

Edukasi Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tentang Jajanan Yang Sehat Pada Siswa SDN 381 KANAN Kecamatan Walenrang Utara

¹⁾Rafika Sari*, ²⁾Hegryselia, ³⁾Nilam Cahya, ⁴⁾Dahniar

^{1,2,3,4)}Program Studi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Palopo, Jl. Andi Pangeran No.27 Palopo, Sulawesi Selatan, Indonesia
Email: rafikasariannas16@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Edukasi PHBS Jajanan Sehat Siswa SD Pengetahuan Gizi	Konsumsi jajanan merupakan hal yang sangat melekat pada anak. Anak-anak seringkali mengonsumsi makanan diluar dan tidak memperhatikan kebersihan serta kandungan yang ada pada makanan tersebut sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan masalah kesehatan pada anak sekolah. Hasil Pengamatan dan wawancara didapatkan data Pengetahuan siswa tentang PHBS khususnya jajanan sehat masih kurang (pre test 97,3 % kurang pengetahuan). Masih banyak siswa terlihat melakukan jajanan yang tidak sehat dikarenakan adanya penjual jajanan yang tidak sehat di lingkungan sekolah. Oleh karena itu pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku siswa tentang jajanan sehat. Metode kegiatan yang dilakukan adalah ceramah tentang pemilihan jajanan sehat. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan siswa pada tanggal 22 Januari 2024. Hasil yang didapatkan adanya dukungan yang besar dari pihak SDN 381 KANAN, adanya antusiasme dari siswa dalam kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan tentang jajanan sehat mencapai 100%.
Keywords: Education PHBS Healthy Snacks Elementary School Students Nutritional Knowledge	ABSTRACT Consuming snacks is something that is very attached to children. Children often eat food outside and do not pay attention to the cleanliness and content of the food, thereby disrupting the growth and development of health problems in school children. The results of observations and interviews showed that students' knowledge about PHBS, especially healthy snacks, was still lacking (pre test 97.3% lacked knowledge). There are still many students seen eating unhealthy snacks due to the presence of unhealthy snack sellers in the school environment. Therefore, this service aims to improve student behavior regarding healthy snacks. The activity method carried out was a lecture about choosing healthy snacks. Implementation of student health education activities on January 22 2024. The results obtained were great support from SDN 381 KANAN, there was enthusiasm from students in the activity, there was an increase in knowledge, attitudes and skills about healthy snacks reaching 100%.
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Mengonsumsi jajanan adalah bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kebiasaan anak. Anak selalu mengonsumsi jajanan diluar tanpa memperhatikan hygiene dan kandungan pada makanan yang dikonsumsi. Berdasarkan survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), lebih dari 99% anak mengonsumsi jajanan saat di sekolah. Tingginya persentase anak yang mengonsumsi jajanan memungkinkan risiko terjadinya masalah kesehatan pada anak menjadi lebih besar (Sembiring et al., 2023). Jajanan juga menjadi faktor penting dalam proses pertumbuhan anak, karena jajanan yang sehat menyimpan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk tumbuh, sehingga mengonsumsi jajanan yang baik dapat mempercepat proses pertumbuhan anak dengan yang baik (Yani & Reynaldi, 2022).

Salah satu permasalahan berkaitan indikator PHBS pada siswa sekolah adalah berkaitan perilaku jajan, Hampir semua anak usia sekolah suka jajan (95%-96%) selain nilai gizi makanan jajanan yang relatif rendah, keamanan pangan makanan jajanan juga menjadi masalah. Yayasan Lembaga Konsumen Indonesia (YLKI) menyimpulkan bahwa persentase makanan jajanan anak sekolah dasar yang dicampur dengan berbagai zat berbahaya masih sangat tinggi. Sebagai salah satu alternatif makanan bagi anak sekolah, nilai gizi dan nilai keamanan makanan jajanan masih perlu mendapat perhatian (Nofriadi et al., 2020).

