

PENDIDIKAN PERILAKU MAKAN SEHAT MELALUI PENGEMBANGAN KANTIN SEHAT DI SMP/MTs KOTA MALANG

RR. Nugraheni Suci Sayekti¹⁾, Yuswa Istikomayanti²⁾, dan Zuni Mitasari²⁾

¹ Fakultas Ekonomi, Universitas Tribhuwana Tunggaladewi

² Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Tribhuwana Tunggaladewi

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim Pengembang IbM Kantin Sehat Menuju Sekolah Adiwiyata di SMP/MTs Kota Malang telah memberikan manfaat kepada seluruh warga sekolah terutama siswa. Kegiatan sosialisasi pendidikan perilaku makan sehat dilakukan untuk memberikan wawasan tentang kepentingan PJAS yang sehat, aman, dan bergizi melalui kegiatan penyelenggaraan makanan oleh kantin sekolah menuju kantin sehat dengan peran serta seluruh warga sekolah. Strategi yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan pembimbingan (TOT) yang didampingi oleh ahli kesehatan. Kegiatan penerapan SOP pelayanan dan adab makan siswa, SOP pengelolaan kantin sehat, dan SOP sanitasi serta higienitas memberikan pengaruh terhadap perilaku makan sehat siswa di sekolah serta perilaku adab makan yang baik. Selain itu penerapan SOP tersebut juga memberikan pengaruh terhadap pengetahuan penjual kantin dan mempraktikkan kegiatan penyediaan makan sehat di sekolah.

Kata Kunci : kantin sehat, siswa SMP, perilaku makan sehat

Pendahuluan

Pangan Jajan Anak Sekolah (PJAS) yang sehat, aman dan bergizi berpengaruh terhadap kesehatan anak serta pertumbuhan dan perkembangannya. PJAS yang beredar saat ini lebih banyak berupa makanan instan dan mengandung zat aditif seperti pengawet, pewarna buatan, perasa, serta pemanis dengan kadar berlebihan. Sekolah memiliki peranan penting dalam mengelola PJAS tersebut karena sebagian besar waktu aktif anak berada di sekolah. Pemerintah melalui Peraturan Pemerintah (PP) No. 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan (SNP) menyebutkan bahwa setiap satuan pendidikan wajib memiliki sarana pendukung kantin sekolah. Namun beberapa kejadian luar biasa (KLB) menurut Direktorat Surveilans dan Penyuluhan Keamanan Pangan, BPOM (2009) masih terdapat kejadian keracunan makanan pada anak sekolah sebesar 17,26% terjadi di sekolah dan sebesar 79,41 % terjadi pada anak sekolah dasar dan menengah.

Beberapa kantin di sekolah dasar hingga menengah dilaporkan belum memiliki kantin yang berlabel layak atau belum memenuhi standar kesehatan. Hal ini dikarenakan pembiayaan sarana kantin sekolah belum mendapat dana bantuan operasional sekolah (BOS) dari pemerintah pusat atau dari dinas pendidikan terkait. Kondisi kantin SMPN 26 di Jl. Ikan Gurami, Kel. Tunjungsekar, Kec. Lowokwaru, Kota Malang saat ini sudah memiliki ruangan kantin berupa bangunan permanen terbagi menjadi 4 ruangan berukuran 3x3 m². Kios kantin sejumlah 4 buah, 2 kios

sudah memiliki etalase dan 2 kios belum memiliki etalase. Makanan yang dijual sebagai besar makanan ringan dalam kemasan, gorengan, mie instan sedangkan makanan berat yang dijual hanya nasi lalapan tempe. Minuman yang dijual yaitu minuman ringan kemasan dan minuman es sirup merah.

Makanan dan minuman yang dihasilkan belum pernah diuji keamanan pangannya dari cemaran mikroba atau bahan kimia. Makanan berat yang dijual kurang bervariasi sedangkan dari hasil survey pendahuluan siswa menginginkan lebih banyak variasi makanan berat seperti gado-gado, soto, bakso, dan lainnya. Kantin memiliki peranan penting dalam mendukung gizi siswa di sekolah hal ini berdasarkan survey pendahuluan sebesar 83,5% siswa tidak pernah sarapan sebelum berangkat ke sekolah dan hanya sebagian kecil 25% siswa ada yang sesekali membawa bekal makanan ke sekolah.

