

EDUKASI JAJANAN SEHAT PADA ANAK DI LKSA AMANAH KOTA TASIKMALAYA

Soni Hersoni^{1*}, Enok Nurliawati¹, Ety Komariah¹, Teti Agustin¹, Asep Robby¹, Syaefunnuril Anwar¹
¹ Prodi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada
Jl. Letjen Mashudi No. 20, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat

*Korespondensi: sonihersoni@universitas-bth.ac.id

ABSTRACT

Snacks are processed foods that are easy to find, especially for school children. Snacks are popular with children, teenagers, and adults. From as early as possible, during sensitive periods in the growth and development process, children must pay attention to healthy food and healthy snacks. This activity was carried out to provide education on healthy snacks to children in orphanages. Method: The method for implementing healthy snacks education was performed by showing animated videos about healthy snacks and interactive communication. The number of LKSA Amanah children out of 36 people who were given education showed an increase in knowledge about healthy snacks in children after being given health education with pre-test results with an average score of 7.5 and post-test results with an average score of 8.5. Percentage increase of 10.6%. Education about healthy snacks is an effort that can be implemented to increase children's knowledge about healthy snacks.

Keywords: Children; Healthy Snacks; Orphanages

ABSTRAK

Jajanan merupakan makanan olahan yang mudah untuk di jumpai, apalagi bagi anak sekolah, jajanan banyak di gemari oleh anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Sejak sedini mungkin pada masa-masa peka proses tumbuh kembang anak harus memperhatikan makanan sehat dan jajan sehat. Kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk memberikan edukasi jajanan sehat pada anak Panti Asuhan. **Metode:** metode pelaksanaannya edukasi jajanan sehat dilakukan dengan penayangan video animasi tentang jajanan sehat dan komunikasi interaktif. Jumlah anak LKSA Amanah dari 36 orang yang di berikan edukasi, terdapat peningkatan pengetahuan tentang jajan sehat, pada anak-anak setelah diberikan penyuluhan kesehatan dengan hasil pre-test rerata nilai 7,5 dan hasil post-test rerata nilai 8,5 dengan presentase kenaikan 10,6 %. Edukasi mengenai jajanan sehat merupakan upaya yang dapat dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan anak mengenai jajanan sehat.

Kata Kunci: Anak; Jajanan Sehat; Panti Asuhan

PENDAHULUAN

Makanan yang di konsumsi oleh anak akan sangat berpengaruh pada pertumbuhan anak itu sendiri. Jika makanan tersebut kurang memenuhi zat-zat gizi yang diperlukan tubuh maka anak akan mengalami gangguan pertumbuhan. Pada anak yang mengalami kekurangan zat gizi tertentu seperti kurangnya konsumsi energi dan protein dalam waktu lama dapat menyebabkan gizi kurang seperti kekurangan energi kalori. Perilaku jajan anak dipengaruhi oleh pengetahuan gizi, sikap, persepsi, emosi dan motivasi. Perilaku ini juga dipengaruhi oleh lingkungan keluarga (orang tua), teman sebaya, media massa dan sebagainya (Notoatmodjo, 2017). Maka dari itu, di LKSA Amanah perlu dilakukan edukasi jajanan sehat. Selain mendapatkan makanan dari rumah, anak sekolah juga dapat memperoleh makanan dari jajanan. Kebiasaan jajan sangat digemari anak pada usia sekolah. Hal ini dianggap wajar karena keberadaan anak disekolah yang cukup lama sekitar 5 jam membuat energi yang diperoleh anak saat makan pagi tidak mencukupi sehingga anak perlu mengganti energi yang hilang dengan jajanan. Hal ini tentu baik jika anak memilih jajanan yang mengandung nilai gizi yang cukup bagi tubuhnya.

Berdasarkan penelitian Eunike (2009) dalam Mangosta (2011), orang tua memiliki peran yang cukup penting dalam menentukan perilaku jajan anak karena dari orang tua anak mendapatkan persetujuan dan uang saku. Selain itu semakin tinggi tingkat sosial ekonomi dan didukung dengan pengetahuan gizi keluarga yang tinggi maka orang tua mampu mengarahkan anak-anaknya untuk memiliki perilaku yang baik dalam memilih jajanan.

