

Penyuluhan Jajanan Sehat dan Higienis di Desa Binaan Mekarsaluyu Kabupaten Bandung

Asih Rahaju¹, Daswara Djajasmita², Mutiara Sukma Suntana¹,
Irham M Adinugraha¹, Euis Reni Yuslianti^{1*}

¹Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

²Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi, Indonesia

*Penulis korespondensi : ery.unjani@yahoo.co.id

Abstrak: Kebiasaan jajan anak-anak sudah menjadi perilaku umum di semua lapisan sosial ekonomi masyarakat. Jajanan anak sering dijumpai di lingkungan sekolah dan sering dikonsumsi oleh sebagian besar anak usia sekolah, terutama anak usia sekolah dasar, karena harganya yang terjangkau dan dikonsumsi sebagai energi tambahan. Namun, peran strategis jajanan tersebut belum diimbangi dengan kualitas dan nilai gizi yang diharapkan. Artikel ini menguraikan tentang kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pendayagunaan peran mahasiswa Pembelajaran Luar Kelas (PLK). Metode yang dilaksanakan berbentuk penyuluhan kepada para kader di Desa Mekarsaluyu Kabupaten Bandung mengenai jajanan sehat untuk kesehatan tubuh, gigi dan mulut. Kegiatan diikuti oleh 29 orang kader desa dan berjalan efektif. Penyuluhan dilakukan dalam bentuk audio visual dan demonstrasi pembuatan bekal minuman sehat berupa infused water dari buah kepada para kader. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dengan antusias.

Kata kunci: higienis, jajanan, sehat

Abstract: The habit of snacking for children has become a common habit and exists in all socio-economic strata of society. Snacks for school children are often found in the school environment and are often consumed by most school-age children, especially elementary school-aged children, because they are affordable and consumed as additional energy. However, the strategic role of these snacks has not been matched by the expected quality and nutritional value. This article describes community service activities in the form of empowering the role of Out-of-Class Learning students. The method implemented is in the form of counseling to cadres in Desa Mekarsaluyu, Kabupaten Bandung regarding healthy snacks for body, teeth and mouth health. The activity was attended by 29 village cadres and was effective. Counseling was carried out in the form of audio-visual and demonstrations of making healthy drink supplies in the form of fruit-infused water to the cadres. All participants took part in the activity enthusiastically.

Keywords: healthy, hygienic, snacks

1. Pendahuluan

Ketersediaan pangan merupakan hal yang sangat penting di lingkungan masyarakat. Jajanan sekolah sedang mendapat sorotan khusus karena memiliki potensi bahaya yang

mengancam akibat mengonsumsi jajanan yang tidak sehat. Jajanan berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Berdasarkan data Kejadian Luar Biasa (KLB) pada jajanan anak sekolah tahun 2004-2006, kelompok siswa Sekolah Dasar (SD) paling sering mengalami keracunan pangan. Survei Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Republik Indonesia tahun 2004 menunjukkan bahwa 60% jajanan sekolah tidak memenuhi standar mutu dan keamanan. Survei BPOM tahun 2007 juga membuktikan bahwa 45% jajanan sekolah merupakan makanan jajanan yang berbahaya (BPOM, 2009).

Jajanan baik makanan atau minuman memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi bagi anak usia sekolah. Anak sekolah biasanya mempunyai lebih banyak aktivitas di luar rumah dan sering melupakan waktu makan sehingga mereka membeli jajanan di sekolah untuk mengganjal perut (Rakhmawati, 2009).

Masalah kesehatan gigi dan mulut di Indonesia saat ini menjadi perhatian penting bagi tenaga kesehatan dalam pembangunan kesehatan. Anak-anak cenderung lebih banyak menyukai makanan dan minuman yang rasanya manis yang banyak dijual di lingkungan sekolah. Tingginya angka konsumsi makanan yang berpotensi tinggi menyebabkan karies gigi pada anak mengandung sukrosa. Sukrosa yang terkandung pada jajanan merupakan substrat bagi mikroorganisme plak yang akan menghasilkan asam dan menyebabkan demineralisasi jaringan keras gigi. Semakin sering dikonsumsi, maka akan semakin lama proses demineralisasi tanpa diikuti dengan proses remineralisasi secara sempurna sehingga terbentuk lesi yang lama-kelamaan akan terbentuk kavitas atau karies. Masalah kurangnya pengetahuan menjadi salah satu penyebab anak tetap mengonsumsi jajanan tidak sehat. Padahal jajanan tersebut mengandung zat-zat aditif yang dapat bersifat karsinogenik bagi tubuh. Jajanan anak sekolah tidak memenuhi persyaratan keamanan pangan disebabkan oleh penggunaan bahan berbahaya yang dilarang digunakan untuk pangan seperti formalin, boraks, zat pewarna rhodamin B dan methanyl yellow (Sajiman dkk., 2015) menjadi fokus perhatian. Oleh karena itu, perlu diadakan kegiatan berupa penyuluhan untuk memberikan pengetahuan kepada kader penggerak yang terdiri dari ibu rumah tangga tentang pemilihan jajanan sehat yang sehat untuk tubuh di Desa Mekarsaluyu Bandung Barat sehingga bisa meningkatkan pengetahuan dan terjadi perubahan kebiasaan jajan tidak sehat menjadi lebih sehat. Sebelumnya pihak kader dan sekretariat desa Mekarsaluyu telah menyampaikan tentang masalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang jajanan sehat sehingga dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