Berdasarkan survey pendahuluan di MTs At-Taraqqie sebesar 93,5% siswa belum memahami bahaya dari zat aditif pada makanan jika mengkonsumsinya terlalu sering. Selain itu hal yang belum disadari oleh penjual kantin yaitu penggunaan minyak goreng yang berulang-ulang dapat menimbulkan bahaya kesehatan pada proses pembuatan makanan gorengan. Dengan demikian melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat mengembangkan Kantin Sehat di sekolah tersebut.

Makanan yang beredar saat ini lebih banyak berupa makanan instan yang sarat dengan bahan aditif seperti bahan pengawet, perasa, pewarna, serta pemanis (5P), serta kadar nutrisi yang kurang untuk memenuhi kebutuhan harian anak. Hal ini jika dibiarkan tentunya akan mengganggu kesehatan siswa dalam jangka pendek dan dapat mengganggu proses tumbuh kembang siswa dalam skala jangka panjang.

Hasil pengujian sampel PJAS oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2009, sebanyak 10.429 sampel dari seluruh Indonesia menunjukkan sampel yang memenuhi syarat kesehatan sebesar 76,18% dan yang tidak memenuhi syarat kesehatan yaitu 23,8% (Bagian Informasi Kemenkes, 2015). PJAS yang tidak memenuhi syarat kesehatan tersebut disebabkan oleh cemaran mikroba (67-79%), cemaran bahan aditif berlebihan (15-24%), dan sisanya (5,9-12%) tercemar oleh bahan berbahaya (Ditjen Pendidikan Dasar, 2014). Data pengujian sampel jajan anak sekolah di sekitar Malang Raya oleh Kristianto dkk. (2013) menunjukkan 71,4% jajanan tercemar formalin.

Makanan yang tidak sehat dan tidak aman bisa berasal dari bahan pangan yang tercemar, proses pengolahan dan penyimpanan makanan yang tidak higienis, atau proses penyajian dan kemasan yang kurang baik. Kantin sekolah berperan penting dalam penyajian makanan yang sehat dan aman untuk siswa dan warga sekolah lainnya. Pengembangan kantin sehat di sekolah perlu dilakukan karena menurut survey pada 640 SD dari 20 propinsi, sebanyak 40% sekolah belum memiliki kantin. Sedangkan 60% dari sekolah yang diteliti, 84,3% kantin belum memenuhi syarat sanitasi dan higienitas (Ditjen Bina Gizi dan KIA, 2011). Keberadaan kantin memegang peranan penting dalam pengembangan budaya makan sehat karena kantin sebagai penyedia utama makanan di sekolah selain itu pembiasaan makan makanan yang sehat untuk usia anak sekolah dapat dimulai dari sekolah (Patricia et.al., 2014).

Metode Pelaksanaan

Program pengabdian masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap survey pendahuluan pada bulan April 2016, selanjutnya tahap pelaksanaan pada bulan Maret hingga Juli 2017. Kegiatan selanjutnya akan dilakukan pendampingan hingga bulan September 2017. Tahapan survey pendahuluan dilakukan untuk mengetahui potensi dan kelemahan yang dimiliki masing-masing sekolah sebagai lokasi pengabdian. Siswa diberi kuesioner untuk mengetahui perilaku makan sehat siswa sebelum ada kegiatan sosialisasi serta pendampingan. Hasil dari kuesioner tersebut digunakan sebagai bahan pengembangan pendidikan perilaku makan sehat.

