

EDUKASI CEMILAN SEHAT DI SD 7 MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Novianty^{1*}, Renjani Indirah², Dian Wijaya Andini Putri³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang

Email: antynovi110@gmail.com

ABSTRAK

Anak sekolah adalah usia pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan asupan gizi seimbang dan sehat. Sebagian besar anak sekolah belum paham dalam memilih jajanan/cemilan sehat. Konsumsi jajanan/cemilan siap saji dan tidak sehat dapat meningkatkan kejadian obesitas dan penyakit tidak menular pada anak. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan pengetahuan jajanan atau cemilan sehat pada anak sekolah. Metode yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi, dan diskusi interaktif. Pengabdian masyarakat dilakukan pada Februari 2025 berlokasi di SD 7 Muhammadiyah Palembang. Peserta pengabdian masyarakat ini adalah siswa siswi kelas VI SD 7 Muhammadiyah Palembang Kegiatan ini dihadiri 11 siswa siswi Kelas VI SD 7 Muhammadiyah Palembang. Semua peserta antusias mengikuti semua rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat. Selama kegiatan berlangsung diskusi interaktif sehingga siswa siswi SD 7 Muhammadiyah Palembang mengetahui jajanan sehat. Hasil pre tes pengetahuan siswa siswi SD 7 Muhammadiyah Palembang tentang jajanan sehat didapat rata-rata 65,5. Hal ini menunjukkan masih adanya siswa siswi yang belum tahu mengenai jajanan sehat sehingga kegiatan edukasi terkait jajanan sehat perlu dilakukan secara rutin.

Kata Kunci: Anak, Edukasi, Pelecehan Seksual, Pengetahuan, Pencegahan, Organ Reproduksi

1. PENDAHULUAN

Makanan merupakan kebutuhan pokok bagi manusia untuk proses metabolisme dan aktivitas. Makanan yang dikonsumsi harus sehat dan bergizi, khususnya masa pertumbuhan pada anak sekolah. Seiring dengan perkembangan zaman dan teknologi, muncul berbagai olahan makanan siap saji yang dikemas dalam bentuk jajanan. Makanan jajanan anak sekolah adalah makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang di jalanan atau tempat umum yang langsung dapat dimakan (Iklima 2017). Jajanan termasuk cemilan yang banyak digemari oleh anak sekolah dasar. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Hastutika & N.Kadek Sri EkaPutri, 2018) menunjukkan mayoritas responden penelitian siswa kelas V dan VI memiliki kebiasaan suka jajan.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat meliputi ceramah berupa informasi jajanan sehat dengan media leaflet, demonstrasi dengan menunjukkan contoh jajanan sehat, dan diskusi untuk memberikan edukasi pada siswa siswi SD 7 Muhammadiyah Palembang dalam memilih jajanan sehat. Berikut tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu:

a. Persiapan Kegiatan

Tahap persiapan dimulai dari pengurusan perizinan kegiatan. Tim pelaksana menyiapkan ruang pertemuan, media edukasi berupa leaflet, contoh jajanan sehat, dan konsumsi

b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan Februari 2025 di SD 7 Muhammadiyah Palembang. Adapun pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- Kegiatan dimulai dengan acara pembukaan diawali dengan kata sambutan oleh Kepala Sekolah dan sambutan ketua tim pelaksana pengabdian masyarakat.
- Pembagian media edukasi berupa leaflet tentang jajanan sehat
- Penyampaian materi jajanan sehat
- Demonstrasi dengan menunjukkan contoh jajanan sehat
- Diskusi
- Pelaksanaan post test terkait jajanan sehat

c. Monitoring dan Evaluasi

Evaluasi Proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan lancar. Hal ini ditunjukkan dengan apresiasi dari kepala sekolah yang sangat mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Antusias siswa siswi selama penyampaian materi dan demonstrasi jajanan sehat.

d. Evaluasi Hasil

Hasil post test siswa siswi terkait pengetahuan jajanan sehat dengan rata-rata 65,5 sehingga edukasi jajanan sehat baiknya dilakukan secara rutin.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di SD 7 Muhammadiyah Palembang yang dilakukan oleh dosen Program studi S1 Gizi Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang disambut baik oleh Kepala Sekolah SD 7 Muhammadiyah Palembang. Tema penyuluhan yang disampaikan sangat bermanfaat bagi siswa siswi. Kepala Sekolah SD 7 Muhammadiyah Palembang menyarankan agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara rutin khususnya penyuluhan kesehatan.