Berdasarkan survei yang telah dikumpulkan di LKSA Amanah Tasikmalaya, tercatat sekitar 5-10% anak ada yang mengalami gangguan tumbuh kembang dan sekitar 90% anak-anak maupun pengurus masih tidak memahami bagaimana cara melakukan deteksi dini perkembangan status gizi dan memilih jajanan sehat. Oleh

karena itu, penting dilakukannya kegiatan sosialisasi untuk edukasi jajanan sehat di LKSA Amanah kota Tasikmalaya. Tujuan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak mengenai jajanan sehat sehingga diharapkan anak-anak dapat memilih jajanan yang sehat, bernilai gizi dan terhindar dari jajanan sekolah yang tidak sehat

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di LKSA Amanah Tasikmalaya pada tanggal 4 Juni 2023. Jumlah peserta adalah sebanyak 36 orang dan pelaksana sebanyak 6 orang dosen Prodi D III Keperawatan Universitas bakti Tunas Husada. Pelaksanaan edukasi jajanan sehat dilakukan dengan penayangan media video animasi jajanan sehat pada ada anak-anak LKSA Amanah Tasikmalaya dan komunikasi interaktif dengan anak-anak. Penilaian pengetahuan dilakukan di awali dengan pengisian kuesioner *pre test* sebelum diberikan edukasi jajanan sehat dan setelah diberikan edukasi dengan video animasi jajanan sehat dilakukan *post test* pada anak-anak LKSA Amanah. Hasil pre dan post test ini merupakan bahan untuk dibuat analisis dan pembahasan secara deskriptif. Berikut beberapa dokumentasi foto kegiatan Pengabdian Masyarakat yang sudah dilaksanakan .



Gambar 1. Pre Test



Gambar 2. Edukasi jajanan Sehat



Gambar 3. Post Test



Gambar 4. Peserta dan Pelaksana Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan edukasi tentang jajanan sehat, peserta diberikan kuesioner pre-test sebanyak 10 soal. Didapatkan hasil pengetahuan tentang jajanan sehat dengan rerata nilai 7,5. Setelah dilakukan penyuluhan tentang jajan sehat, peserta diberikan kembali kuesioner untuk post-test. Didapatkan hasil peningkatan pengetahuan tentang jajanan sehat dengan rerata nilai 8,5 dengan presentase kenaikan 10,6 %. Hasil pre dan post test dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Pre dan Post Test

Peserta	Rerata Nilai		Perubahan
	Pre test	Post test	Persentase
Anak LKSA Amanah	7,5	8,5	10,6

Tabel di atas terdapat peningkatan persentase nilai setelah diberikan edukasi dari rerata nilai 7,5 menjadi rerata nilai 8,5 dengan persentase kenaikan 10,6 %. Edukasi untuk anak secara umum dapat dilakukan oleh berbagai pihak terutama orang tua, guru, keluarga, tokoh masyarakat yang secara bersama-sama dapat memberi dukungan untuk meningkatkan pengetahuan anak. Adapun anak-anak di panti asuhan edukasi didapatkan terutama dari pengurus panti sebagai pengganti orang tua dan pihak lain seperti di atas. Pengetahuan anak mengenai jajanan sehat dapat meningkatkan kesadaran dan mempengaruhi perilaku untuk memilih jajanan yang sehat. Hal ini penting untuk memastikan anak tetap sehat serta dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Salah satu faktor yang mendukung terhadap peningkatan pengetahuan anak adalah media yang digunakan, dimana pada kegiatan ini, selain dengan cara komunikasi interaktif juga dibantu dengan penayangan video animasi. Penggunaan media video animasi dan komunikasi interaktif ini memudahkan anak menerima informasi yang diberikan. Penggunaan media video dalam memberikan pendidikan kesehatan dirasa sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, terutama pada kalangan anak-anak usia sekolah. Anak-anak menyukai bentuk gambar yang sifatnya ada suara dan gambar bergerak, sehingga dapat memberikan contoh bentuk perilaku yang baik kepada anak yang memiliki sifat meniru atau suka mengikuti apa yang dilihat (Mulyadi et al., 2018).

