



## EDUKASI DUA SISI UNTUK MEWUJUDKAN JAJANAN SEHAT BAGI ANAK SEKOLAH DASAR

### *TWO-SIDED EDUCATION TO REALIZE HEALTHY SNACKS FOR ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN*

Fhadilla Amelia<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

---

**Publish Artikel:**

Cetak:

Online:

---

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Jajanan menjadi salah satu sumber gizi bagi anak sekolah dasar. Pedagang jajanan anak sekolah menjual berbagai makanan dan minuman menarik dengan harga yang murah. Hal tersebut menjadi daya tarik yang membuat sebagian besar anak sekolah memilih untuk jajan. Pedagang jajanan memiliki pendidikan dan keterampilan yang rendah sehingga cenderung mengabaikan hygiene dan sanitasi pengolahan makanan. Pedagang berasal dari kelas ekonomi rendah, sehingga mereka cenderung menggunakan bahan berbahaya seperti formalin dan boraks untuk membuat makanan agar menarik serta tahan lama. Hal tersebut akan menimbulkan dampak kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang.

**Metode:** Upaya yang dapat dilakukan adalah edukasi gizi dan kesehatan bagi pedagang jajanan serta anak sekolah. Para pedagang diberikan edukasi mengenai hygiene dan sanitasi pengolahan makanan serta memilih bahan makanan yang baik. Anak sekolah dipaparkan berbagai materi yang mampu meningkatkan pengetahuan mereka mengenai jajanan sehat. Upaya tersebut dapat diwadahi melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), materi pelajaran di sekolah, serta pendidikan gizi di rumah.

**Hasil:** Upaya dari ke dua sisi ini diharapkan memberikan dampak yang signifikan dalam mewujudkan generasi muda yang lebih sehat. Terdapat berbagai tantangan dalam proses edukasi. Namun, tantangan tersebut dapat diminimalisir dengan kontrol yang teratur pada pedagang, serta monitoring dan evaluasi yang berkesinambungan.

**Kesimpulan:** Kontribusi jajanan terhadap konsumsi anak-anak sangat besar dalam higienitas dan sanitasi. Program edukasi jajanan sehat di sekolah dapat memberikan dampak baik. Namun, diperlukan monitoring dan evaluasi terhadap pedagang jajanan di sekolah supaya membawa perubahan positif.

**Katakunci:** Edukasi, Pedagang Jajanan, Anak Sekolah



## ABSTRACT

**Introduction:** Street food become the one source of nutrition for primary school children. Vendor selling it in interesting variety of food and drinks at a cheap price. Street food trader have low education and skills so that tends to ignore the hygiene and sanitation of food processing. Vendor come from lower economic classes, so they tend to use harmful ingredients such as formaldehyde and borax to make food so appealing and durable. This will cause both short-long term health effects and long term. Efforts to do is nutrition and health education for street food vendors as well as school children.

**Methods:** The traders are given education about hygiene and sanitation of food processing and also choosing good foods. School children are given the knowledge of various materials that can enhance their knowledge about healthy food. Such efforts can be accommodated through the School Health Unit, the subject, and nutrition education at home. The efforts of the two sides is expected to give a significant impact in creating a healthier younger generation.

**Result:** There so many challenge. However, these challenges can be minimized with regular controls on vendor, as well as continuous monitoring and evaluation.

**Conclusion:** The contribution of snacks to children's consumption is significant in terms of hygiene and sanitation. Healthy snack education programs in schools can have a good impact. However, monitoring and evaluation of school snack vendors is needed to bring about positive changes.

**Keywords:** Education, Vendors, Primary School Children

### 1. PENDAHULUAN

Pedagang jajanan atau kaki lima merupakan pedagang yang menyajikan makanan dan minuman siap saji yang umumnya berada di sepanjang jalanan atau tempat-tempat lainnya<sup>[1]</sup>. Makanan dan minuman yang disajikan sangat bervariasi dengan harga yang terjangkau. Di negara berkembang seperti Indonesia, pedagang jajanan merupakan sumber mata pencaharian bagi kebanyakan penduduk yang memiliki pendidikan dan keterampilan terbatas. Pedagang jajanan tersebut memenuhi ruang publik seperti sekolah, tempat wisata, perkantoran, maupun perumahan.

