

EDUKASI PANGAN JAJANAN AMAN PADA SISWA SDN 37 PEKANBARU

Sri Mulyani*, Yola Humaroh

Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau, Jl. Melur No.103, Sukajadi, Pekanbaru, Riau.

*Penulis Korespondensi: sri.mulyani@pkr.ac.id

ABSTRAK

Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) sangat berperan penting dalam pemenuhan asupan energi dan gizi anak usia sekolah yaitu PJAS yang aman, bermutu dan bergizi yang akan menentukan daya saing generasi emas bangsa Indonesia di kancah dunia nantinya. Gaya hidup dan kebiasaan anak sekolah dalam membeli jajanan sembarangan menjadi penyebab timbulnya masalah gizi pada anak sekolah. Hal ini dapat memberikan dampak pada prestasi dan kemampuan belajar siswa di sekolah. Berdasarkan hal tersebut perlu adanya suatu kegiatan pengabdian masyarakat dalam memberikan pembinaan dan edukasi pada anak sekolah dalam pemilihan pangan jajanan yang aman. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu memberikan edukasi dengan media leaflet dan poster/banner tentang pangan jajanan yang aman melalui kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Edukasi Pangan Jajanan Aman pada Siswa SDN 37 Pekanbaru". Pengabdian masyarakat ini dilakukan dari bulan Januari 2021 s/d Juli 2021 di SDN 37 Pekanbaru kepada siswa dan siswi dengan metode edukasi dan advokasi. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa dan siswi mengenai pemilihan pangan jajanan yang aman dan mengadvokasi pihak sekolah untuk melanjutkan penerapan pemilihan pangan jajanan yang aman pada siswa. Hasil pengabdian masyarakat di SDN 37 Pekanbaru menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi kategori baik adalah 13% menjadi 78% setelah diberikan edukasi.

Kata Kunci: Edukasi; pangan jajanan; konsumsi pangan

ABSTRACT

Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) plays an important role in fulfilling the energy and nutrition intake of school-age children, namely PJAS that is safe, quality and nutritious which will greatly determine the competitiveness of Indonesia's golden generation in the world stage later. The lifestyle and habits of school children in buying snacks at random are the cause of nutritional problems in school children. This can have an impact on student achievement and learning abilities in schools. Based on this, it is necessary to have a community service activity in providing guidance and education to school children in the selection of safe snacks. One of the efforts made is to provide education with leaflets and posters/banners about safe snacks through community service activities with the title "Education of Safe Snacks for Students at SDN 37 Pekanbaru". This community service is carried out from January 2021 to July 2021 at SDN 37 Pekanbaru for students using education and advocacy methods. The aim is to increase the knowledge of students and students regarding the selection of safe snacks and to advocate for schools to continue implementing the selection of safe snacks for school students. The results of community service at SDN 37 Pekanbaru showed that there was an increase in the knowledge of SDN 37 Pekanbaru students before being given education in the good category was 13%, increasing to 78% after being given education.

Keywords: Education; snack food; food consumption

1. PENDAHULUAN

Pangan jajanan anak sekolah (PJAS) merupakan pangan jajanan yang ditemukan di lingkungan sekolah dan secara rutin dikonsumsi oleh sebagian besar anak sekolah (BPOM RI, 2013). Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak. Konsumsi makanan jajanan pada anak-anak 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 (Mariza dan Kusumaastuti, 2012). Hasil penelitian Mudiani et al (2018) menunjukkan kontribusi energi jajanan tertinggi adalah 607 kkal dan sebanyak 19% anak-anak tergolong lebih untuk kontribusi jajannya.

Gaya hidup atau kebiasaan yang sering dilakukan anak di sekolah adalah dengan membeli jajanan dengan sembarangan. Anak sekolah membeli jajan berdasarkan tingkat kesukaan tanpa melihat atau memikirkan zat gizi yang terkandung dalam makanan yang dibeli (Nugraheni et al., 2018). Makanan jajanan berdampak negatif apabila makanan yang dikonsumsi tidak mengandung nilai gizi yang cukup dan tidak terjamin kebersihan serta keamanannya. Selain menimbulkan masalah gizi, dampak mengkonsumsi jajanan yang tidak baik akan mengganggu kesehatan anak seperti terserang penyakit saluran pencernaan dan dapat timbul penyakit-penyakit lainnya yang

diakibatkan pencemaran bahan kimiawi. Sehingga hal ini berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar siswa, meningkatnya absensi dapat berpengaruh pada prestasi belajar anak (Safriana, 2012).

