

EDUKASI JAJANAN SEHAT TERHADAP PENINGKATAN PEMAHAMAN SISWA SEKOLAH DASAR 068003 TENTANG JAJANAN SEMBARANGAN

Suhada Ramadhanu¹, Dhea Salsabila Br. Sitepu², Eca Witriani³, Elvida Wati Hasibuan⁴, Hafizza Salsabilla Tarigan⁵, Hafizah Siti Fatimah⁶, Listi Tri Syafira⁷, Mutiara Lathifah Izzati⁸, Rapotan Hasibuan⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Rapotanhasibuan@uinsu.ac.id, Suhadaramadhanu@gmail.com

Abstrak

Anak sekolah khususnya anak yang duduk di sekolah dasar lebih tertarik untuk membeli jajanan yang ada di luar rumah daripada membawa makanan dari rumah. belum diketahui apakah jajanan tersebut baik bagi kesehatan anak atau justru dapat membahayakan kesehatan anak. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan mereka ialah melalui edukasi kesehatan dengan melakukan penyuluhan tentang bentuk-bentuk jajan yang baik maupun bentuk jajanan yang tidak layak untuk dikonsumsi sehingga edukasi kesehatan ini dapat merubah perilaku mereka dalam menanggapi bahayanya jajanan sembarangan. Penyuluhan kesehatan ini dilaksanakan di UPT SDN 068003 jalan Kayu Manis 1. Perumnas Simalingkar Kecamatan Medan. Materi yang disampaikan adalah dampak dari jajan sembarangan. Satu kelompok akan digunakan dalam desain penelitian pra-eksperimental. Dengan menggunakan total 22 responden sebagai sampel, pendekatan pengambilan sampel yang digunakan adalah pengambilan sampel lengkap. Selain itu, uji-t berpasangan dengan tingkat kesalahan 5% digunakan sebagai uji statistik dalam penelitian ini. Perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ditunjukkan dengan nilai p-value sebesar 0,000 atau kurang pada hasil uji Paired T-test menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa dari pre-test ke post-test setelah edukasi diberikan. Hasil pengabdian masyarakat melalui penyuluhan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah intervensi.

Kata Kunci: Edukasi, jajanan sehat, jajanan sembarangan

School children, especially children in elementary school, prefer to eat snacks rather than bringing lunch from home. It is not yet known whether snacks are sold in the home or school environment, whether these snacks are good for children's health or whether they can harm children's health. Elementary school children don't understand much about healthy snacks, they just buy and eat them without knowing whether the snacks are good for them. Their knowledge about healthy snacks is also very low. One effort to increase their knowledge is through health education by providing information about good forms of snacks and forms of snacks that are not suitable for consumption so that this health education can change their behavior in responding to the dangers of random snacks. This health education was carried out at UPT SDN 068003 Jalan Kayu Manis 1. Perumnas Simalingkar, Medan District. One group will be used in this pre-experimental, single-group pre- and post-test research design. Using a total of 22 respondents as samples, the sampling approach used was complete sampling. Moreover, a paired t-test with a 5% error rate was used as the dependent statistical test in this investigation. A significant difference between the two groups is indicated by a p-value of 0.000 or less in the Paired T-test test results which indicated an increase in student knowledge from pre-test to post-test after the education was given. The results of community service through this counseling showed an increase in student knowledge before and after the intervention.

Keywords: Education, healthy snacks, careless snacking

PENDAHULUAN

Satu hal yang disukai oleh anak adalah makan jajanan. Jajanan umumnya disukai anak sekolah karena murah, mudah diakses, dan mudah diterima. Biasanya, jajanan yang dijual memiliki variasi bentuk serta rasa gurih dan lezat. Anak-anak biasanya makan tanpa memperhatikan bahan-bahannya (Yani & Reynaldi, 2022). Menurut survei yang dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), sekitar 99% anak sekolah membeli makanan di area sekolah. Hal ini meningkatkan risiko terpapar penyakit pada anak-anak (Sumarni et al., 2020).

Jajanan adalah bagian penting dari kegiatan sehari-hari anak sekolah. Karena orang tua tidak memiliki banyak waktu untuk membuat makanan sendiri di rumah, jajanan menjadi kebutuhan nutrisi anak sekolah. Makanan jajanan tidak hanya murah, tetapi juga mudah diakses. Oleh karena itu, jajanan harus dikendalikan agar menjadi makanan yang baik dikonsumsi. Jajanan yang sehat adalah makanan yang tidak terkontaminasi oleh serangga maupun bakteri lain yang dapat menyebarkan penyakit; terbebas dari kotoran dan debu; dimasak dengan suhu yang memadai serta disajikan di atas alas yang sudah dibersihkan dengan air yang mengalir dan bersih. (Pribadi et al., 2022; Harahap & Harahap, 2024).

