

Sosialisasi Keamanan Pangan Jajan Anak Sekolah sebagai Upaya Peningkatan Taraf Kesehatan Masyarakat

Ika Nurfajri Mentari^{1*}, Jumari Ustiauwaty², Roushandy Asri Fardani³, Desyani Ariza⁴, Mohd Nazil Bin Salleh⁵, Syahrul⁶

¹Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Medica Farma Husada Mataram, Indonesia

²Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Medica Farma Husada Mataram, Indonesia

³Teknologi Laboratorium Medis, Politeknik Medica Farma Husada Mataram, Indonesia

⁴Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megaresky, Indonesia

⁵School Medical Science, PICOMS International University College, Malaysia

⁶Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Mataram, Indonesia

lkamentari26@gmail.com*, jumari.ustiauwaty@gmail.com, fardaniroushandy@gmail.com, desyaniariza@yahoo.co.id, drnazil@unisel.edu.my, syahrulika08@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Kesehatan masyarakat menjadi aspek yang sangat penting untuk diperhatikan dalam peningkatan kesejahteraan dan kemajuan suatu Negara. Beberapa masalah kesehatan pada usia anak adalah stunting dan ketidak-seimbangan gizi. Kondisi seperti ini dapat memberikan dampak jangka pendek yang serius seperti risiko morbiditas dan mortalitas pada bayi dan balita, dampak jangka menengah terkait dengan intelegualitas dan kemampuan kognitif yang rendah, serta dampak jangka panjang terkait dengan kualitas sumber daya manusia yang mengalami gangguan penyakit degeneratif di masa yang akan datang. Salah satu upaya untuk terhindar dari hal tersebut adalah Institusi perguruan Tinggi kesehatan turut serta memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya anak sekolah Dasar terkait makanan pangan jajanan anak sekolah. Kegiatan tersebut diikuti oleh 98 siswa-siswi kelas 5 dan 6 SDN 1 Perampuan. Adapun tujuan kegiatan ini untuk memberikan pemahaman jajanan sehat kepada siswa SD N 1 Perampuan dengan metode presentasi dan diskusi serta alat peraga berupa gambar sebagai ilustrasi daftar makanan sehat. Hasil yang didapat dari kegiatan tersebut adalah siswa dapat memahami dan dapat membedakan pangan jajanan yang bergizi serta baik untuk kebutuhan pertumbuhan. Selain itu, siswa-siswi dapat memahami apa saja yang akan terjadi jika mereka memilih makanan yang tidak baik dengan tujuan akhir dapat membantu meningkatkan taraf hidup masyarakat terutama dari aspek kesehatan.

Kata Kunci: *penyakit degeneratif; anak SD; jajanan*

Abstract: *Public health is a very important aspect to pay attention to in increasing the welfare and progress of a country. Several health problems in childhood are stunting and nutritional imbalance. Conditions like this can have serious short-term impacts such as the risk of morbidity and mortality in infants and toddlers, medium-term impacts related to low intellectuality and cognitive abilities, and long-term impacts related to the quality of human resources with degenerative disease disorders in the future. will come. One of the efforts to avoid this is that higher education institutions of health participate in providing knowledge to the community, especially elementary school children regarding school children's snacks. The activity was attended by 98 grade 5 and 6 students at SDN 1 Perampuan. The purpose of this activity is to provide students with an understanding of healthy snacks at SD N 1 Perampuan using presentation and discussion methods as well as teaching aids in the form of pictures to illustrate a list of healthy foods. The results obtained from these activities are that students can understand and be able to*

differentiate snack foods that are nutritious and good for growth needs. In addition, students can understand what will happen if they choose bad food with the ultimate goal of helping improve people's lives, especially from the health aspect.

Keywords: Degenerative Disease; Elementary School Kids; Snacks



Article History:

Received: 22-05-2023

Revised : 23-05-2023

Accepted: 08-06-2023

Online : 15-06-2023



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Kesehatan masyarakat merupakan aspek yang sangat penting untuk diperhatikan dalam peningkatan kesejahteraan dan kemajuan suatu Negara. Namun di dalam proses kehidupan semua orang tidak dapat terhindar dari masalah yang berkaitan dengan kesehatan. Masalah kesehatan dapat dibagi beberapa jenis berdasarkan penyebabnya, seperti infeksi mikroba, kongenital, kanker, degeneratif, dan lainnya. Salah satu dari masalah tersebut adalah yang disebabkan oleh pola hidup atau gaya hidup yang dapat dikenal dengan penyakit degeneratif (Kemenkes, 2018).