2. Metode

Metode kegiatan ini dilaksanakan dengan dua metode yang dilakukan di Desa Mekarsaluyu, Bandung Barat yaitu metode pertama berupa penyampaian dengan teori serta dengan sesi tanya jawab dan evaluasi menggunakan pertanyaan sebelum kegiatan (*pretest*) dan pertanyaan setelah kegiatan (*post-test*) untuk melihat pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat. Media penyuluhan dengan menggunakan media LCD, video, laptop, dan kertas. Metode kedua berupa praktik yaitu mempraktikkan langsung dengan membuat contoh makanan sehat untuk bekal anak ke sekolah menggunakan media alat masak dan bahan pembuatan bekal minuman sehatnya.

Pihak yang terlibat dalam kegiatan ini adalah seluruh kader Desa Mekarsaluyu sejumlah 29 orang dan mahasiswa serta dosen dari Fakultas Kedokteran Gigi dan Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani. Tempat dilaksanakan kegiatan ini adalah di Masjid Dar Al Salam, Desa Mekarsaluyu, Kabupaten Bandung Barat. Waktu kegiatan dari mulai persiapan rapat panitia, diskusi dengan pihak desa Mekarsaluyu, pelaksanaan kegiatan penyuluhan, dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung selama dua minggu yaitu dari 20 September sampai dengan 10 Oktober 2022.

3. Hasil dan Diskusi

Hasil pengabdian masyarakat di Desa Mekarsaluyu, Kabupaten Bandung Barat yang dihadiri 29 ibu kader desa berlangsung lancar mulai dari persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi hasil kegiatan termasuk melihat hasil jawaban masyarakat setelah penyuluhan dibandingkan dengan sebelum penyuluhan. Persiapan kegiatan diperlihatkan dalam Gambar 1. Pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan berkesinambungan dari kegiatan sebelumnya tentang penyuluhan mengenai Bahan Alam untuk Kesehatan Gigi Mulut Melalui Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka yang berlangsung di tahun 2021 (Yuslianti dkk., 2022).



Gambar 1. Persiapan Kegiatan PLK

Kegiatan yang dilakukan dalam penyuluhan ini adalah *pretest*, pemberian teori, dan *post-test* seperti ditunjukkan dalam Gambar 2. Penyuluhan ini dilakukan bersamaan dengan adanya area yang menjual berbagai hasil kerajinan tangan, produksi rumahan, dan sayuran hasil panen di Desa Mekarsaluyu. Kegiatan penyuluhan ini dimulai dengan *pretest* yang dikerjakan oleh masyarakat yang hadir untuk mengetahui pengetahuan awal masyarakat dan kemudian setelah kegiatan penyuluhan diadakan *post-test* untuk mengukur pemahaman masyarakat terhadap materi penyuluhan yang diberikan dengan topik “Jajanan Sehat untuk Kesehatan Gigi dan Mulut”.



Gambar 2. Masyarakat Desa Binaan Mekar Saluyu Ketika Menjawab *Pretest*.

Pretest dan *post-test* yang diberikan berjumlah dua soal *pretest* dan dua soal *post-test* yang berisi pertanyaan yang sama dan membahas sesuai dengan topik yang diberikan. Hasil dari

pretest dan *post-test* yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan jajanan sehat untuk kesehatan gigi dan mulut. Hasil *pretest* mengenai pengetahuan jajanan sehat untuk kesehatan gigi dan mulut menunjukkan 3 jawaban salah dari jumlah respons masyarakat yang hadir, sedangkan setelah dilakukan pemberian materi mengenai jajanan sehat untuk kesehatan gigi dan mulut terdapat peningkatan jawaban hasil *post-test* yaitu seluruh masyarakat yang hadir dapat menjawab seluruh pertanyaan *post-test* dengan benar. Berdasarkan dari data yang masuk, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan jawaban benar dari jumlah respons yang menjawab soal *post-test* sehingga masyarakat lebih mengetahui terkait jajanan sehat untuk kesehatan gigi dan mulut di Desa Mekarsaluyu.



Gambar 3. Penyuluhan dalam Bentuk Demonstrasi Pembuatan Bekal Minuman *Infused Water* Buah dan Kuis Berhadiah.

Materi penyuluhan seperti yang diperlihatkan dalam Gambar 3 diantaranya Tips Memilih Jajanan Yang Sehat yaitu mengonsumsi makanan harus selektif agar kesehatan tetap terjaga. Beberapa tips lainnya diantaranya Pilih Tempat yang Bersih, Perhatikan Kebersihan Pedagang, Hindari Makanan yang Dibungkus Kertas atau Koran Bekas, Waspada pada Warna Jajanan yang Mencolok biasanya berasal dari bahan pewarna berbahaya atau biasa dikenal sebagai bahan pewarna tekstil dan Pilih Makanan yang Ditutup Rapat karena makanan yang ditutup rapat dapat menghindari risiko terkontaminasinya makanan dari polusi dan debu, atau bahkan asap kendaraan bermotor dari jalan serta binatang seperti lalat (Nasution, 2015).

