

# Peningkatan Kemampuan Anak Mendeteksi Makanan Sehat Melalui Pesan Bergambar dalam Kemasan Makanan

Lenie Marlinae\*<sup>1</sup>, Husaini<sup>2</sup>, Nia Kania<sup>2</sup>, Nurhikmah<sup>2</sup>, Laily Khairiyati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat

\*Penulis korespondensi: [unitkajiankeslinglahanbasah@gmail.com](mailto:unitkajiankeslinglahanbasah@gmail.com)

Received: 10 Agustus 2021/ Accepted: 12 September 2021

## Abstract

*Efforts to improve nutritional status for quality human resources development should basically begin as soon as possible, one of which involves school-age children. Elementary school students are a strategic goal to improve local nutrition. Nutritious foods can be obtained from major meals and light meals. If the food you buy meets your health requirements, the habit of eating snacks at school can be very beneficial and supplement your child's nutritional needs. A modified form of the image holder with the text on the food packaging. Education through food packaging materials, including visual messages, can shape the right mindset so that children can choose and eat safe and healthy snacks. The methodology used included ABG awareness stages (advocacy, development, community movement), fieldwork, and pre- and post-test assessments. Twenty-six (86.7%) considered understanding positive based on previous test results and 30 respondents (100) based on test results after providing training and materials. %) It is a positive level of knowledge. Therefore, there is growing community knowledge about the use of clean and healthy masks. Advanced knowledge is very helpful in preventing children from eating unhealthy foods.*

**Keywords:** food detection, child nutrition, healthy food

## Abstrak

*Upaya perbaikan gizi untuk mengembangkan bakat yang berkualitas pada dasarnya harus dimulai sedini mungkin, salah satunya pada anak usia sekolah. Siswa sekolah dasar merupakan sasaran strategis untuk meningkatkan gizi lokal. Makanan kaya nutrisi dapat diperoleh dari makanan dan snack. Apabila membeli makanan yang sudah sesuai dengan syarat kesehatan, maka rutinitas makan di sekolah bisa sangat bermanfaat dan bisa melengkapi atau melengkapi kebutuhan nutrisi anak. Edukasi kemasan makanan, termasuk pesan visual, perlu dapat membentuk sikap yang benar agar anak memilih serta makan jajanan yang aman dan sehat. Metodologi yang digunakan meliputi fase pengenalan ABG (advokasi, pengembangan masyarakat, dan gerakan masyarakat), penelitian lapangan, dan evaluasi menggunakan metodologi pre-test dan post-test. Menurut hasil pre-test, 26 orang (86,7%) menilai pemahamannya positif, dan setelah diberikan pelatihan dan materi, 30 orang (100%) positif menurut hasil post-test. Tingkat pengetahuan. Oleh karena itu, pemahaman masyarakat tentang penggunaan masker bersih dan sehat semakin hari semakin meningkat. Pengetahuan tingkat lanjut sangat membantu dalam mencegah anak dari makan makanan yang tidak sehat.*

**Kata kunci:** deteksi makanan, gizi anak, makanan sehat

## 1. PENDAHULUAN

Jajanan berperan penting dalam asupan zat gizi serta energi pada anak usia sekolah. Menurut temuan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), jajanan anak yang tidak memenuhi syarat keamanan pangan adalah sebanyak 48% karena mengandung bahan kimia berbahaya dan kontaminasi mikroba. Pada anak-anak, penyakit menular seperti diare, keracunan, demam, dan pusing disebabkan oleh penurunan kekebalan tubuh. Laporan dari investigasi Badan Keamanan Pangan dan sosialisasi BPOM menunjukkan bahwa ada 164 insiden keracunan makanan di 25 provinsi di seluruh Indonesia, melibatkan kasus sebanyak 7.366 dan 51 kematian (Oktaviani et al., 2020).

Peran penting dipegang oleh jajanan dalam memberikan energi dan zat gizi lainnya kepada anak usia sekolah. Karena banyaknya aktivitas anak-anak, jajanan untuk siswa sekolah dasar harus diperhatikan. Jajanan anak diharapkan dapat memberikan nutrisi dan energi lain yang membantu tumbuh kembang anak (Hamida et al., 2012). Jajanan adalah makanan siap saji. Jajanan menjadi pilihan utama bagi anak-anak karena harganya yang relatif murah, mudah didapat, menarik dan bervariasi. Sandwich adalah makanan yang dijual di trotoar, pinggir jalan, stasiun, pasar, pemukiman penduduk, dan tempat sejenis (Rizal & Jalpi, 2018).

