



Edukasi Pangan, Cemilan Aman Dan Sehat Di SMA Maitreyawira Kota Batam

Agung Arif Gunawan

Manajemen Kuliner, Politeknik Pariwisata Batam

agung@btp.ac.id

Eryd Saputra

Manajemen Kuliner, Politeknik Pariwisata Batam

eryd@btp.ac.id

Heri Nuryanto

Manajemen Kuliner, Politeknik Pariwisata Batam

heri@btp.ac.id

Marsha Priscilla Hermanto

Mahasiswa Manajemen Kuliner, Politeknik Pariwisata Batam

marshathio2005@gmail.com

Abstract

Education regarding the consumption of safe, healthy and quality food and snacks in the school environment is important for the government and related stakeholders, especially the generation with an age range of 15-18 years who of course have a tendency to consume junk food, whether it is snacks in the environment. school (canteen). It is important to provide education regarding the provision of safe and healthy food and snacks in the school environment, where school children have a tendency to consume unhealthy food or junk food around them which is currently widespread in the city of Batam. Therefore, there is a need for communication between related parties, including government, academics, industry and society; to achieve the goal of safe, quality and nutritious food circulating in society. The aims and messages to be conveyed in this Community Service activity include that the role of education is not only to provide intellectual education, but can also pay attention to the health of school students, including the food they consume.

Keywords: *education, food, healthy, school*

Abstrak

Edukasi mengenai konsumsi pangan dan jajanan/cemilan yang aman sehat dan bermutu di lingkungan sekolah penting untuk dilakukan oleh pemerintah dan stakeholder yang terkait, terlebih generasi dengan rentang usia antara usia 15-18 tahun yang tentunya memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi *junk food* baik itu jajanan di lingkungan sekolah (kantin). Penting untuk melakukan edukasi mengenai pemenuhan pangan dan jajanan yang aman dan sehat di lingkungan sekolah, dimana anak sekolah memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan yang kurang sehat atau *junk food* disekitarnya yang pada saat ini marak di kota Batam. Oleh sebab itu perlu adanya komunikasi antar pihak terkait, baik pemerintah, akademisi, industri, maupun masyarakat; untuk mencapai tujuan makanan yang aman, bermutu dan bergizi yang beredar di masyarakat. Maksud dan pesan yang ingin disampaikan dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat ini antara lain bahwa peran edukasi tidak hanya memberikan pendidikan intelektual, namun dapat juga memperhatikan kesehatan siswa sekolah, termasuk makanan yang dikonsumsi.

Kata Kunci: edukasi, panganan, sehat, sekolah

PENDAHULUAN

Pada dasarnya, pendidikan adalah salah satu kebutuhan pokok dalam kehidupan manusia dalam menjalani kehidupannya untuk mempertahankan hidup yang





terintegrasikan dalam pribadi dan pola kehidupan yang ideal dan utuh yang dilandasi oleh keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. John Dewey dalam (Asfar et al., 2020) mendeskripsikan Pendidikan atau *education* sebagai Proses pembentukan kecakapan-kecakapan fundamental secara intelektual dan emosional ke arah alam dan sesama manusia. Bapak Pendidikan Nasional Indonesia, Ki Hajar Dewantara, juga merumuskan pendidikan atau edukasi sebagai daya upaya untuk memajukan bertumbuhnya budi pekerti (kekuatan batin, karakter), pikiran (intelekt dan tubuh anak) yang tidak dapat terpisahkan satu dengan yang lainnya dalam memajukan kehidupan anak-anak yang kita didik, selaras dengan dunianya.

Dari penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa edukasi merupakan suatu kegiatan atau proses memberikan pengetahuan kepada seseorang yang sebelumnya belum mengetahui menjadi mengetahuinya dan dapat melakukan hal yang diedukasikan tersebut. Edukasi terdiri dari berbagai bidang atau materi salah satunya yaitu edukasi kesehatan. Menurut (KBBI, 2008), Edukasi kesehatan adalah kegiatan di bidang penyuluhan kesehatan umum dengan tujuan menyadarkan dan mengubah sikap serta perilaku masyarakat agar tercapai tingkat kesehatan yang diinginkan. Edukasi kesehatan akan memberikan manfaat untuk menjaga kesehatan fisik dan mental apabila diterapkan dengan baik. Kesehatan merupakan sesuatu yang sangat berharga untuk selalu diterapkan.

