

Pupung Rahayu Novianti

STKIP Sebelas April Sumedang

PENINGKATAN PERILAKU HIDUP SEHAT SISWA SD MELALUI KANTIN SEHAT

✉ novianti.rahayu@yahoo.com

Abstrak. Salah satu dampak dari perubahan yang terjadi dalam kehidupan manusia diantaranya adalah perilaku hidup yang serba instan, termasuk dalam hal memilih makanan. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah: a) Bagaimanakah perilaku hidup sehat siswa kelas IV SDN III Cimalaka serta apakah yang menjadi pertimbangan siswa dalam memilih makanan di Kantin Sehat. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: a) Mendeskripsikan perilaku hidup sehat siswa kelas IV SDN Cimalaka III dan b) Mengetahui pertimbangan siswa dalam memilih makanan di Kantin Sehat. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif deskriptif. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan perilaku hidup sehat siswa SD terutama dalam pemilihan makanan. Lokasi penelitian dilaksanakan di SDN Cimalaka III Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang Propinsi Jawa Barat. Adapun subyek penelitiannya adalah siswa kelas IV yang berjumlah 28 orang, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa perilaku hidup sehat siswa telah baik, dimana persentasi rata-rata berada di rentang 78-100%. Serta pertimbangan memilih makanan siswa berada di rentang 78-80%. Kedua hal tersebut membuktikan bahwa Kantin Sehat efektif untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam berperilaku hidup sehat serta dalam memilih makanan sehat.

Kata kunci: perilaku hidup sehat, kantin sehat, pemilihan makanan sehat

Pengutipan: Novianti, P. R. (2020). Peningkatan Perilaku Hidup Sehat Siswa SD Melalui Kantin Sehat. *Tanggap: Jurnal Riset dan Inovasi Pendidikan Dasar*, 1(1), 62-74.

Semakin hari perubahan yang terjadi di dunia ini semakin pesat. Perubahan ini ditandai dengan canggihnya alat teknologi, komunikasi, dan transportasi. Manusia selalu ingin menciptakan inovasi-inovasi baru yang nantinya akan mempermudah kehidupannya dimasa mendatang. Kepraktisan tersebut berdampak besar bagi masyarakat dunia termasuk Indonesia dalam berbagai aspek kehidupannya. Salah satu dampak dari perubahan tersebut adalah perilaku hidup yang serba instan. Hal ini terjadi diantaranya karena adanya tuntutan aktivitas kerja yang semakin banyak, sehingga menuntut masyarakat untuk hidup serba praktis dan serba cepat.

Budaya mengonsumsi makanan cepat saji merupakan salah satu kepraktisan yang sering dilakukan masyarakat. Saking sibuknya bekerja, pemilihan konsumsi makanan jadi terabaikan. Mereka lebih tertarik untuk memilih makanan instan yang belum tentu terjamin nilai gizinya, dibandingkan dengan makanan hasil olahan sendiri dirumah. Perilaku tersebut menular pada anak-anak, anak-anak mengonsumsi makanan yang sama dengan orang tuanya. Hal ini sesuai dengan pendapat Frederike (2012) yang menyatakan bahwa lingkungan dapat memberikan pengaruh kuat pada keputusan makanan orang. Selain itu, pemilihan makanan dipengaruhi pula oleh masuknya budaya postmodern di Indonesia, dimana masyarakat lebih "bangga" mengonsumsi makanan "asing" yang berasal dari negara "barat", yang belum tentu terjamin nilai gizinya. Mengonsumsi makanan tersebut menjadi sebuah tren yang dapat menaikkan prestise dihadapan masyarakat lainnya. Timbulah budaya konsumtif yang

terkadang sangat berlebihan. Makanan instan jadi prioritas utama dalam diri mereka, bahkan ada yang menjadikannya sebagai makanan sehari-hari. Inilah yang menjadi salah satu contoh yang bertentangan dengan perilaku hidup sehat.

Geertz (2001) menafsir mengapa, latarbelakang, faedah, fungsi dan tujuan dari seseorang mempraktekkan unsur-unsur kebudayaan yang ada. Menurut Geertz, kebudayaan adalah sesuatu yang semiotik atau bersifat semiotis, yaitu hal-hal berhubungan dengan simbol yang tersedia di depan umum dan dikenal serta diberlakukan oleh masyarakat bersangkutan. Perilaku hidup konsumtif meskipun menyebabkan kerusakan pada lingkungan akan tetapi menjadi simbol budaya kepuasan bagi mereka. Imbas dari kerusakan lingkungan tersebut sudah tidak penting lagi baginya, karena nilai yang mereka pegang adalah bagaimana memperlihatkan posisi atau kelas melalui tanda atau simbol tersebut.

