

REVITALISASI USAHA KESEHATAN SEKOLAH MELALUI PROGRAM SAHABAT PENGAWAS JAJANAN DAN SEKOLAH SEHAT JAJANAN BERGIZI DI SDN 1 BLANG MANGAT KOTA LHOKSEUMAWE

Said Taufiq¹, Mawarhayati², M. Jamil Fauzi³

^{1,2,3} Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

E-mail: said.taufiq@poltekkesaceh.ac.id

Kata Kunci:

Jajanan, Edukasi,
Advokasi

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah membutuhkan asupan kalori dan nutrisi yang memadai. Khalayak adalah siswa sekolah dasar khususnya kader UKS di SDN 1 Blang Mangat Kota Lhokseumawe. Tujuan pelaksanaan kegiatan untuk meningkatkan kesehatan siswa dan terbentuknya perilaku jajan sehat pada siswa SDN 1 Blang Mangat. Permasalahan yang dijumpai adalah perilaku jajan anak sekolah dasar masih buruk, risiko tinggi tertular penyakit-penyakit infeksi dan gangguan kesehatan akibat konsumsi BTM berbahaya, risiko tinggi gangguan tumbuh kembang anak, terutama perkembangan kognitif karena asupan makanan berbahaya dan kurang bergizi, dan belum optimalnya pembinaan siswa terkait dengan jajanan, terutama pada kader UKS. Metode yang pelaksanaan kegiatan berupa advokasi, edukasi dan pelatihan kepada masyarakat sekolah terutama kepada kepala sekolah, siswa, kader UKS dan pedagang jajanan di sekolah. Advokasi pencanangan sekolah sehat jajanan bergizi dengan membuat komitmen bersama antara tim, sekolah dan stakeholder lainnya. Media belajar yang disiapkan adalah baliho, poster dan leaflet. Capaian dalam pelaksanaan PKM ini mampu meningkatkan pengetahuan kader UKS tentang perilaku jajan sehat, meningkatkan keterampilan anggota UKS melakukan edukasi dan melaksanakan pengawasan jajanan siswa. Adanya komitmen sekolah menciptakan sekolah sehat dan ketahanan tubuh siswa terutama dari penyakit infeksi dan gangguan akibat BTM berbahaya.

Abstract

The growth and development of school-aged children require adequate calorie and nutrient intake. The target audience is elementary school students, particularly UKS (School Health Unit) cadres at SDN 1 Blang Mangat, Lhokseumawe City. The purpose of the activity is to improve students' health and promote healthy snacking behaviors among the students of SDN 1 Blang Mangat. The problems encountered include poor snacking habits among elementary school children, a high risk of infectious diseases and health issues due to the consumption of harmful food additives, a high risk of developmental issues, especially cognitive development due to the intake of unhealthy and non-nutritious food, and the lack of optimal student guidance regarding snacks, particularly for the UKS cadres. The methods used in the activity include advocacy, education, and training for the school community, especially the principal, students, UKS cadres, and snack vendors at the school. Advocacy for the launch of healthy, nutritious school snacks is done by creating a

Keywords:

Snacks, Education,
Advocacy

joint commitment between the team, the school, and other stakeholders. Learning materials provided include banners, posters, and leaflets. The outcomes of this community service project include improving the knowledge of UKS cadres about healthy snacking behaviors, enhancing the skills of UKS members in providing education and supervising student snacks, and establishing a school commitment to creating a healthy school environment and strengthening students' resistance to infectious diseases and the effects of harmful food additives.



This is an open access article under the CC BY License
(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>).