Makanan sehat adalah makanan yang mengandung nutrisi yang membuat tubuh kita sehat, memiliki energi, dan juga memberikan rasa kenyang saat mengonsumsi makanan tersebut (Naufaldi & Nurwati, 2020). Nutrisi dalam menu makanan sehat tersebut meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat. Pemerintah mengatur regulasi tentang makanan sehat yang tertuang dalam Inpres No 1 tahun 2017. BPOM sebagai lembaga pemerintah berupaya untuk melakukan upaya dan jaminan mutu, keamanan pangan olahan yang beredar di masyarakat, serta memperkuat, memperluas pengawasan dan intervensi pengawasan sekolah. Namun demikian, kita tidak dapat mengesampingkan peran *stakeholder* lainnya, seperti tenaga pengajar (guru) dan staf administrasi sekolah, dalam mengedukasi siswa-siswi tentang pangan dan jajanan yang aman, sehat dan bermutu dimana ini menjadi tanggung jawab bersama staf sekolah perlu mengambil langkah khusus untuk mengumpulkan, memilah, dan mengubah pertanyaan-pertanyaan tersebut ke dalam kegiatan edukasi dan sosialisasi pangan dan jajanan aman sehat melalui pola pembelajaran interaktif.

Ketersediaan dan keamanan pangan merupakan hak dasar manusia. Saat ini





masalah tersebut menjadi keprihatinan dunia karena ratusan juta manusia dilaporkan menderita penyakit akibat keracunan pangan (Hamida & Zulaekah, 2012).). Salah satu kelompok masyarakat yang sering mengalami masalah akibat keracunan makanan adalah siswa sekolah. Jajanan anak sekolah berisiko terhadap cemaran biologis atau kimiawi yang banyak mengganggu kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Dikutip dari media online Republika tahun 2019, BPOM RI bekerja sama dengan Institut Pertanian Bogor (IPB) mengadakan survei tentang jajanan anak sekolah yang hasilnya menemukan sebanyak 35 persen jajanan anak sekolah di Indonesia tidak sehat dikonsumsi. Makanan jajanan juga memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi kualitas jajanan anak sekolah perlu kita diperhatikan karena aktivitas anak yang cukup tinggi. Kualitas dan Kuantitas makanan jajanan diharapkan dapat memberikan andil pemenuhan energi dan zat gizi lain yang berguna untuk pertumbuhan anak.

GAMBARAN UMUM TENTANG SMA MAITREYAWIRA BATAM

SMA Maitreyawira adalah sebuah institusi pendidikan Menengah Atas (SMA) swasta yang beralamat di Komplek Maha Vihara Duta Maitreya, Bukit Beruntung, Sei Panas, Kota Batam. SMA swasta ini berdiri sejak tahun 2009. Pada masa sekarang SMA Maitreyawira memakai panduan kurikulum belajar SMA 2013 MIPA. SMA Maitreyawira mendapat status akreditasi grade A dengan nilai 92 (akreditasi tahun 2019) dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah.



Logo SMA Maitreyawira Batam

SMA Maitreyawira memiliki visi *Realized of The Beauty of Mankind* yang memiliki makna Terwujudnya Keindahan Kodrati Manusia. Hal ini didasarkan kepada kenyataan di lapangan bahwa manusia hidup dalam persaingan, fanatisme, dan materialisme. Pencapaian hidup diukur dengan materi, kedudukan sehingga tingkat stress meningkat,





depresi sudah dialami para remaja bahkan anak-anak. Persaingan yang tidak berkesudahan tidak memberikan kebahagiaan kepada manusia. Konsep hidup, kehidupan, dan kelangsungan hidup yang keliru, konsep beragama dan gaya hidup yang tidak seimbang, konsep nilai dan keindahan yang menyimpang, telah mengakibatkan manusia gagal dalam mewujudkan keindahan kodratnya.



