

Buku Pedoman Metode Pembentukan Natan Jagoan (Duta Anti Jajanan Sembarangan)

Perilaku membeli jajanan sembarangan masih menjadi masalah yang harus di perhatikan oleh semua pihak. Perilaku ini banyak dimiliki oleh siswa sekolah terutama mahasiswa seklahdasar yang pengetahuannya masih sangat dangkal mengenai jajanan yang sehat dan tidak sehat untuk dikonsumsi, jajanan yang murah, memaki penyedap, dan berwarna menarik biasanya menjadi primadona siswa SD untuk menyantapnya. Pengawasan dan perhatian sekolah yang kurang terhadap hal ini menyebabkan jajanan tidak sehat semakin mudah dikonsumsi oleh siswa. Akibat dari maraknya jajanan tidak sehat ini berpengaruh terhadap kesehatan siswa serta perkembangan kognitif siswa.

Dari permasalahan yang ditimbulkan oleh jajanan yang tidak sehat ini, kami mengusulkan sebuah program yang berjudul "NATAN JAGOAN" (bINAduYa Anti Jajanan Sembarangan dengan Metode Food Display dan Video Edukasi serta Permainan Ular Tangga Jajanan Sehat di SDN 20 Alang Lawas) yang dilaksanakan selama 2 bulan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan siswa dalam mengenali jenis-jenis jajanan yang sehat dan jenis-jenis jajanan yang tidak sehat serta dapat menjadi role model seagai Duta Anti Jajanan Sembarangan untuk lingkungan dan teman-temannya.

Tujuan dari pengabdian ini adalah memberikan edukasi terhadap siswa sekolah dasar Sumatra Barat yang diwaktikan oleh Kota Padang dengan sasaran SDN 20 Alang Lawas yang terletak di kecamatan Padang Selatan Kota Padang mengenai jajanan sehat dan menghindari jajanan berbahaya dengan metode Food Display dan Video Eduksi serta Permainan Ular tangga jajanan sehat.

Adapun luaran yang diharapkan dari pengabdian ini adalah (1) Mendapatkan kader-kader muda penurus kegiatan "NATAN JAGOAN" (2) Menciptakan peran aktif dari orang tua dan guru dalam mendidik anak tentang jajanan sehat (3) Artikel pengabdian masyarakat yang dipublikasikan di media cetak lokal (4) Mendapatkan Hak Cipta terhadap Buku Metode Pembentukan Duta Anti Jajanan Sembarangan dan Permainan Ular Tangga.

Materi yang dibahas dalam buku ini adalah •Maksud dan Tujuan pembentukan Duta Anti jajanan Sembarangan •Jenis-jenis Metode Pembentukan Duta Anti Jajanan Sembarangan •Tahan Pelaksanaan Pembentukan Duta Anti Jajanan Sembarangan •Contoh Pemilihan Mitra dalam Pembentukan Duta Anti Jajanan Sembarangan •Kecukupan gizi Anak Sekolah •Pesan Gizi Seimbang Anak Sekolah •Memilih Pangan Jajanan Sekolah Yang Sesuai •Makanan jajanan •Ciri- Ciri Makanan Yang Sehat •Pengaruh Postif Dan Negatif jajanan •Faktor Penyehatan Makanan •Peran Orang Tua,Guru Dan Pengelola Kantin Sekolah Dalam Pencapaian gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah •Penilaian Status gizi Pada Anak Sekolah •Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi Pada Anak Sekolah •Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi

**Indomedia
Pustaka**



Buku pedoman

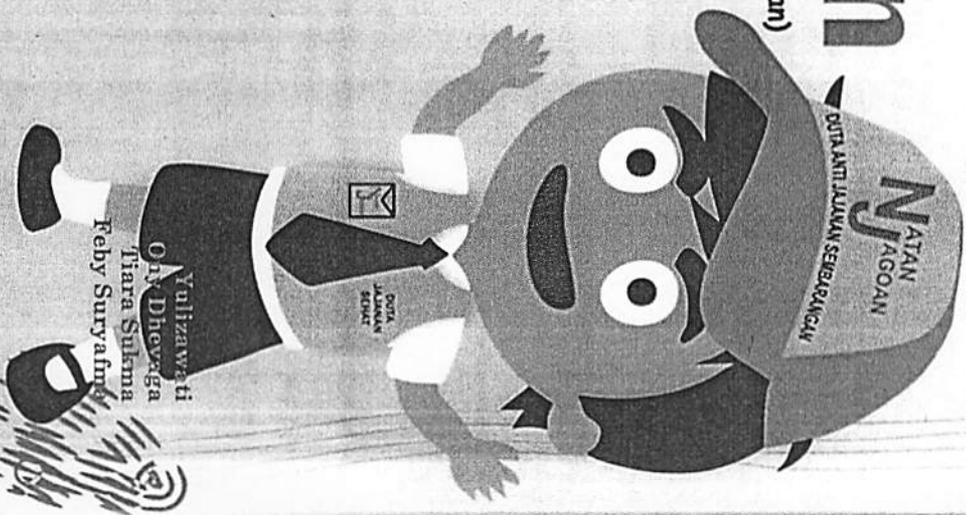
Metode

Pembentukan

Natan

Jagoan

(Anti Jajanan Sembarangan)