PENDAHULUAN

Zat gizi memiliki peran penting dalam mempengaruhi perkembangan kognitif pada anak. Banyak penelitian menunjukkan bahwa malnutrisi dan defisiensi zat gizi mikro seperti zat besi, yodium, seng, dan folat berkaitan erat dengan kemampuan kognitif anak. Kekurangan zat gizi, seperti yang terjadi pada kasus stunting, dapat mengganggu perkembangan kognitif anak. Anak yang mengalami kekurangan gizi cenderung memiliki kemampuan kognitif optimal hanya pada dua pertiga dari total sampel anak (64,5%). Lebih ekstrim lagi, anak yang mengalami stunting menunjukkan penurunan perkembangan kognitif sebesar 7% lebih rendah dibandingkan anak dengan status gizi baik (Ekholuenetale et al., 2021). Kekurangan gizi memengaruhi area otak yang berperan dalam kognisi, memori, dan keterampilan lokomotor. Otak memerlukan energi yang besar pada masa kanak-kanak sehingga membutuhkan asupan yang sehat dan bergizi (Soliman et al., 2021).

Makanan jajanan anak sekolah yang menjadi risiko utama gangguan kesehatan adalah cemaran mikroba sebesar 74,9%, bahan tambahan makanan (BTM) 15,7%, dan BTM berbahaya 9,0% (Puspitasari, 2014). Kajian cemaran pangan menunjukkan bahwa hanya 7 dari 50 sampel jajanan (14%) yang memenuhi persyaratan angka cemaran mikroba (Yudhayanti dan Ernawaningtyas, 2018). Penelitian lainnya di lima kota besar di Indonesia menunjukkan bahwa 72,8% jajanan anak sekolah positif mengandung zat berbahaya. Bahan tambahan makanan berbahaya yang paling sering ditemukan adalah rhodamin-B pada 46,7% sampel (terutama pada jelly), formalin pada 25,5% sampel (ditemukan banyak pada sosis), dan boraks pada 15,3% sampel (umumnya ditambahkan dalam bakso) (Rifka, 2015). Kajian terkait perilaku jajan menunjukkan adanya pola konsumsi jajanan yang positif maupun negatif pada siswa sekolah dasar.

Siswa yang membawa bekal ke sekolah hanya sebesar 14,9%, dengan jenis makanan yang paling banyak dibawa adalah kue basah (48,8%) dan minuman berupa air putih (65,1%). Sebagian besar siswa membeli jajanan di luar pagar sekolah (69,1%), dengan makanan olahan favorit seperti somai (40,3%) dan mie (28,5%), serta minuman favorit berupa teh (44,4%). Makanan kemasan yang paling sering dibeli anak adalah kerupuk (39,9%) dan jelly (30,2%) dengan minuman sirup (39,9%). Mayoritas anak mengonsumsi jajanan langsung menggunakan tangan (40%) tanpa

mencuci tangan baik sebelum (85,8%) maupun sesudah (81,6%) makan (Taufiq, 2023).

Teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap perilaku jajan siswa sekolah dasar, baik secara positif maupun negatif. Kajian Abidin dan Anam (2019) menunjukkan bahwa teman memberikan pengaruh kuat terhadap pembentukan dan perubahan perilaku positif. Kekuatan pengaruh positif dari teman sebaya terhadap perubahan perilaku mencapai 42,2%, lebih tinggi dibandingkan beberapa variabel lain yang diteliti. Teman sebaya dapat berperan sebagai agen perubahan perilaku, terutama dalam mendorong perilaku positif untuk memilih jajanan sehat di sekolah.

Selain teman dan orang tua sebagai sasaran advokasi utama, sekolah juga perlu diadvokasi untuk membentuk perilaku jajan siswa yang sehat dan bergizi. Kebijakan sekolah, terutama terkait penyediaan kantin sehat dan pengawasan terhadap jajanan yang dijual di lingkungan sekolah, sangat menentukan keberhasilan pembentukan perilaku jajan yang sehat. Sekolah dan stakeholder terkait harus memiliki komitmen dan perhatian yang besar dalam upaya menciptakan sekolah sehat, dengan dukungan masyarakat, khususnya para penjual jajanan. Selain itu, support system melalui peran UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) juga sangat penting dalam mendorong terciptanya lingkungan sekolah yang mendukung perilaku sehat (Khumairah et al., 2022).

