

Edukasi Penanganan Amandel dan Pengembangan Kantin Sehat sebagai Upaya Mewujudkan Sekolah Ramah Gizi di SDN 1 Tonja Denpasar

Putu Rinawati Jayanti^{*}, Agus Santosa¹, Ida I Dewa Ayu Manik Sastri²

¹Departemen Telinga Hidung Tenggorok Bedah Kepala Leher, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

²Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

*Email: puturinawati86@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Tonsilitis kronis masih menjadi masalah kesehatan yang sering ditemukan pada anak usia sekolah dan berdampak pada kualitas belajar serta produktivitas keluarga. Kondisi ini diperberat oleh pola konsumsi jajanan tidak sehat di lingkungan sekolah. SD Negeri 1 Tonja Denpasar merupakan salah satu sekolah dengan prevalensi keluhan amandel yang cukup tinggi serta kantin sekolah yang belum menerapkan prinsip kantin sehat. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan dan penanganan amandel serta memberdayakan sekolah melalui pengembangan kantin sehat. **Kerangka pemecahan masalah:** Program dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif-edukatif yang meliputi edukasi kesehatan amandel, pemeriksaan THT pada siswa, serta pelatihan dan pendampingan pengelolaan kantin sehat berbasis pangan lokal. **Hasil dan pembahasan:** Kegiatan diikuti oleh 50 siswa kelas IV dan V, guru, serta pengelola kantin. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa tentang penyakit amandel dan perilaku makan sehat. Pemeriksaan THT menemukan sebagian siswa dengan pembesaran tonsil derajat 2–3 dan telah diberikan rujukan lanjutan. Pengelola kantin mulai menerapkan menu lebih sehat, teknik penyajian higienis, serta pencatatan keuangan sederhana. **Kesimpulan:** Edukasi kesehatan amandel dan pengembangan kantin sehat efektif meningkatkan pengetahuan siswa serta mendorong terciptanya lingkungan sekolah ramah gizi. Program ini berpotensi direplikasi di sekolah dasar lain.

Kata kunci : amandel, kantin sehat, edukasi kesehatan, sekolah dasar

Abstract

[Education on Tonsil Management and Development of a Healthy School Canteen to Support a Nutrition-Friendly School at SD Negeri 1 Tonja Denpasar]

Background: Chronic tonsillitis remains a common health problem among school-aged children and affects learning quality and family productivity. This condition is exacerbated by unhealthy snack consumption in school environments. SD Negeri 1 Tonja Denpasar has a relatively high prevalence of tonsillar complaints and an underdeveloped healthy canteen system. **Objective:** This community service program aimed to improve students' knowledge regarding tonsillitis prevention and management and to empower schools through healthy canteen development. **Community service framework:** The program applied a participatory-educative approach through health education on tonsillitis, ENT examinations, and training and mentoring on healthy canteen management based on local food resources. **Results and discussion:** The activities involved 50 fourth- and fifth-grade students, teachers, and canteen managers. Evaluation results showed improved student knowledge regarding tonsillitis and healthy eating behavior. ENT examinations identified several students with grade 2–3 tonsillar hypertrophy who were referred for further care. The canteen began implementing healthier menus, hygienic food handling, and simple financial bookkeeping. **Conclusion:** Education on tonsillitis management and healthy canteen development effectively improved student knowledge and promoted a nutrition-friendly school environment. This program can serve as a replicable model for other primary schools.

