

Edukasi Kandungan Zat Kimia pada Jajanan di Sekolah Dasar 011 Pasir Sialang, Bangkinang

Dessyka Febria¹, Syafriani², Afiah³, Rizki Rahmawati Lestari⁴, Sri Hardianti⁵, Lusi Septia Ananda⁶, Amelia Wulandari⁷, Marshanda Idriyanti⁸

^{1, 2, 4, 5, 6, 7, 8}) Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

³) Program Studi Profesi Bidan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

e-mail: dessyka@universitaspahlawan.ac.id

Abstrak

Jajanan adalah pangan tertentu yang beresiko tinggi terhadap kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang karena selain berhubungan dengan zat gizinya juga rawan terhadap kontaminasi bibit penyakit, akibat rendahnya kualitas makanan dan minuman serta tingkat kebersihan jajanan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan edukasi kepada siswa SD Kelas 2 dan 3 tentang kandungan zat kimia pada jajanan pada anak sekolah dalam hal pemilihan jajanan sehat. Metode kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode caramah, tanya jawab, dan praktek. Kegiatan dilaksanakan untuk siswa siswi Sekolah Dasar Negeri 011 Pasir Sialang. Jumlah peserta pengabdian sebanyak 20 siswa dengan tema edukasi meningkatkan pengetahuan siswa siswi tentang kandungan Zat Kimia dalam makanan dan minuman jajanan, serta bahaya bagi Kesehatan. Kegiatan pengabdian berjalan dengan lancar dan peserta sangat antusias mengikuti pelatihan. Hal ini dapat dilihat dari aktifnya peserta dalam tanya jawab. Evaluasi kegiatan pengabdian dengan melakukan kegiatan pertandingan cerdas cermat terkait dari materi yang sudah disampaikan oleh pemateri. Bagi pemenang akan mendapatkan hadiah atau reward dari tim pengabdian.

Kata kunci: Edukasi, Jajanan sehat, makanan jajanan, Zat kimia

Abstract

Snacks are certain foods that pose a high risk to the quality of human resources in the long term because apart from being related to their nutritional content, they are also vulnerable to contamination by disease germs, due to the low quality of food and drinks and the level of cleanliness of the snacks. This community service activity aims to provide knowledge and education to elementary school students in grades 2 and 3 about the chemical content of snacks for school children in terms of choosing healthy snacks. The community service activity method is carried out using the caramah, question and answer, and practice methods. The activity was carried out for students of State Elementary School 011 Pasir Sialang. The number of community service participants was 20 students with the theme of education to increase students' knowledge about the chemical content of snacks and drinks, as well as the dangers to health. The community service activity went smoothly and the participants were very enthusiastic about participating in the training. This can be seen from the active participation of the participants in the question and answer session. Evaluation of community service activities by conducting a quiz competition related to the material that has been presented by the speaker. The winners will receive prizes or rewards from the community service team.

Keywords: Education, healthy snacks, snack foods, chemical substances

PENDAHULUAN

Jajanan adalah pangan tertentu yang beresiko tinggi terhadap kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang karena selain berhubungan dengan zat gizinya juga rawan terhadap kontaminasi bibit penyakit, akibat rendahnya kualitas makanan dan minuman serta tingkat kebersihan jajanan. Jajanan dan anak sekolah adalah hal yang sulit dipisahkan. Hal ini berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh BPOM, di mana lebih dari 90% anak sekolah jajan saat berada di sekolah untuk memenuhi kebutuhannya, namun tidak semua jajanan tersebut memenuhi kriteria 'aman' untuk dikonsumsi sehingga berpotensi memicu datangnya

berbagai penyakit pada anak (Bower & Sandall, 2002; Kalsbeek & Verrips, 1994). Semakin bervariasinya jajanan pada anak dan padatnya jadwal kegiatan siswa di sekolah, mendorong mereka untuk jajan sembarangan tanpa memperhatikan kesehatan dan kebersihan jajanan tersebut (Wulandari dkk., 2022).