Kegiatan sosialisasi pendidikan perilaku makan sehat dilakukan untuk memberikan wawasan tentang kepentingan PJAS yang sehat, aman, dan bergizi melalui kegiatan penyelenggaraan makanan oleh kantin sekolah menuju kantin sehat dengan peran serta seluruh warga sekolah. Strategi yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan pembimbingan (TOT) yang didampingi oleh ahli kesehatan. Kegiatan ini dilakukan sebanyak satu kali di setiap sekolah. Tahapan selanjutnya yang dilakukan adalah pendampingan manajemen operasional kantin meliputi kegiatan pendampingan penyusunan dokumen standar manajemen operasional kantin meliputi SOP pengelolaan kantin sehat, SOP dan higienitas dan sanitasi kantin, SOP Pelayanan dan Adab Siswa di kanti serta pemberian contoh (demo) dan simulasi cara penyajian yang higienis. Selanjutnya juga dilakukan pendampingan kegiatan monitoring dan evaluasi pelaksanaan manajemen operasional kantin, serta pendampingan pengujian PJAS dari cemaran biologis dan kimia ke laboratorium. Kegiatan pendampingan siswa untuk mengembangkan perilaku makan sehat dilakukan dengan membentuk tim kampanye adab makan dan hidup sehat oleh sekelompok siswa yang dikoordinir oleh guru BK, mengajak siswa membuat poster tentang adab makan dan pangan sehat, mengajak siswa menilai diri dan menilai pelayanan kantin dengan mengisi buku monitoing.

Hasil

Gambaran Lokasi Pengabdian Masyarakat

Kantin dikelola oleh koperasi siswa namun belum memiliki manajemen operasional untuk menghasilkan PJAS yang sehat, aman dan bergizi. Pihak sekolah menyatakan belum pernah memberikan aturan tertulis tentang syarat makanan dan minuman yang dijual di kantin. Manajemen operasional kantin untuk mengendalikan kualitas PJAS yang sehat, aman dan bergizi juga belum pernah dikembangkan. Pihak sekolah menyatakan ingin memperbaiki kondisi kantin yang ada namun masih terkendala tidak adanya dana pengembangan kantin dari pemerintah. Sarana dan prasarana kantin belum memadai seperti jumlah kursi dan meja belum sebanding dengan jumlah siswa. Meja makan yang ada hanya sebanyak 3 buah dan 20 buah kursi sedangkan jumlah siswa SMPN 26 mencapai 524 siswa. Tempat cuci tangan di sekitar kantin belum ada, penjual belum memakai sarung tangan dan seragam khusus seperti celemek, tutup kepala, dan masker. Deskripsi pada Gambar 1.



Gambar 1. Kondisi Kantin SMPN 26 Malang (April 2016) Masih Menjual Gorengan dan Lebih Banyak Makanan Camilan/Kemasan



Gambar 2. Kondisi Kantin MTs AT-Taraqqie Malang (April 2016) Siswa Makan Mie Instan dan Masih Menjual Lebih Banyak Makanan Instan /Kemasan

Kondisi kantin di sekolah mitra yang kedua yaitu MTs At-Taraqqie yang terletak di Jl. Ade Irma Suryani, Kelurahan Kauman, Ke. Klojen, Kota Malang juga belum memenuhi syarat kantin yang sehat. Jumlah kios yang ada hanya 1 buah dan kantin tersebut melayani hingga 580 siswa MTs. Kios berukuran 4x4 m ini sudah memiliki etalase tetapi belum higienis terlihat dari kondisi lantai dan meja yang kotor serta penyajian makanan yang belum higienis. Makanan yang dijual sebagai besar adalah makanan ringan dalam kemasan, gorengan, serta mie instan dan beberapa makanan yang berwarna mencolok terindikasi menggunakan pewarna bukan makanan dan juga ada zat aditif seperti MSG, penguat rasa dan lain-lain. Makanan dan minuman juga belum pernah diuji keamanan pangannya dari cemaran mikroba atau bahan kimia berbahaya. Deskripsi pada Gambar 2.

Hasil Kegiatan Sosialisasi dan Pendampingan Perilaku Makan Sehat Melalui Kantin Sehat

Kegiatan Sosialisasi Kantin Sehat sudah terlaksana di SMPN 26 Malang dan di MTs At-Taraqqie. Penyelenggaraan kegiatan sosialisasi kantin sehat melibatkan unsur guru, OSIS, dan pelaksana kegiatan abdimas. Siswa yang hadir sebanyak 108 siswa di SMPN 26 dan 103 siswa di MTs At-Taraqqie. Materi yang disampaikan yaitu pentingnya gizi untuk pertumbuhan anak usia sekolah serta bahaya yang ditimbulkan jika mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat, aman dan bergizi. Kegiatan selanjutnya pengarahan kegiatan kaderisasi Tim Kampanye Kantin Sehat oleh tim abdimas yang juga terdiri dari 3 orang mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan, UNITRI. Materi yang disampaikan adalah upaya pengelolaan kantin sehat sehingga mampu mengarahkan sekolah adiwiyata, pendidikan hidup sehat dan pengenalan tata cara hidup sehat terutama di sekolah.