Pada usia ini, anak-anak sangat suka makan jajanan sehingga mereka kurang menyukai sarapan di rumah, tetapi meminta uang untuk jajan. Saat ini di lingkungan sekolah, berbagai jenis jajanan dijual untuk siswa sekolah dasar, terutama di restoran. Perilaku gizi anak yang salah membutuhkan perhatian. Misalnya melewatkan sarapan, kurang makan sayur, susu dan buah serta makan jajanan yang kurang sehat di sekolah, terlalu banyak makan *junk food dan fast food*, makanan yang mengandung pewarna, pengawet dan penambah rasa (Siwi et al., 2014).

Upaya peningkatan status gizi agar sumber daya manusia berkembang dan berkualitas secara fundamental harus dimulai sedini mungkin, salah satunya adalah anak usia sekolah. Siswa sekolah dasar adalah tujuan strategis untuk meningkatkan gizi masyarakat. Makanan bergizi dapat diperoleh dari makanan utama dan jajanan. Jajanan merupakan makanan yang umum dikenal di masyarakat khususnya anak usia sekolah. Hampir setiap sekolah memiliki pedagang kaki lima. Hal ini mendorong anak sekolah untuk makan jajanan terutama pada saat liburan sekolah (Rizal & Jalpi, 2018).

Jika membeli makanan yang telah memenuhi syarat kesehatan, maka kebiasaan makan jajanan di sekolah sangat bermanfaat, sehingga dapat menambah atau melengkapi kebutuhan gizi anak. Empat sehat 5 sempurna, dapat digunakan untuk memilih jajanan dan juga bisa digunakan untuk mendidik anak memilih jajanan. Kebiasaan makan jajanan sehat bukan merupakan ciri umum siswa, khususnya siswa sekolah dasar. Siswa SD masih kurang bisa memilih jajanan yang bersih dan sehat, hal ini terlihat dari makanan yang dimakan oleh siswa SD di sekolah masih mengandung bakteri patogen, logam berat, pewarna sintesis, dan lain-lain (Rizal & Jalpi, 2018).

Permasalahan di sekolah dasar antara lain: Terlalu banyak jajanan tidak sehat yang diperjual belikan di sekolah. Siswa biasanya akan jajan di sekolah. Tidak ada sarana untuk menyebarkan pengetahuan tentang jajanan sehat. Sekolah tidak bisa melarang penjaja jajanan di sekolah. Mengingat penjaja jajanan umumnya warga sekitar sekolah, maka sekolah memiliki kasitas yang kurang untuk mendidik siswa, maupun kemampuan untuk melatih pengelola kantin sekolah untuk menyediakan jajanan sehat. Kafetaria kurang memiliki pengetahuan tentang keamanan pangan dan jenis makanan ringan yang sehat (Purwani & Muwakhidah, 2017).

Dalam dunia pendidikan, banyak metode telah dikembangkan agar pesan dapat diampaikan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap. Penyuluhan, pertanyaan dan jawaban adalah cara yang dianggap sangat efektif guna menyampaikan pesan Anda. Gambar merupakan media tambahan yang dapat digunakan agar menarik perhatian siswa. Fotografi dapat menimbulkan kreativitas siswa yang berbeda ketika membahasnya. Keuntungan dari alat bantu visual ini adalah Anda dapat memperjelas masalah dengan melihat gambar yang sangat cocok dengan subjeknya.

Siswa akan lebih mengetahui topik dan materi yang disampaikan oleh guru (Hamida et al., 2012).

Edukasi melalui materi kemasan makanan, termasuk pesan visual, dapat membentuk pola pikir yang benar agar anak dapat memilih dan makan jajanan yang aman dan sehat. Kemasan makanan bergambar juga membantu anak-anak memahami informasi, dalam hal ini keamanan pangan makanan. Banyak anak lebih menyukai gambar dan karikatur daripada kalimat sederhana.

