

## Edukasi Gizi Jajanan Sehat Menggunakan Metode *Role Play* pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 6 Metro Barat

Sofyan Musyabiq Wijaya<sup>1</sup>, Roro Rukmi W<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

### Abstrak

Isu pokok dalam masalah gizi yang dimaksudkan adalah masalah status gizi yang optimal. Hal ini dikarenakan beberapa faktor langsung yaitu kurangnya asupan yang adekuat dan penyakit. 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%. SD Negeri 6 Metro Barat yang menjadi mitra dalam kegiatan ini terletak di Kelurahan Ganjar Agung 14/2, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro Lampung. Lokasi berjarak kurang lebih 38 km dari Unila. Lokasi tersebut cukup strategis di depan jalan arteri kota Metro. Hal ini dapat dengan mudah menarik pedagang jajanan untuk anak-anak di sekolah. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran dan kemandirian siswa dalam memilih jajanan di sekolah. Metode yang akan dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan, dan bermain peran (*Role Play*). Hasil pengabdian berupa peningkatan pemahaman siswa dalam memilih jajan sehat melalui nilai yang didapatkan dari kegiatan *Role Play*.

**Kata Kunci:** *Anak Sekolah, Jajanan Sehat, Role Play*

Korespondensi : Sofyan Musyabiq Wijaya, S.Gz., M.Gizi . Program Studi Pendidikan Dokter, FK Universitas Lampung, Bandar Lampung Jl.Prof Sumantri Brojonegoro No.1, Bandar Lampung. E-mail: obiqwijaya@gmail.com

### PENDAHULUAN

Dari 5 (lima) Misi dari Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) tersebut, sektor kesehatan masuk padamisi yang ketiga yaitu "Meningkatkan kualitas pendidikan, kesehatan, budaya masyarakat dan toleransi kehidupan beragama".<sup>1</sup> Kontribusi zat gizi PJAS terhadap pemenuhan kecukupan gizi harian sebaiknya berkisar antara 15-20%.<sup>2</sup> Pada tahapan ini PJAS berguna sebagai makanan selingan, jika salah dalam memilih makanan selingan maka kecukupan gizi anak sekolah tidak dapat tercukupi.

SD Negeri 6 Metro Barat yang menjadi mitra dalam kegiatan ini terletak di Kelurahan Ganjar Agung 14/2, Kecamatan Metro Barat, Kota Metro Lampung. Lokasi berjarak kurang lebih 38 km dari Unila. Lokasi tersebut cukup strategis di depan jalan arteri kota Metro. Hal ini dapat dengan mudah menarik pedagang jajanan untuk anak-anak di sekolah.

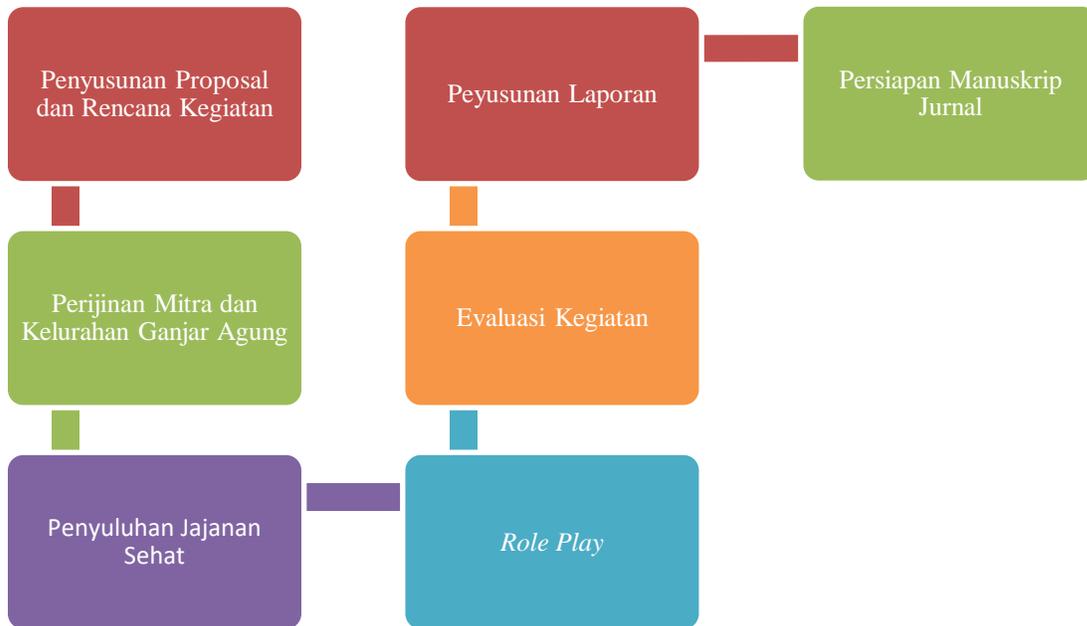
Altun mendefinisikan permainan peran sebagai metode atau strategi di mana siswa diharapkan untuk memerankan peran tertentu melalui perkataan, melakukan, dan berbagi.<sup>3</sup> Melalui proses permainan peran, siswa juga mendapatkan kompetensi dalam karakteristik keterampilan sosial seperti antusiasme, kepercayaan diri, empati dan pemikiran kritis. Bermain peran memungkinkan siswa untuk menilai kelemahan dan kemampuan mereka dalam menerapkan dan tampil di depan teman mereka. Banyak siswa menyatakan bahwa melakukan bermain peran dengan teman sebaya dapat berhasil dan dapat mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih.<sup>4</sup>