METODE

Intervensi dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan melalui advokasi, edukasi, dan pelatihan kepada komunitas sekolah, terutama melibatkan kepala sekolah, siswa, anggota UKS (Usaha Kesehatan Sekolah), dan pedagang jajanan di sekolah. Advokasi ditujukan kepada kepala sekolah dan dewan guru dengan tujuan memperoleh komitmen dan dukungan terhadap program yang dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat. Edukasi diberikan kepada anggota UKS dan pedagang jajanan sebagai sasaran utama. Hasil dari edukasi ini terbukti dapat meningkatkan pengetahuan para kader UKS dan pedagang mengenai jajanan yang sehat. Pelatihan diberikan kepada kader UKS, yang terbukti meningkatkan keterampilan peserta dalam melakukan pengawasan dan penilaian kualitas jajanan di sekolah serta keterampilan memberikan edukasi kepada siswa lain. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SDN 1 Blang Mangat, Kota Lhokseumawe, tepatnya di Jalan Rel Kereta Api, Gampong Keude Punteuet, Kecamatan Blang Mangat, Kota Lhokseumawe. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dari bulan Maret hingga Desember 2024.

Peralatan dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi spanduk kegiatan pengabdian masyarakat, kuesioner dan daftar tilik untuk pretes dan postes, leaflet dan poster mengenai jajanan sehat, baliho "SEJATI" (Sekolah Sehat Jajanan Bergizi), bahan peraga untuk mengidentifikasi jajanan sehat dan tidak sehat, alat tulis kantor, serta media pendidikan kesehatan seperti laptop, proyektor, presentasi PowerPoint, dan kendaraan untuk transportasi menuju lokasi kegiatan.

Prosedur kerja dalam pengabdian masyarakat meliputi persiapan awal, yang terdiri dari identifikasi karakteristik daerah mitra atau sasaran, koordinasi dengan lintas sektor dan pihak terkait, serta pengurusan izin ke Dinas Pendidikan dan Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe.

Persiapan juga mencakup penyusunan materi, media, dan alat peraga yang akan digunakan dalam kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga metode utama yaitu advokasi, edukasi, dan pelatihan.

Evaluasi proses mencakup beberapa aspek, yaitu perizinan, partisipasi dari khalayak sasaran dan pihak pendukung, kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan, serta solusi terhadap kendala tersebut. Keberhasilan dalam proses perizinan ditandai dengan adanya dukungan dari stakeholder terkait yang diwujudkan melalui keluarnya izin tepat waktu. Keberhasilan dalam pelaksanaan kegiatan diukur melalui tingkat partisipasi yang tinggi, terutama dari pihak sasaran utama. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan ini, digunakan instrumen berupa kuesioner dan lembar observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penilaian pengetahuan kader UKS tentang jajanan sehat dilakukan sebelum dan setelah pelaksanaan edukasi kepada sasaran. Distribusi pengetahuan sasaran tentang jajanan sehat sebelum pelaksanaan edukasi dapat dilihat pada tabel berikut.



Gambar 1. Kader UKS Melakukan Edukasi Jajan Sehat

Tabel 1. Pengetahuan Kader UKS Tentang Jajanan Sehat Sebelum Pelaksanaan Edukasi

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	1	8,3%
2.	Cukup	7	58,3%
3.	Kurang	4	33,4%
	Jumlah	12	100%

Pengetahuan peserta setelah pelaksanaan edukasi dipaparkan pada table berikut.