DedikasiMU (Journal of Community Service)**Volume 7, Nomor 2, Juni 2025**

Berikut karakteristik responden pada kegiatan pengabdian masyarakat:

Tabel.1. Karakteristik responden (n=11)

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Jenis		
Laki-laki	4	36,36
Perempuan	7	63,64
Umur		
10-12 Tahun	10	90,90
13-14 Tahun	1	9,1

Berdasarkan tabel.1. diatas mayoritas reponden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 63,64%. Mayoritas umur responden 10-12 tahun dengan persentase 90,90%. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berdampak pada bertambahnya pengetahuan siswa siswi SD 7 Muhammadiyah Palembang tentang jajanan sehat dengan rata-rata pengetahuan 65,5. Hal ini sejalan dengan hasil edukasi jajanan sehat pada anak sekolah TK yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap terkait memilih jajanan sehat (Ediana et.al 2022).

Antusias para responden terlihat dengan adanya diskusi dua arah antara penyaji dan responden. Berikut dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Di SD 7 Muhammadiyah Palembang

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil edukasi yang telah dilakukan pada siswa siswi SD 7 Muhammadiyah Palembang terkait jajanan sehat menunjukkan pengetahuan dengan rata-rata 65,5. Edukasi yang serupa hendaknya bisa dilakukan secara rutin agar siswa siswi dapat memilih jajanan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ediana D, Muhhammad P, Tika R, Febrian Rahmat S, Rahmi Kurnia Gusti, Rita Gusmiati. 2022. Edukasi makanan sehat dengan menggunakan media leaflet dan audio visual pada anak sekolah TK Ruhama. *Empowering Society Journal*. Volume 3 ;No.3 (Desember, 2022): 191- 198
- Fauziah, A., L Jambormias, J., DIII Kebidanan Saumlaki, P., & Kemenkes Maluku, P. (2023). Edukasi jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar (Vol.1).

DedikasiMU (Journal of Community Service)**Volume 7, Nomor 2, Juni 2025**

-
- Hastutika, & N.Kadek Sri EkaPutri. (2018). Deskripsi kebiasaan jajan ppada anak sekolah dasar negeri 03 Kragilan Mojolaban Sukoharjo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), 162–167.
- Iklima, N. 2017. Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Usia Sekolah Dasar. *jurnal Keperawatan BSI*, 5 (1).
- Indrawati, I, Faridah, F. 2022. Pentingnya Pemahaman tentang Jajanan Sehat pada Anak di Taman. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 4(1), 7–11.
- Kurniawati, P., Suwastika Lova, R., Ubudiyah Indonesia, U., Alue Naga Desa Tibang, J., Syiah Kuala, K., & Aceh, B. (2022). Meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah tentang jajanan sehat di desa Biluy Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022 Improving School Age Children's Knowledge About Healthy Range in Biluy Village, Aceh Besar Regency in 2022. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)* (Vol. 4, Issue 2).
- Novianty, Zulianti R, & Chantika B. (n.d.). Pemberian kue kering tepung ikan gabus (*Channa shiarata*) dan labu kuning (*Cucurbita moschata*) dengan selai tempe sebagai makanan tambahan pada balita stunting di Kota Palembang.
- Rofiki, I., Roziah, S., & Famuji, R. 2020. Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan untuk Membiasakan PHBS bagi Warga Desa Kemantren. *Dinamisia*, 4(4), 628–634.
- Suaib, F., Adam, A., Saharia Rowa, S., Wahyuni, S., Gizi, J., Kemenkes Makassar, P., & Prodi Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Makassar, A. (n.d.). Hubungan pengetahuan tentang makanan jajanan terhadap status gizi
- Syarifudin S, Nur Afni Ponseng, Saparuddin Latu, Nining Ade Ningsih. 2022. Edukasi jajanan sehat pada anak usia sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. Volume 6, Nomor 1, 316-320.