Dalam kajian ini yang disoroti adalah perilaku hidup sehat siswa Sekolah Dasar khususnya dalam mengkonsumsi makanan. Berdasarkan uraian di atas, pola makan yang salah di rumah bisa berlanjut pada pemilihan makanan di sekolah yang salah pula. Menyoroti makanan di sekolah karena faktanya anak-anak menghabiskan waktu berjam-jam di sekolah setiap hari, termasuk makan siang. Sehingga menyebabkan lingkungan sekolah menjadi penting di mana anak-anak mengkonsumsi setidaknya satu kali makan utama dalam sehari di sekolah.

Selain itu banyak ditemukan fenomena buruk berkaitan dengan makanan siswa ketika jam sekolah. Banyak terjadi keracunan makanan pada anak sekolah di beberapa wilayah di Indonesia. Hal tersebut terjadi karena banyak terdapat jenis-jenis makanan tidak "aman" yang beredar di lingkungan sekolah. Isu keamanan pangan saat ini telah mendunia. Data WHO (World Health Organization) tahun 2015 mencatat 2 juta korban meninggal dunia terutama anak-anak setiap tahunnya akibat makanan yang tidak aman. Menurut Effendi (2017) Di Indonesia sendiri, sejak tahun 2013 BPOM mencatat telah terjadi 10.700 kasus keracunan pangan yang berujung pada kematian. Sebagai contoh : menurut Bachtiar (2018) pada tanggal 13 Agustus 2018, sebanyak 15 siswa SDN 2 dan 3 Tanjungbaru, Kecamatan Cikarang Timur, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat, mengalami keracunan jajanan sekolah; menurut Saichu (2018) pada tanggal 15 Januari 2018, puluhan murid SDN Ngabab 3 Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang mengalami keracunan massal usai menyantap jajanan yang di jajakan pedagang di depan sekolah; serta menurut Nugraha (2015) pada tanggal 4 Februari 2015, sebanyak 177 murid sekolah dasar di Cigantang, Kecamatan Mangkubumi, Kota Tasikmalaya mengalami keracunan makanan yang dijual di sekolah. Tingginya angka keracunan pada siswa di sekolah, menuntut pemerintah dan pihak terkait lainnya untuk mencari penyebab fenomena tersebut. Apabila ditelaah lebih jauh, fenomena-fenomena itu merupakan bukti perilaku hidup sehat siswa tersebut masih rendah.

Salah satu upaya untuk mengatasi masalah diatas yaitu penanaman kecerdasan ekologis khususnya bagaimana siswa berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang termuat dalam pembelajaran IPS. Goleman (2010, hlm. 37) mengemukakan bahwa kecerdasan ekologi adalah kemampuan kita untuk beradaptasi terhadap ceruk ekologis tempat kita berada. Gardner (2013) menyebut kecerdasan

ekologis dengan istilah naturalis. Menurutnya kecerdasan naturalis merupakan kemampuan manusia dalam memahami gejala-gejala alam, memperlihatkan kesadaran ekologis dan menunjukkan kepekaan terhadap bentuk-bentuk alam. Sedangkan Jung (dalam Utina, 2012, hlm. 15-16) menyatakan bahwa kecerdasan ekologis sebagai empati yang mendalam dan kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya serta berpikir kritis terhadap yang terjadi di lingkungan akibat perlakuan kita. Kecerdasan ekologis yang dituntut disini adalah kecerdasan memilih makanan sehat sebagai wujud dari kepedulian siswa terhadap kelestarian lingkungan dan peduli terhadap dirinya sendiri untuk kelangsungan hidup di masa yang akan datang.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengembangkan perilaku sehat tersebut adalah melalui media kantin sehat. Rika (2012) menyatakan bahwa kantin sehat adalah suatu ruang atau bangunan di sekolah yang dimanfaatkan untuk menyediakan makanan dan minuman sehat untuk melayani warga sekolah.

Kajian mengenai kantin sehat telah banyak dilakukan, diantaranya: penelitian Saidatul, Afzan Abdul Aziz (2013) dengan judul "Food Handlers' Attitude towards Safe Food Handling in School Canteens, membahas tentang sikap pengkonsumsi makanan di kantin sekolah terhadap penanganan makanan yang aman; penelitian Frederike, Mensink dkk. (2012) berjudul "The Healthy School Canteen Programme: A Promising Intervention to Make the School Food Environment Healthier" yang membahas tentang program kantin sehat sebagai intervensi untuk membuat lingkungan sekolah lebih sehat; penelitian K. Ardzejewska dkk. (2012) berjudul "A Descriptive study on the barriers and facilitators to implementation of the NSW (Australia) Healthy School Canteen Strategy" yang membahas mengenai hambatan dan fasilitator dalam mengimplemtasikan kebijakan pemerintah Australian mengenai kantin sehat; penelitian Meghan, Finch (2008) berjudul "Canteen Purchasing Practices of Year 1-6 Primary School Children and Association with SES and Weight Status", yang membahas tentang sumber makanan yang dimakan selama hari sekolah, jenis makanan dan frekuensi pembelian dari kantin dan hubungannya dengan SES serta berat badan pada anak usia SD; penelitian Hills, Anne (2015) berjudul "Improvement in Primary School Adhere to The NSW Healthy School Canteen Strategy in 2007 and 2010" yang membahas tentang peningkatan kepatuhan SD terhadap kebijakan strategi kantin sehat sekolah NSW; serta penelitian Sanigonski (2011) berjudul " Government Food Service Policies and Guidelines Do Not Create Healthy School Canteens" membahas tentang kepatuhan terhadap kebijakan terhadap peningkatan profil gizi menu.

