



ARTIKEL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

URL Artikel: <https://ejournal.poltekkesjayapura.org/index.php/asmat>

**EDUKASI JAJANAN SEHAT DAN CARA MENCUCI TANGAN UNTUK
MENCEGAH DIARE PADA SISWA SEKOLAH DASAR**

.A. Istri Mas Padmiswari^{1*}, Nadya Treesna Wulansari², Gede Surya Indrawan³

^{1,2}Program Studi Sarjana Teknologi Pangan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

³Program Studi Ilmu Kelautan, Fakultas Kelautan dan Perikanan, Universitas Udayana

Email Penulis Korespondensi*: anakagungpadmi@gmail.com

Genesis Naskah

Diterima: 23-11-2022

Disetujui: 30-06-2023

Dipublikasikan: 30-06-2023

ABSTRAK

Jajanan memegang peranan penting dalam memberikan energi dan zat gizi lainnya pada anak usia sekolah. Karena tingginya tingkat aktivitas anak, konsumsi jajanan pada anak usia sekolah harus diperhatikan. Bagian dari kebersihan anak-anak adalah memiliki kebiasaan mencuci tangan yang baik dan benar untuk menghindari segala bentuk infeksi. Mencuci tangan dengan sabun dapat mengurangi risiko infeksi hingga hampir 50%. Namun, banyak orang yang tidak memahami pentingnya mencuci tangan. Kegiatan edukasi jajanan sehat dan cuci tangan untuk mencegah diare sangat penting dilakukan di SD Negeri 21 Dauh Puri. Empat puluh enam siswa kelas enam berpartisipasi dalam kegiatan dan menerima penyuluhan. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan, siswa diminta untuk menyelesaikan pre dan posttest yang terdiri dari 10 pertanyaan tentang jajanan sehat dan cuci tangan untuk mencegah diare. Kegiatan ini berhasil karena pengetahuan siswa tentang jajanan sehat dan cuci tangan untuk mencegah diare sangat meningkat. Pendampingan guru dan orang tua dengan kegiatan tersebut harus terus dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar.

Kata kunci: jajan sehat, mencuci tangan, diare, siswa sekolah dasar

ABSTRACT

Snacks play an important role in providing energy and other nutrients to school-age children. Due to the high activity level of children, the consumption of snacks in school-age children must be considered. Part of children's hygiene is having good and proper hand washing habits to avoid any form of infection. Washing hands with soap can reduce the risk of infection by almost 50%. However, many people do not understand the importance of washing their hands. Education activities for healthy snacks and hand washing to prevent diarrhea are very important in SD Negeri 21 Dauh Puri. Forty-six sixth graders participated in the activities and received counseling. To measure the success of the activity, students were asked to complete a pre and posttest consisting of 10 questions about healthy snacks and hand washing to prevent diarrhea. This activity was successful because students' knowledge of healthy snacks and hand washing to prevent diarrhea was greatly increased. Assistance of teachers and parents with these activities must continue to improve the knowledge of elementary school children.

Keywords: healthy snacks, washing hands, diarrhea, elementary school students

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara terdepan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. Departemen Kesehatan pemerintah membuat program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai salah satu upaya peningkatan kesehatan masyarakat. Menurut Kemenkes, program promosi kesehatan yang sangat penting saat ini sedang dilaksanakan untuk mencegah penularan, salah satunya dapat dilakukan melalui pengetahuan jajanan sehat dan cuci tangan pakai sabun (Kemenkes, 2022).

Jajanan memegang peranan penting dalam memberikan energi dan zat gizi lainnya pada anak usia sekolah. Karena tingginya tingkat aktivitas anak, konsumsi jajanan pada anak sekolah harus diperhatikan. Jajanan sehat contohnya adalah roti, susu, keju, nasi, sayur, buah-buahan dan lain sebagainya. Mengonsumsi jajanan anak diharapkan dapat memberikan energi dan nutrisi lain yang membantu tumbuh kembang anak. Anak sekolah belum paham bagaimana memilih jajanan sehat yang tidak baik untuk kesehatannya. Anak sekolah biasanya banyak beraktivitas di luar rumah dan sering lupa waktu makan, sehingga mereka pergi ke sekolah untuk membeli jajanan untuk mengisi perutnya. Kebiasaan jajan ini dipengaruhi oleh jenis makanan, karakteristik individu (pengetahuan jajan, kecerdasan, kognisi, emosi), dan faktor lingkungan (Sumarni dkk., 2020). Masalah jajan yang tidak sehat di kalangan pelajar perlu ditanggulangi agar terhindar dari risiko berbagai jenis penyakit.