Keywords: tonsillitis, healthy canteen, health education, primary school

PENDAHULUAN

Tonsilitis kronis merupakan salah satu masalah kesehatan telinga hidung tenggorok yang sering ditemukan pada anak usia sekolah dasar. Penyakit ini dapat menyebabkan nyeri menelan, demam berulang, bau mulut, serta gangguan tidur, yang pada akhirnya berdampak pada konsentrasi belajar dan prestasi akademik.⁽¹⁾ Radang amandel dapat menyebabkan kelenjar getah bening di leher atau di bawah rahang anak menjadi bengkak. Terkadang, radang amandel juga bisa membuat kelenjar getah bening yang membesar dan meradang ini terasa nyeri saat disentuh.⁽²⁾ Kondisi ini terjadi karena tubuh berusaha melawan infeksi yang terjadi pada amandel. Beberapa penelitian melaporkan bahwa faktor lingkungan dan pola konsumsi makanan berperan penting dalam tingginya angka kejadian tonsilitis pada anak.⁽³⁾

SD Negeri 1 Tonja Denpasar terletak di wilayah perkotaan padat dengan paparan polusi dan aktivitas lalu lintas yang tinggi. Hasil observasi dan survei awal menunjukkan sekitar 36% siswa mengalami keluhan amandel dengan berbagai derajat keparahan. Kondisi ini diperberat oleh kebiasaan konsumsi jajanan tidak sehat yang tinggi gula, garam, lemak, serta bahan tambahan pangan. Berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah SDN 1 Tonja Denpasar, dikatakan bahwa Kantin sekolah belum dikelola berdasarkan prinsip kantin sehat dan belum dimanfaatkan sebagai sarana edukasi gizi maupun pemberdayaan ekonomi sekolah.

Permasalahan prioritas mitra meliputi rendahnya pemahaman siswa tentang kesehatan amandel serta belum optimalnya pengelolaan kantin sehat yang dilihat dari makanan siang yang dibawa oleh para siswa berupa jajanan tinggi kandungan gula dan yang dapat mengganggu kesehatan seperti snack coklat, makanan ringan, keripik, minuman kemasan dan lain-lainnya. Oleh karena itu, diperlukan intervensi terpadu yang tidak hanya berfokus pada aspek kesehatan, tetapi juga pemberdayaan ekonomi sekolah. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah

meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan dan penanganan amandel serta mengembangkan kantin sehat sebagai upaya mewujudkan sekolah ramah gizi.

METODE

Kerangka Kerja Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif-edukatif. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Tonja, guru, serta pengelola kantin sekolah. Pemilihan siswa kelas IV dan V dikarenakan pemahaman terhadap edukasi yang akan diberikan sedikit lebih baik dari pada kelas lainnya, sedangkan kelas VI sedang persiapan untuk ujian nasional. Bahan yang digunakan meliputi modul edukasi amandel, poster kesehatan, alat pemeriksaan THT sederhana, serta panduan pengelolaan kantin sehat.

Tahapan kegiatan meliputi: (1) persiapan dan koordinasi dengan pihak sekolah; (2) edukasi kesehatan mengenai amandel melalui penyuluhan interaktif dan media visual; (3) pemeriksaan telinga, hidung, dan tenggorok pada siswa; (4) pelatihan dan pendampingan pengelolaan kantin sehat meliputi penyusunan menu bergizi, higiene pangan, dan pembukuan sederhana; serta (5) evaluasi dan monitoring hasil kegiatan.

Analisis data pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara deskriptif untuk menilai dampak program edukasi penanganan amandel dan pengembangan kantin sehat di SD Negeri 1 Tonja Denpasar. Data yang dianalisis mencakup perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah intervensi, temuan pemeriksaan telinga hidung tenggorok (THT), serta perubahan perilaku dan lingkungan sekolah setelah pelaksanaan program. Pendekatan analisis ini dipilih untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai efektivitas program dalam konteks kesehatan dan pemberdayaan sekolah.

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai kesehatan amandel dan perilaku makan sehat setelah mengikuti kegiatan edukasi. Peningkatan ini terlihat dari perbandingan

hasil pre-test dan post-test, di mana sebagian besar siswa mampu menjelaskan fungsi amandel, mengenali gejala tonsilitis, serta memahami faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya peradangan amandel. Selain itu, siswa juga menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kebersihan makanan dan memilih jajanan sehat di lingkungan sekolah. Temuan ini mengindikasikan bahwa metode edukasi interaktif dengan media visual dan diskusi dua arah efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan pada anak usia sekolah dasar.

