

Original Research Paper

## Jajanan Sehat Dan Bahaya Junk Food Pada Orang Tua Dan Sekolah

Rizkha Maulana<sup>1</sup>, Rizky Maulana<sup>2</sup>, Hendry Eldo<sup>3</sup>, Mena Sari<sup>4</sup>, Karimi<sup>5</sup>, Zulfa Zainuddin<sup>6</sup>,

<sup>1,5</sup> Program studi Manajemen, Universitas Muhammadiyah Karya Aceh, Bireuen, Indonesia;

<sup>2,3,4</sup> Program Studi Teknik Informatika, Universitas Muhammadiyah Karya Aceh, Bireuen, Indonesia.

<sup>6</sup> Program Studi Hukum, Universitas Muhammadiyah Karya Aceh, Bireuen, Indonesia

DOI : <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v6i4.6854>

Sitasi: Maulana, R., Maulana, R., Eldo, H., Sari, M., Karimi., & Zainuddin, Z. (2023). Jajanan Sehat Dan Bahaya Junk Food Pada Orang Tua Dan Sekolah. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(4)

### Article history

Received: 13 November 2023

Revised: 23 Desember 2023

Accepted: 28 Desember 2023

\*Corresponding Author:

Rizkha Maulana, ProgramStudi  
Manajemen, Universitas  
Muhammadiyah Karya Aceh,  
Bireuen, Indonesia;

Email:

[rizkhamaulana22@gmail.com](mailto:rizkhamaulana22@gmail.com)

**Abstract:** The growth and development of school age children must be optimal, such as providing nutrition in good and correct quantity and quality, if not correct. An effective way to do this is through health promotion regarding healthy snacks and the dangers of junk food. This community service activity is intended for parents and schools to reduce the contribution of school-aged children to unsafe and unhealthy street snacks. Health promotion activities at SD N.18. Bireuen was held from January to June using digital methods delivered via Whatsapp group, carried out pre and posttests then presented using leaflets, videos and followed by discussions. There has been an increase in knowledge and attitudes of parents and schools regarding healthy food and the dangers of junk food.

**Keywords:** Digital, Healthy Snacks, School Age Children

## Pendahuluan

Anak pada usia sekolah merupakan generasi penerus bangsa. Mereka adalah investasi bangsa. Kualitas anak-anak saat ini sangat berpengaruh besar terhadap kualitas bangsa dimasa yang akan datang. Upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia harus berkesinambungan dan sistematis dan juga harus dilakukan sejak dini. Nutrisi dengan kuantitas dan kualitas yang benar dan baik juga mempengaruhi tumbuh kembang anak pada usia sekolah. Pada masa tumbuh kembang anak usia sekolah, pemberian asupan makanan atau nutrisi tidak semuanya dapat dilakukan dengan sempurna. Sering juga ada kendala dalam memberikan makanan pada anak usia sekolah yang menyimpang dan tidak benar. Penyimpangan yang terjadi dapat mengakibatkan gangguan pada system tubuh anak usia sekolah dan dibanyak organ anak tersebut. Penyakit bawaan atau disebut juga dengan Food bornediseases adalah masalah Kesehatan yang paling utama dansering terjadi dimasyarakat dan

juga dibanyak negara. Food borne biasanya ditafsir sebagai penyakit yang tidak serius sehingga penyakit ini kerap kurang diperhatikan (Khairullah et al., 2020). akan tetapi anak usia sekolah yang terkena Food borne pada tahun 2010 ditafsirkan lebih dari 500 juta anak dan 30% dari 1 juta anak didunia mengalami penyakit Foodborne (Nurmawati et al., 2019)

Pada umumnya makan diwarung sekitar sekolah atau kantin serta kebiasaan memakan junk food sudah menjadi kebiasaan yang menjadi masalah pada Kesehatan saat ini. Streetvendors atau biasa dikenal dengan jajanan yang dijual oleh pedagang pinggir jalan atau pedagang kaki lima. Menurut FAO, *Streetvendors* merupakan minuman maupun makanan yang disajikan dan dijual oleh pedagang yang ada ditempat-tempat keramaian umum maupun disekitar kaki lima atau jalanan yang langsung dikonsumsi atau dimakan tanpa persiapan atau pengolahan yang lebih lanjut. Makanan jajanan yang menarik, mudah dijumpai, bervariasi dan tergolong murah adalah makanan

yang sering dijumpai pada jajanan kaki lima Arigaet dalam (George & Vishnupriya, 2021).