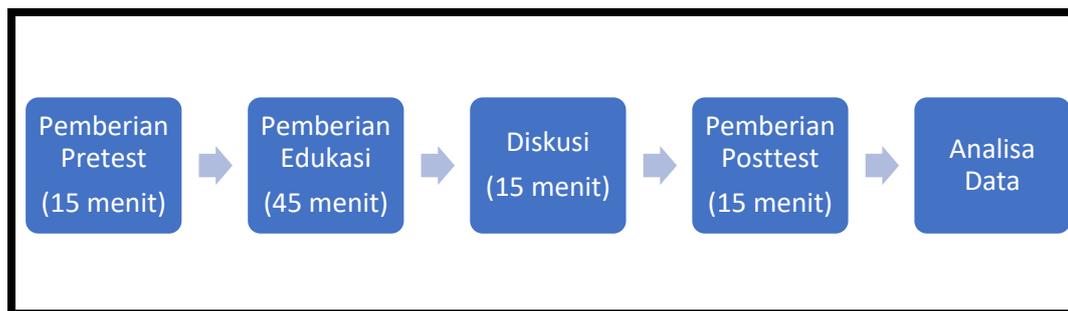
Bagian dari kebersihan anak adalah memiliki kebiasaan mencuci tangan yang baik dan benar untuk menghindari segala bentuk infeksi. Mencuci tangan dengan sabun dapat mengurangi risiko infeksi hingga hampir 50%. Namun, masih banyak orang yang tidak menyadari pentingnya mencuci tangan. Tangan anak adalah jalur utama masuknya patogen ke dalam tubuh anak (Ambarwati & Prihastuti, 2019). Jajanan yang sehat serta perilaku mencuci tangan merupakan hal yang penting untuk menunjang kesehatan anak sehingga hal ini dapat mendukung keberhasilannya dalam belajar dikelas. Jika jenis makanan serta kebersihan diri anak tidak terjaga maka akan menimbulkan penyakit seperti contohnya adalah diare. Diare yang disebabkan oleh kebiasaan makan di dalam dan di luar sekolah pada anak usia dini sekolah dasar dapat diatasi oleh orang tua dan guru dengan memberikan pengetahuan dan edukasi kepada anak tentang pilihan jajanan yang sehat dan bersih. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir kejadian penyakit diare pada anak sekolah dasar (Arianti & Jaya, 2022). Kebiasaan kurang memperhatikan perlunya cuci tangan dalam kehidupan sehari – hari terutama ketika dilingkungan sekolah juga sering terjadi. Siswa biasanya langsung makan makanan yang mereka beli di sekitar sekolah tanpa cuci tangan terlebih dahulu, padahal sebelumnya mereka bermain – main (Pangemanan & Boukau, 2022). Hal ini juga menyebabkan banyak terjadinya kasus diare di lingkungan sekolah.

Pemberian informasi kesehatan kepada siswa sekolah dasar merupakan salah satu upaya untuk mensosialisasikan indikator pola hidup bersih dan sehat. Siswa sekolah dasar senang dan mampu mempraktekkan secara langsung ketika proses penyampaian informasi dirancang atau dikemas dalam

bahasa yang santai dalam permainan. Tingkat pengetahuan dan pemahaman siswa akan semakin tertanam dengan kuat (Suhendar & W, 2019). Pada pengabdian masyarakat kali ini siswa tidak hanya diberika teori tetapi diberikan praktek beserta contoh jajanan sehat dan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Promosi kesehatan masyarakat sangat penting dilakukan untuk memperluas pengetahuan siswa sekolah dasar tentang akibat dari pola hidup yang kurang baik dalam menjaga jajanan sehat dan mencuci tangan untuk mencegah diare.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh 35 orang siswa kelas VI SD Negeri 21 Dauh Puri. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat. Secara umum kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui presentasi tentang pentingnya edukasi tentang jajanan sehat dan mencuci tangan untuk mencegah diare, contoh jajanan yang sehat, dan praktik cuci tangan yang baik dan benar. Kegiatan diawali dengan 10 soal pretest untuk mengukur pengetahuan siswa sebelum dilakukan pemberian materi selama 15 menit. Selain itu, akan ada presentasi materi selama 45 menit, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab atau diskusi selama 15 menit. Di akhir kegiatan, selama 15 menit siswa diberikan posttest untuk mengukur pengetahuannya. Data *pretest* dan *posttest* dianalisis dengan menggunakan analisis *Wilcoxon Signed Rank* (Pallant, J., 2010). Diagram kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alir Kegiatan