**Indomedia
Pustaka**

Yulizawati
Oly Dhevraga
Tiara Sulma
Reby Suryafina

Buku Pedoman Metode Pembentukan Natan Jagoan
(Duta Anti Jajanan Sembarang)

Bd Yulizawati, SST., M.KeP
Ony Dhevaga
Tiara Sukma
Feby Suryafma



Edisi Asli
Hak Cipta © 2018, pada penulis
Griya Kebonagung 2, Blok I2, No. 14
Kebonagung, Sukodono, Sidoarjo
Telp. : 0812-3250-3457
Website : www.indomediapustaka.com
E-mail : indomediapustaka.sby@gmail.com

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun, baik secara elektronik maupun mekanik, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan menggunakan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis.

UNDANG-UNDANG NOMOR 19 TAHUN 2002 TENTANG HAK CIPTA

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberi izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1), dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Yuliatwati
Dhevaga, Ony
Sukma, Tiara
Suryafma, Feby

Buku Pedoman Pembentukan Natan Jagoan/Yulizawati, Ony Dhevaga, Tiara Sukma, Feby Suryafma
I Wayan Kartika Jaya Utama
Edisi Pertama
—Sidoarjo: Indomedia Pustaka, 2018
Anggota IKAPI No. 195/JTI/2018
1 jil., 17 × 24 cm, 92 hal.

ISBN: 978-602-6417-66-4

I. Kesehatan
I. Judul

2. Buku Pedoman Pembentukan Natan Jagoan
II. Yulizawati, Ony Dhevaga, Tiara Sukma, Feby
Suryafma

Kata Pengantar

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga Buku Metode Pembentukan Natan Jagoan telah dapat diselesaikan. Buku ini merupakan panduan bagaimana membentuk siswa dapat berpikir kritis dalam memilih jajanan yang sehat untuk di konsumsi sehingga menciptakan pribadi yang selektif dan dapat bermanfaat oleh diri sendiri, masyarakat, dan lingkungan dengan menjadi seorang duta Anti Jajanan sembarang demi terciptanya Generasi Emas 2045.

Terimakasih kami sampaikan kepada semua Pihak yang telah menyukseskan kegiatan Program "NATAN JAGOAN" terkhusus keluarga besar SDN 20 Alang lawas yang telah menerima kami dengan sangat baik sehingga kegiatan tersebut telah menjadi bekal dalam penyelesaian dan penulisan buku ini.

Kami menyadari masih terdapat kekurangan dalam buku ini untuk kritik dan saran terhadap penyempurnaan buku ini sangat diharapkan. Semoga buku ini dapat member manfaat bagi sekolah, Guru, siswa, dan masyarakat serta semua pihak yang membutuhkan.

Padang, Juni 2018

Penyusun

Daftar Isi

Kata pengantar	1
Daftar Isi	3
Ringkasan.....	5
Bab 1 Maksud dan Tujuan pembentukan Duta Anti jajan Sembarangan	1
BAB 2 Jenis- Jenis Metode Pembentukan Duta Anti Jajan Sembarangan	5
1. Video Edukasi	5
2. Food Display	8
3. Permainan Ular Tangga Jajanan Sehat	10
BAB 3 Tahan Pelaksanaan Pembentukan Duta Anti Jajan Sembarangan	13
1. Tahap Persiapan	13
2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan	14
BAB 4 Contoh Pemilihan Mitra dalam Pembentukan Duta Anti Jajan Sembarangan	17

sehingga sangat penting untuk meningkatkan kualitas mutu dan keamanan kanutin sekolah kondisinya lebih terkontrol dan terjamin (Anonymous, 2009)

Makanan jajanan anak memiliki berbagai jenis diantaranya seperti bakso, mie, es campur, jus buah, kue kecil-kecil, es krim yang banyak di jual di sekitar area sekolah. Anak-anak terkadang kurang bias memilih makanan jajanan yang dibeli di area sekolah. Kurang cermatnya anak dalam memilih makanan jajanan yang kurang sehat dapat menimbulkan beberapa dampak diantaranya nafsu makan menurun, status gizi kurang dan obesitas pada anak