Salah satu pedagang jajanan yang perlu mendapat perhatian adalah pedagang jajanan anak sekolah. Selain adanya kantin, di sekolah biasanya juga terdapat pedagang jajanan kaki lima yang menjual berbagai makanan dan minuman yang menarik bagi anak-anak. Jajanan tersebut merupakan salah satu sumber asupan gizi dan energi bagi sebagian besar anak-anak<sup>[2]</sup>. Uang jajanan yang diberikan oleh orang tua umumnya akan dibelikan pada makanan dan minuman yang dijual di lingkungan sekolah.

Besarnya peranan jajanan sekolah dalam memenuhi kebutuhan anak perlu mendapat perhatian yang serius. Makanan jajanan kaki lima menyumbang 36% asupan energi harian anak, 29% protein, dan 52% zat besi sehingga hal

ini sangat berpengaruh bagi pertumbuhan anak. Namun, keamanan jajanan dari segi mikrobiologis maupun kimiawi masih perlu dipertanyakan<sup>[3]</sup>.

Penelitian di Bogor menunjukkan adanya *Salmonella paratyphi* A pada 25-50% sampel minuman yang dijual pedagang kaki lima. Penelitian yang dilakukan di Jakarta Timur menunjukkan adanya zat kimia berbahaya pada sejumlah jajanan anak sekolah seperti: otak otak dan bakso yang mengandung borax, tahu goreng dan mi kuning basah yang mengandung formalin, dan es sirup yang mengandung pewarna rhodamin B. Selain dari segi keamanan penggunaan bahan makanan, dampak negatif jajanan kaki lima juga ditimbulkan dari cara penyajian makanan yang tidak higienis. Hal ini mencakup *personal hygiene* pedagang dan kebersihan alat-alat yang digunakan. Penelitian pada salah satu sekolah dasar di Kecamatan Bangkinang Riau, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penyajian makanan dan kontaminasi *E. Coli* pada makanan jajanan<sup>[3,4]</sup>.

Makanan jajanan yang tidak aman tentunya menimbulkan berbagai masalah kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang. Penggunaan bahan-bahan kimia berbahaya dalam makanan seperti borax, formalin, dan pewarna tekstil akan terakumulasi di dalam tubuh dan bersifat karsinogen



yang dapat memicu tumor dan kanker. Selain itu, zat kimia tertentu pada makanan mampu mengganggu fungsi otak dan menyebabkan gangguan perilaku pada anak sekolah, seperti konsentrasi belajar menurun dan anak menjadi hiperaktif. Dari sisi *hygiene*, berbagai penelitian menunjukkan adanya kasus *foodborne disease* pada anak sekolah akibat mengkonsumsi makanan jajanan. Penelitian di salah satu sekolah dasar di Banjarmasin misalnya, sebesar 64,5% responden pernah menderita diare saat mengkonsumsi makanan jajanan. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti: tempat jajan, kebiasaan cuci tangan, jenis makanan yang dikonsumsi, kebersihan tempat jajan, dan kebersihan penjual jajanan<sup>[3,5]</sup>.

## 2. PEMBAHASAN

### Berbagai Upaya dari Pemerintah dalam Menciptakan Jajanan Sehat

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk mencegah anak sekolah dasar mengkonsumsi makanan yang tidak aman. Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) dan Departemen Kesehatan menyampaikan materi komunikasi tentang keamanan pangan. Selain itu, ada program Aksi Nasional Pangan Jajanan Anak Sekolah (AN PJAS) yang dicanangkan sejak tahun 2011 oleh Wakil Presiden Boediono. PJAS yang memenuhi syarat meningkat dari 56-60% pada tahun 2008-2010 menjadi 65% (2011), 76% (2012) dan 80,79 (2013). Pemerintah juga melaksanakan koordinasi lintas sektoral berupa Focus Group Discussion (FGD) pangan jajanan anak sekolah pada Februari 2014. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi dan memadukan kegiatan AN PJAS tahun 2014 yang akan dilaksanakan oleh instansi terkait pada tingkat pusat maupun daerah<sup>[6,7]</sup>.