Adapun penelitian mengenai Kantin Sehat yang akan peneliti lakukan ditujukan untuk memfasilitasi siswa membuat pilihan makanan yang lebih sehat dan mengembangkan kebiasaan makan yang sehat melalui aktivitas pembelajaran PS di Sekolah Dasar. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah: a) Bagaimanakah perilaku hidup sehat siswa kelas IV SDN III Cimalaka? Dan b) Apakah yang menjadi pertimbangan siswa dalam memilih makanan di Kantin Sehat?. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

a) Mendeskripsikan perilaku hidup sehat siswa kelas IV SDN Cimalaka III dan b) Mengetahui pertimbangan siswa dalam memilih makanan di Kantin Sehat.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif deskriptif. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan perilaku hidup sehat siswa SD terutama dalam pemilihan makanan. Lokasi penelitian dilaksanakan di SDN Cimalaka III Kecamatan Cimalaka dengan pertimbangan bahwa SD tersebut memiliki kantin yang dikelola oleh pihak sekolah. Adapun subyek penelitiannya adalah siswa kelas IV yang berjumlah 28 orang, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan.

Teknik pengumpulan data yaitu berupa: a) Lembar tes pemahaman perilaku hidup sehat untuk mengetahui dan mengidentifikasi perilaku hidup sehat siswa melalui bahan ajar yang sedang dibelajarkan di sekolah dasar, b) observasi, observasi ini digunakan oleh observer dalam mengamati aktivitas di kelas, c) Wawancara yang bertujuan untuk mendokumentasikan informasi-informasi tentang pelaksanaan kegiatan, sehingga diperoleh data berupa pendapat atau tanggapan, hambatan, serta saran yang dapat dijadikan bahan evaluasi dalam rangka membentuk perilaku hidup sehat pada siswa Sekolah Dasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Supriatna (2012, hlm. 4) menyatakan bahwa istilah *green behavior* banyak dikaji dari beragam disiplin ilmu dan menghasilkan beragam istilah seperti *go green*, *think green*, *green life*, *green school*, *green architecture*, *green living*, *green city*, *green economy* dan lain-lain. Semua istilah itu mengacu pada *ecological competency* atau *ecological literacy (ecoliteracy)*. *Ecoliteracy* sering juga disebut dengan kecerdasan ekologi berasal dari bahasa Yunani, *oikos* (habitat) dan *logos* (ilmu). Kecerdasan ekologi adalah kemampuan kita untuk beradaptasi dengan ceruk ekologis tempat kita berada (Goleman, 2010, hlm. 37).

Para penggagas *ecoliteracy* berupaya memperkenalkan dan memperbarui pemahaman masyarakat akan pentingnya kesadaran ekologis global guna menciptakan keseimbangan antara kebutuhan masyarakat dan kesanggupan bumi untuk menopangya. Goleman (dalam Supriatna, 2017, hlm. 301) mengemukakan lima point untuk mengembangkan sikap *ecoliteracy* yaitu: 1) *Developing Emphathy for All Forms of Life*, 2) *Embrassing Suistainability*, 3) *Making the Invisible*, 4) *Anticipating Unintented Consequences*, and 5) *Understanding How Nature Sustains Life*. Dengan adanya lima langkah tersebut diharapkan manusia dapat mempunyai pemahaman sikap untuk peduli, mencintai dan menjaga lingkungan alam sekitar. *Ecoliteracy* dapat diwujudkan dalam bentuk perbuatan dan tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari yang sesuai dengan etika lingkungan.