Pemilihan jajanan dapat menjadi bagian penentu kebiasaan jajan pada anak-anak. Hal ini dikarenakan anak-anak memiliki pertimbangan dalam menentukan jajanan yang mereka pilih dan konsumsi. Penelitian yang dilakukan oleh Kristianto et al., (2013) menunjukkan bahwa harga, porsi, aroma, pengaruh teman dan rasa merupakan faktor anak-anak dalam menentukan pilihan jajanan yang akan di konsumsi.

Menurut Februhartanti dalam Dini et al (2017) anak-anak pada umumnya juga mengonsumsi jenis makanan jajanan yang kandungan zat gizinya kurang beragam dan kurang memperhatikan kandungan gizi jajanan. Selain itu, menurut Nurdianti & Wahyuningtyas (2019) pengetahuan gizi anak-anak dapat dipengaruhi dengan berbagai faktor salah satunya yakni pengetahuan ibu mengenai gizi dan jajanan. Pendidikan orang tua dapat menjadi dasar tingkatan pengetahuan anak-anak mengenai gizi dan jajanan.

Orang tua memiliki peran yang cukup penting dalam menentukan perilaku jajan anak karena dari orang tua anak mendapatkan persetujuan dan uang saku (Mangosta, 2011). Selain itu semakin tinggi tingkat sosial ekonomi dan didukung dengan pengetahuan gizi keluarga yang tinggi maka orang tua mampu mengarahkan anak-anaknya untuk memiliki perilaku yang baik dalam memilih jajanan. Sedangkan jika tidak didukung dengan pengetahuan gizi maka akan memberikan dampak negatif, seperti yang ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Nuryani (2018) bahwa anak yang terbiasa jajan cenderung memiliki asupan energi yang tinggi dibandingkan dengan anak yang tidak terbiasa jajan. Kebiasaan mengonsumsi jajanan berhubungan dengan peningkatan asupan energi dan signifikan berpengaruh terhadap asupan zat gizi.

Sekolah Dasar Negeri 37 Pekanbaru terletak di Jl. Garuda Sakti Simpang Baru Kecamatan Tampan. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari salah seorang guru, di SDN 37 terdapat sebuah kantin yang menjual beraneka pangan jajanan seperti bakso, nasi goreng dan goreng-gorengan. Selain itu diluar pagar sekolah juga banyak terdapat pedagang dengan gerobak atau motor yang menjual makanan jajanan seperti minuman es, gorengan, snack dll. Berdasarkan latar belakang dan permasalahan tersebut maka perlu dilakukan “Edukasi Pangan Jajanan Aman pada Siswa SDN 37 Pekanbaru”

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan dari bulan Januari s/d Juli 2021 di Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. Sasaran pada pengabdian masyarakat ini adalah Siswa Kelas 6 SDN 37 Pekanbaru, wali kelas, guru UKS serta Kepala Sekolah. Masih kurangnya pengetahuan siswa-siswi pada sekolah dasar dalam memilih pangan jajanan sehingga perlu dilakukan kegiatan edukasi tentang pemilihan pangan jajanan yang aman pada siswa-siswa di SDN 37 Pekanbaru. Untuk memudahkan dalam edukasi siswa-siswi sekolah di perlukan adanya leaflet dan juga poster yang di pasang di sekolah. Karena masih masa covid-19 di perlukan juga video tentang pemilihan pangan jajanan yang aman sebagai media untuk melakukan edukasi, sedangkan untuk keberlanjutan kegiatan ini di berikan modul tentang pemilihan pangan jajanan yang aman pada pihak sekolah. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar dalam pemilihan pangan jajanan yang aman.

Realisasi pemecahan masalah dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi kegiatan-kegiatan di bawah ini:

1. Pembuatan Modul Pangan Jajanan Aman

Modul Pangan Jajanan Aman ini telah di daftarkan HKI dengan nomor EC00202124769. Materi pada Modul Pangan Jajanan Aman ini terdiri dari pengenalan tentang kebutuhan gizi anak, pesan gizi seimbang, jenis pangan jajanan yang aman dan tips memilih pangan jajanan yang aman. Modul ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah untuk keberlanjutan kegiatan ini.

2. Pembuatan Video, leaflet dan poster Pangan Jajanan Aman

Pembuatan video, leaflet dan poster pangan jajanan aman, media ini berisikan tentang jenis pangan jajanan serta cara memilih pangan jajanan yang aman untuk memudahkan edukasi pada siswa karena masa pandemic covid-19.