Dalam sehari, biasanya seperempat waktu anak diusia sekolah pada umumnya disekolah. Dalam penelitian dari Jakarta, uang jajan anak diusia sekolah sekarang berkisarRp.5.000–Rp.7.000 perhari, bahkan ada anak diusia sekolah memiliki uang jajan yang mencapai Rp.10.000. Adasekitar 5% anak usia sekolah yang membawa bekal dari rumahnya masing-masing.

Oleh karena itu, kebanyakan anak usia sekolah lebih banyak terpapar makanan jajanan dari kaki lima dikarenakan kebanyakan anak usia sekolah memiliki kemampuan untuk membeli jajanan tersebut. Pada dasarnya, makanan yang ada di jajanan kakilima sangat berpengaruh untuk asupan energi anak usia sekolah yaitu sebanyak 36%, zat besi sebanyak 52% dan protein sebanyak 29%. Olehkarenaitu, jajanan kaki lima sangat berperan penting untuk prestasi belajar anak dan pertumbuhan anak usia sekolah. Akan tetapi, keamanan dari jajanan kaki lima dari segi kimiawi maupun dari segi mikro biologis masih perlu dipertanyakan. Penelitian dari Bogor mengungkapkan bahwa adanya *Salmonella ParatyphiA* di 25%-50% pada sampel minuman dari street vendors (Ariga et al., 2020)

Penelitian dari daerah Jakarta Timur menyatakan jenis dari jajanan kaki lima yang kerap dimakan oleh anak usia sekolah yaitu otak-otak, bakso dengan saus, lontong, tahu goreng, mie, ketan uli, cilok dan es sirup. Hasil uji laboratorium mengungkapkan bahwa pada bakso dan otak-otak ditemukan adanya borax.Pada mie kuning basah dan tahu goreng ditemukan adanya formalin. Pada es sirup berwarna merah ditemukan adanya rhodamin B. Bukan hanya cemaran mikrobiologis saja, ada juga cemaran kimiawi yang didapatkan pada *streetvendors* berupa penggunaan Bahan Tambahan Pangan yang ilegal, yaitu formalin atau yang biasa dikenal dengan pengawet untuk mayat, borax yang biasa dikenal dengan pengempal yang mengandung logam berat boron, methanil yellow yang biasa dikenal dengan pewarna kuning digunakan pada tekstil dan rhodamin B yang biasa dikenal dengan pewarna merah digunakan pada tekstil. Semua bahan tersebut dapat terakumulasi di tubuh manusia dan juga bersifat racun (karsinogenik). Jika seseorang mengkonsumsi bahan-bahan tersebut dalam jangka waktu panjang, maka akan menyebabkan berbagai penyakit, seperti

tumor dan kanker di organ tubuh seseorang. Sudah terungkap bahwa efek samping yang terjadi dari makanan yang mengandung bahan tersebut ternyata bisa berpengaruh pada fungsi otak, termasuk juga gangguan pada perilaku di anak usia sekolah (asmara Ariga et al., 2021)

Gangguan perilaku yang dapat terjadi yaitu gangguan pada saat tidur, gangguan emosi pada anak, gangguan konsentrasi pada saat belajar, memperberat gejala pada penderita autisme dan juga terjadinya hiperaktif pada anak.Ada juga pengaruh dalam waktu singkat pada penggunaan BTP, yaitu BTP dapat menyebabkan timbulnya gejala seperti mual, pusing, muntah, kesulitan saat buang air besar maupun diare. *Joint Expert Committee on Food Additives* (JECFA) dari WHO yang mengevaluasi dan mengatur standar BTP dan melarang untuk menggunakan bahan kimia pada makanan. Standar ini juga sudah diadopsi oleh Badan POM (BPOM) dan Departemen Kesehatan RI (Depkes RI) melalui Peraturan Menkes no. 722/Menkes/Per/IX/1998 (Asmara Ariga et al., 2021)

