

Peningkatan Pengetahuan tentang Makanan Jajanan Sehat dan Bergizi pada Siswa MI Al-Asror Gunungpati, Semarang

Ana Yustika^{1*}, Aprin Wahyu Wijayanti²

^{1,2} STIKES HAKLI Semarang

*Corresponding author : Ana Yustika, anayustika13@gmail.com

ABSTRAK

Data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa sepanjang bulan Januari – Oktober 2023 terdapat 4.792 kasus keracunan pangan di Indonesia, dengan total 96 kasus Kejadian Luar Biasa (KLB). Kelompok usia yang paling banyak menjadi korban adalah kelompok usia anak Sekolah Dasar. Hal tersebut dikarenakan minimnya pengetahuan anak Sekolah Dasar tentang makanan jajanan sehat dan bergizi. Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan pada hari Selasa, 3 September 2024 ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang makanan jajanan sehat dan bergizi pada 32 orang siswa kelas V di MI Al-Asror Gunungpati Kota Semarang. Kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian membuat perencanaan program. Pada tahap pelaksanaan, tim pengabdian memberikan soal *pre-test* dan dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan pada siswa. Metode penyuluhan yang digunakan adalah ceramah dan diskusi, dengan menggunakan media pembelajaran yang menarik. Pada tahap evaluasi, tim pengabdian memberikan soal *post-test* dan melakukan diskusi dengan semua pihak yang terlibat guna mengidentifikasi keunggulan dan kelemahan kegiatan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon dengan aplikasi SPSS 16.0. Hasil uji menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* siswa. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang makanan jajanan sehat dan bergizi hingga 81,3% untuk tingkat pengetahuan kategori baik.

Kata Kunci : Keracunan Pangan, Makanan Jajanan, Makanan Bergizi, Makanan Sehat, Pengetahuan

ABSTRACT

Data from the Ministry of Health shows that during January - October 2023, there were 4,792 cases of food poisoning in Indonesia, with a total of 96 cases of Extraordinary Events (KLB). The age group most frequently affected is the elementary school age group. That is due to the lack of knowledge of elementary school children about healthy and nutritious snacks. The service activity on Tuesday, September 3, 2024 aims to increase knowledge about healthy and nutritious snacks among 32 class V students at MI Al-Asror Gunungpati, Semarang City. This activity is divided into three stages, namely preparation, implementation, and evaluation. In the preparation stage, the service team creates a program plan. At the implementation stage, the service team provides pre-test questions and continues with counseling activities for students. The extension methods used are lectures and discussions, using interest learning media. At the evaluation stage, the service team provides post-test questions and holds discussions with all parties involved to identify the strengths and weaknesses of the activity. Data analysis was done using the Wilcoxon test with the SPSS 16.0 application. The test results show a significant difference between students' pre-test and post-test scores can increase students' knowledge by up to 81.3%.

Keywords : Food Poisoning, Healthy Food, Knowledge, Nutritious Food, Snack Food

PENDAHULUAN

Kejadian Luar Biasa (KLB) Keracunan Pangan (KP) merupakan kejadian saat dua orang atau lebih menderita sakit dengan gejala yang sama atau hampir sama setelah mengonsumsi pangan yang terbukti sebagai sumber keracunan berdasarkan epidemiologinya^[1]. Pada tahun 2020, terdapat 100 laporan KLB Keracunan Pangan yang terjadi di Indonesia. Kejadian Luar Biasa ini paling banyak terjadi di provinsi DI Yogyakarta (24 kasus), Jawa Barat (23 kasus), Jawa Tengah (10 kasus), dan Jawa Timur (9 kasus)^[2]. Di Kota Semarang, pada tahun 2023, terdapat 4 (empat) kejadian keracunan pangan di wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran, Bangetayu, Karangmalang dan Tambakaji [3].

Kejadian Luar Biasa (KLB) Keracunan Pangan biasanya terjadi setelah mengonsumsi makanan yang kemungkinan besar terkontaminasi oleh bakteri^[4].