3. Edukasi Pangan Jajanan Aman

Edukasi dilakukan dengan cara menyampaikan materi-materi terkait pangan jajanan aman baik melalui pemaparan materi, pembagian leaflet tas spondon, penempelan poster dan juga membagikan video.

4. Evaluasi

Evaluasi akan dilaksanakan di akhir kegiatan pengabdian masyarakat ini. Evaluasi terhadap pengetahuan kader akan menggunakan kuesioner pada awal dan akhir pelatihan. Selain itu, juga dilakukan diskusi tanya jawab dengan siswa untuk melihat perkembangan pengetahuan. Adapun indikator pencapaian tujuan yang digunakan meliputi persentase peningkatan pengetahuan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

SDN 37 Pekanbaru merupakan sekolah negeri yang resmi beroperasi pada tanggal 31 Desember 1971. Sekolah ini memiliki akreditasi A dengan kurikulum pembelajaran yang digunakan yakni kurikulum 2013. SDN 37 Pekanbaru memiliki luas tanah kurang lebih 3 M² dengan jumlah ruang kelas sebanyak 17 ruangan, 1 perpustakaan dan 1 ruangan sanitasi siswa. Jumlah guru pada sekolah ini sebanyak 40 orang serta jumlah siswa laki-laki dan siswa perempuan sebanyak 484 siswa dan 455 siswi. Pandemi yang terjadi saat ini menyebabkan perubahan sistem

penyelenggaraan pembelajaran di SDN 37 Pekanbaru. Sebagian besar siswa belajar secara daring di rumah dan belajar tatap muka di sekolah hanya dilakukan sebanyak 2 hari saja secara bergantian.

Hasil dari pre-test dan post-test tentang pengetahuan siswa SDN 37 Pekanbaru terhadap pemilihan jajanan aman dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Siswa SDN 37 Pekanbaru

No	Variabel	n (orang)	%
1	Pret-Test		
	Baik	18	13
	Tidak baik	123	87
	Jumlah	141	100
2	Post-Test		
	Baik	110	78
	Tidak Baik	31	22
	Jumlah	141	100

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebelum diberi edukasi, jumlah siswa yang memiliki tingkat pengetahuan tidak baik lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang memiliki pengetahuan baik terhadap pemilihan jajanan aman yakni sebesar 87% dari jumlah total keseluruhan siswa. Namun jumlah siswa yang memiliki tingkat pengetahuan tidak baik mengalami penurunan yang cukup signifikan setelah diberi edukasi yakni menjadi 22% dari jumlah total keseluruhan siswa.

Pembahasan

Pelaksanaan Edukasi

Kegiatan pelaksanaan edukasi terhadap siswa-siswi SDN 37 Pekanbaru yang telah dilakukan yakni tentang pesan gizi seimbang dan pemilihan jajanan yang aman. Media yang digunakan berupa leaflet, video dan poster yang memuat materi tentang pemilihan pangan jajanan aman. Setelah dilakukannya edukasi, seharusnya dilakukan observasi praktik pemilihan pangan jajanan yang aman secara langsung, akan tetapi observasi praktik pemilihan pangan jajanan pada siswa sekolah mengalami sedikit kendala dikarenakan adanya pandemi covid-19 yang membuat kantin maupun pedagang disekitar sekolah dilarang untuk berjualan. Sehingga siswa dan siswi sekolah tersebut tidak dapat membeli jajanan sebagaimana biasanya. Observasi hanya dilakukan dengan cara melakukan diskusi tanya jawab kepada siswa dan siswi SDN 37 Pekanbaru.

Evaluasi Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar

Untuk melihat keberhasilan kegiatan ini, para siswa diberikan pre-test dan post-test berupa pertanyaan mengenai pangan jajanan aman. Pre-test dan post-test ini berikan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi lakukan. Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah persentase siswa yang memiliki nilai pengetahuan baik mengalami peningkatan. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya sekitar 13% siswa yang memiliki pengetahuan baik dan kemudian hasil post-test menunjukkan bahwa jumlah siswa yang memiliki pengetahuan baik mengalami peningkatan menjadi 78%. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa siswi SDN 37 sudah mulai mengerti dan paham tentang pemilihan pangan jajanan yang aman. Sehingga praktik pemilihan pangan jajanan yang aman dapat dilakukan dengan baik.

