

Edukasi Pencegahan Keracunan Makanan Jajanan Pada Anak Di SD Swasta Amal Luhur Medan

Amila Amila¹, Evarina Sembiring², Ester Saripati Harianja³

^{1*}Program studi Ners, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan USM-Indonesia

^{2,3}Program studi S1 Kesehatan Masyarakat, Farmasi dan Ilmu Kesehatan USM-Indonesia

*penulis korespondensi: mila_difa@yahoo.co.id

Abstrak. Anak sekolah sering membeli jajanan sembarangan, memilih jenis makanan yang menarik dengan kualitas jajanan yang rendah yang dapat menimbulkan gangguan pada pencernaan anak. Menurut data BPOM tahun 2019, sekitar 40-45% jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat. Makanan jajanan yang mengandung zat berbahaya dan tercemar oleh mikroba dapat menimbulkan reaksi akut pada tubuh, seperti diare, batuk, alergi, kesulitan buang air besar atau bahkan keracunan. Perilaku konsumsi makan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan dan penerapan dalam memilih makanan. Syarat makanan jajanan yang dikonsumsi oleh anak-anak harus sehat dan aman. Makanan jajanan yang sehat dan aman adalah makanan yang bebas dari bahaya fisik, cemaran bahan kimia dan bahaya biologis. Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) mencatat 14,7% jajanan yang berada di lingkungan sekolah mengandung bahan berbahaya seperti boraks, rhodamine B, formalin, dan *methanyl yellow*. Hal ini tentunya menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian dari semua pihak. Zat-zat aditif yang terakumulasi dalam tubuh anak akan menimbulkan penyakit berbahaya bagi tubuh anak serta dapat mengakibatkan keracunan makanan bahkan dapat menyebabkan kanker. Perlu dilakukan edukasi pencegahan keracunan makanan pada anak sekolah khususnya dalam hal pemilihan jajanan sehat.

Abstract. Primary students often buy snacks carelessly, choosing attractive types of food with low-quality snacks that can cause digestive disorders in children. According to BPOM data for 2019, around 40-45% of school children's snacks do not meet the requirements. Snack foods that contain harmful substances and are contaminated by microbes can cause acute reactions in the body, such as diarrhea, coughing, allergies, difficulty defecating, or even poisoning. A person's food consumption behavior is influenced by knowledge and application in choosing food. Terms of snack food consumed by children must be healthy and safe. Healthy and safe street food is food that is free from physical hazards, chemical contamination, and biological hazards. The Food and Drug Monitoring Agency (BPOM) noted that 14.7% of snacks in the school environment contained hazardous materials such as borax, rhodamine B, formalin, and methanol yellow. This is of course a serious problem that requires attention from all parties. Additives that accumulate in the child's body will cause dangerous diseases for the child's body and can cause poisoning and cancer. It is necessary to carry out counseling on the prevention of food poisoning in school children, especially in terms of selecting healthy snacks.

Historis Artikel:

Diterima: 19 Juli 2023

Direvisi: 30 Juli 2023

Disetujui: 07 Agustus 2023

Kata Kunci:

Edukasi; pencegahan; keracunan makanan

PENDAHULUAN

Menurut *Food and Agriculture Organization* (FAO) makanan jajanan didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang atau penjaja di jalan-jalan dan tempat keramaian umum lainnya yang dikonsumsi tanpa proses persiapan dan proses pengolahan lebih lanjut (FAO, 2012) dalam (Usmayanti *et al.*, 2020). Anak sekolah sering membeli jajan sembarangan dan memilih jenis makanan yang menarik dengan kualitas jajanan yang rendah serta bahan makanan kurang baik yang pada akhirnya justru dapat menimbulkan gangguan pada pencernaan anak (Dyna *et al.*, 2018). Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) menyebutkan lebih dari 99% anak sekolah mengonsumsi Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) untuk memenuhi kebutuhannya saat berada di sekolah (Kominfo, 2014) dalam (Hadiana, 2018). Menurut data BPOM tahun 2019, sekitar 40-45% jajanan anak sekolah tidak memenuhi syarat. Makanan

jajanan yang mengandung zat berbahaya dan tercemar oleh mikroba dapat menimbulkan reaksi akut pada tubuh, misalnya : diare, batuk, alergi, kesulitan buang air besar atau bahkan keracunan (Sari et al., 2022).