SIMPULAN

Edukasi mengenai jajanan sehat merupakan upaya yang dapat dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan anak mengenai jajanan sehat. Dalam pelaksanaan edukasi ini, diperlukan media yang dapat membantu meningkatkan pemahaman anak seperti penggunaan video animasi yang disertai komunikasi interaktif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama kepada pengurus LKSA Amanah Kota Tasikmalaya yang telah bersedia dijadikan tempat kegiatan pengabdian masyarakat ini dan kepada LPPM Universitas Bakti Tunas Husada selaku pemberi dana pengabdian masyarakat tahun anggaran 2022-2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier,dkk. 2011. Gizi seimbang dalam Daur Kehidupan. Gramedia. Jakarta.
- Anonim. Waspada Makanan Jajan Anak Banyak yang Membahayakan. Jakarta.di akses tanggal 24 Februari 2012 pukul 15.08 WIB. Diakses pada http://www.doktersahabatkita.com/index.php?option=com_content&view=article&id=443:waspada-jajanan-anak-sekolah-banyak-yang-membahayakan-&catid=25:the-project
- Anonim. Hubungan Pola Pendidikan Gizi Anak dengan Pola Konsumsi Jajanan. di akses pada tanggal 24 Februari 2012 pukul 14.37 WIB. <http://id.shvoong.com/social-sciences/education/2127941-hubungan-pola-pendidikan-gizi-anak/#ixzz1gW8jSc1D>
- Achadi, E, dkk.2009. Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 5, No 1, Agustus 2010.
- Ardiarini, Ony & Gunanti, I.R.. Jurnal Kesmas: Preferensi minuman Jajanan dan Tingkat Pengetahuan tentang Pola jajan pada Siswa Sekolah Dasar (Studi pada SDN Dukuh Menanggal II/425 Gayungan Surabaya).
- Astuti, F. D., Utami, D., Qamariyah, N., Widyaningsih, W., & Martini, T. (2023). Pemeriksaan Kesehatan Sebagai Monitoring Status Kesehatan Santri Di Panti Asuhan Muhammadiyah Tuksono Sentolo, Kulon Progo. Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia, 2(2), 19–22.
- Azwar,Azrul.2004.Aspek Kesehatan Dan Gizi Dalam Ketahanan Pangan. Widyakarya. Jakarta : Nasional Pangan dan Gizi VIII.LIPI.
- Berg, Alan & Muscat, Robert, J. 1987. Terj: Faktor Gizi. Jakarta : Bhratara Karya Aksara.
- BPOM. 2005. Food Watch Sistem Keamanan Pangan Terpadu Jajanan Anak Sekolah Vol 1. Jakarta. di akses tanggal 17 Maret 2012 pukul 09.44 WIB. <http://www.surveilapangan@pom.go.id>
- Budi, Teguh Raharjo. 2008. Pengaruh Makanan Ringan Terhadap Sikap Konsumtif Anak-Anak SD. Lampung. Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat. Jurusan Ilmu Komunikasi Fisip Universitas Lampung.

- Buscemi, S et all. 2011. Nutrition Journal: Characterization of street food consumption in Palermo, possible effects on health. di akses tanggal 17 Maret 2012 pukul 11.23 WIB.
<http://www.nutritionj.com/content/10/1/119>
- Darwati. 2011. Pengaruh Penyuluhan Keamanan Pangan terhadap peningkatan Pengetahuan , Sikap dan Perilaku memilih Makanan Jajanan pada Siswa Kelas IV SDN. Sukmajaya IKota Depok Tahun 2011. Skripsi. Depok : Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Eunike .2009. dalam Safriana 2012. Tingkat kedisiplina orang tua di tinjau dari jajanan anak usia 5-6 tahun. Di akses 7 Desember 2023, pukul 10.30 WIB
<http://lib.unnes.ac.id>
- Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional 2008
www.riskesdas.litbang.depkes.go.id/download/TabelRiskesdas2010.pdf di unduh tanggal 4-Oktober-2011 jam 12.30 WIB.
- Hastono, Sutanto Priyo. 2007. Modul Pembelajaran: Analisis Data Kesehatan. Depok : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Mulyadi, M. I., Warjiman., & Chrisnawati. 2018. Efektivitas pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat. Jurnal Keperawatan STIKES Suaka Insan, 3(2), 1–9.
- Notoatmojo. 2017. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Edisi Revisi 2011. Bandung : Rineka Cipta