## 2. METODE

Pengabdian ini dilaksanakan di Desa Sungai Tuan Ulu, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar. Waktu pelaksanaan pengabdian pada tanggal 28-29 Juli 2021. Responden pada pengabdian ini adalah sebanyak 30 responden. Kegiatan pengabdian ini yaitu memberikan edukasi terkait kemampuan anak dalam mendeteksi makanan sehat melalui pesan bergambar dalam kemasan makanan. Kegiatan ini meliputi tahap-tahap berupa pendekatan kemasyarakatan ABG (Advokasi, Bina Suasana dan Gerakan Masyarakat), survey lapangan, pelaksanaan kegiatan berupa pemaparan materi didukung dengan media buku saku dan leaflet, serta alat dukung seperti laptop, LCD, *microphone*, *speaker* untuk menampilkan *power point* dan video materi dan tahap terakhir berupa evaluasi *pre test* dan *pro test*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan di Desa Sungai Tuan Ulu, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar. Waktu pelaksanaan pengabdian pada tanggal 28-29 Juli 2021. Responden pada pengabdian ini adalah sebanyak 30 responden. Kegiatan pengabdian ini yaitu memberikan edukasi terkait kemampuan anak dalam mendeteksi makanan sehat melalui pesan bergambar dalam kemasan makanan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dua kali, kegiatan pertama dilakukan di Posbindu Desa Sungai Tuan Ulu pada tanggal 28 Juli 2021 dan kegiatan kedua dilakukan melalui pesan edukasi di whatsapp pada tanggal 29 Juli 2021. Pada kegiatan pertama, dihadiri oleh 10 responden. Sedangkan pada kegiatan kedua didapatkan 20 responden yang dihubungi melalui whatsapp. Keterbatasan pada pengabdian ini adalah terbatasnya luas ruangan dan menghindari kerumunan orang disaat pandemi covid-19 sehingga kegiatan pengabdian terbagi menjadi dua waktu, yaitu pada kegiatan tanggal 28 Juli 2021 hanya dihadiri 10 orang dan sisanya dilakukan melalui whatsapp pada tanggal 29 Juli, serta keterlambatan responden dalam merespon pesan kami dikarenakan kesibukkan responden dan keterbatasan memori pada ponsel responden.

Sebelum melaksanakan pengabdian, responden diberikan kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan dan sikap sebelum diberikan edukasi. Sama halnya dengan kegiatan pengabdian melalui whatsapp, responden diberikan link google form yang berisi soal pre-test. Setelah dilaksanakan pemberian materi, responden diberikan kuesioner post-test untuk mengukur pengetahuan dan sikap responden setelah diberikan edukasi. Hasil dari kegiatan ini adalah 100% responden memiliki pengetahuan dan sikap yang meningkat dari sebelum diberikan edukasi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
17-25	2	6.7
25-35	12	40.0
36-45	14	46.7
46-55	2	6.7
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa kelompok usia dari responden pengabdian di Desa Sungai Tuan Ulu terdiri dari 4 kategori usia yang menyesuaikan kategori dari Departemen Kesehatan RI tahun 2009, yaitu sebanyak 2 responden (6.7%) pada kategori masa remaja akhir dikarenakan usia responden tersebut dalam rentang 17-25 tahun. Sebanyak 12 responden (40%) pada kategori masa dewasa awal karena berada pada kelompok usia 25-35 tahun. Sebanyak 14 responden (46.7%) pada kategori masa dewasa akhir karena berada pada kelompok usia 36-45 tahun. Sebanyak 2 responden (6.7%) pada kategori lansia awal karena berada pada kelompok usia 46-55 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
SMP/MTS/SLTP	3	10,0
SMA/MA/SLTA	18	60,0
D3/S1/S2	9	30,0
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 2. diketahui bahwa pendidikan terakhir yang menjadi responden pada pengabdian ini paling banyak pada pendidikan SMA/MA/SLTA yaitu sebanyak 18 orang (60%). Sebanyak 9 orang (30%) berpendidikan D3/S1/S2 serta sebanyak 3 orang (10%) dengan pendidikan SMP/MTS/SLTP.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori Nilai Pre-Test Pengetahuan

Kategori	Frekuensi	Persen (%)
Baik	28	93.3
Tidak Baik	2	6.7
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 3. menunjukkan bahwa terdapat 93.3% (28 responden) mendapatkan nilai dengan kategori baik, sedangkan 6.7% (2 responden) mendapatkan nilai dengan kategori tidak baik.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori Nilai Pre-test Sikap

Kategori	Frekuensi	Persen (%)
Positif	26	86.7
Negatif	4	13.3
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4. menunjukkan bahwa terdapat 86.7% (26 responden) mendapatkan nilai dengan kategori positif, sedangkan 13.3% (4 responden) mendapatkan nilai dengan kategori negatif.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kategori Post-Test Pengetahuan

Kategori	Frekuensi	Persen (%)
Baik	30	100.0
Tidak Baik	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat 100.0% (30 responden) mendapatkan kategori nilai post-test baik.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kategori Post-Test Sikap

Kategori	Frekuensi	Persen (%)
Positif	30	100.0
Negatif	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat 100.0% (30 responden) mendapatkan kategori nilai post-test positif.