Penyakit ini, sangat berkaitan dengan bagaimana seseorang menjalankan kehidupannya setiap hari, mulai dari pola makan, minum, tidur, olah raga, bekerja dan lain lain. Semua proses tersebut jika tidak dijalankan dengan seimbang atau sesuai dengan aturan maka akan menyebabkan gangguan khususnya gangguan metabolisme. Menurut *World Health Organization* (WHO), penyakit degeneratif telah menambah peliknya kondisi kesehatan sebagian negara di dunia, yang selama ini didera permasalahan banyaknya kasus penyakit menular dan infeksi yang tergolong non degeneratif. Banyak negara mengalami kerugian hingga miliaran dolar akibat penyakit degeneratif. Oleh karena itu dibutuhkan langkah konkret untuk menanggulangnya. Hingga akhir tahun 2005 saja penyakit degeneratif telah menyebabkan kematian hampir 17 juta orang di seluruh dunia. Jumlah ini menempatkan penyakit degeneratif menjadi penyakit pembunuh manusia terbesar. Salah satu penyebab penyakit degeneratif adalah stunting dan ketidak-seimbangan gizi pada usia anak – anak (Suiraoaka, 2012).

Kasus stunting di Indonesia pada tahun 2018 masih diatas 20% dan mendapatkan nomor ke tiga di *South-East Region* setelah Timur Leste dan India. Stunting perlu dilihat sebagai persoalan yang penting untuk diatasi karena berkaitan dengan kesejahteraan anak. Stunting dapat terjadi disebabkan karena beberapa hal, seperti kemiskinan, kesehatan sanitasi dan lingkungan. Selain itu pendidikan dan pengetahuan Ibu yang rendah, pola asuh, kondisi iklim juga berpengaruh besar terhadap kejadian stunting (Teja, 2019). Selain daripada itu, keseimbangan gizi pada usia anak perlu diperhatikan karena di Indonesia khususnya pada anak-anak, masih mengalami masalah gizi ganda (double burden), yaitu kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 prevalensi status gizi (Indikator IMT/U) anak usia 6- 12 tahun dengan kategori sangat kurus 4,6%, kurus 7,6%, normal 78,6% dan gemuk 9,2%. Prevalensi status gizi (indikator TB/U) anak dengan kategori stunting (sangat pendek 15,1%, pendek 20%) dan normal 64,5%. Prevalensi anemia, berdasarkan data Depkes (2008) bahwa prevalensi anemia pada anak usia sekolah sebesar 47,2 % (BPOM, 2013).

Permasalahan tersebut juga dialami oleh warga masyarakat desa Perampuan yang tidak jarang mengalami penyakit-penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif tidak hanya dialami oleh orang dengan usia tua namun juga dialami oleh mereka dengan usia muda bahkan anak-anak. Anak-anak yang stunting dan ketidak-seimbangan gizi memiliki resiko tinggi untuk mengalami obesitas karena mengalami gangguan metabolisme, ditambah dengan kebiasaan mengonsumsi makanan atau jajanan yang tidak sehat di lingkungan sekolah. Solusi yang dapat diupayakan adalah promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Keempat hal ini mesti diseimbangkan, sebab jika kita ber "Paradigma Sehat" maka fokus upaya harus menggambarkan kesetaraan antara upaya pencegahan penyakit (preventif) dan promosi (promotif) dengan penyembuhan (kuratif) dan pemulihan (rehabilitative). Penekanan terhadap pencegahan dan promosi kesehatan ini tidak terlepas dari masalah-masalah penyakit akibat perilaku dan perubahan gaya hidup sebagai akibat semakin cepatnya perkembangan dalam era globalisasi. Akibat kompleksitas masalah kesehatan ini maka

perbaikan tidak hanya dapat dilakukan pada aspek pelayanan kesehatan namun juga perbaikan pada lingkungan, rekayasa faktor kependudukan serta peran serta Institusi Perguruan Tinggi Kesehatan turut serta dalam kegiatan promosi kesehatan untuk mencegah sekaligus meningkatkan taraf hidup masyarakat. Kegiatan tersebut diadakan oleh mahasiswa dengan mendatangkan salah satu dosen sebagai narasumber yang dapat memberikan materi sesuai dengan target kegiatan.

