan data kebiasaan siswa-siswi anak SDN 2 Kalibeji jajan di luar sekolah tanpa pemantauan dari guru sekolah dikarenakan sekolah belum memiliki kantin sekolah yang permanen. Jenis jajanan yang di jual di luar sekolah salah satu diantaranya adalah gorengan yang menggunakan saos dan bahan makanan yang kurang aman kebersihannya. Dengan demikian perlu dilakukan sosialisasi pengenalan jajanan sehat dan jajanan berbahaya pada anak-anak sekolah, dalam hal ini anak Sekolah Dasar Negeri Kalibeji 2 Sempor.

METODE

Metode yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini adalah menggunakan metode penyuluhan. Metode ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, penyusunan laporan dan publikasi.

Materi yang diberikan selama pengabdian masyarakat berupa pengertian jajanan sehat dan jajanan berbahaya, manfaat jajan, dampak jajan berbahaya dan bagaimana memilih jajanan yang sehat dan berbahaya. Sebelum kegiatan penyuluhan dilaksanakan, peserta mengerjakan soal yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal peserta tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya.

Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah wali murid siswa siswi SDN 2 Kalibeji Sempor sebanyak 45 orang.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi melakukan koordinasi dengan mitra untuk kesediaan kerjasama dalam program pengabdian masyarakat, menyusun jadwal kegiatan dan melakukan pembagian tugas tim pelaksana.

Koordinasi dilakukan antara pihak pendidikan yaitu STIKes Muhammadiyah Gombang dengan pihak Sekolah atau Kepala sekolah SDN 2 Kalibeji Sempor. Materi penyuluhan dibuat menggunakan media *power poin presentation* yang akan ditampilkan melalui LCD proyektor, agar proses penyampaian (*transfer*) informasi kepada peserta bisa lebih cepat dan mudah diterima.

Sebelum materi penyuluhan disampaikan, akan dilaksanakan pre test terlebih dahulu untuk menentukan tingkat pengetahuan peserta pengabdian masyarakat tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya.

Soal dibuat sebanyak 10 nomor dan berisi materi yang akan disampaikan pada saat penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi sosialisasi atau penyuluhan tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya.

Pre test dilakukan selama 15 menit, kemudian dilanjutkan kegiatan penyuluhan tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya.

Penyuluhan dilaksanakan selama 1 x 90 menit, yang terdiri dari pemaparan materi dan diskusi atau tanya jawab.

Setelah penyuluhan selesai, peserta mengerjakan soal post test, yang isi dan jumlah sama seperti soal pre test. Hal ini dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak informasi yang bisa diterima oleh peserta selama proses penyuluhan berlangsung.

Tahap Penyusunan Laporan

Tahap ini meliputi penyusunan laporan kemajuan apabila kegiatan sudah tercapai 75% dan dilanjutkan penyusunan laporan akhir setelah seluruh kegiatan pengabdian masyarakat ini selesai.

Publikasi

Setelah laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat disusun, tahap selanjutnya adalah menyusun artikel ilmiah untuk dipublikasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan. Tahap kegiatan tersebut meliputi:

Tahap Persiapan

Tim melakukan koordinasi dengan mitra yaitu Kepala Sekolah dan staf guru SDN 2 Kalibeji Sempor untuk kesediaan bekerjasama dalam program pengabdian masyarakat. Tim menyusun jadwal dan melakukan pembagian tugas pada saat tahap pelaksanaan.

Tim pengabdian masyarakat terdiri dari 2 dosen dan 1 staf laboratorium. Ketua bertugas menjelaskan maksud dan tujuan, pelaksanaan, dan evaluasi pengabdian masyarakat sedangkan anggota bertugas melaksanakan dan evaluasi pengabdian masyarakat.

Persiapan juga dilakukan antara tim pengabdian masyarakat dengan pihak Kepala Sekolah, terutama 1 hari sebelum pelaksanaan. Persiapan ruangan dan media seperti LCD proyektor.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari pendaftaran peserta, pembukaan, menjelaskan tujuan kegiatan, pre-test materi tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya, evaluasi, post-test materi tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya dan penutup.

Tim melakukan pre-test materi tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya sebanyak 10 soal pilihan. Soal ini diberikan sebelum pemberian materi. Tujuan dilakukan pre-test adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta tentang jajanan sehat dan jajanan berbahaya. Jumlah peserta sebanyak 45 orang.

Peserta mengerjakan soal pilihan selama 10 menit, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi tentang pengertian jajanan sehat dan jajanan berbahaya, manfaat jajanan, dampak jajanan berbahaya dan bagaimana memilih jajanan yang sehat dan berbahaya.

Hasil kegiatan peserta bisa menyebutkan kembali jenis jajanan sehat dan jajanan berbahaya berdasarkan syarat makanan jajanan, bahan berbahaya yang terkandung di jajanan, bahaya akibat jajanan mengandung bahan kimia, pewarna, dan pengawet.

Kegiatan berikutnya adalah pengenalan dan praktek jajanan sehat yang. Hasil kegiatan di tuju untuk meningkatkan kemampuan wali murid dalam mengidentifikasi pemilihan jajan yang sehat dilakukan diskusi kelompok dengan cara mempersilakan wali murid menyampaikan hasil identifikasinya mengenai pemilihan jajan yang sehat .

