

## EDUKASI JAJANAN SEHAT PADA ANAK USIA SEKOLAH DI TK AISIYAH KARANGJATI

### *Healthy snack Education In School-Age Children At Aisiyah Karangjati Indergarten*

Dwi Yati<sup>1\*</sup>, Latifah Susilowati<sup>2</sup>, Yanita Setyaningsih<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Departemen Keperawatan Maternitas, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Departemen Keperawatan Anak, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Email: [dwie.ns215@gmail.com](mailto:dwie.ns215@gmail.com)

#### ABSTRAK

Anak usia sekolah menghabiskan seperempat waktunya berada disekolah. Banyaknya aktifitas seringkali membuat anak melupakan waktu makan sehingga mereka seringkali membeli jajanan menurut kesukaan mereka sendiri untuk sekedar mengganjal perut tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung di dalamnya. Jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi bagi anak usia sekolah. Jajanan yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk. Selain itu, jajanan tidak sehat dapat menyebabkan prestasi anak di sekolah juga terganggu. Oleh karena itu, perlu diadakan edukasi untuk memberikan pengetahuan tambahan anak mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak terkait jajanan sehat. Kegiatan ini dilaksanakan di TK Aisyah Karangjati, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul pada bulan Agustus 2023. Sasaran kegiatan ini adalah siswa-siswi TK Aisyah Karangjati yang berjumlah 64 anak. Pelaksanaan kegiatan ini di lakukan dalam 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Tahap persiapan meliputi pengurusan surat izin, pengumpulan data awal berupa pengkajian dengan memberikan pretest kepada anak terkait jajanan sehat. Tahap pelaksanaan kegiatan yaitu melakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan PPT. Tahap evaluasi adalah melakukan posttest terkait pengetahuan jajanan sehat dan pembuatan laporan hasil pendidikan kesehatan yang diberikan kepada anak. Hasil kegiatan didapatkan bahwa sebagian besar peserta yaitu sebanyak 67,1% memiliki pengetahuan kurang mengenai jajanan sehat dan setelah diberikan edukasi sebanyak 75% responden memiliki pengetahuan baik setelah diberikan edukasi.

**Kata Kunci:** Edukasi, Jajanan Sehat, Anak Usia Sekolah.

#### ABSTRACT

*School-age children spend a quarter of their time at school. The many activities often make children forget about meal times, so they often buy snacks according to their own preferences to just prop their stomachs without thinking about the ingredients contained in them. Snacks play an important role in providing energy and nutrition for school-age children. Unhealthy snacks can potentially cause poisoning and digestive disorders, and if they last long, they will cause poor nutritional status. In addition, unhealthy snacks can also disrupt children's performance at school. Therefore, education needs to be held to provide children with additional knowledge about the importance of choosing healthy snacks. The purpose of this community service is to increase children's knowledge regarding healthy snacks. This activity was carried out at Aisyah Karangjati Kindergarten, Bantul, in August 2023. The target of this activity was a total of 64 children. The implementation of this activity was planned in preparation, implementation, and evaluation stages. The preparatory stage includes obtaining permits and collecting initial data in the form of assessments by giving pretests to children regarding healthy snacks. The implementation stage of the activity was conducting health education using PPT. The evaluation phase involved conducting a posttest related to knowledge of healthy snacks and preparing reports on the results of health education given to children. The results of the activity found that most of the participants, or 67.1%, had less knowledge about healthy snacks, and after being given education, 75% of respondents had good knowledge.*

**Keywords:** Education, Healthy Snacks, School Age Children.

## PENDAHULUAN

Angka kejadian penyakit dan keracunan akibat makanan jajanan di kalangan anak usia sekolah terjadi di berbagai tempat secara merata di Indonesia dalam beberapa dekade terakhir. Hasil Laporan Tahunan Pusat Data dan Informasi Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2019 terdapat 872 kasus keracunan terjadi pada anak di Indonesia. Berdasarkan penyebab keracunan dilaporkan 7,63% karena makan, dimana paling banyak terjadi karena pangan olahan rumah tangga sebanyak 263 kasus dan makanan olahan jasa boga sebanyak 97 kasus. Dilihat dari tempat kejadian sebagian besar kasus terjadi di lingkungan sekolah. Aziz (2019) melaporkan terdapat 28 siswa TK dan SD di Cianjur mengalami keracunan makanan akibat jajanan di lingkungan sekitar sekolah. Halinan (2022) juga melaporkan terdapat 30 siswa di Padang mengalami keracunan usai jajan. Penelitian Nurleny *et al.*, 2020 menyatakan terdapat 35% kasus dengan gangguan pencernaan dan keracunan disekolah disebabkan akibat makanan yang di jajanan tidak memenuhi standar kebersihan dan kesehatan.

