

EDUKASI JAJANAN SEHAT DI SDN BANJARMADU OLEH TIM KKN (KULIAH KERJA NYATA) DARI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Fransisca Dita Mayangsari¹, Indi Ulul Fadhilah², Adinda Rakhmawati³, Diah Laili Dwi Afrianti⁴,
Dymas Zahrudin Azmy⁵

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

⁴ Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Lamongan

⁵ Fakultas Sains, Teknologi dan Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

email: fransisca_dita_mayangsari@umla.ac.id

Abstrak: Anak usia sekolah (6-12 tahun) membutuhkan asupan gizi yang cukup karena pada usia ini sedang dalam masa pertumbuhan. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Pada umumnya, di sekolah atau di sekitar sekolah banyak sekali penjual makanan yang menarik perhatian anak-anak, seperti es krim, telur gulung, dan lain-lain. Namun, tidak semua makanan yang dijual di sekolah atau di sekitar sekolah adalah jajanan atau makanan yang sehat. Pada beberapa survei yang pernah dilakukan, masih ada jajanan sekolah yang mengandung BTP (Bahan Tambahan Pangan) berbahaya seperti boraks, formalin dan rodamin. Hal inilah yang mendasari tim KKN (Kuliah Kerja Nyata) dari Universitas Muhammadiyah Lamongan mengadakan penyuluhan mengenai jajanan sehat di SDN Banjarmadu, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan, Provinsi Jawa Timur. Penyuluhan ini diharapkan dapat membuat siswa-siswa SDN Banjarmadu dapat memiliki kebiasaan yang baik dalam membeli jajanan di sekolah. Penyuluhan ini terdiri dari 3 tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap persiapan, dilakukan analisa permasalahan, pencarian solusi dan melakukan izin kegiatan. Tahap selanjutnya yaitu pelaksanaan penyuluhan mengenai jajan sehat menggunakan metode ceramah. Tahap terakhir yaitu tahap evaluasi yang dilakukan menggunakan metode kuis edukatif. Berdasarkan hasil evaluasi, disimpulkan bahwa Siswa-siswi SDN Banjarmadu sangat antusias dengan acara penyuluhan jajan sehat yang telah dilakukan oleh tim KKN Universitas Muhammadiyah Lamongan. Para siswa-siswi juga cukup memahami materi yang telah disampaikan oleh tim KKN. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya siswa-siswi yang sangat aktif menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim KKN saat sesi kuis edukatif.

Kata Kunci: Edukasi, Jajan Sehat, SD, Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

Anak usia sekolah (6-12 tahun) membutuhkan asupan gizi yang cukup karena pada usia ini sedang dalam masa pertumbuhan. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Pada umumnya, di sekolah atau di sekitar sekolah banyak sekali penjual makanan yang menarik perhatian anak-anak, seperti es krim, telur gulung, dan lain-lain. Namun, tidak semua makanan yang dijual di sekolah atau di sekitar sekolah adalah jajanan atau makanan yang sehat.

Jajanan yang tidak sehat dapat mengganggu kesehatan. Hasil observasi dan wawancara yang pernah dilakukan oleh Nofriadi dan tim (2020) menyakatakan bahwa masih banyak siswa yang memiliki perilaku gemar mengonsumsi jajanan yang tidak sehat (Nofriadi et al., 2020). Salah satu faktor yang menyebabkan masih tingginya konsumsi jajanan yang tidak sehat adalah karena jajanan yang tidak sehat masih banyak dijual. Hasil

pengawasan BPOM RI tahun 2013, menyatakan bahwa sebanyak 3.442 (13,82%) sampel dari 24.906 sampel pangan yang diambil dinyatakan tidak memenuhi persyaratan keamanan dan mutu pangan. Selain itu, beberapa produk makanan diketahui menggunakan boraks, rhodamine b, formalin, dan methanyl yellow masing-masing sebanyak 221 sampel, 304 sampel, 115 sampel, dan 9 sampel (4).

Mengonsumsi makanan yang mengandung BTP berbahaya dapat berpengaruh pada kesehatan baik secara langsung ataupun tidak langsung. Pengaruh BTP berbahaya secara langsung contohnya tenggorokan terasa terbakar, iritasi, sakit kepala serta mual. Sedangkan pengaruh konsumsi BTP berbahaya secara tidak langsung (menahan /akumulatif) seperti gangguan sistem pernafasan, gangguan pada ginjal dan hati, gangguan sistem reproduksi dan kanker, serta kematian (2).

Jajanan yang tidak sehat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk dan menyebabkan prestasi anak sekolah menurun (3). Untuk makanan yang mengandung BTP berbahaya, jika dikonsumsi dalam jangka panjang bisa menyebabkan kanker.

Oleh karena itu tim KKN (Kuliah Kerja Nyata) dari Universitas Muhammadiyah Lamongan mengadakan penyuluhan mengenai jajanan sehat di SDN Banjarmasin, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan, Provinsi Jawa Timur. Penyuluhan ini diharapkan dapat membuat siswa-siswa SDN Banjarmasin dapat memiliki kebiasaan yang baik dalam membeli jajanan di sekolah.

