



Penyuluhan Jajanan Sehat pada Anak Usia Dini di Paud Al-Mubtadi Desa Padang Tikar Kabupaten Kubu Raya

Counseling On Healthy Snacks To Early Children At Paud Al-Mubtadi, Padang Tikar Village, Kubu Raya District

Indah Istikhomah ^{1*}, Dwi Khalisa Putri ²

^{1,2} Program Studi Sarjana Terapan Bidan, Politeknik Aisyiyah Pontianak, Indonesia

Alamat: Jl. Ampera, Sungai Jawi, Kec. Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78114

Korespodensi email : indah.istikhomah@polita.ac.id

Article History:

Received: Juli 12, 2024;

Revised: Agustus 18, 2024;

Accepted: September 01, 2024;

Published: September 02, 2024;

Keywords: Counseling, healthy snacks, early childhood, Pretest dan Posttest, TK Al-Mubtadi

Abstract This community service activity is motivated by the presence of unhealthy food or snacks being sold in the school canteen and the surrounding area. Based on initial observations, this was also found in several schools located in Padang Tikar 1 Village, specifically in Kubu Raya Regency. Some examples of snacks provided at the canteen are: noodles, skewered meatballs, skewered sausages, fried snacks, and packaged snacks. PKM will be conducted on February 29, 2024. Objective: To enhance the knowledge of young children about consuming healthy food. Method: The service was carried out at AlMubtadi Kindergarten, attended by children and parents. The service team conducted a pretest before the implementation of the counseling on healthy snacks, presented through PowerPoint. Subsequently, after the PowerPoint presentation, the service team administered a posttest to be filled out by the parents. The results based on the pre-test and post-test data indicate an increase in knowledge among kindergarten children about healthy snacks. Out of 30 respondents, before the counseling was provided, 11 individuals, or 36.7%, had limited knowledge. After the counseling, this improved to 20 individuals, or 66.7%, demonstrating good knowledge. In conclusion, counseling on healthy snacks can enhance knowledge and train both children and parents in selecting snacks sold in the school environment.

Abstrak

Kegiatan PKM ini dilatarbelakangi oleh adanya makanan atau jajanan tidak sehat yang dijual/dijajakan pada kantin sekolah dan lingkungan luar sekolah. Berdasarkan obeservasi awal, hal ini juga ditemukan pada beberapa sekolah yang terdapat di Desa Padang Tikar 1 tepatnya di Kab. Kubu Raya. Adapun beberapa contoh jajanan yang disediakan pada kantin tersebut yaitu: mie, bakso tusuk, sosis tusuk, gorengan, dan jajanan bungkus. PKM di lakukan pada tanggal 29 Februari 2024. Tujuan: Untuk meningkatkan pengetahuan anak usia dini untuk mengkonsumsi makanan sehat. Metode: Pengabdian dilaksanakan di TK Al-Mubtadi yang diikuti oleh anak-anak dan orangtua. Tim pengabdian memberikan Pretest sebelum pelaksanaan penyuluhan tentang jajanan yang sehat disajikan melalui Power point. Selanjutnya setelah Power point disajikan tim pengabdian memberikan Posttest yang diisi oleh orang tua. Hasil berdasarkan data *pre* dan *post test* yang diperoleh diketahui ada peningkatan pengetahuan pada anak-anak TK tentang jajanan sehat dari 30 responden terdapat sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 11 orang atau sebesar 36,7% memiliki pengetahuan kurang setelah diberikan penyuluhan menjadi pengetahuan baik sebanyak 20 orang atau sebesar 66,7%. Kesimpulan Penyuluhan jajanan sehat dapat meningkatkan pengetahuan dan melatih kemampuan anak dan orang tua dalam memilih jajanan yang dijual lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Penyuluhan, jajanan sehat, anak usia dini, Pretest dan Posttest, TK Al-Mubtadi

1. PENDAHULUAN

Anak-anak dan jajanan merupakan memiliki hubungan yang saling berkaitan. Umumnya, anak-anak cenderung membeli berbagai jenis jajanan, terutama saat waktu istirahat di sekolah. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan orang tua yang jarang memberikan bekal makanan dari rumah, sehingga mereka lebih memilih memberikan uang saku kepada anak dan membiarkan anak memilih serta membeli makanan sesuai keinginan mereka. (Hidayat dan Muharrami, 2014).