Keracunan makanan jajanan anak di sekolah menunjukkan betapa rentannya anak-anak terhadap makanan yang tidak sehat. Hasil survey dan pengawasan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) oleh BPOM tahun 2009-2014 mencatat sebanyak 23,82% PJAS tidak memenuhi syarat kesehatan karena tercemar mikrobiologi dan mengandung bahan kimia berbahaya seperti formalin, boraks, rhodamin, berisi bahan tambahan pangan (BTP) seperti siklamat dan benzoate berlebihan (Kementrian Kesehatan, 2015). Hasil pengujian sampel PJAS dari Sekolah

Dasar di wilayah Kota atau Kabupaten di DIY berdasarkan parameter kimia dan parameter mikrobiologi terdapat 25% sampel tidak memenuhi syarat karena mengandung bahan berbahaya (BBPOM, 2019). Jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi 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 (Santoso, 2018; Fitri, 2020). Anak usia sekolah belum mengerti cara memilih jajanan yang sehat sehingga dapat berakibat pada kesehatannya. Anak biasanya membeli jajan menurut kesukaan mereka sendiri tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung didalamnya (Rizqi, 2020; Angraini, 2019).

Anak sekolah biasanya mempunyai lebih banyak aktivitas di luar rumah dan sering melupakan waktu makan sehingga mereka membeli jajanan di sekolah untuk mengganjal perut (Purnamasari, 2018). Kebiasaan jajan dipengaruhi oleh faktor jenis makanan, karakteristik personal (pengetahuan tentang jajanan, kecerdasan, persepsi, dan emosi), dan faktor lingkungan (Rahayu & Lastariwati, 2017). Permasalahan kebiasaan jajan yang tidak sehat pada siswa harus ditangani agar dapat terhindar dari berbagai macam risiko penyakit. Hasil wawancara dengan guru kelas menyampaikan bahwa belum semua anak faham terkait pemilihan jajanan sehat dan belum pernah dilakukan penyuluhan dengan tema tersebut.

## METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini diawali dengan pengkajian dan koordinasi yang dilaksanakan mulai tanggal 26 Juli-26 Agustus 2022. Tahap ini dimulai dengan persiapan, koordinasi dengan pihak terkait di TK Aisyah Karangjati dalam hal jumlah siswa-siswi yang akan diikuti dalam kegiatan dan dilanjutkan dengan menyiapkan materi yang dibuat dalam bentuk power point, alat pendukung seperti LCD, mikrofon serta media promosi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan di TK Aisyah Karangjati, dengan sasaran siswa-siswi TK Aisyah Karangjati yang berjumlah 64 anak. Tahap ini diawali dengan kegiatan pemberian pertanyaan sederhana sebagai pretest kepada peserta untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan mengenai jajanan sehat mereka fahami, kemudian dilanjutkan dengan menyampaikan materi terkait jajanan sehat, diskusi dan diakhiri dengan pemberian pertanyaan sederhana sebagai posttest untuk mengevaluasi hasil kegiatan apakah sudah difahami oleh peserta. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Oktober. Tahap selanjutnya yaitu tahap evaluasi, Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan cara mengevaluasi pelaksanaan kegiatan dan membuat pelaporan kegiatan. Tahap ini akan dilaksanakan selama 3 minggu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi jajanan sehat yang dilaksanakan di TK ABA Karangjati diikuti oleh siswa-siswi Paud, TK A & TK B yang rencananya berjumlah 25 orang (TK B), namun permintaan dari sekolah untuk mengikutsertakan semua siswa-siswinya dalam kegiatan sehingga jumlah peserta kegiatan sebanyak 78 orang, dan siswa siswi

yang hadir saat kegiatan berlangsung sebanyak 64 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan berdoa. Sebelum dilakukan penyampaian materi penyuluh memberikan pertanyaan sederhana atau pretest terlebih dahulu secara lisan, dimana peserta dibagi 6 kelompok yang dipandu oleh pengabdi dan asisten pengabdi. Kuesioner dilengkapi dengan gambar agar memudahkan anak untuk membayangkan dan memahami apa yang ditanyakan oleh penyuluh, meliputi jenis makanan atau jajanan yang aman untuk dikonsumsi, cara memilih jajanan yang sehat, dampak jajanan yang tidak sehat, cuci tangan mencegah timbulnya penyakit.