Kegiatan pendampingan siswa untuk mewujudkan siswa yang terbiasa untuk makan makanan yang sehat melalui beberapa kegiatan yaitu Kampanye Makan Sehat, Simulasi

Adab Sehat di Kantin, Pembiasaan Makan Sehat di Kantin Sekolah, dan melakukan monitoring kegiatan pelayanan kantin. Siswa yang dilibatkan sebagai kader yaitu beberapa siswa dalam kepengurusan OSIS dan seluruh siswa sebagai peserta. Kegiatan Kampanye Makan Sehat yang dilakukan yaitu mengadakan bazar makanan sehat yang dijual oleh siswa.

Kegiatan penyusunan SOP yang telah diselesaikan terdiri dari SOP Pengelolaan Kantin, SOP Pelayanan dan Adab Siswa di Kantin, SOP Sanitasi dan Higienitas di kantin, serta buku monitoring siswa untuk menilai kualitas pelayanan dan perbaikan perilaku makan sehat. SOP tersebut sebagai panduan dalam melakukan kegiatan operasional kantin sehat yang dilakukan oleh penjual kantin, siswa serta dipantau oleh guru dan kepala sekolah. SOP selanjutnya disosialisasikan serta disimulasikan kepada siswa dan penjual kantin serta guru dan kepala sekolah. Kegiatan pengujian pangan di kantin dilakukan di awal kegiatan sebelum sosialisasi kantin dan secara berkala 3 bulan sekali oleh pengelola kantin. Pengujian cemaran biologis yaitu *E. Coli* dan *Salmonella* sp. dilakukan di laboratorium. Upaya pencegahan yaitu menerapkan prinsip higienitas dan menggunakan air matang untuk bahan baku es atau jika tidak dimungkinkan menggunakan air terklorinasi.

Kegiatan pendampingan penataan kantin sehat adalah kegiatan penataan kantin menjadi lebih rapi, indah serta menarik siswa untuk melakukan hidup sehat. Kondisi kios kantin dikelola dengan rapi mengikuti SOP pengelolaan kantin dan SOP higienitas serta sanitasi lingkungan. Penjual kantin bertanggung jawab terhadap penataan tempat masak, tempat penyimpanan serta etalase sebagai tempat penyajian. Pengelola kantin yaitu guru bertanggung jawab mengelola siswa agar dapat menjaga kebersihan kantin sesuai dengan SOP higienitas dan sanitasi serta SOP pelayanan dan adab siswa di kantin. Siswa bertanggung jawab menjaga kebersihan area makan setelah makan piring diletakkan di meja khusus, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dan membuang sampah sesuai peruntukannya. Siswa juga menempel poster hasil kreasi mereka pada kantin. Poster tersebut berisi ajakan hidup sehat, cara mencuci tangan, bahaya makanan yang tidak sehat dan aman, serta bahaya mikroorganisme yang ada pada makanan Hasil pembiasaan makan sehat dan adab makan sangat dipengaruhi oleh kegiatan kantin sehat di sekolah serta upaya pendidikan kesehatan untuk anak. Hasil pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat terhadap anak sekolah yaitu siswa SMPN 26 Malang serta MTs At-Taraqqie yang sebelumnya masih sangat terbatas untuk mendapatkan makanan yang sehat di sekolah serta belum mengetahui bahaya makanan yang tidak aman.

Hasil pembiasaan makan sehat dan adab makan pada Tabel 1 dan 2 menunjukkan peningkatan yang pesat setiap minggu pada beberapa aspek yaitu tingkat sarapan pagi anak dalam taraf sangat memuaskan. Selanjutnya kebiasaan minum susu, cuci tangan dan mengurangi jajanan tidak sehat sudah lebih baik. Namun kebiasaan makan sayur masih lebih rendah daripada kebiasaan minum susu. Sedangkan hasil pembiasaan adab makan yang sudah tercapai dengan baik yaitu berdoa sebelum makan dan membuang sampah pada tempatnya. Kebiasaan membersihkan meja makan dan makan tidak berbicara masih lebih rendah daripada kebiasaan berdoa.