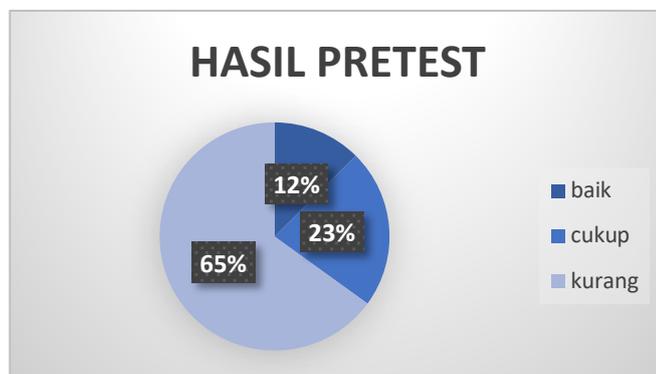
HASIL

Karakteristik responden kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan siswa SD tentang edukasi jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare adalah 30% responden laki-laki dan 70% responden perempuan. Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat secara rinci pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=40)

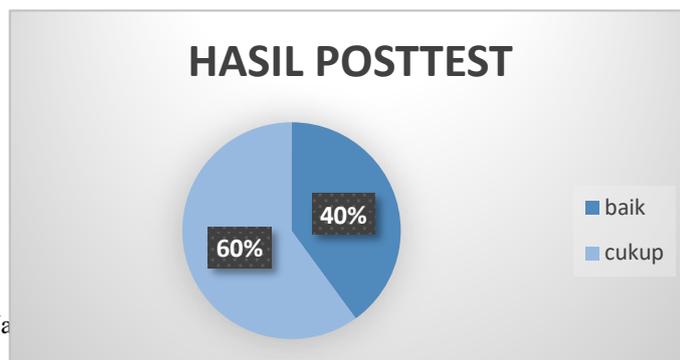
Variabel (jenis kelamin)	Frekuensi (org)	Persentase (%)
Laki-Laki	12	30
Perempuan	28	40
Total	40	100

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare di SD Negeri 21 Dauh Puri berjalan dengan baik. 40 siswa (12 laki-laki dan 28 perempuan) berpartisipasi dalam kegiatan ini. Kegiatan diawali dengan pretest siswa. Pretest diberikan untuk mengukur pengetahuan awal siswa tentang pemahaman jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare. Soal pretest terdiri dari 10 soal objektif. Berdasarkan hasil pretest, Gambar 1 menunjukkan tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan pemaparan materi.



Gambar 2. Hasil Pretest Edukasi Jajanan Sehat dan Cara Mencuci Tangan untuk Mencegah Diare

Hasil pre-test menunjukkan bahwa pengetahuan siswa masih berada pada kategori cukup dan kurang terkait dengan jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare. Hal ini dikarenakan siswa tersebut belum pernah menerima materi atau penjelasan apapun.



Gambar 3. Hasil Posttest Edukasi Jajanan Sehat dan Cara Mencuci Tangan untuk Mencegah Diare

Hasil posttest menunjukkan adanya perubahan hasil setelah diberikan penyuluhan tentang jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare. Pada hasil posttest sudah tidak terlihat lagi siswa yang kurang memahami materi yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare.

Tabel 2. Hasil Analisis Uji Wilcoxon Signed Rank

<i>Pretest-Posttest</i>	
Z	-1.927
Asymp.Sg. (2-tailed)	.001

Hasil uji analisa data menggunakan *Wilcoxon Signed Rank* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh nyata ($P < 0,05$) pemberian edukasi jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare. Kategori siswa dibedakan menjadi tiga yaitu 60-69 kategori kurang, 70-79 kategori cukup, dan 80-100 kategori baik.

DISKUSI

Perilaku jajan di kalangan anak-anak sudah menjadi kebiasaan yang lumrah dan ditemukan di berbagai tingkat sosial ekonomi masyarakat. Pada umumnya siswa sekolah dasar lebih menyukai makanan jajanan daripada makanan berat. Beli jajanan dari kantin sekolah atau pedagang kaki lima (PKL) di sekitar sekolah. Terdapat berbagai macam jajanan untuk siswa sekolah dasar. Jajanan yang terkontaminasi debu dan kotoran telur cacing, bakteri dan mikroba lainnya akibat kurangnya pengendalian kebersihan di sekolah dapat menjadi sumber infeksi cacing, disentri dan penyakit menular lainnya pada anak. Kontaminan atau debu tanah mencapai jajanan saat dibawa oleh lalat atau angin, terutama untuk jajanan yang tidak tertutup rapat. Konsumsi jajanan yang tidak tepat dapat berdampak buruk bagi anak. Efek samping termasuk diare, malnutrisi, dan pertumbuhan terhambat (Saleh dkk., 2022)