B. METODE PELAKSANAAN

1. Metode Pelaksanaan :
 - 1) Kegiatan Dosen : Sosialisasi
 - 2) Kegiatan Mahasiswa : P3MD (Program Pengembangan dan Pengabdian kepada Masyarakat Desa)
2. Profil mitra : Siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Perampuan desa Perampuan kecamatan Labuapi kabupaten Lombok Barat
3. Langkah-langkah Pelaksanaan : mahasiswa memiliki target untuk memberikan pengetahuan tentang pangan jajanan anak sekolah pada siswa SDN 1 Perampuan dan mengundang Dosen sebagai narasumber yaitu ibu Ika Nurfajri Mentari. Sosialisasi dilakukan secara luring atau tatap muka dengan siswa SD kelas 5 dan 6. Penyampaian materi berlangsung selama 30 menit dan diskusi selama 30 menit. Dalam proses tersebut diselingi dengan pertanyaan, tanggapan dan jawaban yang dilontarkan oleh siswa yang selanjutnya diberikan hadiah sebagai apresiasi terhadap keaktifan peserta. Acarapun berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan target. Siswa menjadi paham dan dapat membedakan makanan gizi baik dan sebaliknya. Evaluasi kegiatan dilakukan secara langsung dengan memberikan pertanyaan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta sosialisasi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil kegiatan tersebut adalah siswa yang tadinya tidak memiliki pengetahuan tentang pangan jajanan yang baik menjadi lebih paham dan dapat merubah kebiasaan lama dengan kebiasaan baru sesuai

dengan ilmu pengetahuan yang sudah didapatkan. Adapun jumlah peserta dalam kegiatan tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Jumlah peserta sosialisasi makanan pangan jajanan anak sekolah

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki-laki	46	46,93
2	Perempuan	52	53,07
Total		98	100

Berdasarkan tabel 1 bahwa jumlah peserta dalam kegiatan sosialisasi makanan pangan jajanan anak sekolah adalah sebanyak 98 orang dengan jumlah peserta dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 46 orang (46,93%) dan jumlah peserta dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 52 orang (53,07%). Selain dari itu, kegiatan tersebut dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Proses diskusi dengan peserta

Berdasarkan gambar 1 bahwa terlihat antusias peserta terhadap materi yang diberikan dengan mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan yang dilontarkan oleh narasumber. Siswa sangat semangat menerima materi karena disampaikan dengan ilustrasi gambar yang di *print out* dan dibagikan kepada peserta. Adapun ilustrasi gambar tersebut dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Piramida makanan

Berdasarkan gambar 2. Bahwa terdapat beberapa contoh makanan sehat yang mengandung semua unsur yang dibutuhkan oleh tubuh seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Pada gambar tersebut dijelaskan salah satunya bahwa anak-anak memiliki banyak pilihan makanan yang sama-sama mengandung karbohidrat selain nasi sebagai bahan makanan utama.

PEMBAHASAN

Sosialisasi yang dilaksanakan di SDN 1 Perampuan ini berjalan lancar dengan diikuti oleh siswa-siswi kelas 5 dan 6 yang berjumlah 98 orang. Sosialisasi tersebut bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anak sekolah SD bahaya penyakit degeneratif yang diakibatkan oleh stunting dan ketidak-seimbangan gizi yang dikonsumsi anak sekolah dasar melalui materi yang sederhana tentang pangan jajanan anak sekolah. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilham & Laila (2018) menyatakan bahwa kejadian stunting pada anak SD masih ada data yang diperoleh sebanyak 16% dengan prestasi belajar rendah sebanyak 44% (Ilham & Laila, 2018).

Penyakit degeneratif yang dapat terjadi apabila pola makan tidak baik adalah seperti diabetes mellitus, kolesterol, obesitas, jantung dan lain sebagainya. Selain penyakit degeneratif gangguan yang lebih cepat terjadi akibat ketidak seimbangan gizi adalah konsentrasi belajar anak menjadi berkurang, keaktifan anak menjadi menurun, perkembangan anak menjadi terganggu. Gangguan seperti inilah yang mendorong akademisi dibagian kesehatan untuk turun memberikan sosialisasi atau penyuluhan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Budiastutik & Rahfiludin (2019) bahwa stunting memiliki beberapa resiko seperti efek jangka pendek yang serius adalah risiko morbiditas dan mortalitas pada bayi dan balita, efek jangka menengah terkait dengan intelektualitas dan kemampuan kognitif yang

rendah serta efek jangka panjang adalah kualitas sumberdaya manusia yang mengalami gangguan penyakit degenerative (Indah Budiastutik & Muhammad Zen Rahfiludin, 2019).

