

EDUKASI JAJANAN SEHAT KEPADA SISWA SD DALAM MENGHADAPI ERA NEW NORMAL

Yusni Atifah¹⁾, Afifatul Achyar²⁾, Rijal Satria³⁾,
Violita⁴⁾, Helsa Rahmatika⁵⁾ Jalilah Azizah⁶⁾

^{1,2,3,4,5)}Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Padang

⁶⁾Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan
yusniatifah@fmipa.unp.ac.id

Abstract

School-age children need energy and nutrients to support their growth and also their learning achievement at school. One source of energy and nutrient intake for school children comes from snack foods. School-age children as the nation's next generation are an investment for a nation. The quality of children today will determine the quality of a country in the future. Food safety education for snacks needs to be carried out from an early age in a systematic and sustainable manner as one of the efforts to improve the quality of human resources. Provision of quality nutrition, healthy and in accordance with the quantity that should be important to support the optimal growth and development of school-age children. Therefore, it is necessary to educate elementary school students to increase knowledge related to food safety and to know the meaning of symbols on snack packages. This activity was held in July 2022, and was attended by 206 participants from grades 3 and 6 of SDN 02 Payakumbuh. The results of the activity evaluation showed an increase in students' knowledge of snack safety and skills in identifying symbols on snack packs. In conclusion, this activity has been effectively carried out and can educate students of SDN 02 Payakumbuh in knowing the safety of food snacks.

Keywords: Education, Healthy Snacks, Elementary School Students

Abstrak

Anak usia sekolah memerlukan asupan energi dan zat gizi untuk mendukung pertumbuhan dan juga prestasi belajar anak di sekolah. Salah satu sumber asupan energi dan zat gizi bagi anak sekolah bersumber dari pangan jajanan. Anak usia sekolah sebagai generasi penerus bangsa merupakan investasi bagi suatu bangsa. Kualitas anak-anak pada masa sekarang akan menentukan kualitas suatu negara di masa depan. Edukasi keamanan pangan jajanan perlu dilakukan sejak dini secara sistematis dan juga berkelanjutan sebagai salah satu upaya untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia. Pemberian nutrisi yang berkualitas, sehat dan sesuai dengan kuantitas yang seharusnya penting untuk menunjang pertumbuhan perkembangan anak usia sekolah agar optimal. Oleh karena itu, perlu adanya edukasi kepada siswa SD untuk meningkatkan pengetahuan terkait keamanan pangan jajanan dan mengetahui arti simbol-simbol pada bungkus jajanan. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juli 2022, dan diikuti oleh 206 peserta dari kelas 3 dan 6 SDN 02 Payakumbuh. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terhadap keamanan jajanan dan memiliki keterampilan dalam mengidentifikasi simbol-simbol pada bungkus jajanan. Kesimpulan untuk kegiatan ini sudah efektif dilaksanakan dan dapat mengedukasi siswa SD dalam mengetahui keamanan pangan jajanan.

Kata kunci: Edukasi, Jajanan Sehat, Siswa SD.

PENDAHULUAN

Di era *new normal* sekarang ini, pembelajaran untuk siswa SD di kecamatan Payakumbuh Barat sudah

dilaksanakan secara luring sehingga, siswa sudah belajar di sekolah. Untuk menjaga kesehatan serta imunitas tubuh, siswa harus menjaga pola makan dan

jajanan yang mereka konsumsi, namun keterbatasan pengetahuan mereka menjadi salah satu faktor kendala. Makanan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi kondisi siswa tersebut. Pemberian nutrisi yang berkualitas dan berkuantitas baik dan benar sangat berperan dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah yang optimal (Wahyuningsih dkk, 2015). Penyimpangan yang terjadi bisa mengakibatkan gangguan pada organ dan juga metabolisme tubuh anak. Masalah Kesehatan tersebut disebut juga dengan *Foodborne diseases* yang merupakan masalah kesehatan yang ditemukan pada masyarakat di Indonesia bahkan di berbagai negara lainnya (Wariyah dkk, 2013). Keracunan makanan merupakan permasalahan yang sering terjadi di Indonesia namun kurang mendapat perhatian dari orang tua, masyarakat maupun instansi karena memiliki efek jangka pendek sehingga tidak dianggap penyakit serius (Purwani dan Muwakhidah, 2016). Kasus keracunan makanan hampir terjadi setiap tahun. Faktor penyebab keracunan makanan seringkali disebabkan pengolahan makanan yang tidak higienis dan pemberian zat tambahan yang berbahaya pada produk olahan makanan. (Briawan, 2016). Makanan jajanan tradisional pada umumnya diproduksi secara tradisional melalui produksi rumah tangga yang belum ada jaminan keamanan, kebersihan dan standar operasional yang ditentukan. Bahan-bahan non edible juga seringkali digunakan oleh produsen dalam memproduksi jajanan. Produksi jajanan oleh industri makanan dalam skala besar pun belum tentu bisa dijamin keamanannya oleh karena itu perlu dilakukan edukasi kepada siswa SD