Bagi anak sekolah makanan jajanan merupakan kebutuhan wajib mereka setiap hari karena mereka mudah dapat membelinya (Amila Amila, 2023). Makanan jajanan dijadikan kebutuhan atau bekal untuk dibawa anak ke sekolah karena keterbatasan waktu orang tua mengolah makanan di rumah (Kalsbeek & Verrips, 1994). Makanan jajanan sangat mudah ditemukan di pinggir jalan dengan berbagai macam bentuk, warna dan rasa (Kuntz dkk., 2012). Sekitar 98.9% anak jajan di sekolah. Makanan jajanan sekolah saat ini perlu menjadi perhatian masyarakat, khususnya oleh orang tua, pendidik maupun pengelola sekolah, karena 50% makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi bagi anak-anak usia sekolah yang sudah cenderung dapat memilih makanan yang disukai maupun tidak (Kalsbeek & Verrips, 1994). Peran orang tua sangat penting dalam memilih jajanan.

Jajanan yang tidak sehat dapat menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan serta jika berlangsung lama dapat menyebabkan status gizi yang buruk karena itu perlu memberikan edukasi tentang jajanan sehat. Solusi bagi orang tua adalah membawakan bekal untuk anaknya dari rumah (Lestari & Thristy, 2021). Anak sekolah biasanya sering melupakan sarapan pagi dan memilih membeli makanan jajanan di sekolah. Anak-anak membeli makanan jajanan menurut kesukaannya tanpa memikirkan bahan-bahan yang terkandung di dalamnya (Yant dkk., 2021)

Definisi kadar zat kimia adalah jumlah massa zat kimia yang terlarut dalam jumlah volume air. Kadar zat kimia dalam air menggunakan satuan mg/liter atau ppm (Tanty, 2010). Kasus cemaran kimia yang masih sering ditemui adalah adanya kandungan bahan-bahan berbahaya seperti formalin, boraks, dan pewarna tekstil dalam makanan. Bahan-bahan tersebut tidak seharusnya terdapat dalam makanan karena dapat membahayakan kesehatan, namun dengan alasan untuk menekan biaya produksi dan memperpanjang masa simpan, banyak produsen yang masih menggunakan bahan-bahan tersebut.

Usia sekolah merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan anak menuju masa remaja, sehingga asupan zat gizi yang cukup dengan memperhatikan keamanan pangan yang dikonsumsi sangat penting untuk diperhatikan, termasuk makanan jajanannya. Lebih dari 99% anak sekolah jajan di sekolah untuk memenuhi kebutuhan energinya saat berada di sekolah. Namun demikian, hasil pengawasan BPOM tahun 2008-2010 menunjukkan bahwa 40-44% dari sampel pangan jajanan anak sekolah yang diuji, tidak memenuhi syarat karena mengandung bahan cemaran mikroba dan atau bahan tambahan pangan yang melebihi batas. Permasalahan tersebut mengindikasikan kurangnya pengetahuan, kepedulian, atau kesadaran para pembuat, penjual, dan pembeli akan pentingnya keamanan pangan (Paratmanitya & Aprilia, 2016).

Masalah lain yang sering terjadi adalah peningkatan risiko obesitas dan penyakit metabolik. Anak yang mengonsumsi terlalu banyak gula dari minuman bersoda atau makanan manis berisiko mengalami kelebihan berat badan, yang bisa memicu diabetes tipe 2 serta gangguan kesehatan lainnya. Lemak trans yang banyak terdapat dalam makanan cepat saji juga dapat berkontribusi terhadap masalah jantung dan gangguan metabolisme jika dikonsumsi secara berlebihan (Solikhin dkk., 2021).