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang diolah oleh pengrajin makanan di tempat penjualan dan atau disajikan sebagai makanan siap santap untuk dijual bagi umum selain yang disajikan jasa boga, rumah makan atau restoran, dan hotel (Depkes RI 2007).

Pangan jajanan umumnya dijual untuk langsung dikonsumsi tanpa proses penanganan atau pengolahan lebih lanjut. Untuk beberapa pangan jajanan, tahapan akhir pengolahannya dilakukan di tempat penjualan. Peranan pangan jajanan di Indonesia sangat strategis dan mudah dijumpai di lingkungan sekitar sekolah, serta pada umumnya rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak usia sekolah. Dari hasil Survei Ekonomi Sosial Nasional (SUSENAS) 2010 menunjukkan bahwa pengeluaran keluarga untuk pangan jajanan di Indonesia mencapai 18.84% perkapita per minggu dari total makanan dan minuman atau 10.36% dari total pengeluaran keluarga (BPS 2010).

Makanan jajanan kurang mengandung densitas gizi daripada makanan utama. Kebiasaan menyediakan makanan camilan di rumah secara berlebihan dan kurangnya aktivitas fisik karena rajin

menonton televisi atau bermain games dapat memberikan kontribusi terhadap munculnya kegemukan (Khomsan 2011).

Pada umumnya kebiasaan yang sering menjadi masalah adalah kebiasaan makan di kantin atau warung di sekitar sekolah dan kebiasaan makan *fast food*. Makanan jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima atau dalam bahasa Inggris disebut *street food* menurut FAO didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Jajanan kaki lima dapat menjawab tantangan masyarakat terhadap makanan yang murah, mudah, menarik dan bervariasi.

Dari hasil *pre test* dan *post test* dapat dilihat bahwa terdapat rata-rata peningkatan pengetahuan yang signifikan sebesar 29 point setelah dilakukan penyuluhan.

Hasil observasi selama berjalanya seminar dan diskusi, wali murid dan guru cukup antusias untuk menanggapi terkait materi yang didapatkan, dilanjut sesi diskusi, penutup.

Tahap Penyusunan Laporan

Penyusunan laporan dilakukan oleh tim dan sudah sesuai dengan kondisi nyata pada saat tim melakukan pengabdian kepada masyarakat. Laporan terdiri dari latar belakang masalah, tujuan dan manfaat, kemudian berisi konsep materi, teknis pelaksanaan dan proses kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung sampai selesai, dan dokumentasi kegiatan.

Publikasi

Tahap selanjutnya adalah menyusun artikel ilmiah untuk dipublikasikan. Pembuatan abstrak dan naskah disesuaikan dengan aturan dan petunjuk yang dibuat oleh lembaga publikasi jurnal ilmiah. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini akan dipublikasikan dalam *University Research Colloquium* (URECOL).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermitra dengan Desa Kalibeji Kecamatan Sempor dengan peserta 45 orang. Metode pelaksanaan terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, penyusunan laporan dan tahap publikasi. Tim berjumlah 2 orang. Rincian kegiatan pengabdian masyarakat yaitu pendaftaran peserta, pembukaan, menjelaskan tujuan kegiatan, *pre test*, materi, *post test* dan penutupan.

Tujuan diselenggarakan kegiatan ini adalah memberikan informasi dan mengedukasi kepada siswa/siswi SDN 2 Kalibeji tentang pemilihan jajanan sehat dan berbahaya. Dari hasil *pre test* dan *post test* dapat dilihat bahwa terdapat rata-rata peningkatan pengetahuan yang signifikan sebesar 29 point setelah dilakukan penyuluhan.

Kegiatan ini berjalan dengan tertib dan lancar. Rencana tindak lanjut dari kegiatan ini adalah adanya pengadaan kantin sekolah yang pengelolaannya akan diawasi oleh pihak sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran kepada tim dalam melaksanakan proses pengabdian kepada masyarakat
2. Lembaga Penelitian, Pengembangan dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M) STIKes Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk berkontribusi dalam pengabdian kepada masyarakat dengan skema pendanaan.
3. Kepala Sekolah, Guru, dan wali murid SDN 2 Kalibeji Kecamatan Sempor yang bersedia menjadi mitra dan telah bekerjasama dengan baik dalam proses pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- BPOM. (2007). *Jajanan Anak Sekolah*. Jakarta: Sistem Keamanan Pangan Terpadu.
- Gusani. (2011). Fast food, Junk food, and Street food consume student in global school. *Food and Nutrition Paper*, 12.
- Handayani. (2009). Hubungan makanan jajan yang dikonsumsi siswa SD terhadap prestasi belajar. *Jurnal Akademi Keperawatan*
- Handayani, N. (2009). Peran orangtua, sekolah dan pedagang pada makanan jajanan anak. *Jurnal PDII*, 29
- Khomsan .A.(2011). Pangan dan gizi untuk kesehatan. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Mahfoedz I, Suryani S. (2007). Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya
- Yasmin G, Madanijah S. (2010). Perilaku penjaja pangan jajanan anak sekolah terkait gizi dan keamanan pangan di Jakarta dan Sukabumi. *Jurnal Gizi dan Pangan* 5(3): 148-157