Setelah itu dilanjutkan penyampaian materi dengan menggunakan slide power point dan poster yang menampilkan beragam gambar dan warna, sehingga materi yang diberikan lebih menarik dan membuat peserta lebih fokus untuk menyimak materi. Peserta tampak antusias mengikuti kegiatan hal itu terbukti dari keberanian anak-anak untuk bertanya terkait materi yang telah disampaikan. Sebelum mengakhiri kegiatan peserta diberikan posttest kembali. Adapun karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

### 1. Karakteristik Partisipan

Gambaran karakteristik partisipan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah tercantum pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1. Sebaran Peserta Setiap Kelas**

Kelas	Jumlah Siswa/Siswi	Siswa/Siswi Hadir
Paud	10	10
TK A1	19	13
TK A2	19	14

TK B1	16	14
TK B2	14	13
<b>Total</b>	<b>78</b>	<b>64</b>

**Tabel 2. Karakteristik Peserta Penyuluhan di TK Aisyiyah Karangjati (n = 64)**

Karakteristik Peserta	Frekuensi	
	n	%
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	29	45,3
b. Perempuan	35	54,7
Umur		
a. 6 tahun	26	40,6
b. 5 tahun	28	43,8
c. 4 tahun	10	15,6
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan Sebagian besar peserta kegiatan berjenis kelamin perempuan sebanyak 54,7% dan berumur 5 tahun sebanyak 43,8%.

## 2. Tingkat Pengetahuan Partisipan tentang Jajanan Sehat Sebelum Diberikan Edukasi

**Tabel 3. Pengetahuan Partisipan Tentang Jajanan Sehat Sebelum Diberikan Edukasi (Pretest)**

Pengetahuan Tentang Menstruasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	3	4,7
Cukup	18	28,2
Kurang	43	67,1
Total	64	100

Dari tabel 3 dapat dilihat tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi paling banyak dalam kategori kurang yaitu 67.1%.

## 3. Tingkat Pengetahuan Partisipan tentang Jajanan Sehat Sebelum Diberikan Edukasi

Gambaran tingkat pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Pengetahuan Partisipan Tentang Jajanan Sehat Setelah Diberikan Edukasi (Posttest)**

Pengetahuan Tentang Menstruasi	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Baik	48	75
Cukup	12	18,7
Kurang	4	6,3
Total	64	100

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang jajanan sehat pada anak di TK ABA Karangjati terjadi peningkatan pengetahuan, dimana 75% dalam kategori baik dan 18,7% dalam kategori cukup.

**Tabel 5. Hasil Pretest dan Posttest Pengetahuan Responden Tentang Jajanan Sehat**

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	Frekuensi (n)	Prosentase (%)	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Baik	3	4,7	48	75
Cukup	18	28,2	12	18,7
Kurang	43	67,1	4	6,3
Total	25	100	64	100

Berdasarkan hasil didapatkan sebelum diberikan penyuluhan 67,1% anak memiliki pengetahuan dalam kategori kurang tentang jajanan sehat dan setelah diberikan penyuluhan dalam anak memiliki pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 75% tentang jajanan sehat. Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitria *et all* (2020) menyebutkan bahwa penyuluhan gizi tentang jajanan sehat sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan anak. Hasil tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rizqi & Sartika (2020) bahwa ada peningkatan pengetahuan dalam pemilihan jajanan sehat sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan. Sebelum diberikan

intervensi terdapat sebanyak 4,8% anak berpengetahuan kurang dan setelah diberikan intervensi pengetahuan meningkat menjadi baik sebanyak 95,2%. Hasil tersebut juga didukung oleh penelitian Nur (2019) bahwa penyuluhan dapat meningkatkan 80% perubahan pengetahuan menjadi lebih baik dalam memahami tentang makanan, jajanan sehat dan jajanan tidak sehat.



Gambar 1. Poster Jajanan Sehat

Keberhasilan suatu promosi kesehatan tidak terlepas dari pentingnya sebuah media. Media visual merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan perhatian, konsentrasi dan imajinasi anak kemudian anak tersebut diharapkan mulai belajar menerapkan hal yang dipelajari sehingga akhirnya dapat membentuk pengetahuan, sikap dan tindakan yang baik dalam pemilihan jajanan sehat. Salah satu media yang efektif digunakan untuk penyuluhan kesehatan adalah dengan

menggunakan poster, leaflet, booklet, komik, nutrition card (Notoatmodjo, 2007; Ramadhani, 2022; Latif, 2018). Kegiatan pengabdian ini menggunakan media PPT dan poster. Adapun media poster dapat dilihat pada gambar 1