Pemeriksaan THT yang dilakukan sebagai bagian dari kegiatan pengabdian memberikan data klinis yang mendukung hasil survei awal. Analisis temuan pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami pembesaran tonsil derajat 2–3, yang mengarah pada dugaan tonsilitis kronis atau peradangan berulang. Kondisi ini berpotensi menyebabkan gangguan menelan, bau mulut, gangguan tidur, serta penurunan konsentrasi belajar. Berdasarkan hasil tersebut, siswa yang memerlukan tindak lanjut diberikan edukasi lanjutan dan disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut di fasilitas kesehatan. Temuan ini menegaskan pentingnya skrining kesehatan THT secara berkala di sekolah dasar, terutama pada lingkungan perkotaan dengan paparan polusi dan kebiasaan konsumsi makanan kurang sehat.

Analisis juga menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa setelah intervensi. Observasi pasca-kegiatan memperlihatkan meningkatnya kesadaran siswa dalam memilih jajanan yang lebih sehat serta sikap yang lebih kritis terhadap kebersihan makanan. Guru melaporkan bahwa siswa mulai menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, seperti menghindari jajanan dengan pewarna mencolok dan lebih memilih makanan yang disediakan di kantin sekolah yang telah diperbaiki pengelolaannya. Perubahan perilaku ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak berhenti pada aspek

kognitif, tetapi juga berdampak pada sikap dan praktik kesehatan siswa.

Dari sisi lingkungan sekolah, analisis terhadap pengelolaan kantin sehat menunjukkan adanya perbaikan signifikan setelah dilakukan pelatihan dan pendampingan. Pengelola kantin mulai menerapkan menu yang lebih bergizi, teknik penyajian yang lebih higienis, serta pencatatan keuangan sederhana. Perubahan ini tidak hanya mendukung kesehatan siswa, tetapi juga memperkuat peran kantin sebagai sarana edukasi gizi dan pemberdayaan ekonomi sekolah. Keterlibatan guru dan pengelola kantin dalam program ini berkontribusi terhadap keberlanjutan praktik sehat yang telah diterapkan.

Secara keseluruhan, analisis data menunjukkan bahwa program edukasi penanganan amandel dan pengembangan kantin sehat memberikan dampak positif yang terintegrasi pada aspek pengetahuan, kesehatan, perilaku, dan lingkungan sekolah. Pendekatan partisipatif-edukatif yang menggabungkan edukasi kesehatan dengan pemberdayaan ekonomi sekolah terbukti relevan dalam mewujudkan sekolah ramah gizi. Hasil analisis ini mendukung rekomendasi bahwa program serupa dapat direplikasi di sekolah dasar lain dengan karakteristik lingkungan yang sebanding sebagai upaya promotif dan preventif dalam bidang kesehatan anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan 50 siswa kelas IV dan V SD Negeri 1 Tonja Denpasar, guru, serta pengelola kantin sekolah. Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menilai dampak edukasi kesehatan amandel dan pengembangan kantin sehat terhadap peningkatan pengetahuan siswa, kondisi kesehatan telinga hidung tenggorok (THT), perubahan perilaku, serta perbaikan lingkungan sekolah.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai fungsi amandel, gejala tonsilitis, faktor risiko, serta upaya pencegahan setelah

dilakukan edukasi kesehatan. Pada pretest didapatkan 40% siswa yang menjawab benar saat pretest dan setelah dilakukan edukasi didapatkan 92% dari hasil post test.

Perbandingan hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga kesehatan tenggorok dan memilih makanan yang sehat. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah dengan metode interaktif efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan pada anak usia sekolah dasar. Metode interaktif yang dilakukan dengan diskusi dua arah dimana para siswa aktif dalam bertanya dan menjawab seputaran penyakit amandel.