Kegiatan pembiasaan adab makan yang baik meliputi kebiasaan mengantri, berdoa sebelum makan, makan tanpa berbicara, hingga membersihkan meja setelah selesai makan, serta membuang sampah pada tempatnya merupakan upaya untuk meningkatkan kepedulian anak dengan lingkungannya. Upaya ini dilakukan pada tingkat siswa SMP/MTs dikarenakan masa pra-remaja ini masih dimungkinkan untuk melakukan pembiasaan yang dapat merubah perilaku menjadi lebih baik.

Tabel 1. Hasil Pembiasaan Praktik Makan Sehat dan Adab Makan SMPN 26 Malang

No	Indikator	Rata-rata Skor Siswa Kelas 7 (23 siswa)				Rata-rata Skor Siswa Kelas 8 (17 siswa)			
		1	3	5	7	1	3	5	7
1	Perilaku Sehat								
a	Terbiasa sarapan pagi	2,2	5	6	8	2,2	5	7	8
b	Minum susu setiap hari	4,4	5	6	7	4,4	4,9	6	7
c	Makan 3 kali sehari	3,3	6	6	7	3,3	6	5	7,1
d	Makan sayur dan buah	3,6	3	4,4	6	3,6	3,2	5,2	6
e	Cuci tangan sebelum makan	4,9	6	7	7	4,9	5,5	5	7
f	Mengurangi jajanan tidak sehat	2,6	6	7	7	2,6	6	6,7	7
2	Adab Makan di Kantin								
a	Mengantri dengan baik	3,2	4	6	8	3,2	6	7	8
b	Berdoa sebelum makan	3,4	5	6	7	3,4	3,2	4,9	7
c	Makan tidak berbicara	3,6	4	5	7,5	3,6	4	5	6
d	Membersihkan meja makan dan meletakkan alat makan ke tempatnya	3,6	5	5	7	3,6	3,2	4,9	6
e	Membuang sampah pada peruntukannya	5,7	4	5	7,5	5,7	3,2	6	7,9

Keterangan: Skor 1-8 (kategori kurang (1-2), cukup (3-4), baik (5-6), sangat memuaskan (7-8))

Tabel 2. Hasil Pembiasaan Praktik Makan Sehat dan Adab Makan Siswa Mts At-Taraqie Malang

No	Indikator	Rata-rata Skor Siswa Kelas 7 (20 siswa)				Rata-rata Skor Siswa Kelas 8 (20 siswa)			
		1	3	5	7	1	3	5	7
1	Perilaku Sehat								
a	Terbiasa sarapan pagi	2,0	5,1	7	7,7	2,9	5	7,4	7
b	Minum susu setiap hari	4,1	5	6,5	7,3	4,4	4,9	6,5	7
c	Makan 3 kali sehari	4,1	6,4	6	8	3,1	6,9	5	7,3
d	Makan sayur dan buah	3,6	2,9	4,4	6,2	4,0	3,2	5,2	6
e	Cuci tangan sebelum makan	4,9	5,8	7	7	4,9	5,5	5	7
f	Mengurangi jajanan tidak sehat	3,0	6,5	6	7	2,6	6	6,7	7,3
2	Adab Makan di Kantin								
a	Mengantri dengan baik	3,3	4	6	8	3,2	6	7	8
b	Berdoa sebelum makan	2,4	5,1	6	7	3,4	3,2	4,9	7
c	Makan tidak berbicara	3,6	4,2	5,3	7,5	3,6	4	5	6
d	Membersihkan meja makan dan meletakkan alat makan ke tempatnya	3,6	5	5	7,2	3,6	3,2	4,9	6,5
e	Membuang sampah pada peruntukannya	5,7	4	5	6,5	5,9	3,2	6,2	7,9

Keterangan: Skor 1-8 (kategori kurang (1-2), cukup (3-4), baik (5-6), sangat memuaskan (7-8))