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Salah satu permasalahan kesehatan yang ada di SDN Banjarmasin adalah kebiasaan siswa-siswa mengonsumsi jajanan yang kurang sehat, seperti snack yang banyak mengandung MSG (Monosodium Glutamat), telur gulung yang ditambah dengan saos, cilok, dan lain-lain. Siswa-siswi kurang berminat mengonsumsi jajanan sehat seperti roti, susu, pudding, buah.

3. METODELOGI PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah mengenai jajanan yang sehat. Sasaran kegiatan ini adalah siswa-siswi kelas VI di SDN Banjarmasin, Kecamatan Karanggeneng, Kabupaten Lamongan. Kegiatan penyuluhan ini dibagi menjadi 3 tahap : tahap pertama adalah persiapan, tahap kedua adalah pelaksanaan dan tahap ketiga adalah evaluasi. diawali dengan tahap persiapan.

Pada tahap persiapan, tim KKN melakukan wawancara dengan mitra, dalam hal ini adalah dewan guru SDN Banjarmasin, mengenai permasalahan kesehatan yang dialami. Setelah itu, mencari solusi untuk permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Kemudian mengurus perizinan kegiatan. Setelah tahap pertama selesai, dilakukan tahap

selanjutnya yaitu tahap pelaksanaan. Pada tahap ini dilakukan penyuluhan kepada siswa-siswi SDN Banjarmasin mengenai jajanan sehat. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah. Tahap selanjutnya yaitu tahap evaluasi. Untuk mengukur keberhasilan suatu kegiatan, maka harus dilakukan tahap evaluasi. Pada kegiatan penyuluhan ini, kegiatan evaluasi dilakukan secara lisan melalui kuis edukatif. Caranya, tim KKN memberikan beberapa pertanyaan secara lisan untuk mengukur pemahaman dan antusiasme siswa-siswi mengenai materi yang telah diberikan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Anak usia sekolah (6-12 tahun) membutuhkan asupan gizi yang cukup karena pada usia ini sedang dalam masa pertumbuhan. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Pada umumnya, di sekolah atau di sekitar sekolah banyak sekali penjual makanan yang menarik perhatian anak-anak, seperti es krim, telur gulung, dan lain-lain. Namun, tidak semua makanan yang dijual di sekolah atau di sekitar sekolah adalah jajanan atau makanan yang sehat.

Jajanan yang tidak sehat dapat mengganggu kesehatan. Hasil observasi dan wawancara yang pernah dilakukan oleh Nofriadi dan tim (2020) menyatakan bahwa masih banyak siswa yang memiliki perilaku gemar mengonsumsi jajanan yang tidak sehat (Nofriadi et al., 2020). Salah satu faktor yang menyebabkan masih tingginya konsumsi jajanan yang tidak sehat adalah karena jajanan yang tidak sehat masih banyak dijual. Hasil pengawasan BPOM RI tahun 2013, menyatakan bahwa sebanyak 3.442 (13,82%) sampel dari 24.906 sampel pangan yang diambil dinyatakan tidak memenuhi persyaratan keamanan dan mutu pangan. Selain itu, beberapa produk makanan diketahui menggunakan boraks, rhodamine b, formalin, dan methanyl yellow masing-masing sebanyak 221 sampel, 304 sampel, 115 sampel, dan 9 sampel (4).

Mengonsumsi makanan yang mengandung BTP berbahaya dapat berpengaruh pada kesehatan baik secara langsung ataupun tidak langsung. Pengaruh BTP berbahaya secara langsung contohnya tenggorokan terasa

terbakar, iritasi, sakit kepala serta mual. Sedangkan pengaruh konsumsi BTP berbahaya secara tidak langsung (menahun/akumulatif) seperti gangguan sistem pernafasan, gangguan pada ginjal dan hati, gangguan sistem reproduksi dan kanker, serta kematian (2).

Jajanan yang tidak sehat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk dan menyebabkan prestasi anak sekolah menurun (3). Untuk makanan yang mengandung BTP berbahaya, jika dikonsumsi dalam jangka panjang bisa menyebabkan kanker.

Contoh BTP berbahaya adalah formalin, boraks, Rhodamin B dan MethanylYellow. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Bahan Tambah Pangan, keempat bahan kimia tersebut dilarang penggunaannya dalam produk pangan karena berbahaya bagi kesehatan (2).

Boraks merupakan salah satu bahan kimia yang berfungsi sebagai pengawet, bahkan zat ini juga bisa menjadi tambahan sebagai anti jamur yang digunakan untuk kayu (5). Borak merupakan zat tambahan yang digunakan dalam pembuatan detergen dan antiseptik. Senyawa kimia ini tidak diizinkan jika digunakan untuk makanan karena memiliki banyak memberikan efek negative pada tubuh salah satunya dapat merusak ginjal dan hati (6).