Pada Pengabdian masyarakat ini objek/sasaran adalah: Guru, Guru dapat berperan sebagai konselor, motivator, manajer, pemberi instruksi, model dalam memberi petunjuk yang baik misalnya dalam jajanan sehat dan junk food. Murid/siswa sebagai generasi emas yang bila tidak mendapatkan asupan gizi yang baik dapat mempengaruhi perilaku konsumsinya sampai dewasa dan berdampak juga pada pertumbuhan dan perkembangan, Orang Tua, orang tua adalah guru dan model yang terbaik yang paling dekat/mempunyai ikatan emosional yang baik dalam memberikan contoh dalam konsumsi makanan yang bergizi, masyarakat/ petugas kantin, yang juga berperan aktif dalam mendukung tersedianya makanan/ jajanan yang bergizi. Untuk menciptakan generasi emas sebagai konsumen cerdas pun tidak cukup dengan melakukan sosialisasi saja namun perlu kerjasama aktif para pelaku usaha makanan untuk menciptakan makanan yang bergizi baik.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode digital/ media online kinerja dapat terukur kita dapat mengetahui jumlah yang melihat informasi promosi kesehatan tersebut, membagikan kepada teman – teman.

**Metode**

Promosi kesehatan tentang jajanan sehat dan bahaya junk food pada orang tua dan sekolah dengan metode digital disampaikan melalui Whatsapp group. Pelatihan ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Juni 2023 di SD N 18 Bireuen. Pelaksanaan pengabdian dimulai dari melakukan koordinasi dengan pihak sekolah kemudian mengidentifikasi Rahmi, et al., *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2023, 6 (4): 1453-1458 e-ISSN: 2655-5263 nomor Whatsapp guru, orang tua dengan mendapatkan data dari sekolah dan melakukan pengkajian data demografi.

Setelah semua guru dan orang tua bergabung ke dalam Whatsapp group, tim memberikan pretest dengan menilai tingkat pengetahuan dan sikap tentang jajanan sehat dan bahaya junk food dengan memberikan link berisikan kuesioner dengan beberapa pertanyaan untuk menilai pengetahuan dan sikap orangtua dan pihak sekolah terhadap makanan jajanan di sekitar sekolah. Selanjutnya tim melakukan promosi kesehatan selama 4 bulan dengan cara mengirim pesan singkat yang berisitentang konsep jajanan sehat dan bahaya junk food yang dimulai pada bulan Maret dan berakhir pada bulan Juni 2023. Promosi kesehatan yang disampaikan dilakukan role play dengan cara merekam video terkait jajanan sehat dan junk food. Setelah itu dilakukan posttest. Mengevaluasi kegiatan dan penyerahan sarana dan prasarana. Detail penelitian dapat dilihat pada Gambar 1, Gambar 2, Gambar 3 dan Gambar 4.



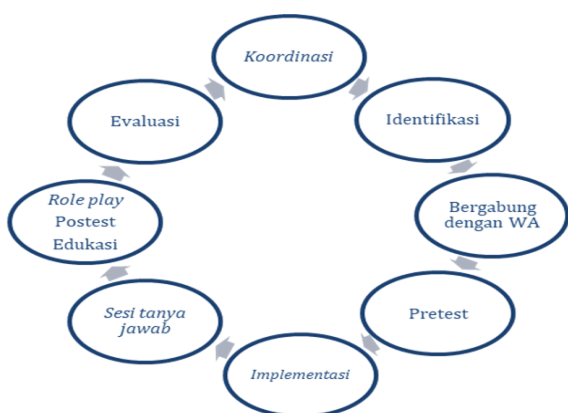
Gambar 2 Koordinasi dengan Pihak Sekolah

**Hasil Dan Pembahasan**

Pada kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri 18 Bireuen dilakukan edukasi kepada pihak sekolah dan orang tua terkait pelaksanaan jajanan sehat dan bahaya junk food di sekolah, sebelum dilakukan edukasi dilakukan penilaian terlebih dahulu tentang pemahaman mereka mengenai jajanan sehat dan bahaya junk food meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan, kemudian diberikan edukasi dengan beberapa topik jajanan sehat dan bahaya junk food di sekolah dengan metode daring, kemudian setelah diberikan akan dilakukan kembali penilaian (post test) pada bulan Juni 2023 sambil menilai efektivitas edukasi yang diberikan dalam rangka peningkatan pemahaman mereka mengenai jajanan sehat dan bahaya junk food yang berguna nantinya dalam penyampaian mereka kepada siswa mengenai jajanan sehat dan bahaya junk food. Media promosi kesehatan berupa banner dan leaflet dibagikan kepada pihak sekolah dan orang tua.