Tabel 3. Hasil Penilaian Kegiatan Monitoring Kantin Sehat oleh Siswa SMPN 26 Malang

No	Indikator	Rata-rata Skor Siswa Kelas 7 (23 siswa)				Rata-rata Skor Siswa Kelas 8 (17 siswa)			
		1	3	5	7	1	3	5	7
	Minggu Ke-								
a	Keramahan penjual kantin	3,4	5,6	6,5	8	2,3	5	6,9	7,3
b	Kebersihan makanan dari cemaran fisik	4,4	4,8	6,3	7,6	4,1	4,9	4,9	7,0
c	Keberadaan makanan dengan warna mencolok, rasa tajam, dan beraroma tajam	4,3	5,3	6,6	7,5	4,3	6	4,9	7,2
d	Variasi makanan berat/utama	3,6	3	4,4	6,5	4,6	4,2	5,2	6,5
e	Kadaluarsa makanan camilan dan minuman kemasan	4,9	6	7	7	4,9	5,2	4,8	6,9
f	Higienitas penjual kantin	2,6	6	7	7	2,9	6	5,7	7,2
g	Kebersihan area masak dan area makan di kantin	3,3	6	6	7	2,3	6	4,8	7,1

Keterangan: Skor 1-8 (kategori kurang (1-2), cukup (3-4), baik (5-6), sangat memuaskan (7-8))

Tabel 4. Hasil Penilaian Kegiatan Monitoring Kantin Sehat oleh Siswa Mts At-Taraqqie Malang

No	Indikator	Rata-rata Skor Siswa Kelas 7 (20 siswa)				Rata-rata Skor Siswa Kelas 8 (20 siswa)			
		1	3	5	7	1	3	5	7
	Minggu Ke-								
a	Keramahan penjual kantin	2,0	5,1	7	7,7	2,9	5	7,4	7
b	Kebersihan makanan dari cemaran fisik	4,1	5	6,5	7,3	4,4	4,9	6,5	7
c	Keberadaan makanan dengan warna mencolok, rasa tajam, dan beraroma tajam	4,1	6,4	6	8	3,1	6,9	5	7,3
d	Variasi makanan berat/utama	3,6	2,9	4,4	6,2	4,0	3,2	5,2	6
e	Tanggal kadaluarsa makanan camilan dan minuman kemasan	4,9	5,8	7	7	4,9	5,5	5	7
f	Higienitas penjual kantin	3,0	6,5	6	7	2,6	6	6,7	7,3
g	Kebersihan area masak dan area makan di kantin	3,3	6	6	7	3,3	6	5	7,1

Keterangan: Skor 1-8 (kategori kurang (1-2), cukup (3-4), baik (5-6), sangat memuaskan (7-8))

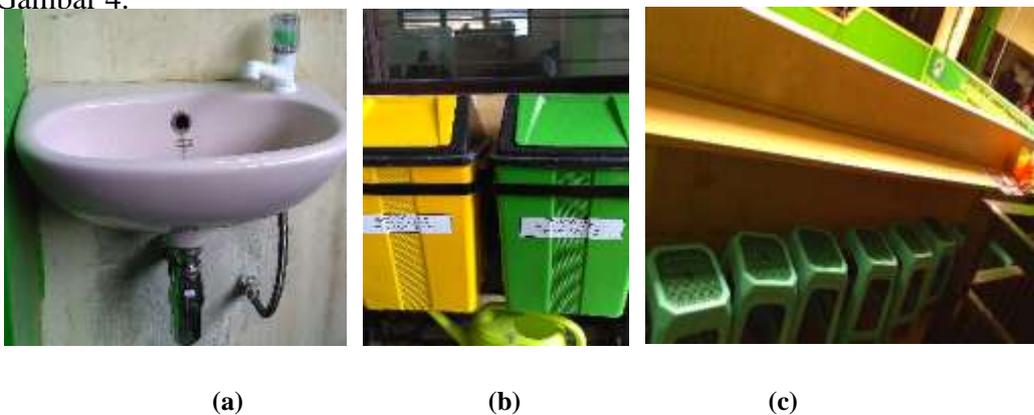
Hasil pendampingan pada pelayanan kantin selanjutnya dimonitoring oleh siswa yang tergabung dalam tim kampanye sehat. Kelompok siswa telah diberikan pengetahuan dan pelatihan standar higienitas dan sanitasi kantin sesuai dengan SOP dan pengarahan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat. Pada tabel 3 dan 4 dapat disimpulkan adanya peningkatan aspek pelayanan kantin meliputi keramahan penjual, keberadaan cemaran fisik, dan makanan kemasan/non kemasan yang terindikasi berbahaya serta tanggal kadaluarsa