Berdasarkan hal tersebut di atas diketahui faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan berupa perilaku seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih jajanan. Notoatmodjo (2007) mengemukakan bahwa perilaku merupakan faktor terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok atau masyarakat. Sikap dalam memilih makanan jajanan yang baik dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang karena dia mampu menerima dan merespons atau menyenangi makanan yang sehat dan bergizi. Sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, serta lembaga pendidikan (Azwar, 2004). Pengetahuan gizi adalah kemampuan memilih jajanan yang merupakan sumber zat gizi dan kemampuan dalam memilih jajanan yang sehat (Notoatmodjo, 2003). Pendidikan dan pengetahuan merupakan faktor tidak langsung yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan yang diperoleh seseorang tidak terlepas dari pendidikan. Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai, akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik, sehingga pengetahuan gizi akan mempengaruhi perilaku (Azwar, 2004).

Faktor internal yang mempengaruhi perilaku makan adalah faktor fisik. Perubahan fisik yang terjadi khususnya berat badan dan bentuk tubuh meningkatkan risiko seseorang mencemaskan berat badannya khususnya pada remaja putri mulai berpikir dan lebih sensitif terhadap perubahan ukuran, bentuk tubuh dan penampilan. Anak usia sekolah memperoleh uang saku dari orang tuanya. Uang saku tersebut digunakan untuk memenuhi berbagai kebutuhan anak, salah satunya digunakan untuk membeli jajanan Hasil penelitian Novitasari (2005) menunjukkan bahwa ada hubungan antara besar uang jajan dengan frekuensi konsumsi makanan jajanan. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Yuliasuti (2012) menunjukkan adanya hubungan besar uang jajan dengan kebiasaan konsumsi makanan jajanan. Kebiasaan membawa bekal merupakan salah satu faktor yang membuat seorang anak memiliki kebiasaan jajan di sekolah. Menurut Suci (2009), salah satu alasan anak membeli makanan di sekolah adalah karena mereka tidak membawa bekal dari rumah. Anak yang tidak membawa bekal ke sekolah memiliki kecenderungan untuk jajan di sekolah. Selain itu pengaruh orang tua dan media massa memengaruhi kebiasaan jajan yang sehat.

4. Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan berlangsung efektif dan efisien karena dilakukan secara berkesinambungan. Penyuluhan dengan pendekatan melalui metode audio visual dan demonstrasi pembuatan bekal minuman sehat berupa *infused water* dari buah kepada ibu-ibu kader di Desa Binaan diikuti dengan antusias. Selain minat yang tinggi, hasil evaluasi kegiatan tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan dan demonstrasi praktik pembuatan bekal minuman sehat. Rekomendasi untuk tindak lanjut kegiatan berikutnya adalah memberikan penyuluhan langsung ke anak-anak sekolah di wilayah Desa Mekarsaluyu Kabupaten Bandung.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Jenderal Achmad Yani (UNJANI) yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dalam skema hibah pengabdian kepada masyarakat Tahun Anggaran 2022.

Daftar Referensi

- Azwar, S. 2004. Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. *Pustaka Pelajar*, Yogyakarta.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). 2009. Sistem Keamanan Pangan Terpadu Jajanan Anak Sekolah. <http://bpom.go.id>
- Nasution, A. S. 2015. Analisis Kandungan Zat Pewarna Sintetis Pada Makanan Dan Minuman Jajanan Di SDN Kelurahan Ciputat Kecamatan Ciputat Kota Tangsel Tahun 2014. Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Novitasari, D. 2005. Hubungan Antara Uang Jajan dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan pada Siswa SMP di Kota Yogyakarta. Skripsi. Universitas Gadjah Mada.
- Notoatmodjo, S. 2003. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. *Rineka Cipta*, Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. *Rineka Cipta*, Jakarta.
- Rakhmawati, L. 2009. Kontribusi Makanan di Sekolah dan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Bogor. Skripsi, Departemen Gizi Masyarakat, Institut Pertanian Bogor.
- Sajiman, S., Nurhamidi, N. & Mahpolah, M. 2015. Kajian Bahan Berbahaya Formalin, Boraks, Rhodamin B Dan Methalyn Yellow Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah Di Banjarbaru.

Jurnal Skala Kesehatan, 6(1), 1-5.

Suci, R. N. 2009. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Jajan Siswa Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada.

Yuliasuti, E. 2012. Pengaruh Jumlah Uang Jajan terhadap Kebiasaan Konsumsi Makanan Jajanan pada Siswa SMP Negeri 1 Kalasan. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Yuslianti, E. R., Khaerunnisa, R., Puti, I. R. S., Herawati, H., Rahaju, A., Ichwana, D. L., & Ferlita, F. S. D. 2022. Peningkatan Pengetahuan Bahan Alam Untuk Kesehatan Gigi Mulut Melalui Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka. *Jurnal Berdikari*, 10(1), 87-94.