Dalam pandangan Stone dan Barlow (dalam Supriatna, 2017, hlm. 302) untuk mencapai *ecoliteracy* diperlukan pendidikan lingkungan hidup (*environment education*). Baginya semua pendidikan adalah pendidikan lingkungan hidup yang tidak hanya menekankan pada aspek pengetahuan melainkan pembelajaran yang *meaningful* yang menyatukan antara pengetahuan, kesadaran, dan tindakan. *Green Behavior* akan terbentuk setelah para peserta didik atau masyarakat pembelajar memperoleh pendidikan untuk membangun kesadaran tentang pentingnya menjadikan mereka sebagai bagian dari alam (Supriatna, 2012). Mengembangkan *Green Behavior* melalui pendidikan sekolah merupakan kegiatan yang paling memungkinkan, karena pendidikan di sekolah diartikan sebagai “pendidikan yang diperoleh seseorang di sekolah secara teratur, sistematis, bertingkat, dan dengan mengikuti syarat-syarat yang jelas dan ketat (mulai dari TK sampai Perguruan Tinggi) (Hasbullah dalam Supriatna, 2017, hlm 302).

Pada prinsipnya pengembangan *Green Behavior* dapat diterapkan kepada berbagai aktivitas yang dilakukan sehari-hari sebagai wujud dari kepedulian manusia terhadap kelestarian lingkungan dan peduli terhadap dirinya sendiri untuk kelangsungan hidup di masa yang akan datang. Menurut Supriatna (dalam Supriatna, 2017, hlm. 302) untuk mewujudkan *Green behavior* diperlukan beberapa prinsip yang harus dilaksanakan seperti yang dikutip dari *The Earth Charter* yaitu: *Respect for the Earth, Care for Life* dan *Adopt Patterns of Production, Consumption, and Reproduction*. Dari berbagai prinsip yang tercantum dalam *The Earth Charter* aspek *green behavior* dalam penelitian ini memfokuskan pada aspek *care for life*, yang diterjemahkan kedalam beberapa tindakan, salah satunya yaitu cerdas dalam memilih makanan sehat.

Dalam mengkonsumsi makanan, terkadang anak-anak tidak memperhatikan kandungan dalam makanan tersebut, apakah bebas penyakit atau “aman” di konsumsi. Apakah mengandung bahaya biologis, kimia, atau fisik.

Bahaya biologis adalah bahaya karena adanya makhluk hidup seperti mikroba, hama, dan sejenisnya. Bahaya yang disebabkan mikroba disebut bahaya mikrobiologi. Beberapa cara agar kita terhindar dari bahaya biologis diantaranya:

- a) Memilih makanan yang telah dimasak dengan baik dapat mengurangi bahaya biologis.
- b) Hindari mengkonsumsi pangan yang sudah bau dan rasanya sudah berubah.
- c) Pangan berkuah harus dimasak hingga kuahnya mendidih
- d) Pangan dikemas dengan kemasan yang bersih
- e) Jangan membeli pangan jika: lokasi penjualan kotor/berdebu, banyak diinggapi lalat dan serangga lainnya, alat pengolahan dan wadah penyimpanannya tidak bersih, alat pencuci peralatan kotor, penjual pangan sakit, dan pangan sudah pernah dipegang-pegang oleh orang lain.

Bahaya kimia adalah bahaya karena adanya bahan kimia beracun yang dapat secara alami berasal dari bahan pangan tersebut atau karena pencemaran seperti cemaran mitotoksin, residu pestisida, residu hormone serta logam berat dan juga karena bahan berbahaya yang dilarang digunakan. Oleh karena itu, kita harus cermat dan tepat dalam memilih makanan yaitu dengan cara:

- a) Hindari membeli pangan yang dijual di tempat yang tidak terlindungi dari asap kendaraan bermotor.
- b) Jangan membeli pangan yang dibungkus dengan kertas bekas atau kertas Koran.
- c) Jangan terpedaya dengan harga yang murah
- d) Amati warnanya. Jika warna makanan dan minuman terlalu mencolok atau terlalu cerah maka besar kemungkinan pangan tersebut mengandung pewarna tekstil yang bukan untuk pangan.
- e) Waspadai pangan gorengan yang terlihat berwarna gelap dan lebih keras dari normalnya.

Bahaya fisik adalah bahaya karena adanya cemaran fisik seperti rambut, pecahan gelas, pecahan logam, pecahan batu, bagian tubuh serangga dan lainnya. Agar terhindar dari bahaya fisik maka ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam memilih makanan diantaranya:

- a) Memilih pangan yang dipajang/disimpan/disajikan dalam keadaan tertutup untuk mencegah kontaminasi atau debu dari serangga.
- b) Hindari pangan yang dijual oleh pekerja yang mengenakan perhiasan tangan yang berpeluang untuk lepas dan jatuh kedalam makanan.
- c) Hindari pangan yang pembungkusnya di stapler.
- d) Amati hasil kondisi pangan sebelum dikonsumsi
(Rudianto dalam Supriatna, 2017, hlm 303).

Persentasi pertimbangan siswa dalam memilih makanan di Kantin Sehat dapat dilihat pada tabe 1.