Selain itu, beberapa zat kimia dalam makanan dapat menyebabkan gangguan pencernaan dan reaksi alergi. Misalnya, pengawet serta perisa buatan yang terdapat dalam makanan ringan dapat memicu perut kembung, sakit perut, atau bahkan reaksi alergi bagi anak yang sensitif terhadap bahan tertentu. MSG, yang sering digunakan sebagai penyedap rasa, juga dapat menyebabkan efek samping bagi beberapa anak, seperti sakit kepala atau rasa tidak nyaman setelah mengonsumsinya. Salah satu contoh adalah mie kuning ditemukan mengandung formalin dan cone es krim yang terkadang dicampur dengan rhodamin B. Jika dikonsumsi secara terus menerus akan menimbulkan gangguan pada sistem pencernaan serta berisiko bagi kesehatan hati dan ginjal (Helath, 2024). Selain itu, ada pewarna tekstil supaya makanan jajanan memiliki warna mencolok, sehingga terlihat lebih menarik. Jika tertelan dalam jumlah besar akan berdampak pada kerusakan organ dalam tubuh (Helath, 2024).

Salah satu penyebab siswa jajan di sekolah adalah anak-anak tidak dibekali makanan dari rumah. Apabila siswa tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang jajanan sehat maka akan

banyak menimbulkan masalah kesehatan bagi anak itu sendiri. Biasanya kebanyakan siswa memilih jajanan yang murah, serta tertarik untuk mengkonsumsi makanan yang banyak memakai pewarna. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi pencegahan keracunan makanan pada anak sekolah khususnya dalam hal pemilihan jajanan sehat. Tingkat pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang dalam memilih makanan jajanan. Sasaran kegiatan ini adalah anak SD kelas 2-3 di SD 011 Pasir Sialang, Bangkinang. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada anak SD Kelas 2-3 tentang kandungan zat kimia pada jajanan pada anak sekolah dalam hal pemilihan jajanan sehat

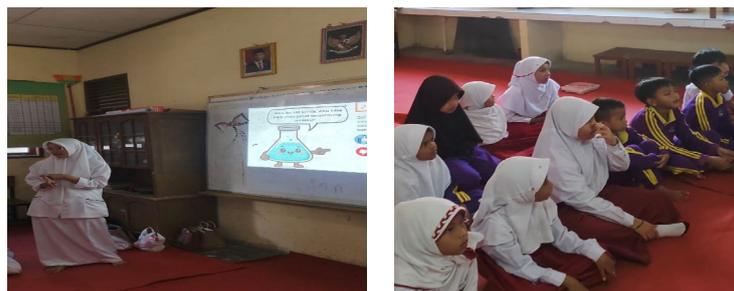
METODE

Observasi dan edukasi mengenai zat kimia pada makanan dilakukan di SDN 011 Pasir Sialang. Dengan subjek penelitian siswa siswi kelas 3 dan 4 yang berjumlah 20 orang. Metode kegiatan ini terbagi menjadi 2 tahap, yaitu : (1) Tahap pertama yaitu: memberikan edukasi tentang zat kimia pada jajanan kepada siswa-siswi kelas 2-3 SD 011 Pasir Sialang. Pemberian edukasi dengan metode ceramah dan media pendukung berupa power point kepada siswa-siswi sebelum penyampaian materi. Materi edukasi yang diberikan meliputi tentang pengertian kandungan zat kimia pada jajanan, contoh kandungan zat kimia pada makanan, tanda kandungan zat kimia pada jajanan, pencegahan dan penanganan kandungan zat kimia makanan. (2) Tahap kedua yaitu: Pemateri akan memberikan pertanyaan kepada beberapa siswa-siswi tentang zat kimia yang boleh di konsumsi dan tidak boleh di konsumsi pada jajanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi pencegahan keracunan makanan pada anak SD dilakukan pada siswa-siswi kelas 2-3 di SD 011 Pasir Sialang, Bangkinang pada hari Selasa, tanggal 21 April 2025 yang dihadiri oleh Wali Kelas dan 20 orang siswa-siswi SD. Kegiatan ini bertujuan supaya siswa-siswi SD dapat mengetahui zat kimia pada makanan, sehingga siswa-siswi selektif dalam memilih makanan atau jajanan mana yang sehat buat mereka dan terhindar dari makanan yang tidak higienis, bahan pengawet, dan makanan yang kadaluwarsa.