Masalah keamanan pangan jajanan yang sering ditemui di lingkungan sekolah, diantaranya disebabkan karena produk pangan olahan di lingkungan sekolah yang tercemar bahan berbahaya (bahaya mikrobiologis dan kimia), pangan siap saji di lingkungan sekolah belum memenuhi syarat higienitas, dan donasi pangan yang bermasalah. Survei pengawasan jajanan anak pada tahun 2013 dengan 5.668 sampel sekolah menunjukkan, terjadi penurunan bahan tambahan pangan berlebih. Penurunan terjadi dari 24% di 2012, menjadi 17% di 2013. Tapi cemaran mikroba meningkat dari 66% di tahun lalu menjadi 76% saat ini (Badan POM, 2013)

WHO memperkirakan ada sekitar 2 juta korban terutama anak-anak, meninggal dunia setiap tahunnya akibat makanan yang tidak aman. Makanan dapat mengandung bakteri, virus, parasit, atau bahan kimia yang berbahaya yang bertanggung jawab atas lebih dari 200 jenis penyakit mulai dari diare hingga kanker. Hal tersebut terjadi karena banyaknya pedagang nakal yang sering kali menambahkan bahan berbahaya ke dalam makanan dan minuman yang dijualnya dengan alasan agar tahan lebih lama dan warnanya menarik sehingga lebih laku, tanpa memperhitungkan bahaya yang akan terjadi. Untuk itu para orang tua harus menjadi konsumen cerdas agar bias melindungi diri dan keluarga dari makanan dan minuman yang berbahaya. (Badan POM, 2013)

Penyakit saluran pencernaan yang banyak diderita oleh anak sekolah dasar salah satunya adalah diare. Hal itu dimungkinkan karena anak-anak banyak yang membeli makanan jajanan yang sembarangan dan tidak sehat. Anak usia sekolah dasar cenderung memilih jenis jajanan yang murah berupa es atau kue-kue, biasanya makin murah harga suatu barang Atau jajanan makin rendah pula kualitasnya seperti digunakannya bahan-bahan makanan yang kurang baik dan biasanya sudah tercemar oleh kuman ataupun menggunakan tambahan zat sintesis agar makanan tersebut awet atau menarik. Itulah sebabnya anak-anak yang suka jajan sering terkena penyakit diare, keracunan ataupun muntaber. Namun penyakit diare masih sering menimbulkan kejadian luar biasa dengan jumlah penderita yang banyak dalam waktu singkat. Biasanya masalah diare timbul karena kurang kebersihan terhadap makanan. Saat ini banyak anak-anak yang terkena diare karena pada umumnya anak-anak menghiraukan kebersihan makanan yang dimakan. Anak usia sekolah dasar pada umumnya belum tentu paham arti kesehatan bagi tubuhnya (Saroso, 2009).

Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan telah mengamankan upaya perbaikan gizi untuk meningkatkan mutu gizi perorangan dan masyarakat, antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan; perbaikan perilaku sadar gizi, aktivitas fisik, dan kesehatan; serta peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi. Disamping itu berdasarkan Undang-undang No. 18 Tahun 2012 tentang Pangan dinyatakan bahwa penyelenggaraan pangan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pangan yang aman, bermutu, dan bergizi bagi konsumsi masyarakat. Kondisi saat ini di Indonesia, khususnya pada anak-anak, masih mengalami masalah gizi ganda (double burden), yaitu kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 prevalensi status gizi (Indikator IMT/U) anak usia 6-12 tahun dengan kategori sangat kurus 4,6%, kurus 7,6%, normal 78,6% dan gemuk 9,2%. Prevalensi status gizi (Indikator TB/U) anak dengan kategori stunting (sangat pendek 15,1%, pendek 20%) dan normal 64,5%. Prevalensi anemia, berdasarkan data Depkes (2008) bahwa prevalensi anemia pada anak usia sekolah sebesar 47,2%. Anak sekolah masih mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga membutuhkan konsumsi pangan yang cukup dengan gizi seimbang. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecukupan energi dan protein untuk anak umur 7-12 tahun berkisar antara 71,6-89,1% dan antara 85,1-137,4%. Namun data menunjukkan bahwa 44,4% dan 30,6% anak mengonsumsi energi dan protein di bawah angka kecukupan minimal (Riskesdas, 2010). Untuk memenuhi kebutuhan energi dan protein anak sekolah, Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) dibutuhkan bagi anak yang tidak atau kurang sarapan dan tidak membawa bekal. Kontribusi zat gizi PJAS terhadap pemenuhan kecukupan gizi harian sebaiknya berkisar antara 15-20% (Tanzaha, dkk, 2012).

Berdasarkan Laporan Akhir Hasil Monitoring Dan Verifikasi Profil Keamanan PJAS Nasional tahun 2008, menunjukkan bahwa 98,9% anak jajan di sekolah dan hanya 1% yang tidak pernah jajan. Data selanjutnya menunjukkan bahwa PJAS menyumbang 31,06% energi dan 27,44% protein dari konsumsi pangan harian. PJAS selain berfungsi sebagai sumber pangan jajanan juga bisa berfungsi sebagai sumber pangan sarapan. Data menunjukkan bahwa hampir setengahnya siswa (52%) memiliki kebiasaan sarapan kategori kadangkadang (≤ 3 kali per minggu) (Tanzaha, dkk, 2012).