Tabel 1. Distribusi pemilihan makanan yang dilakukan siswa kelas IV di Kantin SDN Cimalaka III Tahun 2020

Variabel	N	%
Membeli makanan yang dibungkus (selain dibungkus oleh kertas bekas/kertas Koran	20	80
Membeli makanan dengan warna tidak mencolok	17	74
Membeli makanan yang kondisinya masih baik	23	80

Variabel	N	%
Membeli makan yang pembungkusnya tidak di stapler	16	70%

Berdasarkan tabel di atas, peneliti memperoleh 4 variabel data yaitu : a) Membeli makanan yang dibungkus (selain dibungkus oleh kertas bekas/kertas Koran, b) Membeli makanan dengan warna yang tidak mencolok, c) membeli makanan yang kondisinya masih dan d) Membeli makanan yang pembungkusnya tidak di stapler. Pada data di atas variabel 1 dan 3 memperoleh hasil yang cukup tinggi yaitu 80%, sedangkan variabel 1 mencapai 74% dan variable 4 mencapai 70%. Keempat variabel melalui media kantin sehat dapat dikatakan berhasil dikembangkan, meskipun variabel 4 hanya mencapai 70%.

Perilaku adalah cara bertindak yang menunjukkan tingkah laku seseorang dan merupakan hasil kombinasi antara pengembangan anatomis, fisiologis, dan psikologis. Pola perilaku setiap orang bisa saja berbeda, tetapi proses terjadinya adalah mendasar dan bagi semua individu, yakni dapat terjadi karena kesalahan, digerakkan dan ditunjukkan pada sasaran (Kast dan Rosenweig, 1995). Notoatmodjo (2003) menyatakan bahwa perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas, antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.

Dikemukakan oleh Skinner (dalam Notoadmodjo, 2003) bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Oleh karena itu perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespons, maka teori Skinner ini disebut teori "S-O-R" atau Stimulus – Organisme – Respon. Psikologi memandang perilaku manusia (*human behavior*) sebagai reaksi yang dapat bersifat sederhana maupun bersifat kompleks. Berbicara tentang perilaku, manusia itu unik/khusus. Artinya tidak sama antar dan inter manusianya. Baik dalam hal kepandaian, bakat, sikap, minat, maupun kepribadian. Manusia berperilaku atau beraktivitas karena adanya tujuan tertentu. Adanya need atau kebutuhan diri seseorang maka akan muncul motivasi/penggerak, sehingga manusia itu berperilaku, baru tujuan tercapai dan individu mengalami kepuasan. Siklus melingkar kembali memenuhi kebutuhan berikutnya atau kebutuhan lain dan seterusnya dalam proses terjadinya perilaku manusia.

Dinyatakan oleh Bandura (1986) suatu formulasi mengenai perilaku dan sekaligus dapat memberikan informasi bagaimana peran perilaku itu terhadap lingkungan dan terhadap individu atau organisme yang bersangkutan. Formulasi Bandura berwujud B= *behavior*,

E=*environment*, P=*person*, atau organisme. Perilaku lingkungan dan individu dapat mempengaruhi individu itu sendiri, disamping itu perilaku juga berpengaruh pada lingkungan. Demikian pula lingkungan dapat mempengaruhi individu.

Disini yang dibahas adalah mengenai perilaku hidup bersih pada siswa sekolah, khususnya Sekolah Dasar. Menurut Taryatman (2016) Indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah antara lain sebagai berikut.

- a. Mencuci Tangan dengan Air Mengalir dan Memakai Sabun
- b. Mengonsumsi Jajanan Sehat dari Kantin Sekolah
- c. Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat
- d. Berolahraga Teratur dan Terukur
- e. Tidak Merokok di Sekolah
- f. Membuang Sampah ke Tempat Sampah yang Terpilah
- g. Memberantas Jentik Nyamuk
- h. Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan
- i. Memelihara Rambut Agar Bersih dan Rapi
- j. Memakai Pakaian Bersih dan Rapih
- k. Memelihara Kuku Agar Selalu Pendek dan Bersih

Kantin (dari Bahasa Belanda: *kantine*) adalah sebuah ruangan dalam sebuah gedung umum yang dapat digunakan pengunjungnya untuk makan, baik makanan yang dibawa sendiri maupun yang dibeli di sana (Rika, 2018).

Kantin sendiri harus mengikuti prosedur tentang cara mengolah dan menjaga kebersihan kantin. Makanan yang disediakan kantin haruslah bersih dan halal. Jenis-jenis makanan yang disediakan pun minimal harus memenuhi gizi seimbang. Biasanya para pembeli harus mengantri dalam sebuah jalur yang disediakan untuk membeli makanan. Kantin sehat merupakan suatu ruang atau bangunan di sekolah yang dimanfaatkan untuk menyediakan makanan dan minuman sehat untuk melayani warga sekolah.