Pemerintah melalui berbagai perundang-undangan berusaha melindungi anak sekolah dari bahaya jajanan yang tidak aman. Beberapa perundangan seperti Undang-Undang Kesehatan Nomor 36 tahun 2009, Undang-Undang Nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak, Undang-Undang Nomor 8 tahun 1999 tentang perlindungan konsumen, Undang-Undang Nomor 7 tahun 1996, dan Peraturan Pemerintah Nomor 28

tahun 2004 tentang Keamanan, Mutu dan Gizi Pangan, tetapi sanksi dari pelanggaran peraturan ini belum ditetapkan secara tegas<sup>[8]</sup>. Hal ini menjadi kendala besar dalam mencapai tujuan terwujudnya jajanan sehat yang aman bagi anak sekolah.

### Program Edukasi Gizi dan Kesehatan bagi Pedagang Jajanan Anak Sekolah

Edukasi gizi dan kesehatan adalah suatu hal yang penting bagi para pedagang jajanan anak sekolah. Pedagang tersebut umumnya tidak memiliki latar belakang pendidikan yang cukup baik, khususnya dalam hal *hygiene* dan sanitasi pengolahan makanan. Pendidikan yang rendah akan membuat pengetahuan pedagang terbatas, sehingga mereka tidak mampu mengenali bahan-bahan berbahaya dan dampaknya bagi kesehatan dalam pembuatan jajanan. *Hygiene* dan sanitasi yang buruk dilandasi oleh rendahnya pengetahuan mereka terkait pengolahan makanan yang baik. Hal-hal ini merupakan akar dari permasalahan yang sering dialami pedagang jajanan<sup>[9]</sup>.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan pedagang jajanan adalah melalui edukasi gizi dan kesehatan. Edukasi gizi memberikan informasi kepada para pedagang terkait bahan-bahan makanan yang aman dan berbahaya, proses pengolahan bahan makanan yang baik, serta memotivasi pedagang menjual makanan yang bergizi. Edukasi kesehatan akan memaparkan mengenai *hygiene* dan sanitasi dalam pengolahan makanan. Hal-hal yang dapat diintervensi seperti: mencuci tangan sebelum dan sesudah mengolah makanan, mencuci peralatan hingga bersih dengan air mengalir, dan menjaga kesehatan pedagang itu sendiri terkait PHBS (seperti memotong kuku, membersihkan rambut, menyikat gigi, dan lain-lain). Program edukasi gizi dan kesehatan ini dapat dirangkum menjadi sebuah program yang bernama "Edukasi Pedagang untuk Generasi Sehat dan Berprestasi". Program ini dapat dilaksanakan oleh pemerintah bersama masyarakat secara berkala, misalnya sekali per bulan. Program dapat diisi dengan kegiatan penyuluhan, demo masak jajanan sehat, lomba PHBS antar pedagang, serta kegiatan yang relevan lainnya.



Merubah perilaku dan kebiasaan pedagang tentu tidak bisa terjadi secara singkat. Pelaksanaan program edukasi gizi dan kesehatan ini membutuhkan pendampingan dan monitoring secara berkala. Program harus dilaksanakan secara berkesinambungan, sehingga pedagang dan masyarakat benar-benar merasakan dampaknya.

#### **Program Edukasi Gizi dan Kesehatan bagi Anak Sekolah**

Edukasi gizi dan kesehatan bagi anak sekolah menjadi hal penting untuk mencegah mereka dari konsumsi jajanan yang tidak aman. Edukasi gizi dapat meliputi peningkatan pengetahuan anak tentang cara memilih makanan sehat dan bergizi, menerapkan sarapan sehat untuk mengurangi ketergantungan anak pada jajanan, serta pemahaman pada anak terkait Pola Umum Gizi Seimbang (PUGS). Sedangkan edukasi kesehatan dilaksanakan melalui penerapan PHBS. Edukasi ini dapat dirangkum ke dalam sebuah program yang bernama "Jajan dan Hidup Sehat, Tubuhku Sehat". Program ini dapat diisi dengan kegiatan penyuluhan PUGS dan jajanan sehat, lomba PHBS antar siswa, diari sarapan, serta berbagai kegiatan relevan lainnya yang menarik bagi anak-anak.

Sebuah penelitian dilakukan menggunakan metode ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar dalam pemilihan jajanan sehat. Hasilnya, anak yang diedukasi melalui metode tersebut mengalami peningkatan pengetahuan dalam memilih jajanan sehat. Selain itu, sikap anak dalam memilih jajanan juga berubah ke arah yang positif<sup>[10]</sup>. Contoh tersebut menjadi salah satu bukti bahwa edukasi gizi dan kesehatan bagi anak sekolah menjadi poin penting yang mencegah anak mengkonsumsi makanan tidak aman.