Hasil yang didapatkan oleh siswa-siswi pada pelaksanaan sosialisasi adalah mereka menjadi paham dan dapat membedakan jenis-jenis makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin serta mineral. Selain itu, mereka menjadi paham dan dapat membedakan jajanan yang baik untuk dikonsumsi serta dapat menghindari jajanan yang tidak baik untuk kesehatan mereka (BPOM, 2013). Hasil tersebut secara tidak langsung dapat membantu pemerintah untuk meningkatkan taraf hidup masyarakat khususnya di bidang kesehatan. Taraf hidup yang dimaksud adalah anak-anak dapat terhindar dari stunting dan ketidak-seimbangan gizi, baik yang dikonsumsi di rumah maupun jajanan yang ada di sekolah tempat mereka belanja jajanan. Kegiatan tersebut mendukung Rencana Aksi Program (RAP) 2020-2024 oleh Ditjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit yang melihat semakin mengkhawatirkannya faktor risiko penyakit tidak menular, khususnya faktor metabolik dan faktor perilaku, maka diperlukan upaya-upaya strategis diantaranya peningkatan upaya promotif dan preventif serta edukasi kepada masyarakat terkait pencegahan faktor risiko, peningkatan skrining dan deteksi dini PTM di semua puskesmas, jejaring dan jaringannya (pendekatan PISPK), penguatan upaya pemberdayaan masyarakat terkait pengendalian penyakit tidak menular (penguatan posbindu, pos UKK), perbaikan mutu pelayanan melalui penguatan pelayanan kesehatan primer sebagai garda depan (gate keeper) dan sistem rujukan antara FKTP dan FKRTL dan peningkatan aksi multisektoral terkait Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) (Dirjen P2P Kemkes RI, 2020).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Siswa-siswi SDN 1 Perampuan menjadi paham dan dapat membedakan pangan jajanan yang bergizi serta baik untuk kebutuhan pertumbuhan mereka. Selain itu, siswa-siswi menjadi paham apa saja yang akan terjadi jika mereka memilih makanan yang tidak baik sehingga dapat membantu meningkatkan taraf hidup masyarakat terutama dari aspek kesehatan.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Politeknik Medica Farma Husada Mataram yang memberikan dorongan kepada kami untuk selalu berbagi ilmu kepada masyarakat. Terimakasih juga kami ucapkan kepada kepala sekolah SDN 1 Perampuan yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan sosialisasi serta terimakasih juga kepada mahasiswa Politeknik Medica Farma Husada Mataram yang telah mengundang dan memfasilitasi kegiatan tersebut.

DAFTAR RUJUKAN

- BPOM. (2013). Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang Bagi Orang Tua, Guru dan Pengelola Kantin. *Direktorat Standardisasi Produk Pangan Deputy Bidang Pengawasan Keamanan Pangan Dan Bahan Berbahaya Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia*, 37. http://standarpangan.pom.go.id/dokumen/pedoman/Buku_Pedoman_PJ_AS_untuk_Pencapaian_Gizi_Seimbang__Orang_Tua__Guru__Pengelola_Kantin_.pdf
- Dirjen P2P Kemkes RI. (2020). Rencana Aksi Program (RAP) Tahun 2020-2024. *Kementerian Kesehatan RI*, 2(1/Mei), 1–33.
- Ilham, D., & Laila, W. (2018). Faktor Determinan Kejadian Stunting Pada Anak Sekolah Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Di Sdn 09 Nanggalo Kota Padang Tahun 2017. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 5(1), 30–38. <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i1.91>
- Indah Budiastutik, & Muhammad Zen Rahfiludin. (2019). Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang . *Amerta Nutrition*, 3(3), 122–129. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129>
- Indonesia, K. K. R. (2018). Profil Kesehatan Indonesia. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Suiraoaka, I. (2012). Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi faktor resiko 9 Penyakit Degenaratif. *Nuha Medica*, 1–123.
- Teja, M. (2019). Stunting Balita Indonesia Dan Penanggulangannya. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, XI(22), 13–18.