Hasil survei PJAS menunjukkan bahwa orang tua cenderung mengizinkan anak-anak mereka untuk membeli jajanan di sekolah. Dari total 100 persen orang tua, 42% merupakan orang tua yang menyediakan bekal, sedangkan 58% lainnya mengizinkan anak mereka untuk jajan. Banyak dari mereka yang tidak menyadari risiko kesehatan yang terkait dengan jajanan, karena sering kali ditemukan bahan pengawet berbahaya seperti formalin, boraks, dan bahan lainnya yang dapat membahayakan keselamatan anak. Anak-anak di sekolah adalah salah satu kelompok yang paling rentan terhadap masalah keracunan makanan. Jajanan yang dijual di sekolah memiliki risiko terkontaminasi secara biologis atau kimiawi, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. (BPOM 2012)

Menurut data Kejadian Luar Biasa (KLB) terkait jajanan anak sekolah antara tahun 2004-2006, siswa Sekolah Dasar (SD) merupakan kelompok yang paling sering mengalami keracunan makanan. Survei yang dilakukan oleh BPOM pada tahun 2004 menunjukkan bahwa 60% dari jajanan yang dijual di sekolah tidak memenuhi standar kualitas dan keamanan. Selain itu, survei BPOM tahun 2007 juga mengungkapkan bahwa 45% jajanan sekolah tergolong makanan yang berbahaya (BPOM, 2009). Seiring dengan perkembangan zaman, semakin banyak bahan kimia yang diciptakan dan digunakan sebagai tambahan dalam jajanan dan makanan. Penggunaan zat-zat ini bertujuan untuk meningkatkan rasa, memberikan warna, dan sebagai pengawet. (Bagus dkk, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh BPOM pada tahun 2004 di sekolah dasar di seluruh Indonesia, yang melibatkan sekitar 550 jenis makanan sebagai sampel, menunjukkan bahwa 60% dari jajanan yang dijual di sekolah tidak memenuhi standar kualitas dan keamanan. Dari sampel tersebut, 56% terdeteksi mengandung rhodamin, sementara 33% mengandung boraks. Selain itu, survei BPOM pada tahun 2007 yang mencakup 4.500 sekolah di Indonesia mengungkapkan bahwa 45% jajanan anak sekolah tergolong berbahaya.

Hasil observasi menunjukkan adanya indikasi jajanan tidak sehat yang dijual di kantin sekolah dan lingkungan sekitar PAUD Al-Mubtadi. Mengingat permasalahan ini, pelaksana

kegiatan merasa perlu untuk mengadakan program penyuluhan. Diharapkan, melalui kegiatan ini, guru di sekolah dapat lebih menyadari pentingnya jajanan sehat dengan cara mengawasi jenis jajanan yang dijual di kantin dan lingkungan sekolah, serta membatasi siswa agar tidak membeli jajanan di luar sekolah. Selain itu, diharapkan para pedagang makanan di sekolah dapat lebih sadar untuk menjual jajanan yang sehat bagi siswa. Dengan demikian, siswa diharapkan dapat memahami perbedaan antara jajanan sehat dan tidak sehat, sehingga mereka dapat memilih, membedakan, mengurangi, dan bahkan menghindari jajanan yang tidak sehat. Anak-anak di sekolah adalah kelompok yang sangat responsif terhadap perubahan, karena mereka berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan yang membuat mereka peka terhadap rangsangan, sehingga mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan diajarkan kebiasaan baik. (Notoatmodjo, 2005) Mengingat sangat pentingnya menjaga Kesehatan anak usia dini demi menekan angka stunting maka penulis mengkaji “PENYULUHAN JAJANAN SEHAT PADA ANAK USIA DINI DI PAUD AL-MUBTADI DESA PADANG TIKAR KABUPATEN KUBU RAYA ”.

2. METODE

Pengabdian dilaksanakan kamis, 29 februari 2024 di TK Al-Mubtadi Desa Padang Tikar 2024 yang diikuti oleh anak anak dan orangtua. Metode dalam penyuluhan Tim pengabdian memberikan Pretest Kuesioner sebelum pelaksanaan penyuluhan tentang jajanan yang sehat disajikan melalui Power point, tanya jawab Selanjutnya setelah Power point sajian tim pengabdian memberikan Posttest kuesioner yang diisi oleh orang tua. Jumlah responden yang hadir pada kegiatan penyuluhan adalah 30 orang .