Perilaku cuci tangan sekolah adalah seperangkat perilaku yang dilakukan oleh siswa, guru, dan warga sekolah berdasarkan kesadaran sebagai hasil belajar untuk mencegah penyakit secara mandiri. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku cuci tangan dengan kejadian diare (Siahaan dkk., 2020). Tangan merupakan reservoir utama bakteri yang dapat bertindak sebagai mediator infeksi silang. Oleh

karena itu, sangat penting untuk diketahui dan diingat bahwa cuci tangan pakai sabun merupakan perilaku hidup sehat yang sangat efektif untuk mencegah penyebaran berbagai infeksi seperti diare (Afany dkk., 2017). Efek lain dari diare pada anak adalah terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan, malnutrisi, dan gangguan perkembangan kognitif pada anak.

Dari penjelasan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi terhadap siswa mengenai jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare di sekolah sangat dipengaruhi oleh pemahaman siswa yang diperoleh melalui penyuluhan terkait dengan jajanan sehat dan pencegahan diare. Pendidikan kesehatan tentang cuci tangan dan jajan sehat memberi siswa informasi yang mereka butuhkan untuk meningkatkan pengetahuan mereka dan membantu mereka mengidentifikasi sikap yang lebih baik terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Keumalasari, dkk (2017) yang menyatakan bahwa dampak penyuluhan kesehatan melalui metode ceramah dan diskusi dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap siswa terhadap penerapan pola hidup bersih dan sehat di sekolah dapat ditingkatkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi jajanan sehat dan cara mencuci tangan untuk mencegah diare berlangsung secara lancar dengan antusiasme para siswa yang mengikuti kegiatan ini menunjukkan hasil pemahaman baik yang dapat terlihat dari meningkatnya nilai *pretest* dan *posttest*. Adanya dukungan dari guru dan orang tua dalam kegiatan seperti ini perlu dilakukan berkelanjutan dalam upaya peningkatan pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak di sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Institut Teknologi dan Kesehatan Bali yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga kegiatan ini bisa terlaksana dengan baik. Terima kasih juga kepada Kepala SD N 21 Dauh Puri yang sudah memberikan ijin untuk mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

RUJUKAN

Afany N, Rasyid R, Yulistini Y. 2017. Hubungan Pengetahuan Mencuci Tangan dengan Kejadian Diare pada Siswa Kelas IV-VI SDN11 Lubuk Buaya Padang. *J Kesehatan Andalas*. 6(2):364.

Arianti, M., & Jaya, H. (2022). Sosialisasi Dan Edukasi Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Tentang Diare Pada Anak Dan Dewasa Di Wilayah Tanjung Gading Kota Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1).

A. Istri Mas Padmiswari, Nadya Tresna Wulansari, Gede Surya Indrawan Vol 2(2), Juni 2023, (hal 70-76)

- Ambarwati, E. R., & Prihastuti. (2019). Gerakan masyarakat hidup sehat (germas) mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sejak dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 45–52.
- Kemenkes. (2020). “Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS).” *Jakarta: Kementerian Kesehatan RI*.
- Keumalasari, K., Hasballah, K., & Imran, I. (2017). Promosi Kesehatan Cuci Tangan Dan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 1-11.
- Pallant, Jullie. 2010. *SPSS Survival Manual 4 th Edition*. New York : Mc Graw Hill.
- Pangemanan, M., & Bokau, J. (2022). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diare Pada Siswa Sd Gmim 46 Sukur Kecamatan Airmadidi. *Epidemia: Jurnal Kesehatan Masyarakat Unima*, 60-65.
- Saleh, S. N. H., Fauzan, M. R., Rumaf, F., & Akbar, H. (2022). Efektifitas Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Overweight di SMKN 1 Kotamobagu. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 3(1), 232-240.
- Siahaan, D., Eyanoe, P., & Hutagalung, S. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Tentang Higiene Dengan Kejadian Diare Akut. *JKM*, 13(1), 13-20.
- Suhendar, I., & W, W. (2019). Edukasi Kebiasaan Cuci Tangan pada Anak Sekolah sebagai Upaya Menurunkan Resiko Diare. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 158–163.
- Sumarni, N., Rosidin, U., dan Sumarna, U., 2020. Penyuluhan Kesehatan Tentang Jajanan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Jati Iii Tarogong Kaler Garut. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 3(2) 289 – 297.