Kasus keracunan pangan pada anak usia sekolah dasar terus mengalami peningkatan [5]. Hal ini dikarenakan anak-anak usia Sekolah Dasar sangat rentan mengalami masalah keracunan pangan karena mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup untuk membedakan antara makanan jajanan yang aman, sehat, bergizi dengan makanan yang berbahaya atau tidak aman untuk dikonsumsi^[6]. Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan

energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah^[7].

Makanan jajanan adalah makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang kaki lima, yang dapat dikonsumsi secara langsung di jalan maupun tempat umum lainnya tanpa dilakukan pengolahan lebih lanjut^[8]. Makanan jajanan sehat adalah jajanan yang tidak kotor, aman, sehat, dan bergizi^[9]. Kriteria tersebut dapat terjamin dengan mengkonsumsi makanan yang diolah sendiri, karena mengetahui betul bahan yang digunakan dalam pembuatannya dan cara pengolahannya^[10]. Makanan jajanan yang tidak sehat yang mengandung zat-zat berbahaya apabila dikonsumsi secara terus-menerus akan terakumulasi pada tubuh dan akan menjadi zat karsinogenik yang akan menimbulkan penyakit berbahaya dan mengganggu kesehatan secara menyeluruh^[11].

Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak usia Sekolah Dasar tentang makanan jajanan sehat dan bergizi sehingga dapat mencegah kasus keracunan pangan di Indonesia dan Kota Semarang pada khususnya. Upaya yang dimaksud berupa pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat oleh tim pengabdian dari STIKES HAKLI Semarang kepada para siswa di MI Al-Asror Gunungpati Kota Semarang. Pemilihan lokasi pengabdian ini didasarkan pada hasil survei dan observasi awal yang menunjukkan bahwa hampir semua siswa MI Al-Asror Gunungpati gemar membeli makanan jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima di sekitar lokasi sekolah tersebut.

METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Program pengabdian masyarakat dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Tentang Makanan Jajanan Sehat dan Bergizi pada Siswa MI Al-Asror Gunungpati, Semarang” ini secara garis besar dibagi menjadi tiga tahapan berikut.

1. Tahap Persiapan

Tahapan persiapan kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dengan diskusi perencanaan oleh tim pengabdian, yang kemudian dilanjutkan dengan penyusunan proposal dan pengajuan proposal pengabdian masyarakat kepada pihak kampus terlebih dahulu (STIKES HAKLI Semarang).

Setelahnya, tim pengabdian juga melaksanakan koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Guru di MI Al-Asror Gunungpati Kota Semarang yang akan menjadi tempat lokasi pengabdian. Tim pengabdian melengkapi segala macam persyaratan administrasi (surat menyurat) yang diperlukan,

menyiapkan segala macam peralatan & bahan yang diperlukan untuk pelaksanaan program, serta menyiapkan materi (termasuk instrumen soal *pre-test* dan *post-test*) yang akan disampaikan pada saat pelaksanaan program.

Instrumen soal *pre-test* dan *post-test* yang akan digunakan diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu dengan aplikasi SPSS 16.0. Uji validitas instrumen menggunakan teknik korelasi *Product Moment*, sedangkan uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach*.

2. Tahap Pelaksanaan

Adapun sasaran kegiatan pengabdian ini adalah 32 orang siswa kelas V di MI Al-Asror Gunungpati Semarang. Pemilihan lokasi & subjek atau sasaran program pengabdian ini didasarkan pada hasil survei dan observasi awal yang menunjukkan bahwa hampir semua siswa MI Al-Asror Gunungpati gemar membeli makanan jajanan yang dijual oleh pedagang kaki lima di sekitar lokasi sekolah tersebut.

Kegiatan pelaksanaan program diawali dengan pemberian soal *pre-test* untuk dikerjakan oleh para siswa yang menjadi sasaran program. Tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas V di MI Al-Asror Gunungpati tentang makanan jajanan sehat dan bergizi sebelum dilaksanakan program pengabdian masyarakat oleh tim pengabdian.

Hasil *pre-test* para siswa selanjutnya dianalisis dan dibandingkan dengan hasil *post-test* setelah kegiatan pengabdian terlaksana nantinya.