SDN 381 KANAN merupakan satu-satunya SD di Kecamatan Walenrang Utara, Kabupaten Luwu. Perilaku jajanan anak masih kurang baik yang merupakan salah satu indikator PHBS di sekolah. Berdasarkan hasil kuesioner didapatkan Pengetahuan siswa tentang PHBS khususnya jajanan sehat masih kurang (pre test 97,3 % kurang pengetahuan), selanjutnya berdasarkan hasil observasi didapatkan data masih banyak anak terlihat melakukan jajanan yang tidak sehat dan adanya penjual jajanan yang tidak sehat di lingkungan sekolah. Wawancara langsung dengan siswa masih banyak anak yang mengatakan suka jajan snack/ makanan ringan.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan di SDN 381 KANAN ini bahwa permasalahan berkaitan dengan Kesehatan yaitu masalah berkaitan perilaku jajanan anak yang tidak sehat yang dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mereka. Solusi permasalahan yang dilakukan Tim Pengabdian Di SDN 381 KANAN ini yaitu kegiatan penyuluhan/edukasi PHBS tentang jajanan sehat pada siswa kelas IV, V dan VI.

Melalui kegiatan pengabdian dalam bentuk penyuluhan kesehatan diharapkan siswa yang memiliki perilaku kesehatan khususnya jajanan sehat. Tujuan dari kegiatan ini ialah untuk meningkatkan perilaku siswa tentang jajanan sehat dan peningkatan pengetahuan siswa SDN 381 KANAN serta diharapkan terbentuk perilaku jajanan sehat sebagian dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

II. METODE

Metode pengabdian yang dilakukan dalam kegiatan penyuluhan/edukasi PHBS ini terdiri dari metode ceramah dan diskusi. Penggunaan metode ini sebagai strategi implementasi pengembangan yang bertujuan untuk memudahkan siswa agar dapat mempelajari dan memahami secara cermat materi yang diberikan. Adapun penjelasan terkait metode pengabdian yang dilakukan adalah sebagai berikut.

1. Metode ceramah

Metode ceramah adalah suatu bentuk penyajian bahan pengajaran melalui penerangan dan penuntun lisan tentang suatu topik materi.

2. Metode diskusi

Metode diskusi adalah metode pembelajaran yang menghadapkan pada suatu permasalahan dengan melakukan pertukaran pikiran, gagasan dan pendapat.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan SDN 381 KANAN Kecamatan Walenrang Utara, kegiatan ini dilakukan pada tanggal 22 Januari tahun 2024.



Gambar 1. Survey lokasi kegiatan bersama dengan tim dosen

Adapun prosedur pelaksanaan dibagi menjadi tiga tahap. Pertama, Tahap persiapan : (1) Melakukan sosialisasi kegiatan kepada pihak SDN 381 KANAN, (2) Menyepakati jadwal penyuluhan yang dilakukan, (3) Menyiapkan materi, media, alat sarana dan prasarana antara lain leaflet, infokus, jajanan sehat.



Gambar 2. Penyuluhan/Edukasi PHBS tentang jajanan sehat

Tahap kedua yaitu tahap pelaksanaan: (1) Memberikan penyuluhan pada siswa sekolah dengan topik Jajanan Sehat dengan metode ceramah pemilihan jajana sehat, (2) Menyebarkan leaflet kepada siswa, (3) Melakukan pendokumentasian setiap kegiatan melalui foto dan vidio.



Gambar 3. Evaluasi pemahaman siswa tentang jajanan sehat

Tahap ketiga yaitu tahap Evaluasi : (1) Melakukan evaluasi terhadap pengetahuan dan keterampilan siswa dengan cara Melakukan pre dan post test dan (2) Proses pengumpulan data dalam kegiatan dilakukan dengan wawancara dan obsevasi, pada kegiatan dilakukan untuk pengukuran hasil yang dilakukan setelah penyuluhan menggunakan kuesioner. Data yang didapatkan selanjutnya diolah dengan untuk mengetahui persentase berkaitan pengetahuan dan keterampilan siswa.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi PHBS Jajanan Sehat di SDN 381 KANAN Tahun 2024

Pengetahuan	Sebelum edukasi		Sesudah edukasi	
	F	%	F	%
Baik	1	2,7	22	61
Kurang	35	97,3	14	39
Jumlah	36	100	36	100

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 36 siswa SDN 381 KANAN sebelum edukasi terdapat 1(2,7%) responden yang baik pengetahuannya tentang PHBS Jajanan yang sehat dan terdapat 35(97,3%) responden yang kurang pengetahuan tentang PHBS Jajanan yang sehat.