Pemilihan jajanan merupakan bagian penentu kebiasaan jajan. Anak-anak memiliki berbagai pertimbangan dalam menentukan jajanan yang mereka pilih dan konsumsi. Perilaku seorang anak adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih jajanan (Rinanti, 2018). Pengetahuan gizi yang ditunjang dengan pendidikan yang memadai akan menanamkan kebiasaan dan penggunaan bahan makanan yang baik, sehingga pengetahuan gizi akan memengaruhi perilaku (Rinanti, 2018). Ariana, 2016 menyatakan bahwa kurangnya pengetahuan anak tentang gizi dan makanan jajanan dapat memengaruhi perilaku anak dalam pemilihan makanan jajanan sehat. Rasa, harga, merk, ketersediaan jajanan dan tekstur menjadi indikator pemilihan jajan pada anak sekolah dasar (Iklima, 2017).

Perilaku konsumsi makan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan dan penerapan dalam memilih makanan, seperti memilih makanan yang aman, sehat, serta terbebas dari pencemaran zat fisika, biologi, atau kimiawi serta memiliki gizi yang baik (Rohmatillah & Saputri, 2019). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku pemilihan jajanan, yaitu faktor familiaritas, karakteristik jajanan, seperti warna, tekstur, porsi, rasa, murah serta jajanan yang disertai hadiah yang menarik, pengaruh lingkungan dan sosial seperti anjuran orang tua, lokasi dari warung, kandungan gizi, dan manfaat kesehatan (Anggiruling et al., 2019).

Syarat makanan jajanan yang dikonsumsi oleh anak-anak harus sehat dan aman. Makanan jajanan yang sehat dan aman adalah makanan yang bebas dari bahaya fisik, cemaran bahan kimia dan bahaya biologis (Direktorat Perlindungan Konsumen, 2006) dalam (Ariana, 2016). Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM) mencatat 14,7% jajanan yang berada di lingkungan sekolah mengandung bahan berbahaya seperti boraks, rhodamine B, formalin, dan *methanyl yellow* (Sajiman, Nurhamidi, dan Mahpolah, 2015). Hal ini tentunya menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian dari semua pihak. Zat-zat aditif yang terakumulasi dalam tubuh anak akan menimbulkan penyakit berbahaya salah satunya adalah kanker (Rismawati 2018). Tidak hanya itu, adanya kandungan bahan berbahaya ini berpotensi untuk menyebabkan jajanan menjadi makanan yang berbahaya bagi tubuh anak serta dapat mengakibatkan penyakit berbahaya pada anak, seperti keracunan dan juga penyakit kanker. Tidak menutup kemungkinan, bahwa jajanan juga berpotensi sebagai makanan tidak higienis. Hal ini dikarenakan oleh faktor penyebab adanya keracunan pada anak. Biasanya jajanan tidak sehat ini dapat ditemui pada pedagang kaki lima maupun jajanan yang dijual di kantin sekolah. Hal tersebut, dikarenakan kurangnya pemahaman pedagang dalam mengelola dan menjaga kebersihan serta ke higienisan makanan yang dijual. Tahara, *et al* (2022) menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar (7-13 tahun) merupakan anak yang belum mampu untuk menentukan hal yang baik bagi kesehatan tubuh, termasuk dalam proses memilih jajanan sehat.

Sebagian siswa tidak dibekali makanan dari rumah, yang menyebabkan siswa untuk jajan di sekitar lingkungan sekolah. 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. Jajanan sembarangan akan memberikan dampak kurang baik bagi kesehatan.

Perlu dilakukan edukasi pencegahan keracunan makanan pada anak sekolah khususnya dalam hal pemilihan jajanan sehat. Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang dalam bertindak. Sasaran pengabdian kepada masyarakat ini adalah anak SD kelas VI di SD Swasta Amal Luhur, Medan. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada anak SD Kelas VI tentang pencegahan keracunan makanan pada anak sekolah dalam hal pemilihan jajanan sehat.

SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Keracunan makanan adalah seseorang yang menderita sakit dengan gejala dan tanda keracunan yang disebabkan oleh mengkonsumsi makanan yang diduga mengandung cemaran biologis atau kimia (Permenkes RI No. 2 Tahun 2013). Menurut Selinawati (2019), keracunan makanan adalah jenis keracunan yang sering dialami oleh anak usia sekolah. Keracunan berasal dari beberapa jajan makanan yang belum terjamin kebersihannya. Anak sekolah dasar merupakan masa yang cocok untuk mengajarkan atau mengedukasi

bagaimana penanganan dan pencegahan pada anak yang mengalami keracunan makanan jika melihat teman atau keluarga yang mengalami keracunan makanan. Perlu mengedukasi siswa-siswi tentang pencegahan keracunan makanan dan bagaimana upaya pertolongan pertama pada orang yang kena keracunan makanan.