Anak sekolah biasanya kesulitan memilih makanan apa yang harus mereka makan, mereka lebih suka membeli makanan di area sekolah daripada membawa makanan dari rumah. Sulit untuk membedakan anak-anak dan

makanan jajanan karena anak-anak, terutama anak sekolah yang berusia 10 hingga 12 tahun, suka makan terlalu banyak. Penjual makanan jajanan akan selalu ada di sekitar anak-anak sepanjang hari, baik di lingkungan maupun sekolah (Fadhilah et al., 2024).

Bahaya jajanan yang dikonsumsi anak dapat menimbulkan keracunan makanan. Keracunan makanan seperti virus, bakteri dan jamur sebagai penyebabnya yang masuk ke dalam tubuh manusia. Keracunan makanan dapat disebabkan oleh bakteri, bahan kimia, atau logam, atau mikroorganisme seperti virus, bakteri, dan protozoa. Menurut Pusat Krisis Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, keracunan makanan dapat terjadi karena mengonsumsi makanan yang terkontaminasi. Pada umumnya, keracunan makanan menyebabkan banyak korban dalam waktu yang bersamaan karena konsumsi makanan yang sama. Keracunan makanan biasanya ditandai dengan gejala seperti pusing, mual, hingga muntah, dan kadang-kadang bahkan kematian (Marcela et al., 2024).

Mengonsumsi jajanan yang tidak sehat secara terus-menerus dapat menyebabkan akumulasi zat berbahaya dalam tubuh, yang dapat menjadi karsinogenik dan berpotensi menyebabkan penyakit serius serta masalah kesehatan secara menyeluruh. Jajanan tidak sehat yang telah dicampur dengan bahan berbahaya dan dapat menyebabkan masalah kesehatan karena tubuh tidak dapat memprosesnya. Bahan-bahan berbahaya ini termasuk bahan organik seperti kotoran, karet, plastik, dan rambut; bahan anorganik seperti pewarna, pemanis, dan pengawet; dan bahan

biologis seperti bakteri atau kontaminasi hewan. (Syarifuddin et al., 2022; Nasution, 2022). Sebuah studi tentang bagaimana anak-anak usia sekolah di Desa Kuta Gugung, Kecamatan Naman Teran, Kabupaten Karo, Sumatera Utara, memilih jajanan sembarangan menunjukkan bahwa pemahaman mereka tentang pemilihan makanan yang baik untuk dikonsumsi masih sangat minim. Peneliti menemukan bahwa anak-anak usia sekolah sering mengonsumsi makanan yang mengandung pewarna dan pemanis buatan, seperti pada saus dan buah, serta tidak memperhatikan kebersihan tempat makan mereka yang tampak kotor. (Yuliana Br Purba et al., 2021).

Tujuan dari edukasi pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengedukasi para siswa tentang pilihan makanan yang lebih sehat, dengan harapan siswa dapat memperoleh manfaat dan memiliki pengetahuan dalam memilih makanan yang sehat.

METODE PELAKSANAAN

Edukasi pengabdian ini dilakukan dengan melakukan intervensi penyuluhan tentang dampak jajanan sembarangan. Kegiatan ini menggunakan metode pengukuran *Pra-Eksperimental* yang menerapkan desain penelitian *one group pre-test and post-test*. Sampel pengabdian ini menggunakan total sampling pada anak usia sekolah di UPT SDN 068003 yang beralamat di jalan Kayu Manis 1. Perumnas Simalingkar Kecamatan Medan kelas V

sebanyak 22 orang. Kegiatan penyuluhan ini telah dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat yang terdiri dari 8 orang. Tahap awal kegiatan telah dimulai dengan adanya persiapan untuk meminta izin untuk melakukan pelaksanaan kegiatan kepada kepala sekolah, melakukan sebuah analisis situasi permasalahan yang ada di sekolah melalui penyebaran kuisisioner kepada siswa, melakukan prioritas masalah dari hasil analisis situasi masalah dengan 6 orang siswa, guru, dan kepala sekolah, dan selanjutnya melakukan pengukuran pengetahuan siswa dengan pre test dan post test dengan cara menyebarkan kuisisioner pre test pada saat sebelum intervensi dilakukan dan menyebarkan post test setelah intervensi telah dilakukan. Materi penyuluhan yang disampaikan adalah tentang dampak dari jajanan sembarangan dengan menggunakan media powerpoint disertai dengan memperkenalkan video animasi tentang dampak apabila anak mengonsumsi makanan yang mengandung bakteri, boraks, rodhamin, dan formalin yang tidak baik bagi tubuh serta tips memilih jajanan yang cerdas dan bergizi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa dampak dari jajanan sembarangan dan memperkenalkan bentuk-bentuk jajanan yang sehat. Data dianalisis dengan menggunakan Analisis Bivariate untuk mengevaluasi dampak edukasi

kesehatan terkait bahaya jajanan sembarangan melalui uji statistik dependen, yaitu paired t-test. Uji validitas dilakukan dengan signifikansi $p < 0,005$, dan hasil uji validitas dari 22 sampel menunjukkan nilai 0,000.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Sasaran Pengabdian Masyarakat