Pengetahuan juga dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan. Pengetahuan adalah hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). Hal ini didasarkan pada pengalaman berbagai penelitian yang menyatakan bahwa perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih tahan lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan termasuk di dalamnya pengetahuan gizi, jajan, dan makanan jajanan dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun informal (Triwijayati et al., 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Iklima (2017) menunjukkan bahwa yang menjadi indikator pemilihan jajanan anak usia sekolah yakni sifat fisik/kimia makanan, rasa makanan dan pemilihan terkait sosial-ekonomi yaitu merk, ketersediaan dan lingkungan. Kebutuhan fisik dan psikis anak juga menjadi dasar *quick evaluation* atau evaluasi alternatif pilihan jajanan dan pengambilan keputusan pembelian makanan jajanan oleh konsumen anak yang tidak terencana. Jenis pengambilan keputusan (*Impulsivity*) yang mungkin terjadi pada anak secara signifikan berkontribusi memprediksi perilaku lebih dan di atas perilaku yang terencana (*planned behavior*). Anak dapat mengambil keputusan antara lain pada saat dan pada apa yang mereka inginkan untuk dimakan (Triwijayati et al., 2011).

Anak-anak tertarik dengan jajanan sekolah karena warnanya yang menarik, rasanya yang menimbulkan selera dan harga yang terjangkau. Bahkan mereka tidak memperhitungkan lagi berapa uang saku yang digunakan

untuk membeli makanan jajanan yang kurang memenuhi standar gizi. Selain hal tersebut, kenyataan bahwa banyak makanan jajanan yang disediakan atau dijual di kantin sekolah maupun pedagang makanan sekitar sekolah yang berjumlah lebih dari 5 pedagang setiap harinya dengan berbagai jenis dagangan makanan jajanan, yang sering dikonsumsi oleh anak-anak sekolah (Mavidayanti & Mardiyana, 2016).

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Pengetahuan siswa SDN 37 Pekanbaru mengalami peningkatan mengenai pemilihan jajanan aman setelah diberikannya edukasi pada siswa. Pemberian advokasi pada pihak sekolah bertujuan agar para siswa dapat dan terus menerapkan pemilihan jajanan yang baik di kehidupan sehari-harinya

5. DAFTAR PUSTAKA

- BPOM, R. (2013). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. BPOM.
- Dini, N., Pradigdo, S., & Suyatno, S. (2017). Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi (Kadar Lemak Tubuh Dan Imt/U) Pada Siswa Sekolah Dasar (Studi Di Sekolah Dasar Negeri 01 Sumurboto Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 301–306.
- Iklima, N. (2017). Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Keperawatan BSI*, 5(1), 8–17.
- Kristianto, Y., Riyadi, B. D., & Mustafa, A. (2013). Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(11), 489. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i11.361>
- Mangosta. (2011). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku memilih jajanan pada siswa sekolah dasar kelas 4 dan 5 di SDN Pondok Cina 2 Kecamatan Beji Kota Depok*. 2011.
- Mariza, & Kusumastuti. (2012). *Hubungan antara kebiasaan sarapan dan kebiasaan jajan dengan status gizi anak sekolah dasar di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang*.
- Mavidayanti, H., & Mardiyana. (2016). KEBIJAKAN SEKOLAH DALAM PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR Info Artikel. *JHE Journal of Health Education*, 1(1), 71–77. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jhealthedu/>
- Nugraheni, H., Indarjo, S., & Suhat. (2018). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah*. Deepublish Publisher.
- Nurdiyanti, H., & Wahyuningtyas. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pekerjaan Orang Tua dengan Perilaku Kebiasaan Jajan Siswa MII Nurul Islamiyah Tahun 2017. *Jurnal Medika Respati*, 14, 321–330.
- NuryaniRahmawati, R. (2018). Kebiasaan jajan berhubungan dengan status gizi siswa anak sekolah di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2), 114–122. <https://doi.org/10.14710/jgi.6.2.114-122>
- Putu Ratih Mudiani, N., Nursanyoto, H., Md Yuni Gumala, N., & Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, J. (2018). Status Gizi Dan Kontribusi Konsumsi Makanan Jajanan Anak Sekolah Di Sd 2 Penatih Denpasar Timur. *Journal of Nutrition Science*, 7(1), 26–28.
- Safriana. (2012). *Perilakumemilih Jajanan Pada Siswa Sekolah Dasar Di Sdn. Garot Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar*.
- Triwijayati, A., Widjojo, D. H., Armanu, & Solimun. (2011). Kompetensi Anak Dalam Mengambil Keputusan Konsumsi serta Regulasi dan Pemberdayaan Konsumen Anak dalam Mengonsumsi Makanan Jajanan. *JAM: Jurnal Aplikasi Manajemen*, 10(2), 318. <https://jurnaljam.ub.ac.id/index.php/jam/article/view/423>