Terdapat peningkatan setelah dilakukan edukasi tentang PHBS Jajanan yang sehat yaitu 22(61%) responden yang sudah baik pengetahuannya tentang PHBS Jajanan yang sehat dan masih ada 14(39%) responden yang masih kurang kesadarannya akan pentingnya penerapan hidup bersih dan sehat khususnya dalam pemilihan jajanan makanan.

Pelaksanaan kegiatan di SDN 381 KANAN ini telah dilakukan pada tanggal 22 Januari 2024 pada 36 orang siswa kelas IV,V dan VI. Usia sekolah merupakan masa di mana anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu untuk bekal masa depannya. Waktu terbesar dari aktifitas fisik keseluruhan anak sehari-hari, termasuk aktivitas makan. Makanan jajanan di sekolah ternyata sangat berisiko terjadi cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan (R.Djano & Audyani, 2022).

Salah satu kaitannya PHBS adalah dengan mencuci tangan yang baik dan benar sebelum dan sesudah makan, Berdasarkan hasil penelitian Halifa Nur (2022) menyatakan bahwa pengetahuan mencuci tangan menggunakan sabun pada kategori baik yaitu sebanyak 47 siswa (74,6%), dan siswa yang mempunyai pengetahuan mencuci tangan cukup sebanyak 16 orang (25,4%) dan tidak ada anak yang pengetahuannya kurang. Pada quiz cara mencuci tangan yang kami adakan dapat dilihat bahwa anak kurang lebih cukup memahami tentang prosedur cara mencuci tangan.

Melalui edukasi kesehatan siswa di sekolah dapat mengetahui, menyikapi dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Perubahan perilaku tersebut dapat berupa pengetahuan, sikap maupun tindakan atau kombinasi dari ketiga komponen tersebut. Oleh karena itu dilakukan penyuluhan/edukasi PHBS khususnya tentang jajanan yang sehat bagi siswa sekolah dasar, Dari hasil kegiatan yang dilakukan didapatkan adanya antusiasme siswa dalam kegiatan penyuluhan terutama pada saat dilakukan quiz dan pembagian buah-buahan bagi siswa. Begitu juga berkaitan pengetahuan yang mereka dapatkan tentang Jajanan Sehat juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, hal ini dapat dilihat pada tabel 1.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan/edukasi PHBS tentang jajanan sehat berjalan dengan baik, kegiatan yang dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan siswa SDN 381 KANAN sebesar 61% peningkatan yang terjadi tentang pengetahuan siswa tentang PHBS jajanan yang sehat. Dan diharapkan setelah kegiatan ini siswa SDN 381 tetap mendapatkan pembinaan secara terus menerus agar peningkatan ini tidak berhenti sampai disini saja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Ketua STIKes BPLR Palopo, Tim Dosen, Kepala desa Limbong dan Guru SDN 381 KANAN yang telah memberikan dukungan dan kerjasama dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H., Alexander, N., Paundanan, M., & Agustin. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Orang Tua dalam Memilih Jajanan Sehat pada Siswa di SDN 1 Upai Kecamatan Kotamobagu Utara. *Promotif*, 11(1), 24–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.56338/pjkm.v11i1.1514>
- Direktorat Pendidikan. (2012). *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.

- Halifa Nur (2022). Peningkatan Pengetahuan Kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah Dasar Di SDN 024 Lena Kab. Luwu Utara. *Mega Buana Journal Of Innovation And Community Service*, 1 (2), 32-37.
- Nofriadi, Anggraini, M., & Kartika, K. (2020). Edukasi Kesehatan Jajanan Sehat Pada Siswa di SDN 15 Nagari Kubang Pipik Kecamatan Baso. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(2), 55–58.
- R.Djano, N. A., & Audyani, Y. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Jajanan Sehat Siswa di SD Negeri 7 Ponjalae, Kota Palopo. *Mega Buana Journal of Public Health*, 1(2), 107–113.
- Sembiring, F. B., Amnita Anda Yanti Ginting, Rupang, E. R., Tumanggor, L. S., & Saragih, I. S. (2023). Edukasi Jajanan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(2), 373–378. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v5i2.1771>
- Yani, R., & Reynaldi, F. (2022). Hubungan Perilaku Siswa Tentang Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Anak Di SDN 2 Teunom. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 53–64.