makanan. Selain itu siswa juga melakukan pengecekan kebersihan dan sanitasi area masak dan area makan di kantin. Hasil penilaian siswa juga dilaporkan kepada pengelola kantin yaitu guru dan kepala sekolah. Hasil pendampingan tersaji pada Gambar 3.



Gambar 3. Hasil Kegiatan Pendampingan Kantin Sehat (a) Jenis Makanan yang dijual sehat, aman, bergizi (b) Ibu Kantin Menggunakan Celemek dan Sarung Tangan, (c) siswa melakukan kampanye sehat (d) siswa mengisi buku monitoring siswa, (e) kegiatan bazar makanan sehat siswa berjalan.

Kegiatan pendampingan berjalan lancar dan agenda pendampingan diharapkan dapat memberikan kesadaran kepada warga sekolah untuk tetap menjaga kesehatan PJAS serta peduli untuk makan makanan yang sehat, aman dan bergizi. Selain itu pendampingan penataan kantin juga dengan memberikan bantuan sarana seperti pada Gambar 4.



Gambar 4. Penambahan Sarana Pendukung Kegiatan Kantin Sehat (a) penambahan sarana wastafel, (b) penambahan sarana tempat sampah organik dan non organik, (c) penambahan area makan di koridor kelas.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pembiasaan makan sehat dan adab makan pada Tabel 1 dan 2 menunjukkan adanya peningkatan pada perilaku makan sehat yaitu sarapan pagi, minum susu, dan makan tiga kali sehari sampai taraf 7-8 (sangat memuaskan) setelah waktu pembiasaan selama 7 minggu. Sedangkan perilaku makan sehat yang masih lebih rendah yaitu taraf 6-7 (kategori baik) adalah kebiasaan makan sayur. Perilaku adab makan yang baik belum kebiasaan cuci tangan dan mengurangi jajanan tidak sehat sudah lebih baik. Namun kebiasaan makan sayur masih lebih rendah daripada kebiasaan minum susu. Sedangkan hasil pembiasaan adab makan yang sudah tercapai dengan baik yaitu berdoa sebelum makan dan membuang sampah pada tempatnya. Kebiasaan membersihkan meja makan dan makan tidak berbicara masih lebih rendah daripada kebiasaan berdoa.

Menurut Bevans *et al.* kebiasaan atau perilaku makan sehat pada anak-anak dapat dipengaruhi lingkungan sekitarnya. Anak-anak yang berada pada lingkungan sekolah yang menyediakan makanan sehat serta berupa sayuran atau buah-buahan akan memberikan kesempatan pada anak untuk mencoba dan merasakan selanjutnya menjadi kebiasaan untuk makan sayur dan buah meskipun berada di sekolah. Kendala yang dihadapi yaitu kantin SMPN 26 dan juga MTs At-Taraqie lebih banyak menjual variasi makanan non sayuran seperti bakso, soto, mie ayam, nasi goreng, dan tahu tempe. Menu sayuran seperti pecel, gado-gado, lontong sayur, urap-urap, atau sayur sop hanya disajikan 1-2 kali dalam seminggu. Alasan penjual karena siswa kurang tertarik makan sayur dan karena penyediaan bahan tersebut jika tidak habis akan rusak dan tidak bisa dijual lagi.

Namun demikian melalui kegiatan sosialisasi dan pendampingan makan sehat terutama sayur dan buah pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sudah memberikan peningkatan pengetahuan pada siswa. Harapan selanjutnya adalah siswa dapat melakukan kebiasaan ini meskipun tidak dipantau. Menurut Anzarkusuma, dkk. (2014) pemberian sosialisasi hidup sehat, pembiasaan sarapan dan membawa bekal ke sekolah akan berdampak pada pemahaman anak selanjutnya akan memperbaiki pola makan anak menjadi pola makan sehat dan seimbang.