Tabel 2. Pengetahuan Kader UKS Tentang Jajanan Sehat Setelah Pelaksanaan Edukasi

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1.	Baik	11	91,7%
2.	Cukup	1	8,3%
3.	Kurang	0	0%
	Jumlah	12	100%

Tabel diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader UKS tentang jajanan sehat setelah pelaksanaan edukasi dengan hampir seluruhnya berada pada katagori baik (91,7%). Nilai rata-rata pengetahuan kader juga meningkat dari 6,25 menjadi 10,25 dengan kenaikan 4 poin. Berikut ditampilkan keterampilan peserta melakukan edukasi tentang jajanan sehat. Keterampilan peserta sebelum dilatih dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Keterampilan Kader UKS Melaksanakan Edukasi Sebelum Pelatihan

No	Kemampuan Melakukan Edukasi	Frekuensi	Persentase
1.	Sangat Baik	0	0%
2.	Cukup Baik	2	16,7%
3.	Kurang Baik	10	83,3%
	Jumlah	12	100%

Keterampilan peserta setelah pelaksanaan pelatihan dipaparkan pada table berikut.

Tabel 4. Keterampilan Kader UKS
Melaksanakan Edukasi Setelah Pelatihan

No	Kemampuan Melakukan Edukasi	Frekuensi	Persentase
1.	Sangat Baik	2	16,7%
2.	Cukup Baik	7	58,3%
3.	Kurang Baik	3	25%
	Jumlah	12	100%

Tabel diatas menunjukkan bahwa kemampuan kader UKS melakukan edukasi jajanan sehat setelah dilakukan pelatihan dominan cukup baik, yaitu 7 orang (58,3%). Terjadi peningkatan jumlah dan katagori kemampuan peserta melakukan edukasi baik dari teknik, percaya diri maupun materi yang disampaikan. Keterampilan kader UKS melakukan penilaian dan pengawasan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah seluruhnya baik. Peserta mampu menggunakan lembar observasi dengan baik dan melaporkan hasil observasinya dengan baik.



Gambar 2. Peluncuran Sekolah SEJATI

Kegiatan pengabdian masyarakat di SDN 1 Blang Mangat diakhiri dengan peluncuran program sekolah sekolah sehat jajanan bergizi (SEJATI). Peluncuran program ini dilakukan dengan pemasangan baliho di depan sekolah sebagai komitmen bersama masyarakat sekolah menjaga jajanan sehat anak sekolah di SDN 1 Blang Mangat. Program ini adalah hasil dari advokasi tim pengabdian masyarakat terhadap kepala sekolah, guru, komite sekolah dan penjual jajanan.

Makanan yang sehat bagi anak sekolah adalah makanan yang sesuai dengan standar kesehatan,

yaitu makanan yang tidak mengandung zat berbahaya seperti pewarna sintetis, pengawet, dan pemanis buatan yang dilarang dalam pangan. Meskipun penggunaan pewarna sintetis dalam makanan dapat memberikan manfaat bagi produsen dan konsumen, seperti membuat tampilan makanan lebih menarik, meratakan warna, dan mengembalikan warna yang hilang atau berubah selama proses pengolahan, beberapa penelitian telah membuktikan bahwa pewarna tekstil yang tidak diizinkan bersifat beracun bagi manusia. Zat-zat ini dapat membahayakan kesehatan konsumen dan berpotensi menyebabkan kanker pada hewan percobaan (Nurdin dan Utomo, 2018).

Jajanan sehat merupakan suatu keharusan, terutama bagi siswa sekolah dasar. Namun, mewujudkan jajanan sehat untuk mereka tidaklah mudah, karena terdapat banyak faktor yang memengaruhi. Dari sisi produksi, tidak semua produsen menerapkan standar pembuatan makanan yang sehat. Disisi konsumen, anak-anak sekolah masih belum sepenuhnya memahami pentingnya jajanan sehat. Selain itu, pengawasan dan pembinaan dari pihak berwenang juga menjadi tantangan. Meskipun sekolah tidak memiliki aturan khusus terkait jajanan, sebaiknya ada kebiasaan atau budaya yang diwariskan dari pengurus sebelumnya untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan anak-anak yang sehat melalui pengelolaan jajanan yang baik (Manalu dkk, 2016).