Hasil *literatur review* yang dilakukan oleh Ramadhani (2022) menunjukkan bahwa terdapat adanya peningkatan terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan pada siswa setelah diberikannya edukasi gizi tentang keamanan jajanan makanan anak sekolah dasar. Dengan adanya media komunikasi gizi memberikan motivasi kepada anak sekolah untuk bisa memilih jajanan makanan yang sehat dan bergizi. Media komunikasi juga memiliki daya tarik karena terdapat beberapa gambar dan warna sehingga anak memiliki keingintahuan yang lebih tinggi untuk belajar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Natasha (2021) menyatakan bahwa pendidikan dengan media poster berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap tentang jajanan sehat.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil pengabdian dapat disimpulkan bahwa pendidikan tentang kesehatan jajanan sehat pada anak, dapat dipahami anak dengan baik, hal ini terlihat dari antusias anak saat mengikuti kegiatan. Anak juga dapat menjawab pertanyaan setelah diberikan pendidikan kesehatan yang ditanyakan oleh penyuluh. Pada saat diberi gambar-gambar tentang perbedaan jajanan sehat dan tidak sehat anak dapat membedakannya, anak mampu menyebutkan manfaat jajanan sehat, serta dampak dari jajanan yang tidak sehat. Diharapkan guru dan

perawat puskesmas secara teratur dapat memberikan penyuluhan kesehatan secara berkala serta memantau status nutrisi anak agar tercipta generasi yang sehat dan cerdas bebas dari kondisi stunting dan gizi buruk.

### **Saran**

Pendidikan kesehatan ini memberikan rekomendasi: 1) bagi orangtua dapat membuat makan sehat dari rumah untuk dibawa ke sekolah, 2) bagi guru dapat membuat praturan larangan menjual jajanan di luar sekolah serta memberikan peraturan pada penjual di dalam sekolah untuk memperhatikan bahan-bahan makanan sebelum dijual dan di konsumsi oleh anak-anak.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada 1) anggota Tim Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Prodi Keperawatan; 2) LPPM Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta; 3) Pengurus Tk Aisyiah Karangjati yang telah berpartisipasi dan mendukung suksesnya kegiatan pengabdian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Aziz, D.D. (2019). Puluhan Siswa TK dan SD di Cianjur Keracunan Jajanan Anak-anak, *Media Tempo*.

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). (2019). Laporan Tahunan Pusat Data dan Informasi Obat dan Makanan Tahun 2019.

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). (2019). Laporan Tahunan 2018 Balai Besar Pengawas Obat dan Makanan di Yogyakarta.

Fitri, Y., Hendra, A & Nurbaiti, S. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Jajanan Tradisional Terhadap

Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Jajan Anak Sekolah. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, Vol.5, No.1, Hal: 13-18.

Halinan, N. (2022). Puluhan Siswa SD di Padang Keracunan Diduga Usai Jajan Bakso Bakar, *Liputan 6*, Diakses: <https://www.liputan6.com/regional/read/4856940/puluhan-siswa-sd-di-padang-keracunan-diduga-usai-jajan-bakso-bakar>, tanggal akses 5 Agustus 2022.

Kementrian Kesehatan RI. (2015). Pusta Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. Info Datin Kemenkes RI.

Latif, R., Haniarti, Muin, H. (2018). Pengaruh Media Poster Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Konsumsi Makanan Jajanan Anak Sekolah Smp 1 Patampanua Pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, Vol.1, No.3.

Natasha, K & Fayasari, A. (2021). Pemberianposter Daring Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Jajanan Sehatpada Siswa Sd Di Gki Bintaro. *Binawan Student Journal (BSJ)*, Volume 3, Nomor 1.

Nur, D.S.Y., Fitri, A., Dewi, S.M. (2019). Penyuluhan Makanan Jajanan dan Sehat dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Gizi Di SDN Karangjaya III Kecamatan Pedes Karawang, *Jurnal Buana Pengabdian*, Vol.1(1):26-36.

Nurleny, N., Andika, M., Kontesa, M., Yazia, V., & Hasni, H. (2020). Penyuluhan “Jasezi” (Jajanan Sehat Dan Bergizi) Agar Tubuh Kuat Lawan Corona Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Abdimas Saintika*, 2(2), 78-8.

- Purnamasari. (2018). *Panduan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Rahayu, S., & Lastariwati, B. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Makanan Jajanan Siswa Sekolah Dasar Negeri Gentan. *Journal of Culinary Education and Technology*, 6(7).
- Ramadhani, D.A & Kurniasari, R. (2022). Literature Review: Pengaruh Media Komunikasi Terhadap Keamanan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Vol. 8, No.5.
- Rizqi, E.R & Sartika, Y. (2020). Pengaruh Media Tebak Gambar Terhadap Pengetahuan Jajanan Sehat Siswa SD N 001 Teratak Kabupaten Kampar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 4, No. 1.
- Santoso, A., Devi, M & Kurniawan, A. (2018). Peningkatan Pengetahuan Siswa Mengenai Jajanan Sehat Menggunakan Media Minicard. *Jurnal Preventia*, Vol.3, No.2