Dalam melaksanakan program pengabdian ini, metode yang digunakan oleh tim pengabdian adalah ceramah dan diskusi selama 3 jam. Tim pengabdian memberikan penyuluhan kepada para siswa dengan menggunakan media pembelajaran yang menarik dan menyenangkan supaya siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Pada saat tim pengabdian memberikan penjelasan materi, apabila ada siswa yang tidak paham, maka diperbolehkan untuk langsung bertanya sehingga sangat memungkinkan terjadinya diskusi pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung.

Adapun materi yang disampaikan oleh tim pengabdian adalah mengenai : (1) pengertian / definisi makanan, makanan jajanan, makanan sehat dan bergizi ; (2) pentingnya makanan sehat dan bergizi bagi kesehatan tubuh; (3) dampak mengkonsumsi makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak bergizi bagi tubuh; (4) Bahan Tambahan Makanan atau BTM; dan (5) personal hygiene dan hygiene sanitasi pangan.

Setelah kegiatan penyuluhan selesai, tim pengabdian membagikan makanan jajanan sehat dan bergizi untuk para siswa sehingga ada sesi makan bersama

di dalam kelas yang diikuti oleh para siswa dan tim pengabdian.

3. Tahap evaluasi

Tahapan evaluasi program pengabdian ini dilakukan dengan memberikan soal *post-test* bagi para siswa untuk mengetahui *impact* (pengaruh) dari kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan. Selanjutnya, analisis hasil *post-test* tersebut dibandingkan dengan hasil *pre-test* yang sudah ada.

Skor penilaian diperoleh dari rumus :

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah nilai benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100\%$$

Kategori tingkat pengetahuan menurut Arikunto (2010) dibagi menjadi tiga kategori, yaitu baik (76 – 100%), cukup (56 – 75%), dan kurang (< 56%). Pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan aplikasi SPSS 16.0. Pengolahan dan analisis data yang dilakukan mencakup uji normalitas data dan uji *paired-samples t-test* (apabila data berdistribusi normal) atau uji *Wilcoxon* (apabila data tidak berdistribusi normal). Selain itu, tim pengabdian juga berdiskusi dengan para siswa dan pihak sekolah untuk mengidentifikasi keunggulan dan kekurangan program pengabdian ini sehingga dapat digunakan sebagai dasar pelaksanaan kegiatan pengabdian di masa yang akan datang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak Sekolah Dasar tentang makanan jajanan sehat dan bergizi ini telah dilaksanakan di MI Al-Asror Gunungpati Semarang pada hari Selasa, 3 September 2024. Kegiatan dibuka oleh Bapak Kepala Sekolah dan diikuti oleh 32 orang siswa kelas V MI Al-Asror Gunungpati Kota Semarang.

Pemaparan materi dilaksanakan di dalam kelas dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi, dengan berbantuan media file presentasi (ppt dan video) yang ditampilkan melalui layar monitor LCD. Sebagai bahan diskusi, tim pengabdian juga mengambil contoh beragam makanan jajanan yang dijual di sekitar sekolah. Para siswa diminta untuk memilih dan menentukan makanan jajanan sehat berdasarkan pada materi yang telah disampaikan oleh tim pengabdian.

Dari beragam pertanyaan yang ditanyakan oleh para siswa kepada tim pengabdian, ada 3 pertanyaan yang sangat bagus, yaitu :

1. Bagaimana caranya bisa membedakan makanan yang aman dan tidak aman untuk dikonsumsi?

Jawaban :

Kalau mau membeli makanan, baiknya dilihat label (BPOM), kualitas bahan, dan kandungan gizinya terlebih dahulu. Sedangkan ciri-ciri yang mudah diamati untuk makanan yang tidak layak konsumsi adalah berbau tidak sedap, berlendir, muncul jamur, dan beracun^[12].

2. Bagaimana cara mengetahui makanan yang ada pengawet atau ada pewarna yang berbahaya?

Jawaban :

Makanan yang mengandung pengawet berbahaya biasanya memiliki beberapa ciri, yaitu tekstur makanannya kenyal (tidak mudah hancur), warna mencolok, bau sangat menyengat^[13]. Sedangkan makanan yang mengandung pewarna tekstil, biasanya warnanya sangat mencolok dan titik-titik warnanya tidak merata^[14].