### METODE PENGABDIAN

Kegiatan ini dilakukan beberapa tahapan. Kegiatan diawali dengan penyusunan rencana dan proposal kegiatan pengabdian, kemudian mengurus surat yang ditujukan kepada mitra dan perizinan dari kelurahan Ganjar Agung. Setelah

itu dilakukan penyuluhan diikuti kegiatan *role play* tentang jajanan sehat. Kegiatan berikutnya yang paling penting adalah evaluasi, dan tahapan

terakhir memberikan *feed back* serta penyusunan laporan.



Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilakukan dengan langkah awal adalah koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Wali Kelas 5B Sekolah Dasar Negeri 6 Metro Barat (SDN 6 Metro Barat). Setelah dilakukan koordinasi, tim menyiapkan naskah yang akan digunakan dalam kegiatan *roleplay*. Persiapan naskah mengikut sertakan mahasiswa sebanyak 3 mahasiswa yang nantinya juga akan ikut bermain peran. Kegiatan ini dilakukan tanggal 28 September 2019 dengan beberapa tahapan ,antara lain: a) Pembukaan; kegiatan ini terdiri dari salam,pengenalan tim pengabdian yang terdiri dari dosen, mahasiswa,dan staff; b)

Pembacaan narasi ; narasi digunakan untuk menjelaskan situasi dalam kegiatan bermain peran yang akan dilakukan, seperti menjelaskan tokoh, latar belakang, tempat dan waktu; c)Pengenalan tokoh; Pengenalan tokoh yang akan melakukan bermain peran diambil dari fiksi atau kejadian yang tidak sebenarnya, d) Pelaksanaan *Role Play*; bermain peran dilakukan oleh beberapa tokoh peran sesuai dengan scenario yang telah diberikan; e) Diskusi ; setelah melaksanakan *Role Play* fasilitator memberikan beberapa pertanyaan singkat yang berkaitan dengan materi *Role Play*.



Gambar 2. Pelaksanaan *Role Play* dipandu oleh Pembaca Narasi

Evaluasi menggunakan beberapa pertanyaan. Dari pertanyaan pertama, diketahui siswa dapat menjawab dengan benar bahwa budi mengalami sakit perut yang dikarenakan mengkonsumsi jajan dipinggir jalan. Pertanyaan kedua, siswa dapat menjawab bahwa dengan membawa bekal dari rumah dapat membuat badan sehat dan hemat. Pertanyaan terakhir, siswa dapat menjawab jika yang membawa bekal sehat adalah Rian dan yang jajan tidak sehat adalah si Budi.

#### **SIMPULAN**

Pengabdian dilakukan pada hari Sabtu 28 September 2019 di SDN 6 Metro Barat dengan jumlah responden adalah 30 orang. Siswa dapat menjawab pertanyaan mengenai perilaku memilih jajanan sehat antara lain aibak jajan sembarangan dan menilai tokoh mana yang memiliki perilaku jajan sehat dan tidak sehat. Selain itu siswa dapat menjawab manfaat dari membawa bekal dari rumah. Penyuluhan dilakukan setelah dilakukan kegiatan *role play*. Hal ini untuk menambah pengetahuan dari siswa dalam memilih jajanan sehat.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami segenap tim pengabdian ini mengucapkan terimakasih kepada LPPM Unila atas kesempatannya untuk melakukan pengabdian. Kemudian kami mengucapkan terima kasih atas kerjasama dari SDN 6 Metro Barat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. Profil Kesehatan Provinsi Lampung. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. Bandar Lampung. 2015.
2. Tanziha, I dan Prasojo G. Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah dalam Upaya Perbaikan Gizi dan Kesehatan. Kerjasama Nurani Dunia dan Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Ekologi Manusia, IPB. Bogor. 2012.
3. Altun, M. Using Role-Play Activities To Develop Speaking Skills: A Case Study In The Language Classroom. 6th International Visible Conference on Education Studies and Applied Linguistics. 2015;354-63.
4. Bosse HS, chultz J, Nickel M, Lutz T, Moltner A, Junger J, Huwendiek S, Nikendei CH. . The effect of using standardized patients or peer role play on ratings of undergraduate communication training: A randomized controlled trial. Elsevier. 2012; 300-6