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader UKS sangat mendukung tujuan perubahan perilaku konsumsi jajanan sehat pada siswa sekolah dasar. Penting untuk memberikan edukasi kepada anak agar mereka dapat memahami perbedaan antara jajanan sehat dan tidak sehat. Hal ini karena pengetahuan berperan dalam membentuk perilaku dan sikap seseorang. Perilaku dipengaruhi oleh pengetahuan. Dengan mengenali ciri-ciri jajanan yang tidak sehat, anak dapat menghindari konsumsi zat aditif berbahaya. Edukasi ini tidak hanya penting bagi anak, tetapi juga harus diberikan kepada orang tua. Orang tua memiliki peran penting dalam mengontrol dan memantau pola konsumsi makanan anak. Mereka bisa diberikan edukasi untuk menghindari kebiasaan memberi uang jajan kepada anak. Sebagai gantinya, orangtua dapat menyiapkan bekal sehat untuk anak. Ini membantu mencegah anak membeli jajanan di luar. Bekal tersebut dapat terdiri dari makanan pokok serta jajanan sehat yang disiapkan secara higienis di rumah oleh ibu (Sumarni dkk, 2020).

Kepala sekolah atau guru yang membina Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) memiliki peran krusial dalam menjaga kualitas jajanan sehat di sekolah. Mereka bertanggung jawab membimbing siswa agar terbiasa memilih jajanan yang sehat dan bersih. Selain itu, mereka juga perlu memberikan arahan kepada penjual agar menjual makanan dalam kondisi higienis dan sehat. Namun, berdasarkan penelitian, peran ini belum sepenuhnya dijalankan oleh kepala sekolah. Padahal, guru dan kepala sekolah memiliki posisi penting dalam menyampaikan pengetahuan serta pesan-pesan gizi kepada murid sekolah dasar. Penjual makanan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya angka kesakitan pada anak sekolah, hal ini dikarenakan pengetahuan penjual makanan terhadap keamanan pangan masih tergolong kurang. Jika penjual makanan mempersiapkan makanannya dengan cara pengelolaan dengan baik, hygiene perorangan baik, serta kualitas makanan yang dijual baik, maka angka kejadian penyakit akibat makanan jajanan yang kurang baik dapat diminimalisir (Laili dkk, 2023).

Peran UKS dalam mengawasi jajanan anak sekolah sangat penting untuk memastikan kesehatan dan keselamatan siswa. UKS dapat berperan dalam hal seperti pengawasan kualitas jajanan, dengan memantau dan memastikan bahwa jajanan yang dijual di lingkungan sekolah memenuhi standar

kesehatan dan kebersihan. UKS melakukan edukasi kepada siswa, yaitu memberikan pendidikan tentang pentingnya memilih makanan yang sehat dan menjelaskan dampak buruk dari jajanan yang tidak sehat atau mengandung bahan berbahaya. Melakukan pembinaan penjual jajanan, dimana UKS bekerja sama dengan penjual untuk memastikan bahwa mereka menjual makanan yang aman, sehat, dan bersih. UKS dapat juga melakukan pengawasan dan memberikan pelatihan kepada penjual tentang praktik higienis dan nutrisi yang baik. Menunjang perannya UKS melakukan koordinasi dengan puskesmas, berkolaborasi dengan instansi kesehatan setempat untuk melakukan pemeriksaan berkala terhadap kualitas jajanan serta memberikan panduan terkait makanan yang aman untuk dikonsumsi. Peran lain yang dapat dilakukan pengelola dan kader UKS adalah melakukan penyuluhan gizi dengan membantu menyampaikan pesan-pesan gizi kepada siswa, mendorong mereka untuk menghindari jajanan tidaksehat dan lebih memilih makanan bergizi yang mendukung tumbuh kembang mereka (Dinkes Kota Yogyakarta, 2022).