Kegiatan edukasi ini berjalan dengan baik, terlihat dari semangat para siswa-siswi SD pada saat mendengarkan paparan dari pemateri dan diskusi tanya jawab. Setelah selesai pemaparan materi, kelompok melakukan sesi tanya jawab kepada siswa-siswi SD dan ada 3 pertanyaan yang sudah disiapkan sebelumnya. Pemateri menginformasikan kepada siswa-siswi, bagi siapa yang bisa menjawab pertanyaan dengan cepat dan benar akan diberikan hadiah. Hal ini membuat para siswa-siswi lebih antusias lagi dalam mengikuti kegiatan.



Gambar 1. Penyuluhan kepada siswa-siswi SD 011 Pasir Sialang



Gambar 2. Foto Bersama dan Pembagian Hadiah

Dari hasil penyuluhan yang dilakukan, terlihat bahwa sebagian besar anak-anak usia sekolah dasar belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai zat kimia yang terkandung dalam jajanan yang mereka konsumsi. Zat kimia dalam makanan bagi anak usia sekolah dasar bisa mempengaruhi kesehatan mereka dalam jangka pendek maupun panjang. Salah satu risiko utama adalah gangguan kesehatan akibat konsumsi zat aditif berlebihan. Pewarna buatan dan pemanis sintesis seperti aspartam dapat menyebabkan hiperaktivitas dan kesulitan berkonsentrasi pada beberapa anak yang sensitif terhadap bahan tersebut. Selain itu, pengawet dalam makanan olahan, seperti natrium benzoat, jika dikonsumsi dalam jumlah besar dalam jangka waktu lama, bisa berdampak buruk pada fungsi tubuh dan meningkatkan risiko alergi (Thristy dkk., 2022).

Kurangnya pengetahuan ini menyebabkan mereka cenderung memilih makanan tanpa mempertimbangkan dampak kesehatan yang mungkin ditimbulkan oleh bahan kimia seperti pewarna sintesis, pengawet, atau pemanis buatan. Penyuluhan yang diberikan menjadi langkah awal yang penting dalam meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya memilih jajanan yang lebih sehat.

SDN 011 Pasir Sialang memiliki jajanan yang lebih beragam, termasuk minuman sachet, bakso, sosis, gorengan, dan mie gelas. Keanekaragaman jajanan ini menunjukkan bahwa sekolah masih memberikan kebebasan bagi pedagang dalam menjual berbagai jenis makanan, yang berpotensi mengandung zat kimia yang kurang diperhatikan oleh anak-anak. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri, karena anak-anak yang belum memiliki pengetahuan yang cukup cenderung mengonsumsi jajanan tanpa mempertimbangkan kandungan bahan kimianya. Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah tambahan dalam bentuk regulasi sekolah agar jajanan yang dijual lebih sehat dan aman bagi siswa.

Secara keseluruhan, hasil penyuluhan dan observasi menunjukkan bahwa edukasi mengenai zat kimia dalam jajanan sekolah sangat diperlukan guna meningkatkan kesadaran anak-anak dalam memilih makanan yang lebih baik untuk kesehatan mereka. Selain itu, kebijakan sekolah memainkan peran penting dalam mengontrol jenis jajanan yang diperjualbelikan. Untuk langkah selanjutnya, sekolah dapat mempertimbangkan kebijakan yang lebih ketat dalam pengawasan jajanan serta meningkatkan frekuensi edukasi bagi siswa agar mereka lebih memahami dampak zat kimia dalam makanan yang dikonsumsi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi dijumpai jajanan yang lebih beragam, yang mungkin mengandung lebih banyak zat kimia tambahan. Oleh karena itu perlunya edukasi. Hasil kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya memilih jajanan sehat serta bahaya kandungan bahan kimia berbahaya dalam makanan, sehingga diharapkan siswa dapat lebih bijak dalam memilih jajanan yang aman dan bergizi.