Sosialisasi Kegiatan PKM di SMA Maitreyawira

Sedangkan SMA Maitreyawira memiliki 4 Misi antara lain:

- a. *Appreciating Dignity and Self Respect* (Menghargai Harkat dan Martabat Diri)
- b. *Upholding Each Value of Life* (Menjunjung Tinggi Setiap Nilai Kehidupan)
- c. *Loving Nature* (Mencintai Alam)
- d. *Realizing Universal Family* (Mewujudkan Dunia Satu Keluarga)

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN

Sasaran pada sosialisasi pada kesempatan ini adalah siswa dan guru-guru di lingkungan SMA Maitreyawira Kota Batam yang terdiri dari guru-guru dan tenaga pendidik serta beberapa *food handler* yaitu penjaja dan pengelola Kantin di lingkungan sekolah. Sosialisasi ini disertai dengan pemberian *sample healthy cookies* kepada siswa-siswi agar dapat memberikan gambaran bagi siswa-siswi mengenai pengaplikasian *healthy food* ke dalam jenis panganan ringan.

Adapun yang menjadi instruktur dan narasumber dalam kegiatan ini adalah dosen Program Studi Manajemen Kuliner dan mahasiswa Politeknik Pariwisata Batam.





Mahasiswa sedang melakukan sosialisasi materi (kiri) contoh panganan sehat (kanan)

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam sosialisasi ini adalah menggunakan sosialisasi *face to face*, dimana pengabdian memberikan materi tentang seputar jajanan dan makanan sehat dan aman, yang pada dasarnya adalah kegiatan sosialisasi memberikan pengetahuan kepada para siswa-siswi dan juga tenaga pengajar tentang bahan makanan sehat dan aman beserta beberapa hasil olahannya. Sosialisasi ini juga disertai dengan memberikan demonstrasi di depan audiensi siswa-siswi dan para pengajar mengenai

pembuatan salah satu jenis panganan sehat dan aman yang mudah dibuat. Sepanjang demonstrasi, dosen pengabdian memberikan kesempatan kepada seluruh audience untuk bertanya sesuai dengan materi seputar *healthy food*. Kegiatan ini dilaksanakan sehari yaitu pada hari Senin, 26 Februari 2024 dari pukul 08.00-12.00 WIB. Bertempat dalam ruang kelas SMA Maitreyawira di Komplek Maha Vihara Duta Maitreya, Bukit Beruntung, Sei Panas, Kota Batam.

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan dan hasil kegiatan dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam melaksanakan program pengabdian pada masyarakat ini. Secara garis besar faktor pendukung dan penghambat tersebut adalah sebagai berikut:

1) Faktor Pendukung

- a. Antusiasme dan minat guru dan pendidik yang cukup tinggi dan komitmen waktu serta keterlibatan aktif sepanjang pelaksanaan kegiatan dimana ada tambahan peserta pelatihan yakni food handler baik itu pembuat, penjual, penyaji jajanan yang berada di lingkungan kantin sekolah SMA Maitreyawira Batam
- b. Komitmen pihak sekolah, dukungan dan asistensi terhadap pelaksanaan kegiatan serta antusiasme untuk menindaklanjuti lanjutan kegiatan untuk lebih mendalami materi khusus tentang tema pangan dan jajanan sehat melalui pelatihan dan





training yang diselenggarakan baik oleh Dinas Kesehatan Kota Batam maupun instansi /Lembaga pelatihan lainnya

- c. Dukungan dan antusiasme dari food handler baik itu penyaji, penjaja maupun pengelola kantin sekolah serta antusias siswa-siswa mengikuti edukasi dan sosialisasi sehingga pembelajaran interaktif ini menjadi efektif dan aplikatif

2) Faktor Penghambat

- a. Keterbatasan waktu untuk pelaksanaan kegiatan sehingga cakupan materi pangan dan jajan aman dan sehat tidak dapat disampaikan secara detail dan menyeluruh
- b. Daya tangkap para peserta yang bervariasi, ada yang cepat namun juga ada yang lambat sehingga waktu yang digunakan kurang maksimal terutama karena ini
- c. Kendala jumlah siswa SMA Maitreyawira Batam yang mencapai hampir 2,000 siswa dengan jam belajar yang dibagi menjadi 2 (dua) yakni jam pagi hingga pukul 13.00 dan pembelajaran siang yakni yang dimulai dari pukul 13.00 sampai dengan 17.00 sehingga menyulitkan untuk pembagian waktu sosialisasi dan edukasi .