Dengan demikian kedudukan PJAS menjadi strategis serta keberadaannya merupakan suatu yang diharapkan. Tinggi proporsi anak sekolah yang tidak sarapan dapat disebabkan antara lain telat bangun dan ketidaktersediaan makanan sarapan dirumah.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi PJAS anak sekolah tergolong dalam kategori tinggi namun dalam prakteknya hal ini tidak

mendasari pemilihan PJAS yang sesuai oleh anak sekolah. Salah satu penyebabnya adalah keterbatasan ketersediaan PJAS yang sesuai dilingkungan sekolah. (Tanzihah, dkk. 2012) B POM provinsi Sumatera Barat menurut hasil survei tahun 2016 yang dilakukan di setiap Kabupaten dan Kota dari 882 sampel yang di uji, ditemukan 18 sampel yang mengandung bahan berbahaya seperti Boraks dan Rhodamin B. Padatahun yang samaterjadi 13 Kejadian Luar Biasa (KLB) keracunan pangan, dimana 8 kasus terjadi di sekolah. Pada tahun 2017 sudah ditemukan 3 kasus KLB keracunan pangan dua diantaranya terjadi di Sekolah Dasar. (Badan POM Sumbang, 2017)

Perhatian khusus dari semua pihak mengenai jajanan yang tidak sehat ini perlu mendapat perhatian dari berbagai pihak agar masalah KLB yang disebabkan oleh jajanan yang tidak layak di konsumsi dapat menurun dan kesehatan siswa sekolah dasar dapat lebih ditingkatkan sehingga daya tangkap terhadap materi yang diterima selama di sekolah akan semakin baik.

Sekolah dasar yang dipilih untuk mewakili kota Padang adalah Sekolah Dasar Negeri 20 Alang Lawas yang berlokasi di Jalan Bagindo Azis Char No.4, Kelurahan Belakang Pondok, Kecamatan Padang Selatan. Kondisi wilayah pada SDN 20 Alang Lawas cukup strategis karena terletak di pusat kota. Dari segi sosial, tingkat keterpaparan terhadap makanan yang berbahaya di sekolah ini cukup besar, karena terletak di tepi jalan raya yang ramai dan banyaknya pedagang yang berjualan di sekitar lingkungan sekolah. Selain itu, lingkungan sekolah yang bergabung dengan beberapa sekolah lain menyebabkan kurangnya pengawasan oleh pihak sekolah terhadap siswa yang jajan makanan yang tidak sehat yang berada dilingkungan sekolah. Dari survei awal yang telah dilakukan didapatkan bahwa 5% dari seluruh siswa mengalami diare setiap bulan. Sedangkan dari segi ekonomi 75% orang tua siswa berprofesi sebagai pedagang. Untuk itu program yang diusung adalah NATAN JAGOAN (bina duTa ANti Jajanan sembarangan) dengan metode *Food Display* dan Video Edukasi serta Permainan Ular Tangga Jajanan Sehat untuk mewujudkan upaya tersebut.

Bab 2

Jenis-Jenis Metode Pembentukan Duta Anti Jajanan embarangan

1. Video Edukasi

Proses pembelajaran memang sangat kompleks karena ada beberapa faktor yang berpengaruh di dalamnya. Dalam hal ini, salah satunya adalah proses transfer ilmu kepada peserta didik yang menjadi bahan pembelajaran secara kontinu. Suatu materi tidak dapat diserap secara sempurna oleh peserta didik apabila pesan yang disampaikan tidak dapat disajikan secara baik.

Penggunaan video sebagai bahan bantu mengajar memberikan satu pengalaman baru kepada seblangan pelajar. Media video dan televisi dapat membawa pelajar ke mana-mana saja, terutama sekali jika tempat atau peristiwa yang ditayangkan itu terlalu jauh untuk dilawati, atau berbahaya.

Dengan penyangan video, pelajar dapat merasa seolah-olah mereka berada atau turut serta dalam suasana yang digambarkan. Sebagai contoh, proses penyalinan elektrik dapat ditunjukkan kepada pelajar melalui video. Kiranya dapat membantu pelajar membayangkan cara kerja stesen janakuasa elektrik di samping memberi pengalaman kepada para pelajar secara visual.

Menurut Norizan, 2002 (dalam Northaziana, 2005) menyatakan, sesuatu media berbentuk simulasi adalah perisian yang memberi gambaran situasi sesuatu keadaan. Pengguna akan seolah-olah berada di tempat kejadian dan boleh bertindak balas terhadap keadaan tersebut.