Promosi kesehatan telah dilakukan kepada orang tua dan pihak sekolah sebanyak 72 orang. Hasil dari pretest dan posttest menggambarkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap jajanan sehat dan bahaya junk food.

Jajanan berkontribusi dalam memberikan gizi dan energi pada anak usia sekolah. Oleh karena itu perlunya pendampingan kepada anak usia sekolah dalam memilih jajanan makanan di sekolah. Diharapkan orang tua dan pihak sekolah yang sudah mendapatkan materi terkait jajanan makanan sehat dapat mengajari anak-anak untuk



Gambar 1 Pelaksanaan Penelitian

memilih makanan yang baik dikonsumsi dan menghindari makanan yang tidak baik dikonsumsi.

Anak usia sekolah lebih banyak mengonsumsi makanan dari kantin dan street vendors sekitar sekolah karena harga yang cenderung murah dan lebih terasa enak.<sup>3</sup> Jenis makanan jajanan di street vendors yang sering dimakan oleh anak-anak di sekolah mengandung cemaran kimiawi berupa penggunaan Bahan Tambahan Pangan yang ilegal, yaitu formalin atau yang biasa dikenal dengan pengawet untuk mayat, borax yang biasa dikenal dengan pengempal yang mengandung logam berat boron, methanil yellow yang biasa dikenal dengan pewarna kuning digunakan pada bahan tekstil dan rhodamin B yang biasa dikenal dengan pewarna merah digunakan pada tekstil. Semua bahan tersebut dapat terakumulasi di tubuh manusia dan juga bersifat racun (karsinogenik). Jika seseorang mengonsumsi bahan-bahan tersebut dalam jangka waktu panjang, maka akan menyebabkan berbagai penyakit, seperti tumor dan kanker di organ tubuh seseorang. Sudah terungkap bahwa efek samping yang terjadi dari makanan yang mengandung bahan tersebut ternyata bisa berpengaruh pada fungsi otak, termasuk juga gangguan perilaku di anak usia sekolah.

Mempertimbangkan banyaknya bahaya dalam bahan-bahan yang berbahaya pada food street dan junk food dapat membahayakan kesehatan anak usia sekolah dan juga masyarakat. Dengan diberikannya materi mengenai jajanan sehat dan bahaya. Pemberian makanan sehat dan bergizi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak

## Kesimpulan

Pengabdian kepada masyarakat berupa promosi kesehatan mengenai jajanan sehat dan bahaya junk food berdampak bagi orang tua dan sekolah. Hal ini dapat dilihat dari respon peserta dan hasil posttest yang telah dievaluasi oleh panitia penyelenggara promosi kesehatan yaitu orangtua dan sekolah mengerti dan mengetahui jenis jenis jajanan sehat dan bahaya junk food

## Daftar Pustaka

- Asmara Ariga, R., Nasution, S. Z., Siregar, C. T., Lufthiani, L., & Ariga, F. A. (2021). Jajanan Sehat Dan Bahaya Junk Food Pada Orang Tua Dan Sekolah Dengan Metode Digital. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 15–24.
- George, J., & Vishnupriya, V. (2021). Awareness on the Harmful Effects of Junk Food among College Students in Chennai. *Annals of the Romanian Society for Cell Biology*, 25(3).
- Khairullah, A. R., Sudjarwo, S. A., Effendi, M. H., Harijani, N., Tyasningsih, W., Rahmahani, J., Permatasari, D. A., Ramandinianto, S. C., Widodo, A., & Riwu, K. H. P. (2020). A review of methicillin-resistant *Staphylococcus aureus* (MRSA) on milk and milk products: Public health importance. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(8), 59–69.
- Nurmawati, S., Prodjosoewojo, S., Chairunnisa, N. H., Djauhari, H., & Alisjahbana, B. (2019). Faktor risiko penyebab foodborne disease pada siswa SD. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 4(4).