Penerapan sistem manajemen kantin sehat yang melibatkan guru serta kepala sekolah sudah terlaksana dengan baik. Adanya temuan dari buku monitoring siswa yaitu pada minggu pertama ada penjual yang masih menggunakan saos merah tanpa ijin BPOM, selanjutnya setelah ada himbauan dari pengelola untuk membuat saos dari tomat, penjual tersebut dapat melaksanakan arahan yang diberikan. Meskipun dengan membuat saos sendiri kurang menguntungkan karena harga tomat yang tidak selalu stabil serta membutuhkan waktu untuk membuat. Namun peranan penegakan aturan kantin sehat sangat perlu untuk dilaksanakan dengan tegas. Hasil yang diperoleh setelah 7 minggu kegiatan pembiasaan SOP Pengelolaan kantin, SOP pelayanan dan adab makan siswa, serta SOP sanitasi dan higienitas sudah terlaksana dengan baik dan menghasilkan luaran yang dapat dirasakan semua warga sekolah.

Menurut Kristianto (2013) penegakan hukum dan perlindungan konsumen sangat perlu untuk dilakukan terutama jaminan kualitas pangan jajan anak sekolah (PJAS). Selain sekolah sebagai pengelola kantin sehat, diharapkan kegiatan selanjutnya adalah adanya kerjasama dengan instansi kesehatan untuk melakukan pengontrolan kualitas PJAS yang dijual di kantin sekolah. Dengan adanya kerjasama diharapkan warga sekolah terutama anak sekolah dapat memperoleh jaminan kualitas pangan serta pendidikan kesehatan dari pihak yang berwenang.

Kesimpulan

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah program kantin sehat dengan melalui penerapan manajemen operasional kantin sehat yang melibatkan kepala sekolah, guru, siswa serta tim pengembang kantin sehat dapat memberikan pengaruh pada peningkatan pemahaman siswa mengenai pangan jajan yang sehat, aman dan bergizi. Kegiatan penerapan SOP pelayanan dan adab makan siswa, SOP pengelolaan kantin sehat, dan SOP sanitasi serta higienitas memberikan pengaruh terhadap perilaku makan sehat siswa di sekolah serta perilaku adab makan yang baik. Selain itu penerapan SOP tersebut juga memberikan pengaruh terhadap pengetahuan penjual kantin dan mempraktikkan kegiatan penyediaan makan sehat di sekolah.

Saran

Saran untuk kegiatan selanjutnya adalah perlu melakukan kerja sama dengan instansi kesehatan untuk menjamin kualitas pangan jajan anak sekolah yang sehat, aman dan bergizi.

Daftar Pustaka

- Anzarkusuma. I.C. Erry Y.M., Idrus J. 2014. Status Gizi Berdasarkan Pola Makan Anak Sekolah Dasar di Kecamatan Rajeg Tangerang. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. Vol.1(2): 136-148.
- Bagian Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2015. Situasi Pangan Jajanan Anak Sekolah. Kementerian Kesehatan RI.
- BPOM. 2009. Prosiding Lokakarya Jejaring Intelejen Pangan (JIP). Program Nasional Peningkatan Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah. Deputi Bidang Pengawasan Keamanan Pangan dan Bahan Berbahaya.
- Ditjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. Kementerian Kesehatan RI. 2011. Pedoman Keamanan Pangan di Sekolah Dasar.
- Ditjen Pendidikan Dasar. Kemdikbud. 2014. Menuju Kantin Sehat di Sekolah.
- Kristianto, Y., Bastinus D., Annasari M. 2013. *Faktor Determinan Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 7(11): 489-494.
- Patricia, A. Luann F., Rebeca J.C. 2014. *Effect of Food service Nutrition Improvement on Elementary School Cafeteria Lunch Purchase Patterns*. *Journal of School Health*. 84 (6): 355-363.
- Peraturan Pemerintah RI. Nomor 19. 2005. Standar Nasional Pendidikan.