Aspek Pengelolaan Kantin Sehat

1. Pengelola Kantin Sehat

Penyelenggaraan makanan kantin sehat memerlukan seorang penanggungjawab kantin yang bertugas menjaga kelangsungan kantin sehat secara keseluruhan, baik ke dalam (sekolah) maupun keluar yaitu kepada orang tua peserta didik dan instansi yang berwenang/ terkait terutama bila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan atau tidak diduga.

Pengawasan terhadap kualitas makanan, kebersihan, pengelola, peralatan, dan ruangan kantin perlu dilakukan agar tujuan penyediaan kantin sehat dapat tercapai. Pengawasan ini dapat ditugaskan pada guru piket.

2. Dana

Investasi pertama yang diperlukan dalam penyelenggaraan makanan kantin sekolah adalah dana untuk sarana fisik dan bahan makanan. Dana dapat bersumber dari sekolah sepenuhnya, orang tua peserta didik sepenuhnya ataupun diborongkan pada pengusaha jasa boga. Dana selanjutnya diperoleh dan dimanfaatkan melalui penjualan makanan di kantin sekolah.

3. Lokasi Kantin

Lokasi kantin harus dalam pekarangan sekolah dan sedapat mungkin masih dalam wilayah gedung sekolah, tidak berdekatan dengan jamban, kamar mandi dan tempat pembuangan sampah. Ruangan makan harus cukup luas, bersih, nyaman dan ventilasi cukup dengan sirkulasi udara yang baik. Lantai hendaknya terbuat dari bahan yang kedap air dan mudah dibersihkan. Dinding dan langit-langit selalu bersih dan dicat terang. Jendela yang digunakan sebagai ventilasi hendaknya berkasa untuk menghindari lalat masuk. Ruang makan dilengkapi dengan tempat cuci tangan (sebaiknya dengan air yang mengalir/kran) dan sabun yang letaknya mudah dijangkau oleh peserta didik.

4. Jenis kantin sehat dan Fasilitasnya

Kantin sehat dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu:

a. Kantin dengan ruangan tertutup

Persyaratan bangunan untuk kantin dengan ruangan tertutup adalah sebagai berikut:

- 1) Lantai kedap air, rata, halus tetapi tidak licin, kuat, dibuat miring sehingga mudah dibersihkan.
- 2) Dinding kedap air, rata, halus, berwarna terang, tahan lama, tidak mudah mengelupas dan kuat sehingga mudah dibersihkan.
- 3) Langit-langit terbuat dari bahan tahan lama, tidak bocor, tidak berlubang dan tidak mudah mengelupas serta mudah dibersihkan.
- 4) Pintu, jendela dan ventilasi kantin dibuat dari bahan tahan lama. Tidak mudah pecah, rata, halus, berwarna terang, dapat dibuka-tutup dengan baik, dilengkapi kasa yang dapat dilepas sehingga mudah dibersihkan.
- 5) Ruang pengolahan dan penyajian serta tempat makan di ruangan memiliki lubang angin / ventilasi minimal dua buah dengan luas keseluruhan lubang ventilasi 20% dari luas lantai.
- 6) Lantai, dinding, langit-langit kantin, pintu, jendela dan lubang angin / ventilasi selalu dalam keadaan bersih.

b. Kantin dengan ruangan terbuka seperti koridor atau di halaman sekolah. Meskipun kantin berada di ruang terbuka, namun ruang pengolahan dan tempat penyajian makanan harus dalam keadaan tertutup.

Kedua jenis kantin di atas harus memiliki sarana dan prasarana sebagai berikut:

1) Sumber air bersih

Air bersih dapat diperoleh dari PAM maupun dari sumur. Air bersih yang disimpan dalam ember harus selalu tertutup. Gunakan gayung bertangkai panjang untuk mengambil air dari ember.

2) Fasilitas sanitasi yaitu : tersedia bak cuci piring dan peralatan dengan air bersih yang mengalir serta rak pengering, tersedia wastafel dengan sabun dan lap bersih atau tisu, dan tersedia alat cuci atau pembersih yang terawat seperti sapu lidi, sapu ijuk, selang air, kain lap dan bahan sanitasi lainnya.

3) Tempat pengolahan makanan

Ruang pengolahan selalu dalam keadaan bersih dan terpisah dari ruang penyajian dan ruang makan. Ruang pengolahan atau persiapan makanan harus tertutup serta terdapat tempat/ meja yang permanen dengan permukaan halus, tidak bercelah dan mudah dibersihkan untuk pengolahan atau persiapan makanan.

4) Tempat penyimpanan makanan

Kantin harus mempunyai tempat penyimpanan bahan pangan, tempat penyimpanan makanan jadi yang akan disajikan, dan tempat penyimpanan peralatan yang bebas pencemaran (lemari).

5) Tempat penyajian atau ruang makan.

Tempat penyajian atau *display* makanan ini harus selalu tertutup untuk melindungi makanan dari debu, serangga dan hama lainnya.