terkait keamanan jajanan yang mereka konsumsi.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Juli 2022 di SDN 02 Payakumbuh. Peserta Kegiatan ini adalah siswa SD kelas 3 dan kelas 6 sejumlah 206 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah 1. Penyuluhan terkait keamanan pangan jajanan. Penyuluhan yang diberikan dengan mengundang narasumber untuk menyampaikan pengetahuan kepada para siswa berupa : a. Penyuluhan fungsi makanan bagi tubuh b. Penyuluhan tentang kandungan makanan sehat c. Penyuluhan dampak atau akibat mengkonsumsi pangan jajanan yang tidak sehat d. Penyuluhan jenis-jenis jajanan sehat dan tidak sehat 2. Demo cara melihat keamanan pangan jajanan dari bungkus snack melalui pengamatan label dan symbol-simbol pada kemasan. Selanjutnya dilakukan simulasi secara langsung oleh siswa SD menentukan keamanan pangan jajanan dari kode-kode yang ditemukan pada bungkus snacknya. seperti logo halal (khusus untuk siswa muslim), logo BPOM, tabel nilai gizi, tanggal *expired* makanan dan logo SNI.

Indikator berhasilnya kegiatan ini ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan siswa SD terkait keamanan pangan jajanan misalnya mengetahui fungsi makanan bagi tubuh, kandungan makanan sehat, dampak atau akibat mengkonsumsi pangan jajanan yang tidak sehat, jenis-jenis jajanan sehat dan tidak sehat. *Pretest* diberikan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa terkait jajanan sehat dan juga diberikan kuesioner diakhir acara untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi keamanan pangan jajanan kepada siswa SD di Kecamatan Payakumbuh Barat dalam upaya menghadapi *new normal* telah dilaksanakan dengan dua tema kegiatan. Tema yang pertama terkait Penyuluhan tentang Pangan Jajanan Sehat yaitu yang membahas tentang fungsi makanan bagi tubuh, kandungan makanan sehat, dampak atau akibat mengkonsumsi pangan jajanan yang tidak sehat dan jenis-jenis jajanan sehat dan tidak sehat. Penyuluhan disampaikan oleh ibu Dr. Violita, M.Si. Pemberian nutrisi atau asupan makanan tidak selalu bisa diberikan dengan benar oleh orang tua maupun oleh anak itu sendiri sehingga rentan menyebabkan terjadinya penyimpangan pada masa tumbuh kembang anak. Penyimpangan yang terjadi bisa mengakibatkan gangguan pada organ dan juga metabolisme tubuh anak. Masalah Kesehatan tersebut disebut juga dengan *Foodborne diseases* yang merupakan masalah kesehatan yang ditemukan pada masyarakat di Indonesia bahkan di berbagai negara lainnya (Wariyah, dkk, 2013).



Gambar 1. Penyampaian Materi Pertama

Tema yang kedua adalah Pelatihan Identifikasi Jajanan Pangan Sehat. Identifikasi jajanan pangan sehat melalui demo cara melihat keamanan

pangan jajanan dari bungkus snack melalui pengamatan dan membaca serta memahami makna simbol-simbol yang ditemukan pada bungkus kemasan jajanan. Selanjutnya, dilakukan simulasi secara langsung oleh siswa SD menentukan keamanan pangan jajanan dari dari kode-kode yang ditemukan pada bungkus snacknya. seperti logo halal (khusus untuk siswa muslim), logo BPOM, tabel nilai gizi, tanggal *expired* makanan dan logo SNI.