Hasil pengabdian yang dilakukan di Desa Sungai Tuan Ulu, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar tahun 2021 menunjukkan bahwa pada saat pre-test, sebanyak 6.7% responden memiliki pengetahuan kurang dan 13.3% responden memiliki sikap yang kurang. Setelah diberikan materi cara, sebanyak 100% responden mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap dikarenakan antusias responden untuk bertanya tinggi.

Notoadmodjo tahun 2014 menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Semakin berkembangnya teknologi menyediakan bermacam-macam media massa sehingga dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat (Zebua, 2021). Sebagian besar pemahaman responden salah satunya didapat dari media seperti buku saku, slide power point, dan video yang ditampilkan pada saat pemberian materi di kegiatan pengabdian. Dengan dilakukannya kegiatan ini, diharapkan responden memiliki peningkatan kemampuan dalam mendeteksi makanan sehat melalui pesan bergambar dalam kemasan makanan.

Sikap merupakan suatu reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap sebuah stimulus atau objek. Dalam penelitian ini sikap adalah pendapat responden terhadap deteksi makanan. Berdasarkan hasil pengabdian, 100% responden sudah memiliki sikap yang baik setelah diberikan materi. Hal ini dikarenakan responden sudah memahami makanan dan jajanan yang sehat. Pengetahuan gizi sangat berpengaruh terhadap sikap serta memberikan dasar untuk perilaku gizi yang benar dan baik terkait kebiasaan makan seseorang. Sikap tidak hanya terbentuk oleh pengetahuan yang dipunya, tetapi juga dipengaruhi oleh budaya, kebiasaan makan keluarga dan lembaga pendidikan tempat anak bersekolah (Indrayana et al., 2021).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* maka didapatkan hasil berikut :

1. Pengetahuan responden mengalami peningkatan skor pengetahuan dari 86.7% menjadi 100% setelah dilakukannya penyuluhan.
2. Semua pengetahuan ibu meningkat dikarenakan responden telah menerima penyuluhan tentang pengawetan makanan melalui media informasi yang telah dibagikan yaitu berupa buku saku, power point, dan juga leaflet

#### DAFTAR PUSTAKA

- Hamida, K., Zulaekah, S., & Mutalazimah. (2012). Penyuluhan Gizi Dengan Media Komik Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Keamanan Makanan Jajanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 67-73. <https://doi.org/10.15294/kemas.v8i1.2261>
- Indrayana, L. I., Indraswan, R., & Widjanarko, B. (2021). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pemilihan Jajan Siswa Pada Kantin Sehat Sdn Sendangmulyo 04 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(3), 326-331. <http://eprints.undip.ac.id/81937/>
- Oktaviani, E., Ardianty, S., & Dekawaty, A. (2020). Pengaruh Metode Permainan Acak Kartu Terhadap Perilaku Jajanan Makanan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 144 Palembang. *Jurnal Hospital Science*, 4(1), 33-41.
- Purwani, E., & Muwakhidah. (2017). Tentang Makanan Jajanan Sehat Dan Gizi Seimbang Dengan Sukoharjo. *Warta LPM*, 19(2), 105-109.
- Rizal, A., & Jalpi, A. (2018). Peningkatan Pengetahuan Siswa Dalam Memilih Jajanan Makanan Di Lembaga Pendidikan Permata Jannati Kota Banjarmasin Tahun 2016. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlash*, 2(2), 49-55. <https://doi.org/10.31602/jpai.v2i2.782>
- Siwi, L. R., Yunitasari, E., & Krisnana, I. (2014). Meningkatkan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat Pada Anak Sekolah Melalui Media Audio Visual. *Jurnal Gizi Masyarakat*, 3(1).
- Zebua, V. P. (2021). *Gambaran Pengetahuan Anak Sd Kelas (I-VI) Tentang Makanan Jajanan Sehat di SD Negeri 076691 Hilisebua Kecamatan Alasa Kabupaten Nias Utara*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.