6) Perlengkapan dan peralatan kantin,

Peralatan yang digunakan dalam proses persiapan sampai penyajian harus mudah dibersihkan, kuat dan tidak mudah berkarat, misalnya peralatan dari bahan *stainless steel* untuk pisau, panci, dan wajan.

7) Tempat pembuangan limbah.

Tempat sampah atau limbah padat di kantin harus tersedia dan jumlahnya cukup serta selalu tertutup.

Persentasi perilaku hidup sehat siswa dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi perilaku hidup sehat siswa SD

Variabel	N	%
Mencuci Tangan dengan Air Mengalir dan Memakai Sabun	20	80

Variabel	N	%
Mengonsumsi Jajanan Sehat dari Kantin Sekolah	19	74
Berolahraga Teratur dan Terukur	23	80
Tidak Merokok di Sekolah	23	100
Membuang Sampah ke Tempat Sampah yang Terpilah	23	100
Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan berantas Jentik Nyamuk	20	80
Memelihara Rambut Agar Bersih dan Rapi	18	78
Memakai Pakaian Bersih dan Rapih	20	80
Memelihara Kuku Agar Selalu Pendek dan Bersih	20	80

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa perilaku hidup sehat siswa telah baik, dimana persentasi rata-rata berada di rentang 78-100%.

Sebagai mana yang dikemukakan Rika (2018) tujuan penyediaan layanan kantin sehat di sekolah adalah menyediakan makanan yang aman dan bergizi, menyediakan fasilitas untuk menerapkan ilmu kesehatan dan gizi dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan tujuan dan bentuk layanan kantin sehat tersebut, maka kantin sehat berfungsi sebagai; 1) sarana penyediaan makanan untuk menjaga kesehatan warga sekolah, 2) tempat warga sekolah untuk memilih makanan yang aman dan bergizi, 3) tempat belajar tatakrma yang ada di masyarakat, dan 4) tempat bersosialisasi antar warga sekolah. Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan oleh pengelola kantin adalah: menentukan waktu pelayanan kantin, membuat prosedur pelayanan kantin (tata cara pembelian dan pembayaran, pengembalian alat makan, serta pembuangan sampah), membuat dekorasi yang menarik terkait gizi dan kesehatan di ruang kantin, dan menyediakan tempat bagi peserta didik yang akan makan dengan membawa makanan sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Affi, HS & Abushelaibi, AA. (2012). Assesment of Personal Hygiene Knowledge, and Practice in Al Ain, United Emirates. *Food Control*, 25(1), 249-253. doi: <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2011.10.040>.
- Almanza, BA, dkk. (2007). Clients' Safe Food-Handling Knowledge and Risk Behavior in a Home-Delivered Meal Program. *Journal of The American Dietetic Association*, 107(5), 816-821. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jada.2007.02.043>.
- Ardzejewska, K, dkk. (2012). A Descriptive Study on The Barriers and Facilitators to Implementation of The NSW (Australia) Healthy School Canteen Strategy. *Health Education Journal*, 72(2), 136-145. doi: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0017896912437288>.
- Arikunto. (2012). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azjen, I & Fisbbein, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Prentoce Hall Inc.