HASIL YANG DICAPAI DAN POTENSI KEBERLANJUTAN

Pengabdian pada masyarakat merupakan salah satu bentuk dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang merupakan kewajiban dari dosen, selain pengajaran dan penelitian. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan kepada para guru-guru, siswa dan food handler di kalangan kantin sekolah terkait edukasi dan sosialisasi pangan dan jajan sehat dengan metode pembelajaran yang interaktif dan atraktif. . Kegiatan ini dilaksanakan sehari yaitu pada hari Senin, 26 Februari 2024 dari pukul 08.00-12.00 WIB. Pelaksanan kegiatan PKM ini dilakukan oleh 3 (tiga) orang tim pengabdian dari Politeknik Pariwisata Batam dan juga 1 (satu) orang mahasiswa Politeknik Pariwisata Batam program studi Manajemen Kuliner serta dukungan dari PUSLITABMAS Politeknik Pariwisata Batam.

Pelaksanan kegiatan PKM ini dilakukan oleh 3 (tiga) orang tim pengabdian dibantu dengan 1 orang mahasiswa dengan pokok bahasan yang disampaikan mengenai:

1. Apa itu *Healthy Food*?
2. Seberapa penting makanan sehat dan aman bagi pertumbuhan manusia?
3. Bagaimana mengolah bahan makanan menjadi produk yang aman dan sehat?





4. Tanya jawab

PENUTUP

Kegiatan PKM/ sosialisasi jika dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan cukup berhasil/sukses. Ketercapaian tujuan secara umum sudah baik, namun keterbatasan waktu yang disediakan mengakibatkan tidak semua materi sosialisasi dan demonstrasi produk dapat disampaikan secara mendetil.

SIMPULAN

1. Prinsip manajemen kantin sehat dan bergizi SMA Maitreyawira Batam yaitu (kesehatan, edukatif, terjangkau harga dan kerjasama) yang terencana dapat dijadikan wadah sosialisasi tentang pola konsumsi makanan sehat dan aman bagi siswa-siswi dan bagi staf/ tenaga pengajar dalam menjalankan pengelolaan kantin sehat.
2. Dari observasi yang dilakukan terdapat beberapa faktor penghambat kantin sehat SMA Maitreyawira Batam antara lain adalah lokasi kantin yang terletak di bangunan yang berbeda dengan lokasi kelas siswa, sehingga kurang ada pengawasan dari guru atau tenaga pengajar SMA Maitreyawira, namun hal ini bisa sedikit diatasi oleh pihak yayasan dengan melakukan pengawasan secara berkala.
3. Upaya-upaya SMA Maitreyawira Batam dalam rangka mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat sudah dilakukan termasuk upaya untuk mengatasi hambatan-hambatan food handling seperti makanan kadaluarsa yang berpotensi membahayakan dengan tindakan pencegahan dengan memberikan sosialisasi mengenai pola jajan dan makan sehat kepada para siswa dan food handler dan juga mengatur kualitas gizi makanan yang tersaji dalam kantin sekolah.

SARAN

Perlu dilakukan kegiatan edukasi dan sosialisasi secara berkala dan berkelanjutan termasuk edukasi pada pola jajanan sehat dan bergizi termasuk kepada pihak eksternal seperti para penjual makanan yang terletak disekitar kawasan sekolah yang menyediakan makanan pada siswa, karena makanan dan minuman yang mereka sajikan belum diketahui tingkat keamanan dan nilai gizinya.

- Pihak sekolah dapat merencanakan program Kantin Sehat dengan mengkonsultasikan hal-hal yang berhubungan dengan yayasan dan stakeholders dan juga perilaku sehat





dengan memberikan pemahaman kepada peserta didik dengan melalui efektifitas suatu pembelajaran melalui tatap muka (luring).

DAFTAR PUSTAKA

- Asfar, A. M. I. T., Asfar, A. M. I. A., Asfar, A. H., & Kurnia, A. (2020). Landasan epistemologi pendidikan (the epistemological foundation of education). *Prosiding, January*, 1–18. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10281.75363>
- Hamida, K., & Zulaekah, S. (2012). Penyuluhan Gizi dengan Media Komik untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Keamanan Makanan Jajanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 67–73.
- KBBI. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Vol. 21, Issue 1). Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Indonesia. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Naufaldi, D., & Nurwati, N. (2020). Jenis Makanan yang Mempengaruhi Kesehatan Tubuh dan Angka Kematian. *Departemen Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Padjadjaran*, 3–4.