Solusi yang dapat dilakukan untuk mengurangi bahaya keracunan makanan adalah:

1. Memberikan edukasi tentang pencegahan keracunan makanan jajanan anak sekolah melalui ceramah, pemberian leaflet. Sasaran kegiatan kepada pengabdian masyarakat adalah siswa-siswi kelas VI SD Swasta Amal Luhur Medan, Jl. Amal Luhur No.116, Dwi Kora, Kecamatan Medan Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara.
2. Melakukan demonstrasi pertolongan pertama penanganan keracunan makanan jika terjadi keracunan makanan pada anak dan menyuruh beberapa anak untuk mempraktekkan ulang demonstrasi tersebut supaya dapat diterapkan dimana saja apabila terjadi keracunan makanan.

METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terbagi menjadi 2 tahap, yaitu:

1. Tahap pertama yaitu: memberikan edukasi tentang pencegahan keracunan makanan kepada siswa-siswi kelas VI SD Swasta Amal Luhur Medan. Pemberian edukasi dengan metode ceramah dan membagikan media pendukung berupa leaflet kepada siswa-siswi sebelum penyampaian materi. Materi edukasi yang diberikan meliputi tentang pengertian keracunan makanan, penyebab keracunan makanan, tanda dan gejala keracunan makanan, pencegahan dan penanganan keracunan makanan.
2. Tahap kedua yaitu: demonstrasi pertolongan pertama penanganan penderita keracunan makanan dengan memperagakan di depan kelas dan menyuruh 2 orang siswa untuk mempraktekkan ulang bagaimana cara penanganan keracunan makanan apabila ada yang terkena keracunan makanan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi pencegahan keracunan makanan pada anak SD dilakukan pada siswa-siswi kelas VI di SD Swasta Amal Luhur Medan, Jl. Amal Luhur No.116, Dwi Kora, Kecamatan Medan Helvetia, Kota Medan, Sumatera Utara pada hari Selasa, tanggal 25 Juli 2023 yang dihadiri oleh Wali Kelas dan 20 orang siswa-siswi SD. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan supaya siswa-siswi SD dapat mengetahui pencegahan dan penanganan bahaya keracunan 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, tim pengabdian Masyarakat 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. Kegiatan ini juga mendemonstrasikan bagaimana upaya penanganan pertolongan pertama jika terjadi keracunan makanan dan menyuruh 2 orang siswa-siswi mempraktekkan ulang demonstrasi yang sudah dipraktekkan oleh pemateri sebelumnya.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Di SD Swasta Jl. Amal Luhur Medan



Gambar 2. Pemberian Hadiah Kepada Siswa-Siswi Yang Menjawab Pertanyaan Dengan Cepat dan Benar

Keracunan makanan adalah seseorang yang menderita sakit dengan gejala dan tanda keracunan yang disebabkan oleh mengkonsumsi makanan yang diduga mengandung cemaran biologis atau kimia (Permenkes RI No. 2 Tahun 2013). Bagi anak sekolah, makanan jajanan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kegiatan sehari-hari mereka. Makanan jajanan digunakan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sekolah karena keterbatasan waktu orang tua mengolah makanan di rumah. Selain murah makanan jajanan juga mudah didapat. Penanganan keracunan makanan dapat dilakukan dengan cara, antara lain:

1. Minum banyak air

Bila penderita keracunan makanan mengalami muntah dan diare, pertolongan pertama keracunan makanan adalah segera memberikan cairan yang cukup seperti air putih, oralit atau campuran air putih dengan gula 2 sendok teh dan garam ½ sendok teh, atau air kelapa untuk menggantikan cairan dan elektrolit tubuh yang hilang.

Perlu diingat, jangan minum cairan terlalu cepat karena dapat memperburuk mual dan muntah, jadi minumlah sedikit demi sedikit dalam beberapa jam.

2. Buang air kecil

Orang yang mengalami keracunan harus buang air kecil secara berkala, dan perhatikan warna urin biasanya jernih. Jika urin gelap, ini menandakan dehidrasi dan biasanya disertai pusing. Jika salah satu dari tanda dan gejala ini terjadi dan tidak bisa minum cukup cairan, segera pergi ke rumah sakit terdekat.

3. Konsumsi makanan ringan

Begitu keracunan makanan, pertolongan pertama keracunan makanan juga bisa diberi makanan ringan dan hambar seperti biskuit, roti, nasi putih atau pisang.

4. Minum obat tablet karbon aktif

Berikan tablet karbon aktif untuk menyerap racun di dalam saluran pencernaan yang diminum dengan air putih. Meskipun dijual bebas untuk pertolongan pertama pada keracunan makanan, sebaiknya dengan anjuran dari dokter.

5. Minum susu

Bila tidak ada tablet karbon aktif, pertolongan pada keracunan makanan bisa mengonsumsi susu untuk mengikat racun dalam saluran pencernaan dan merangsang penderita untuk muntah sehingga racun keluar dan tidak beredar dalam tubuh. Namun, jika penderita mengalami diare, sebaiknya tidak diberikan susu.