Formaldehida atau yang lebih dikenal dengan istilah formalin adalah salah satu cairan kimia yang sangat beracun jika termakan oleh manusia bahkan dapat menyebabkan kematian. Bahkan jika seseorang tak sengaja terkonsumsi dengan dosis yang cukup besar maka akan mengakibatkan iritasi pada lambung, keracunan hingga kematian sistem syaraf, dan

sel tubuh. Selain itu, bahan ini juga diketahui memiliki sifat karsinogenik (7). Zat ini merupakan zat terlarang dan berbahaya jika harus masuk ke dalam makanan. Beberapa survei mengatakan penggunaan formalin terhadap bahan makanan adalah agar makanan bisa tahan lama, tidak bau, dan memiliki tampilan serta tekstur makanan yang bagus (8).

Pada penyuluhan ini, siswa-siswa diberikan penjelasan mengenai bahaya mengonsumsi jajanan yang tidak sehat, seperti jajanan yang mengandung BTP berbahaya. Siswa-siswi juga diberikan contoh makanan yang kemungkinan mengandung BTP berbahaya dan bagaimana ciri-ciri makanan yang mengandung BTP berbahaya. Selain itu, siswa-siswi juga diberikan penjelasan mengenai makanan yang sehat, meliputi keuntungan mengonsumsi jajanan sehat, contoh jajanan sehat dan ciri-ciri jajan sehat.

Menurut Rahmi (2018), ciri-ciri makanan atau jajanan sehat adalah : (1) bebas dari lalat, semut, kecoa dan binatang lain yang dapat membawa kuman penyakit ; (2) bebas dari kotoran dan debu lain ; (3) disajikan menggunakan alas yang bersih dan sudah dicuci lebih dahulu dengan air bersih ; (4) pengambilan makanan harus menggunakan alat bantu seperti penjepit, garpu ataupun sendok. Kecuali makanan jajanan yang di bungkus plastik atau daun (9).

Setelah penyuluhan, diadakan kuis edukatif mengenai materi yang telah disampaikan. Kuis ini diadakan sebagai bentuk evaluasi kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan. Dokumentasi kuis edukatif dapat dilihat pada Gambar 1. Berdasarkan kuis edukatif yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa



Gambar 1. Sesi Kuis Edukatif



Gambar 2. Tim KKN bersama dengan siswa-siswi SDN Banjarmadu

5. KESIMPULAN

Siswa-siswi SDN Banjarmadu sangat antusias dengan acara penyuluhan jajan sehat yang telah dilakukan oleh tim KKN Universitas Muhammadiyah Lamongan. Para siswa-siswi juga cukup memahami materi yang telah disampaikan oleh tim KKN. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya siswa-siswi yang sangat aktif menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim KKN saat sesi kuis edukatif.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Lamongan yang telah memberikan dukungan dalam kegiatan ini. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada SDN Banjarmadu yang telah partisipasinya dalam kegiatan ini.

7. REFERENSI

- Berliana A, Abidin J, Salsabila N, SyifaMaulidia N, Adiyaksa R, Siahaan VF. Penggunaan Bahan Tambahan Makanan Berbahaya Boraks dan Formalin dalam Makanan Jajanan : Studi Literatur. *Salink*. 2021;1(2):64–71.
- Damat D, Tain A, Siskawardani DD, Winarsih S. Edukasi Pedagang Pangan Jajanan Anak Sekolah di Kabupaten Malang, Jawa Timur. *J Masy Mandiri*. 2020;10(10):20–55.

Misbah SR, Darmayani S, Nasir N.

Analisis Kandungan Boraks Pada Bakso Yang Dijual Di Anduonohu Kota Kendari Sulawesi Tenggara. *J Kesehat Manarang*. 2018;3(2):81.

Nofriadi N, Anggraini M, Kartika K.

Edukasi Kesehatan Jajanan Sehat Pada Siswa Di Sdn 15 Nagari Kubang Pipik Kecamatan Baso. *J Abdimas Kesehat* 2020;1(2):55–8.

Nurbiyati T, Wibowo AH. Pentingnya

Memilih Jajanan Sehat Demi Kesehatan Anak. *J Inov dan Kewirausahaan*. 2014;3(3):192–6.

Rahmi S. Cara Memilih Makanan Jajanan

Sehat Dan Efek Negatif Yang Ditimbulkan Apabila Mengonsumsi Makanan Jajanan Yang Tidak Sehat Bagi Anak-Anak Sekolah Dasar. *Pros Semin Nas Has Pengabdi 2018 CARA*. 2018;260–5.

Saputrayadi A, Asmawati A, Marianah M.

Analisis Kandungan Boraks dan Formalin Pada Beberapa Pedagang Bakso di Kota Mataram. *IJECA (International J Educ Curric Appl)*. 2018;1.

Sujarwo, Latif RVN, Priharwanti A. 2019
Se-Kota Pekalongan Dan
Implementasi Perda Kota. J Litbang
Kota Pekalongan. 2020;19(2):14–26.

Utami A, Santi P. Analisis Kandungan Zat
Pengawet Boraks Pada Jajanan
Sekolah Di Sdn Serua Indah 1 Kota
Ciputat. Holistika J Ilm Pgsd.
2017;1(1):57–62.