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) tentunya bisa diharapkan sebagai sarana dalam memberikan edukasi gizi dan kesehatan bagi anak sekolah. UKS sebagai salah satu pilar penunjang kesehatan bagi peserta didik dapat melaksanakan kegiatan yang memperkaya pengetahuan siswa, seperti: penyuluhan gizi setiap minggunya, pembuatan majalah dinding (mading) yang berisi informasi gizi dan kesehatan, lomba membuat jajanan

sehat. Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan UKS sebaiknya tidak hanya memenuhi tugas-tugas pokok yang telah ditetapkan, guru beserta tim pembina harus mampu berkreasi menjadikan UKS sebagai wadah yang memiliki tanggungjawab dalam membentuk generasi bangsa yang sehat dan cerdas<sup>[11]</sup>.

#### **Pelaksanaan dan Masalah di Lapangan**

Program edukasi gizi dan kesehatan bagi pedagang jajanan maupun anak sekolah diharapkan mampu menciptakan generasi muda yang lebih sehat. Pedagang yang telah teredukasi dan berubah perilakunya dalam menanganai jajanan ke arah yang lebih baik, tentu akan mengurangi risiko dan dampak kesehatan yang tidak diinginkan. Anak sekolah yang memiliki wawasan yang lebih baik mengenai jajanan sehat, tentu akan berhati-hati dalam memilih apa yang akan mereka beli. Jika hal ini terlaksana dengan baik, maka status kesehatan masyarakat akan jauh lebih baik.

Pelaksanaan program ini tentu akan mengalami sejumlah tantangan. Pedagang jajanan anak sekolah umumnya orang yang memiliki pendidikan dan keterampilan terbatas. Akan sulit bagi mereka untuk menerima perubahan secara serta-merta. Dibutuhkan edukasi dan monitoring yang berkesinambungan. Selain itu, masalah lainnya adalah pedagang jajanan yang berasal dari kelas ekonomi rendah. Akan sulit bagi mereka menggunakan bahan-bahan yang alami dan segar karena harganya relatif mahal. Untuk memperoleh keuntungan yang tinggi dengan modal yang rendah, pedagang jajanan cenderung menggunakan bahan yang berbahaya. Penggunaan formalin dan boraks sering dijadikan alternatif bagi pedagang jajanan karena daya awetnya yang baik, harganya yang murah, dan mudah diperoleh di pasaran<sup>[12]</sup>.

Edukasi gizi dan kesehatan bagi anak sekolah dapat terintegrasi dengan program pendidikannya. Guru di kelas bisa menyampaikan materi gizi dan kesehatan dalam berbagai bentuk, misalnya diskusi, dongeng, atau soal-soal ujian yang diberi muatan gizi dan kesehatan. Selain itu, UKS sebagai pilar kesehatan di sekolah juga berperan



penting dalam mengedukasi para siswa. Orang tua juga mampu memberikan pengetahuan mengenai jajanan dan makanan sehat. Jadi, intervensi pada anak akan memberikan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan pengetahuannya terkait makanan yang sehat, bergizi, dan aman.

### 3. KESIMPULAN

Jajanan berkontribusi besar terhadap konsumsi anak-anak selama mereka berada di sekolah. Sayangnya, jajanan yang dijual tidak aman bagi kesehatan. Pedagang jajanan anak sekolah umumnya memiliki pendidikan dan keterampilan yang rendah sehingga cenderung mengabaikan hygiene dan sanitasi pengolahan makanan. Pedagang tersebut umumnya berasal dari kelas ekonomi rendah, sehingga mereka menggunakan bahan berbahaya seperti formalin dan boraks untuk membuat makanan agar menarik serta tahan lama. Hal tersebut dilakukan pedagang untuk memperoleh keuntungan yang besar, namun dengan modal yang kecil.