Pemeriksaan THT yang dilakukan pada siswa ditemukan sebanyak 32 siswa memiliki kasus pembesaran tonsil derajat 2-3, yang mengindikasikan adanya tonsilitis kronis atau peradangan berulang. Kondisi ini berpotensi menyebabkan gangguan menelan, bau mulut, gangguan tidur, serta penurunan konsentrasi belajar.⁽⁴⁾ Siswa dengan temuan tersebut diberikan edukasi tentang komplikasi, pencegahan dan penanganan penyakit amandel serta dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut di fasilitas kesehatan. Hasil ini untuk mengurangi kasus tonsilitis kronis pada anak sekolah dasar, terutama di lingkungan perkotaan dengan paparan polusi dan kebiasaan konsumsi jajanan tidak sehat.

Selain peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku siswa juga teramati setelah pelaksanaan kegiatan. Evaluasi dilakukan 1 bulan setelah dilakukan edukasi didapatkan Siswa menunjukkan kesadaran yang lebih tinggi dalam memilih jajanan sehat dan memperhatikan kebersihan makanan. Guru melaporkan bahwa siswa mulai mengurangi konsumsi jajanan dengan kandungan gula dan pewarna tinggi serta lebih memilih makanan yang tersedia di kantin sekolah. Perubahan perilaku ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan tidak hanya berdampak pada aspek kognitif, tetapi juga pada sikap dan praktik kesehatan sehari-hari.

Pengembangan kantin sehat sebagai bagian dari intervensi menunjukkan hasil yang positif. Pengelola kantin mulai menerapkan menu sehat seperti ubi rebus, edamame, buah potong dengan teknik penyajian yang lebih higienis, serta pencatatan keuangan sederhana. Perbaikan pengelolaan kantin ini mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang lebih sehat dan berfungsi sebagai sarana edukasi gizi bagi siswa. Organisasi Kesehatan Dunia yang menekankan peran lingkungan sekolah dalam membentuk perilaku makan sehat pada anak.⁽⁵⁾

Secara keseluruhan, hasil pengabdian menunjukkan bahwa edukasi penanganan amandel yang dikombinasikan dengan pengembangan kantin sehat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kondisi kesehatan, perubahan perilaku siswa, serta perbaikan lingkungan sekolah. Pendekatan partisipatif-edukatif yang diterapkan relevan untuk mendukung terwujudnya sekolah ramah gizi dan berpotensi untuk direplikasi di sekolah dasar lain dengan karakteristik yang serupa.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi penanganan amandel dan pengembangan kantin sehat di SD Negeri 1 Tonja Denpasar berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan amandel dan mendorong penerapan kantin sehat. Program ini berkontribusi dalam mewujudkan sekolah ramah gizi dan berpotensi direplikasi di sekolah dasar lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Warmadewa atas dukungan pendanaan, Kepala Sekolah SD Negeri 1 Tonja Denpasar, guru, siswa, serta seluruh pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Perhimpunan Dokter Spesialis Telinga Hidung Tenggorok Bedah Kepala Leher Indonesia (PERHATI). *Pedoman nasional tonsilitis kronis anak*. Jakarta: PERHATI; 2023.

2. Brodsky L. Modern management of tonsillitis. *Int J Pediatr Otorhinolaryngol.* 2022;110:45–52.
3. Farokah, Suprihati, Suyitno S. Hubungan tonsilitis kronik dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar. *Cermin Dunia Kedokteran.* 2007;155:87–92.
4. Fensterseifer GS, Carpes O, Weckx LLM, Feller VM. Mouth breathing in children with learning disorders. *Braz J Otorhinolaryngol.* 2013;79(5):620–624.
5. World Health Organization. *School health and nutrition: policy and strategy.* Geneva: World Health Organization; 2019.