Tabel 1. Umur Anak Sekolah

No	Usia	N	F
1	11 Tahun	18	81,8%
2	10 Tahun	4	18,2%
Total		22	100%

Analisis univariat dari data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar distribusi frekuensi responden berada pada usia 11 tahun, dengan 18 responden (81,8%), sedangkan usia 10 tahun terdapat 4 responden (18,2%).

Tabel 2. Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	N	F
1	Laki-laki	9	40,9%
2	Perempuan	13	59,1%
Total		22	100%

Hasil analisis univariat bahwa frekuensi jenis kelamin dari 22 responden yang terdiri dari frekuensi Perempuan ialah 13 responden (59,1%), sedangkan laki-laki berjumlah 9 responden (40,9%) yang dapat dilihat pada Tabel 2.

b. Hasil Analisis Skor Pengetahuan Pre-Post Test (Intervensi)

Tabel 3. Analisis jawaban Benar tingkat pengetahuan pre dan post test

	Mean	N	Std. Dev.	Std. Mean
Pre test	6,54	22	.509	.108
Post test	7,81	22	.394	.084
		N	Corr.	Sig.
Pre test & post test		22	0,43	0,000

Hasil pada tabel 3 di atas menunjukkan nilai *Mean* sebelum dilakukan intervensi sebesar 6,54 meningkat menjadi 7,81 setelah dilakukan intervensi. Hasilnya, temuan ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam hal pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, dengan p -value 0,000 ($< 0,05$). Pengetahuan responden meningkat setelah edukasi dibandingkan dengan tingkat pengetahuan mereka sebelum edukasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Ma'ruf et, al (2024) mengungkapkan bahwa siswa dari kelas 5 memiliki nilai mean pre-test 87,15 dan nilai mean post-test 91,90, yang konsisten dengan peningkatan pengetahuan. Sementara itu, nilai mean pre-test siswa kelas 6 adalah 91,50 dan nilai mean post-test mereka adalah 96,50. Berdasarkan temuan ini, siswa kelas 6 mengetahui lebih banyak daripada siswa kelas 5, membuktikan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

Kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan di UPT SDN 068003 ini sangat

diperlukan kepada siswa untuk memperkenalkan kepada mereka bentuk-bentuk makanan yang sehat, bentuk-bentuk makanan yang sangat berbahaya bagi kesehatan, bahan tambahan makanan yang tidak boleh terdapat didalam makanan dan memperkenalkan bakteri yang terdapat dalam bahan makanan yang tidak sehat. Dengan adanya edukasi tentang jajanan sehat, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan atau mengembangkan gagasan tentang makanan sehat yang memenuhi standar kesehatan yang telah ditetapkan.

Temuan dari kegiatan edukasi ini konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Devriany (2021), hasil pengamatan pretest menunjukkan bahwa sekitar 4,7 persen peserta memiliki pengetahuan kurang, 33,3% peserta memiliki pengetahuan yang cukup, dan 62 persen peserta memiliki pengetahuan yang baik. Nilai hasil pengamatan meningkat setelah kegiatan penyuluhan. Data hasil pengamatan posttest menunjukkan bahwa 23,8% peserta cukup paham, 71,4% cukup paham, dan 4,8% cukup paham.

Temuan penelitian di atas juga didukung oleh studi Mulyani et al. (2020), yang menunjukkan bahwa hasil pre-test hanya sekitar 13% siswa yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan hasil post-test menjelaskan sekitar 78% siswa memiliki pemahaman. Dengan demikian, siswa SDN 37 sudah mulai memahami dan memahami cara memilih makanan jajanan. Dengan demikian, praktik dalam pemilihan jajanan yang aman dapat dilakukan dengan efektif.

Kegiatan penyuluhan diakhiri dengan permainan edukasi. Siswa akan diberi pertanyaan tentang jajanan sehat dan mereka yang menjawab dengan benar akan diberi apresiasi. Ini adalah bagian dari tahap evaluasi sehingga pemateri dapat dengan mudah mengetahui apakah siswa memahami penjelasan. Siswa di setiap kelas menunjukkan bahwa mereka dapat menanggapi secara efektif serta memahami materi yang disampaikan oleh pemateri.