Upaya yang dapat dilakukan adalah edukasi gizi dan kesehatan bagi pedagang jajanan serta anak sekolah. Para pedagang diberikan edukasi mengenai hygiene dan sanitasi pengolahan makanan serta memilih bahan makanan yang baik. Anak sekolah dipaparkan berbagai materi yang mampu meningkatkan pengetahuan mereka mengenai jajanan sehat. Upaya tersebut dapat diwadahi melalui UKS, materi pelajaran di sekolah, serta pendidikan gizi di rumah. Upaya dari ke dua sisi ini diharapkan memberikan dampak yang signifikan dalam mewujudkan generasi muda yang lebih sehat.

Program edukasi ini tentunya terkendala oleh berbagai faktor. Misalnya, pendidikan para pedagang yang rendah akan menyulitkan mereka dalam memahami hygiene dan sanitasi pengolahan makanan. Selain itu, pedagang yang berasal dari kelas ekonomi rendah akan sulit diintervensi untuk menggunakan bahan yang segar dan bermutu baik karena harganya relatif lebih mahal. Perilaku anak-anak dalam memilih jajanan juga membutuhkan upaya ekstra akan bisa diintervensi. Namun, tantangan-tantangan tersebut dapat diminimalisir dengan kontrol yang

teratur pada pedagang jajanan, misalnya melalui inspeksi mendadak pada sejumlah pedagang. monitoring dan evaluasi juga dibutuhkan untuk melihat seberapa besar perubahan positif terjadi pada pedagang maupun anak sekolah.

### 4. SARAN

Melihat permasalahan yang terjadi, maka direkomendasikan saran-saran sebagai berikut:

1. Edukasi pendidikan gizi dan kesehatan pada pedagang jajanan anak sekolah sebaiknya dilakukan berkesinambungan secara
2. Pendidikan gizi dan kesehatan pada anak dapat dilakukan dengan memaksimalkan fungsi UKS, memasukan materi gizi dan kesehatan dalam proses pembelajaran, serta pendidikan gizi di rumah.
3. Dilakukan pengawasan secara berkesinambungan bagi pedagang jajanan anak sekolah, misalnya melalui inspeksi mendadak kepada para pedagang.
4. Dilaksanakan proses monitoring dan evaluasi secara berkala untuk melihat keberhasilan program edukasi terkait pengetahuan gizi dan kesehatan pada pedagang jajanan serta anak sekolah.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Food and Agriculture Organization of the United Nations. Street Foods [Internet]. [cited 2014 March 12]. Available <http://www.fao.org/fcit/food-processing/street-foods/en/>. from:
2. Badan Pengawas Obat dan Makanan. Jajanan Sekolah Sehat Membentuk Generasi Cerdas [Internet] 2014 March 4 [cited 2014 March 12]. Available from: <http://www.pom.go.id/new/index.php/view/berita/5361/Jajanan-Sekolah-Sehat-Membentuk-Generasi-Cerdas.html>.
3. Judarwanto, Widodo. Perilaku Makan Anak Sekolah. [Internet]. [cited 2014 March 12]. Available from:



- <http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2012/05/perilaku-makan-anak-sekolah.pdf>.
4. Yepi Kurniadi, Zulfan Saam, Dedi Afandi. Faktor Kontaminasi Bakteri E. coli pada Makanan Jajanan di Lingkungan Kantin Sekolah Dasar Wilayah Kecamatan Bangkinang. *Jurnal Kesehatan Lingkungan* 2013:7 (1):37-32.
  5. Aditya Pradipta H, Djalallaluddin, Meitria S. N. Hubungan Perilaku Jajan dengan Kejadian Diare pada Anak Sekolah Dasar. *Berkala Kedokteran* 2013:9 (4)86:82.
  6. Departemen Kesehatan. Perluas Cakupan Melalui Gebyar Aksi Nasional Pangan Jajanan Anak Sekolah [Internet]. [cited 2014 March 12]. Available from: <http://www.depkes.go.id/index.php?vw=2&id=NW.20142170001>.
  7. Focus Group Discussion (FGD) Lintas Sektor Pangan Jajanan Anak Sekolah 2014 [Internet] 2014 Feb 28 [cited 2014 feb 12]. Available from: <http://www.pom.go.id/new/index.php/view/berita/5351/Focus-Group-Discussion--FGD--Lintas-Sektor-Pangan-Jajanan-Anak-Sekolah-2014.html>.
  8. Kementerian Kesehatan: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. Hati-Hati Jajan Sembarangan [Internet]. 2011