- Bachtiar, Yusuf. (2018). *Polisi Periksa 12 Saksi Kasus Puluhan Siswa SD di Cikarang Keracunan Spageti* {Online}. Diakses dari <http://jakarta.tribunnews.com/2018/08/16/polisi-periksa-12-saksi-kasus-puluhan-siswa-sd-di-cikarang-keracunan-spageti>.
- Bandura, A. (1999). *A Social Cognitive Theory of Personality*. In L. pervin & O, John (Ed), *Handbook of Personality* (2nd ed). New York: Guilford Publications.
- Bas, M, E & Kivanc, G. (2006). The Evaluation of Food Hygiene Knowledge Attitude and Practices of Food Handlers, in Food Businesses in Turkey. *Food Control*, 17, 317-322. doi: <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2004.11.006>
- Campos, A.K.C, Cardonha, dkk. (2009). Assesment of Personal Hygiene and Practice of Food Handlers in Municipal Public Schools of Natal, Brazil. *Food Control*, 8, 137-147. doi: <https://doi.org/10.1016/j.foodcont.2008.10.010>.
- Creswell, J.W. (2010). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Effendi, A. (2017). *Keracunan Pangan Masih Tinggi*. {Online}. Diakses dari <https://www.pikiran-rakyat.com/nasional/2017/05/03/kasus-keracunan-pangan-masih-tinggi-400404>.
- Finch, M, dkk. (2008). Canteen Purchasing Praticce of Year 1-6 Primary School Children and Assoociation with SES and Weight Status. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, Volume 30, No. 3, 247-251. doi: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-842X.2006.tb00865.x>
- Gardner, H. (2013). *Multiple Intellegence: Kecerdasan Majemuk: Teori dalam Praktek*. Batam : Interaksara.
- Geertz, C. (2001). *Tafsir Kebudayaan*. Jakarta : PT Kanisius.
- Goleman, D. (2010). *Ecological Intelligence. Kecerdasan Ekologis. Mengungkap Rahasia di Balik Produk-Produk yang Kita Beli*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hill, A, dkk. (2015). Improvement in Primary School Adhere to The NSW Healthy School Canteen Strategy in 2017 and 2010. *Health Promotion Journal of Australia*, Volume 26, No.2, 89-92. doi: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1071/HE14098>.
- Hilton, J. (2002). Reducing Foodhome Disease: Meeting The Food Standars Agency Targets. *Nutrition Food & Food Science*, 32(2), 46-50. doi: <https://www.emeraldinsight.com/doi/abs/10.1108/00346650210416958>.
- Kast FE & Rosenweig. (1995). *Organisasi Manajemen, Jilid I, Ed Ke-4. Cet. Ke-4. A. Hasyani Ali Penterjemah*: Jakarta: Bumi Aksara.
- Mensink, F, dkk. (2012). The Healthy School Canteen Programme: A Promising Intervention to Make the School Food Environment Healthier. *Journal of Environmental and Public Health*, Volume 2012, Article ID 415746, 1-8. <https://www.hindawi.com/journals/jep/2012/415746/>.
- Nieto-Montenegro, S, dkk. (2008). Development and Assement of Pilot Food Safety Educational Materials and Training Strategies For Hispanic Workshop in The Mushroom Industry Using The Health Action Model. *Food Control*, 19(6), 616-633. doi: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0956713507001430?via%3Dihub>.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraha, C. (2015). *177 Siswa SD Keracunan, Polisi Bawa "Ciken" ke Lab*. {Online}. Diakses dari <https://nasional.tempo.co/read/640561/177-siswa-sd-keracunan-polisi-bawa-ciken-ke-lab/full&view=ok>.

- Ogden, J. (2003). Some Problems With Social Cognition Models : A Pragmatic and Conceptual Analysis. *Health Psychology*, 22(4), 424-428. doi: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.10370278-6133.22.4.424>
- Rennie, D.M. (1995). Health Education Models and Food Hygiene Education. *The Journal of The Royal Society For The Promotion of Health*, 115(2), 75-79. doi: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/146642409511500203>.
- Rika. (2018). *Kantin Sehat di Sekolah*. {Online}. Diakses dari https://www.academia.edu/32788081/KANTIN_SEHAT_RIKA.
- Saichu, A. (2018). 28 Siswa SDN Ngabab 3 Diduga Keracunan Jajanan Ketela. {Online}. Diakses dari <http://koranmemo.com/28-siswa-sdn-ngabab-3-diduga-keracunan-jajanan-ketela/>
- Saidatul, A, dkk. (2013). Food Handlers' Attitude Towards Safe Food Handling in School Canteens. *Procedia Social and Behavioral Science*, 105, 220-228. <https://core.ac.uk/download/pdf/82041520.pdf> .
- Sanigonski, A. (2011). Government Food Service Policies and Guidelines Do Not Create Healthy School Canteens. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, volume 35, No.2, 117-121. doi: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21463405>.doi:10.1111/j.1753-6405.2010.00694.x.
- Supriatna, N. (2017). *Ecopedagogy: Membangun kecerdasan ekologis dalam Pembelajaran IPS*. Bandung : Penerbit PT Remaja Rosdakarya.
- Taryatman. (2016). Budaya Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar untuk Membangun Generasi muda yang Berkarakter. *Jurnal Pendidikan Ke-SD-an*, Vol. 3, Nomor 1, September 2016, hlm. 8-13. <https://media.neliti.com/media/publications/259042-budaya-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah-e30972f8.pdf>.
- Utina, R. (2012). Kecerdasan Ekologis dalam Kearifan Lokal Bajo Desa Torosiaje Provinsi Gorontalo. *Prosiding Konferensi dan Seminar Nasional Pusat Studi Lingkungan Hidup Indonesia ke 21* (hlm. 14-20). Mataram: Universitas Mataram.
- Vladimirov, Z. (2011). Implemenatation of Ffoo Safety Management System in Bulgaria. *British Food Journal*, 113(1), 50-65. doi: <https://www.emeraldinsight.com/doi/abs/10.1108/00070701111097330>.
- Walgito, B. (2003). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: ANDI.
- Worsfold, D., & Griffith, C.J. (2010). Experiences and Perceptions of Secondary Food Hygiene Training: A Preliminary Study of Five Large Catering Companies in South East Wales. *Perspective In Public Health*, 130(4), 173-179. doi: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1757913908101798>.