Kegiatan penyuluhan ini diharapkan akan menambah pengetahuan siswa, khususnya siswa UPT SDN 068003, untuk dapat memilih makanan yang baik dikonsumsi. Mereka juga diharapkan dapat memahami dampak dari mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Penyuluhan tentang jajanan sehat adalah salah satu cara untuk menyebarkan informasi dan meyakinkan orang untuk menjadi lebih cerdas tentang makanan yang sehat serta dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, bahwa pengetahuan siswa UPT SDN 068003 mengenai cara memilih jajanan yang aman meningkat setelah mereka menerima edukasi. Untuk memastikan bahwa tujuan kegiatan ini tercapai, setiap siswa secara aktif terlibat dalam proses penyuluhan. Informasi yang dimiliki anak-anak usia sekolah tentang jajanan bergizi dan bahaya jajanan tidak sehat ditingkatkan melalui kegiatan ini. Keberhasilan ini dimungkinkan oleh penggunaan slide presentasi

sebagai media pembelajaran yang mudah dipahami, menarik, dan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang jajanan sehat. Melalui program ini, sekolah berharap dapat mengawasi para penjual makanan di sekitar sekolah dan memberikan keterampilan memilih jajanan kepada mas terutama anak murid sekolah. yang sehat serta mengingatkan mereka untuk membawa bekal dari rumah yang baik dan sehat.

REFERENSI

- Aisyah, I. K. A. N. Y. B. (2024). *Edukasi Jajanan Sehat di Pesantren Modern Kota Padang*. 1(6). <https://ejournal.jurnalpengabdiansosial.com/index.php/jps>
- Devriany, A. (2021). Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar tentang Dampak Jajan Sembarangan Bagi Kesehatan. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 35–41. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v2i2.395>
- Fadhilah, T. M., Sari, R. P., Masinambow, B. G., Andriana, D. S., & Arifiana, W. L. (2024). Edukasi Pendidikan Gizi Terkait Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 8(1), 91. <https://doi.org/10.30595/jppm.v8i1.20628>
- Harahap, L. J., & Harahap, L. J. (2024). Development of an Instrument for Measuring Intention to ACT and Healthy Eating Behavior of Students. *Journal of Health Sciences*, 17(01), 45-54.
- Indrawati, I., & Faridah, F. (2022). Pentingnya Pemahaman tentang Jajanan Sehat pada Anak di Taman Kanak-Kanak Baiturrahim Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), 7. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i1.166>
- Marcela, R., Suci Ramadhani, K., & Fiqri Alwi, M. (2024). *Keracunan Makanan*. 2(1), 41–51. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i1.729>
- Ma'ruf, M., Rais, I. R., & Bachri, Moch. S. (2024). Peran edukasi dalam pemilihan makanan sehat pada anak sekolah. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(1), 172–178. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i1.21427>
- Mulyani, S., Humaroh Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau, Y., & Melur No, J. (2020). *Edukasi Pangan Jajanan Aman Pada Siswa Sdn 37 Pekanbaru*.
- Nasution, K. (2022). Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang Pada Siswi Di Smp N 2 Huragi Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, 1(2), 5–9.
- Pribadi, T., Keswara, U. R., Widodo, S., Alparizi, M., Marlana, L., Pritasari, L., Wulandari, H.,(2022). Penyuluhan kesehatan tentang jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Dalam *JOURNAL OF Public Health Concerns* (Vol. 2, Nomor 4). <https://ejournal.iphorr.com/index.php/phc>
- Sumarni, N., Rosidin, U., & Sumarna, U. (2020). Penguatan Kapasitas Siswa Sd Jati Iii Tarogong Dalam Upaya Meningkatkan Kewaspadaan Pada Jajanan Tidak Sehat. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 289. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v3i2.28026>
- Syarifuddin, S., Afni Ponseng, N., Latu, S., Ade Ningsih, N., Studi, P. S., Masyarakat, K., Tamalatea, S., &

Selatan, S. (2022). *Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah*. 6(1).

Yani, R., & Reynaldi, F. (2022). Hubungan Perilaku Siswa Tentang Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Anak Di Sd Negeri 2 Teunom. Dalam *Jurnal Biology Education*.

Yuliana Br Purba, A., Derang, I., Ginting, F. S., Siallagan, A. M.,(2021). *Gambaran Perilaku Anak Usia Sekolah Dalam Jajan Sembarangan Di Desa Kuta Gugung Kec. Naman Teran Kab. Karo Sumatera Utara Tahun 2021* (Vol. 4, Nomor 2).
<https://jurnal.unimor.ac.id/JSK>

Zainuddin, N., Rahman, S. N., Kasmad, R., Alam, N., & Asikin, A. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Keamanan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar Melalui Media Edukasi Lembar Balik. | *Wahana Dedikasi Copyright@ Nurfaidah, 4*.
<https://doi.org/10.31851/dedikasi.v7i1.15321>



DOKUMENTASI KEGIATAN