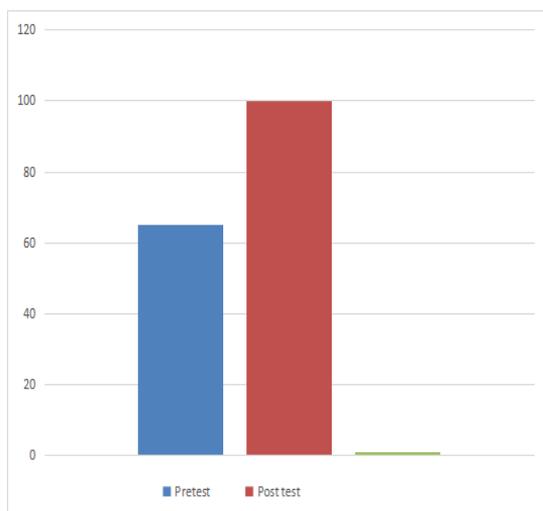


Gambar 2. Penyampaian Materi Kedua

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa, angket diberikan pada pelaksanaan kegiatan, sehingga diketahui beberapa informasi pengetahuan siswa terkait keamanan pangan jajanan, diantaranya adalah:

1. Ada perbedaan pengetahuan antara siswa kelas 3 dan kelas 6 SD terkait beberapa pertanyaan yang ditanyakan di angket
2. Siswa SDN 02 sering jajan pada penjual makanan yang berjualan di sekitar sekolah.
3. Masih banyak siswa yang belum mengetahui arti simbol-simbol pada bungkus jajanan yang merupakan informasi terkait jajanan tersebut.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui test yang diberikan yaitu tes pengetahuan di awal sebelum penyuluhan (*pretest*) dan tes setelah pelaksanaan penyuluhan (*posttest*) tentang pengetahuan keamanan jajanan. Efektivitas kegiatan ini terlihat dari peningkatan pengetahuan siswa setelah mendapatkan pengetahuan baru melalui penyuluhan yang diberikan.



Gambar 3. Grafik Peningkatan Pengetahuan Siswa

Aspek yang ditanyakan pada siswa dalam *pretest* dan *posttest* bisa dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Siswa Pasca Penyuluhan

No	Pertanyaan	Nilai Pretest	Nilai Posttest
1	Apakah anda sudah pernah mengikuti penyuluhan terkait jajanan sehat?	12	28
2	Apakah anda mengetahui ciri-ciri jajanan sehat?	10	28
3	Apakah anda mampu membedakan jajanan sehat dengan jajanan tidak sehat?	12	28
4	Apakah anda mengetahui apa saja jenis makanan sehat?	13	27

No	Pertanyaan	Nilai Pretest	Nilai Posttest
	dan apa saja makanan yang tidak sehat?		
5	Apakah anda mengetahui dampak atau akibat mengkonsumsi pangan jajanan yang tidak sehat?	16	28
6	Apakah anda tahu dimana ditemukan tanggal kadaluarsa pada bungkus snack?	10	28
7	Apakah kita bisa mengetahui kehalalan makanan dari bungkus snack nya?	10	28
8	Apakah anda cukup faham dengan penjelasan terkait makanan sehat yang diberikan?	10	25
9	Apakah anda senang mengikuti pelatihan ini?	20	30
Rata-rata skor		67	100

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, siswa dan guru antusias mengikuti kegiatan dan melakukan simulasi pengenalan simbol-simbol pada bungkus makanan. Melalui angket yang disebar diakhir acara, siswa dan guru juga mengharapkan adanya kegiatan serupa dengan tema berbeda yang akan dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman dan juga keterampilan guru dan siswa SDN 02 Payakumbuh.

SIMPULAN

Edukasi jajanan sehat yang diberikan kepada siswa SD dalam kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan siswa terkait dengan keamanan jajanan dan siswa mampu mengetahui makna simbol-simbol yang terdapat pada kemasan jajanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada LPPM Universitas Negeri Padang atas dukungan moril dan materil pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih juga kepada Ketua KKG Gugus 1 Payakumbuh Barat dan Kepala sekolah SDN 02 Payakumbuh atas Kerjasama dan dukungannya untuk kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Briawan D. Perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan anak sekolah dasar peserta program edukasi pangan jajanan. *J. Gizi Pangan*. 2016; **11** (3):201-210
- Fitriani NL, Andriyani S. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan Di Sd Negeri Ii Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun. *FPOK-UPI*. 2015.
- Purwani E, Muwakhidah M. Tentang Makanan Jajanan Sehat Dan Gizi Seimbang Dengan Sukoharjo. *WARTA LPM*. 2016 ; **19**(2): 105- 109.
- Wahyuningsih NP, Nadhiroh SR, Adriani M. Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh. *Media Gizi Indonesia*. 2015 ; **10**(1) : 26–31.
- Wariyah C, Hartati S, Dewi D. Penggunaan Pengawet Dan Pemanis Buatan Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah (Pjas) Di Wilayah Kabupaten Kulon Progo-Diy Province. *Agritech*. 2013 ; **33**(2) : 146–153.