SARAN

Untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat, diperlukan kolaborasi antara sekolah, guru, dan puskesmas. Sekolah perlu menerapkan kebijakan ketat dalam seleksi jajanan dan

menyediakan kantin sehat, sementara guru berperan memberikan edukasi berkelanjutan serta menjadi teladan dalam memilih makanan sehat. Puskesmas dapat mendukung melalui penyuluhan rutin, pelatihan guru, dan inspeksi pedagang makanan di sekitar sekolah. Dengan sinergi ketiga pihak ini, diharapkan dapat tercipta kesadaran yang tinggi tentang pentingnya jajanan sehat dan terbentuknya kebiasaan makan bergizi pada siswa sejak dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, Guru dan siswa siswi di SD 011 Pasir Sialang. Terimakasih juga kepada LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila Amila, E. S. E. S. H. (2023). 20. EsterHarianja 99-104. *Journal Abdimas Mutiara*, 5(1), 99–194.
- Bower, J. A., & Sandall, L. (2002). Children as consumers – snacking behaviour in primary school children. *International Journal of Consumer Studies*, 26(1), 15–26. <https://doi.org/10.1046/j.1470-6431.2002.00220.x>
- Febria, D., Irfan, A., Syafriani, S., Angraini, D. N., & Hardianti, S. (2024). Upaya Peningkatan Sanitasi dan Kebersihan Lingkungan di Pondok Pesantren Darun Nahda Bangkinang. *Jurnal Medika: Medika*, 3(2), 57–61.
- Helath, D. (2024). *Daftar Jajanan Pasar Temuan BPOM yang Berisiko Kanker, Sering Dikonsumsi Warga RI*.
- Irfan, A., Febria, D., Mawaddah, A., & Afriliia, C. (2024). Prevent Worm Worms In Children With Clean Water Education At Bangkinang Sustainable Peace Housing. *Journal of Community Sustainability (JOCS)*, 1(2), 9–13.
- Kalsbeek, H., & Verrips, G. H. (1994). Consumption of sweet snacks and caries experience of primary school children. *Caries research*, 28(6), 477–483.
- Kuntz, M. G. F., Fiates, G. M. R., & Teixeira, E. (2012). Healthy and tasty school snacks: Suggestions from Brazilian children consumers. *International Journal of Consumer Studies*, 36(1), 38–43. <https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2011.01012.x>
- Lestari, T. T., & Thristy, I. (2021). *Pentingnya Jajanan Sehat Untuk Anak Sekolah Dasar*. 2(4), 388–391.
- Paratmanitya, Y., & Aprilia, V. (2016). *Kandungan bahan tambahan pangan berbahaya pada makanan jajanan anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul*. 1.
- Solikhin, F., Nurhamidah, N., & Elvinawati, E. (2021). Edukasi Zat Kimia Berbahaya dalam Makanan dan Gaya Hidup Sehat di SDN 91 Rejang Lebong. *Andromeda: Jurnal Pengabdian Masyarakat Rafflesia*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.33369/andromeda.v1i1.19092>
- Tanty, H. (2010). Pada Beberapa Proses Filtrasi Air Minum Kemasan dan Isi Ulang Menggunakan One-Way Manova Heruna Tanty. *I(1)*, 48–60.
- Thrifty, I., Damayanty, A. E., & Nuralita, N. S. (2022). Dampak Bahan Kimia Berbahaya Dalam Makanan terhadap Kesehatan. *Jurnal Implementa Husada*, 3(3), 121–126. <https://doi.org/10.30596/jih.v3i3.11846>
- Wulandari, S., Aji, R. I., Izzah, N., & Permanasari, D. E. (2022). Perancangan E-Booklet Tentang Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Berbahaya Untuk Siswa SD. *Ars: Jurnal Seni Rupa dan Desain*, 25(1), 71–78. <https://doi.org/10.24821/ars.v25i1.6423>
- Yant, R. D., Fitrianti, S., Putri, M. E., Studi, P., & Keperawatan, I. (2021). *Jajanan sehat pada anak sekolah dasar negeri 204 kota jambi 1,2,3*. 1(2).