3. HASIL

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari kamis, 29 Februari 2025 dengan sasaran penyuluhan adalah Anak Tk Almuabdtadi putri maupun putri di Desa Padang Tikar, Kubu Raya.. Berikut hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diperoleh:

Tabel 1. Hasil PrePost dan PosTest

No	Kategori	Pre		post	
		F	%	F	%
1	Baik	5	16,6	20	66,7
2	Cukup	14	46,7	7	23,3
3	Kurang	11	36,7	3	10
	Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 1, pengetahuan orang tua anak-anak tentang jajanan sebelum diberikan penyuluhan didapati hasil kategori baik hanya 5 responden (16,6%), kategori cukup sebanyak 14 responden (46,7%) dan kategori kurang sebanyak 11 responden (36,7%). Setelah diberikan penyuluhan, hasil yang didapati adalah kategori baik sebanyak 20 responden (66,7%), kategori cukup sebanyak 7 responden (23,0%), dan kategori kurang sebanyak 3 responden (10%). Dari tabel di atas mengalami peningkatan pengetahuan yang baik cukup tinggi.

Penyuluhan ini dilakukan untuk memberikan informasi tentang Jajanan sehat yang terdiri atas pengertian jajanan sehat, fungsi makanan, macam-macam jajanan yang tidak aman, syara jajanan makanan, 5 kunci makanan yang aman. Pencegahan jajanan makanan yang tidak sehat harus kita hindari agar mencegah anak-anak dari bahan-bahan yang berbahaya. Pendidikan Kesehatan memegang peranan penting yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku yang dapat diperoleh dari pengalaman belajar (Marbun et al., 2022)

Pelaksanaan pada kegiatan penyuluhan jajanan sehat ini terdapat interaksi dan melibatkan proses komunikasi dua arah dengan tujuan antara pemateri dan kelompok sasaran saling bertukar informasi. Keberhasilan program penyuluhan tentang jajanan sehat dapat tercapai dengan perencanaan yang disertai dengan metode yang tepat dan alat bantu dalam kegiatan berupa alat peraga yang sesuai dengan penyuluhan.

4. KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan. Penyuluhan jajanan sehat dapat meningkatkan pengetahuan dan melatih kemampuan anak dan orang tua dalam memilih jajanan yang dijual lingkungan sekolah. Anak usia 4-6 tahun penting untuk menerima informasi mengenai makanan sehat, informasi tersebut tidak hanya penting untuk orang tua. Selanjutnya diharapkan kepada pihak sekolah dapat membimbing siswa saat memilih jajanan. Selain itu kantin sekolah lebih diberdayakan dalam penyediaan jajanan sehat untuk anak.

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk memberikan penyuluhan dengan responden yang cukup banyak lebih dari 30 dan peneliti selanjutnya dapat memberikan penyuluhan tidak hanya di TK, bisa dilakukan di SD, SMP, SMP maupun di Kampus - kampus agar menambah wawasan anak-anak dalam memilih jajanan yang sehat supaya terhindar dari berbagai macam penyakit.

DAFTAR REFERENSI

- Bagus dkk, 2017. Penyuluhan Jajanan dan Makanan Sehat Pada Siswa SDN Cepaka Kelas IVVI Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan. Universitas Undayana.
- BPOM] Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. 2012. Survey PJAS. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Hidayat, Y., & Muharrami, L. K. (2014). Kecenderungan Pilihan Jajanan Pangan Anak SD Terhadap Jajanan Berformalin. *Jurnal Pena Sains*, 19-26.
- Marbun, R., Chairuddin, & Gultom, J. (2022). JCNaR Study on Utilization of Active Natural Zeolite as. *Journal of Chemical Natural Resources*, 04(01), 44–48.
- Notoatmodjo., s. 2005. Promosi kesehatan teori dan Aplikasi, Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Sutardji., M. Azinar. 2007. Tingkat Konsumsi Energi dan Konsumsi Protein serta Hubungannya dengan Status Gizi Anak Asuh Usia 10-18 Tahun (Studi pada Penyelenggaraan Makanan di Panti Asuhan Pamardi Putra Kabupaten Demak). *Jurnal Kemas*, 2(2):168-173
- Suci, E.S.T. (2009). Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta. *Jurnal Psikobuana*, 1(1), 29-38. Diakses dari *Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Katolik Atma Jaya*.