3. Apakah boleh kita mengkonsumsi makanan atau minuman yang sudah melewati batas tanggal kadaluarsanya? Apakah ada dampaknya bagi tubuh?

Jawaban :

Sebaiknya menghindari mengkonsumsi makanan atau minuman yang sudah kadaluarsa. Hal ini dikarenakan bisa saja makanan atau minuman tersebut mengandung berbagai macam bakteri yang dapat membahayakan kesehatan tubuh^[15].

Keberhasilan program kegiatan pengabdian ini terlihat dari hasil analisis *pre-test* dan *post-test* yang telah dikerjakan oleh para siswa, yang dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2 berikut.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Siswa

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah Siswa	%
Sebelum Kegiatan			
1	Baik (76 – 100%)	4	12,5
2	Sedang (56 – 75%)	11	34,4
3	Kurang (< 56%)	17	53,1
Jumlah		32	100,0
Setelah kegiatan			
1	Baik (76 – 100%)	30	93,8
2	Sedang (56 – 75%)	2	6,2
Jumlah		32	100,0

Berdasarkan Tabel 1, dapat dicermati bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang makanan jajanan sehat dan bergizi pada 32 orang siswa kelas V di MI Al-Asror Gunungpati Semarang. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan jajanan sehat dan bergizi di kelas tersebut yaitu sebanyak 12,5% kategori baik; 34,4% kategori sedang; dan 53,1% kategori kurang. Sementara itu, hasil *post-test* setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan jajanan

sehat dan bergizi di kelas tersebut mengalami peningkatan menjadi sebanyak 93,8% kategori baik dan 6,2% kategori sedang.

Awalnya, rata-rata jawaban anak yang salah pada saat *pre-test* adalah terkait dengan materi pentingnya makanan sehat dan bergizi bagi tubuh, Bahan Tambahan Makanan (BTM) dan personal hygiene serta hygiene sanitasi pangan. Namun setelah tim pengabdian memaparkan materi yang berkaitan dengan hal-hal tersebut, para siswa pun dapat memahami dengan baik, yang dibuktikan dengan meningkatnya nilai para siswa pada saat *post-test*. Selain itu, hasil evaluasi yang dilakukan dengan para siswa dan pihak sekolah untuk mengidentifikasi keunggulan dan kekurangan program pengabdian ini pun menunjukkan bahwa para siswa memiliki antusiasme yang sangat tinggi. Di akhir sesi pun, para siswa dapat menjawab pertanyaan dari tim pengabdian dengan lancar seputar materi makanan jajan sehat dan bergizi.

Impact (pengaruh) yang tinggi dari kegiatan pengabdian ini terhadap peningkatan pengetahuan para siswa MI Al-Asror Gunungpati Semarang, nampaknya kegiatan ini memiliki keberlanjutan program yang baik kedepan untuk dapat dilaksanakan kembali ke sekolah-sekolah dasar lainnya. Terlebih lagi, tidak ada kendala yang berarti selama program pengabdian ini dilaksanakan, mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi.

Kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Penyuluhan (penyampaian materi) tentang Makanan Jajanan Sehat dan Bergizi



Gambar 2. Pengenalan Makanan Jajanan Sehat dan Bergizi



Gambar 3. Makan Bersama Tim Pengabdian dan Siswa MI Al-Asror Gunungpati

KESIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan tentang makanan jajanan sehat dan bergizi pada 32 orang siswa kelas V di MI Al-Asror Gunungpati Semarang berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang telah dilaksanakan. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan jajanan sehat dan bergizi di kelas tersebut yaitu sebanyak 12,5% kategori baik; 34,4% kategori sedang; dan 53,1% kategori kurang. Sementara itu, hasil *post-test* setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa tentang makanan jajanan sehat dan bergizi di kelas tersebut mengalami peningkatan menjadi sebanyak 93,8% kategori baik dan 6,2% kategori sedang.