6. Posisi Dekubitus Lateral Kiri (Miring Kiri)

Tujuan dari tindakan tersebut untuk mencegah aspirasi dan membantu menjaga jalan napas pasien tetap terbuka selain itu posisi tersebut juga membuat pasien tetap diam sampai petugas gawat darurat tiba yaitu pasien diposisikan pada satu sisi dengan kaki jauh ditekuk pada suatu sudut dan lengan jauh ditempatkan di dada dengan tangan di pipi

7. Membawa ke Rumah Sakit

Jika, pertolongan pertama pada keracunan tidak mengurangi gejalanya, sebaiknya segera pergi ke rumah sakit terdekat untuk mendapatkan pertolongan segera.

Penanganan keracunan merupakan salah satu esensi dari keperawatan gawat darurat karena apabila tidak segera ditindaklanjuti akan menimbulkan angka kesakitan maupun kematian. Penanganan utama ketika terjadi keracunan makanan adalah dengan rehidrasi yang bertujuan untuk mengembalikan kembali cairan yang hilang ketika penderita keracunan muntah (Mustika, 2019). Pencegahan keracunan makanan dapat juga dilakukan dengan 3 langkah, yaitu

1. Lihat

- Berjamur
- Berbuih
- Berubah warna
- Kemasan robek/koyak

2. Bau

- Bau busuk/masam
- Bau tidak enak

3. Rasa

- Rasa masam
- Tidak dapat dimakan lagi

KESIMPULAN DAN SARAN

Telah dilakukan Edukasi Pencegahan Keracunan Makanan Pada Anak SD Swasta Amal Luhur Medan Kelas VI. Semua siswa-siswi telah mengerti dan memahami tentang keracunan makanan mulai dari pengertian keracunan makanan, penyebab keracunan makanan, tanda dan gejala keracunan makanan, pencegahan dan penanganan keracunan makanan sehingga siswa-siswi tersebut dapat lebih hati-hati

dalam memilih makanan atau jajanan yang akan dimakannya. Siswa juga sudah bisa mendemonstrasikan bagaimana upaya pertolongan pertama pada orang yang kena keracunan makanan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan Wali Kelas VI SD Swasta Amal Luhur Medan yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada kami untuk mengaplikasikan salah satu Tridharma Perguruan Tinggi kepada siswa-siswi kelas VI.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, S. Q. (2019). *Perilaku Jajan Pada Anak Sekolah Dasar*. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 15(2), 133–146. <https://doi.org/10.33658/jl.v15i2.153>
- Anggiruling, D. O., Ekayanti, I., Khomsan, A., Masyarakat, D. G., Manusia, F. E., & Bogor, I. P. (2019). *Analisis Faktor Pemilihan Jajanan , Kontribusi Gizi dan Status Gizi Siswa Sekolah Dasar Factors Analysis of Snack Choice , Nutrition Contribution and Nutritional Status of Primary School Children*. *Jurnal MKMI*, 15(1), 81–90.
- BPOM. (2020). Laporan Tahunan 2020. Badan Pengawasan Obat dan Makanan.
- Febryanto, M. (2017). *The Relationship between Knowledge and Attitude with Behavior of Snack Consumption in MI Sulaimaniyah Jombang*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(1), 51–59.
- Mustika, S. (2019). *Keracunan Makanan : Cegah, Kenali, Atasi*. Malang : Tim UB Press
- Permenkes RI No. 2 Tahun 2013. Kejadian Luar Biasa Keracunan Pangan. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/172125/permenkes-no-2-tahun-2013>
- Rohmatillah, & Saputri, A. (2019). *Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan Dengan Kejadian Diare Pada Siswa Sdn Ciputat 01*. 1–64.
- Sajiman, N. (2015). *Kajian Bahan Berbahaya Formalin, Boraks, Rhodamin B dan Methalyn Yellow Pada Pangan Jajanan Anak Sekolah di Banjarbaru*. *Jurnal Skala Kesehatan*, 1. <https://www.ejurnalskalakesehatan-poltekkesbjm.com/index.php/JSK/article/view/14-19>
- Sari, D. P., Nyorong, M., & Nasution, Z. (2022). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perilaku Pencegahan Jajan di Luar Kantin Sekolah Dasar Negeri 060925 Kecamatan Medan Amplas The Effect of Counseling on the Behavior of Preventing Snacking Outside the State School Cateria 060925 Medan Amplas Distric*. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), 275
- Usmayanti, H. P., Haryanto, H., & Pratama, K. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas 5 (Lima) SD Negeri 21 Sungai Raya Tentang Jajanan Sehat*. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 11(1), 6–11. <https://doi.org/10.54630/jk2.v11i1.113>