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader UKS melakukan edukasi tentang jajanan sehat. Kader UKS juga mampu melakukan pengawasan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah. SDN 1 Blang Mangat berkomitmen menjadikan sekolahnya menjadi sekolah yang sadar dengan jajanan sehat untuk para siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan terlaksananya pengabdian Masyarakat ini kami ucapkan terimakasih kepada pimpinan Poltekkes Kemenkes Aceh, kepala sekolah, guru dan pembina UKS SDN 1 Blang Mangat serta peserta kegiatan pengabmas para kader UKS.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin UK., Anam S., (2019), Fenomena Geng Santri (Pengaruh Konformitas Kelompok Teman Sebaya Terhadap Perilaku Positif dan Negatif Geng Santri di Pondok Pesantren), Jurnal Studi Islam Miyah Vol. 13 No. 1 <https://doi.org/10.33754/miyah.v13i01.123>.
- Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2022, Pengawasan Makanan dan Edukasi Penjual Jajanan Anak Sekolah di Kota Yogyakarta, <https://kesehatan.jogjakota.go.id/berita/id/297>.
- Ekholuenetale, M., Barrow A., Ekholuenetale, CE., Tudeme G., (2021), Impact of Stunting on Early Childhood Cognitive Development in Benin: Evidence from Demographic and Health Survey, Egyptian Pediatric Association Gazette, (2020) 68:31, <https://doi.org/10.1186/s43054-020-00043-x>.
- Khumairah P., Anggraeni R., Darwis D., (2022), Advokasi Kesehatan, Jurkes Usimar <http://journal.iaialmawar.ac.id/index.php/JKUSIMAR/issue/view/31>.
- Laili Rizky Dzariyani, Mundiastuti Luki, Hayudanti Dewinta, Ethasari Rossa Kurnia, Aimanda Alifah Nur, Apsari Nabila Cindy, (2023), Pembinaan Peningkatan Kualitas Jajanan Anak

- Sekolah Dasar di SDN Tenggilis Mejoyo 1 Kota Surabaya, *Journal of Community Engagement in Health and Nursing* Vol. 1 (1), Doi. <https://doi.org/10.30643/jcehn.v1i1.222>.
- Manalu Helper Sahat P, Su'udi Amir, (2016), Kajian Implementasi Pembinaan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) untuk Meningkatkan Keamanan Pangan: Peran Dinas Pendidikan dan Dinas Kesehatan Kota, *Media Litbangkes*, Vol. 26 No. 4, hal. 249 – 256.
- Nuridin, Utomo Budi, (2018), Tinjauan Penggunaan Bahan Tambahan Pangan pada Makanan Jajanan Anak Sekolah, *Jurnal Riset Kesehatan*, Vol 7 (2), pp. 86 – 90, Doi. 10.31983/jrk.v7i2.3478).
- Puspitasari, R. L. (2014). Kualitas Jajanan Siswa di Sekolah Dasar, *Jurnal Al- Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi*. <https://doi.org/10.36722/sst.v2i1.99>.
- Rifka, T. (2015). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Jajanan Aman Dengan Perilaku Memilih Makanan Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung (Skripsi). Depok: Universitas Indonesia.
- Soliman A., Sanctis VD., Alaraj N., Ahmed S., Alyafei F., Hamed N., Soliman N., (2021), Early and Long- term Consequences of Nutritional Stunting: From Childhood to Adulthood, *Acta Biomed* 2021; Vol. 92, N. 1: e2021168 <http://DOI: 10.23750/abm.v92i1.11346>.
- Sumarni Nina, Rosidin Udin, Sumarna Umar, (2020), Penyuluhan Kesehatan tentang Jajanan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut, *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol. 3 No.2 Agustus 2020, Hal 289–297 Doi. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v3i2.28026>.
- Taufiq S., (2023), Snack Behaviour of Elementary School Students in Blang Mangat Sub-District Lhokseumawe, *Jurnal Scientia* Volume 12 No 2, 2023 <http://infor.seaninstitute.org/index.php/pendidikan/issue/view/24>.
- Yudhayanti, D., Ernawaningtyas, E., (2018), Cemaran Mikroba pada Jajan Pasar yang Beredar di Sekolah-Sekolah Wilayah Ponorogo, *Prosiding Seminar Nasional VI Hayati*.