Setelah dilaksanakan program pengabdian masyarakat ini, diharapkan kedepannya para siswa bisa lebih berhati-hati dalam memilih makanan jajanan yang akan dikonsumsi, khususnya berkaitan dengan keamanan Bahan Tambahan Makanan (BTM) yang digunakan pada makanan jajanan tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Masyarakat STIKES HAKLI Semarang mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di MI Al-Asror Gunungpati Kota Semarang, khususnya kepada :

- STIKES HAKLI Semarang yang telah memberikan dukungan finansial dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini,
- Kepala Sekolah dan Bapak/Ibu Guru MI Al-Asror Gunungpati yang telah membantu

- pelaksanaan kegiatan mulai dari tahap persiapan sampai dengan evaluasi kegiatan,
- c. Seluruh siswa kelas V MI Al-Asror Gunungpati yang telah mengikuti kegiatan pengabdian ini dengan sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Apriliansyah, M., Ade, Z., & Dwie, A. Bakteri Utama Penyebab Kejadian Luar Biasa Keracunan Pangan. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, September 2022, 11(3), hal 239-255.
- [2] Kurniawan, E.A. 2023. Tinjauan Data Kejadian Luar Biasa Keracunan Pangan dan Capaian Sertifikat Laik Higiene Sanitasi (SLHS) di Indonesia. Surabaya : FKM Universitas Airlangga.
- [3] Dinas Kesehatan Kota Semarang. 2023. Profil Kesehatan 2023. Kota Semarang.
- [4] Nuraisyah, F. Penyelidikan KLB Keracunan Makanan di Desa Banjaroyo Kabupaten Kulon Progo. *Jurnal MKMI*, Desember 2019, 15(4), hal 418-425.
- [5] Wulansari, N.T., & Ni, L.P.J. Deteksi Cemaran Escherichia coli dalam Makanan Jajanan pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Media Sains*, September 2019, 3(2), hal 44-48.
- [6] DS, Y.N., Ayu, F., & Sinta, M.D. Penyuluhan Makanan dan Jajanan Sehat dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Gizi di SDN Karangjaya III Kecamatan Pedes Karawang. *Jurnal Buana Pengabdian*, Februari 2019, 1(1), hal 26-26.
- [7] Nurbiyati, T., & Agus, H.W. Pentingnya Memilih Jajanan Sehat demi Kesehatan Anak. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, September 2014, 3(3), hal 192-196.
- [8] Ariani, I., Zaenal, A., & Riska, R. Perilaku Anak Dalam Mengonsumsi Makanan Jajan Di Sekolah SDN 01 Taman Kota Madiun. *Jurnal Delima Harapan*, Maret 2023, 10(1), hal 41-52.
- [9] Amira, K.A., & Stefania, W.S. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah Dasar dalam Pemilihan Jajanan Sehat : Literature Review. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, Mei 2021, 16(2), hal 130-138.
- [10] Ristanti, I.K., Nikita, W.P., & Dwi, K.P.S. Pelatihan Pembuatan Jajanan Sehat pada Ibu PKK di Kedungjambe Singgahan. *ABDIMASNU : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, Januari 2023, 3(1), hal 16-20.
- [11] Syarifuddin, S., Nur, A.P., Saparuddin, L., & Nining, A.N. Edukasi Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *SELAPARANG : Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, Maret 2022, 6(1), hal 316-320.
- [12] Rorong, J.A., & Wiesje, F.W. Keracunan Makanan oleh Mikroba. *Techno Science Journal*, 2020, 2(2), hal 47-60.
- [13] Gama, S.I., Febrina, M., & Junaidin. Edukasi Penggunaan dan Identifikasi Bahan Pengawet pada Produk Pangan di Manunggal Jaya Kecamatan Tenggarong Seberang. *ABDIKU : Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Mulawarman*, Juni 2023, 2(1), hal 15-19.
- [14] Tutik, Eka, F., Falla, T., Kharisma, B.U., Nisa, A.F., & Miftha, M.P. Pemanis dan Pewarna pada Makanan Jajanan. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, November 2022, 5(2), hal 94-102.
- [15] Arini, L.D.D. Faktor-Faktor Penyebab dan Karakteristik Makanan Kadaluausa yang Berdampak Buruk pada Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*, 2017, 2(1), hal 15-24.