

## PERAN EKOSISTEM PENDIDIKAN DALAM MENINGKATKAN LITERASI MAKANAN SEHAT PADA PESERTA DIDIK

Bagas Narendra Parahita<sup>1</sup>, Ghufronudin<sup>2</sup>, Aris Arif Mundayat<sup>3</sup>, Yuhastina<sup>4</sup>

Pendidikan Sosiologi Antropologi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia<sup>1, 2, 4</sup>  
Sosiologi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia<sup>3</sup>

e-mail: [bagasnarendrap@staff.uns.ac.id](mailto:bagasnarendrap@staff.uns.ac.id)<sup>1</sup>, [ghufron.udin@staff.uns.ac.id](mailto:ghufron.udin@staff.uns.ac.id),  
[risrif@staff.uns.ac.id](mailto:risrif@staff.uns.ac.id)<sup>3</sup>, [yuhastina@staff.uns.ac.id](mailto:yuhastina@staff.uns.ac.id)<sup>4</sup>

### Abstrak

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tiga masalah gizi di semua kelompok umur. Kejadian Pandemi Covid-19 yang berlangsung sejak 2020 semakin meningkatkan resiko berbagai masalah sosial pada peserta didik seperti mental, pola istirahat, pemanfaatan waktu, pola hidup, serta utamanya berkaitan dengan konsumsi yang dapat berdampak pada kesiapan belajar anak. Pengetahuan mengenai pola konsumsi yang diterapkan di lingkungan sekolah dan orang tua menjadi hal penting dalam pemenuhan gizi yang seimbang untuk mendorong perilaku sehat anak. Konsumsi makanan sehari-hari dapat mempengaruhi kualitas kesehatan anak terutama berkaitan dengan kesiapan kondisi anak dalam menjalani proses pendidikan. Mengingat urgensi penguatan literasi makanan sehat menjadi salah satu hal yang penting untuk diperhatikan dalam situasi Pandemi saat ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran ekosistem pendidikan dalam meningkatkan literasi makanan sehat pada peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi pada 3 Sekolah Dasar, 3 Sekolah Menengah Pertama, dan 2 Sekolah Menengah Atas dan Kejuruan untuk melihat pengalaman ekosistem sekolah dalam meningkatkan literasi makanan sehat. Studi pustaka digunakan untuk memperkuat pengambilan data secara *purposive* pada berbagai jurnal, media massa, buku dll. Secara teoritis penelitian akan menggunakan teori habitus serta kaitannya dengan teori ekologi. Kesehatan sebagai pendekatan dalam melakukan proses analisis. Maka dari itu, secara khusus proses penggalian data akan terfokus oleh modal sosial maupun modal budaya yang diciptakan oleh ekosistem pendidikan dalam upaya meningkatkan literasi makanan sehat peserta didik sebagai bagian dari proses refleksi situasi pandemi di bidang pendidikan.

**Kata kunci:** Ekosistem Pendidikan, Sekolah Sehat, Literasi, Makanan Sehat, Peserta Didik

### Abstract

Indonesia is one of the countries with three nutritional problems in all age groups. The Covid-19 Pandemic that has been going on since 2020 has further increased the risk of various social problems in students such as mental, rest patterns, time utilization, life patterns, and especially related to consumption which can have an impact on children's learning readiness. Knowledge of consumption patterns applied in the school environment and parents is important in fulfilling balanced nutrition to encourage healthy children's behaviors. Daily food consumption can affect the quality of children's health, especially related to the readiness of children's conditions in undergoing the educational process. Considering the urgency of strengthening healthy food literacy is one of the important things to pay attention to in the current Pandemic situation. This study aims to examine the role of the educational ecosystem in improving healthy food literacy in students. This study used a qualitative method with a phenomenological approach in 3 elementary schools, 3 junior high schools, and 2 high schools and vocational schools to see the experience of the school ecosystem in improving healthy food literacy. Literature studies

are used to strengthen purposive data collection in various journals, mass media, books etc. In theory, research will use habitus theory and its relation to ecological theory. Health as an approach in carrying out the analysis process. Therefore, in particular, the data mining process will be focused on social capital and cultural capital created by the educational ecosystem in an effort to improve the healthy food literacy of students as part of the process of reflecting on the pandemic situation in the field of education

**Keywords :** Education Ecosystem, Healthy Schools, Literacy, Healthy Food, Learners

## PENDAHULUAN

Masyarakat menyadari bahwa terdapat risiko jika terjadi rendahnya perhatian dan penguatan literasi pengetahuan mengenai gizi di lingkungan sekolah baik pada anak, orang tua maupun guru berkontribusi terhadap perilaku sehat dan aktivitas fisik yang kurang sehat. Data dari Kemenkes RI tahun 2020 menunjukkan bahwa persentase tempat dan fasilitas umum (TFU) khususnya di Jawa Tengah yang terdaftar dan dilakukan pengawasan sesuai standar sebesar 48,4% di Sarana Pendidikan di SD/MI dan SMP/MTS (Kemenkes, 2021). Data Kemenkes tahun 2018 hanya terdapat persentase sebesar 83,5% penduduk kurang mengkonsumsi sayur dan buah (Kemenkes RI, 2018). Artinya belum seluruh Sarana Pendidikan mendapatkan perhatian pengawasan sesuai standar serta masih minimnya keputusan penduduk untuk mengkonsumsi makanan sehat.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendidikan gizi di sekolah yang disertai dengan intervensi komunikasi untuk perubahan perilaku, terbukti efektif mendukung perubahan perilaku siswa. Resiko peserta didik meningkat berkaitan masalah yang dihadapi selama pandemic covid-19, masalah mental, masalah pola hidup, pemanfaatan waktu luang, serta yang utama berkaitan dengan konsumsi makanan sehat dalam keseharian akan mendorong proses adaptasi kesiapan belajar anak (Branje & Morris, 2021; Durankuş & Aksu, 2020; Yang et al., 2021). Berkaitan situasi pandemi COVID-19, beberapa masalah baru telah muncul dalam kehidupan kita yang diduga menyebabkan perubahan nutrisi serta

berbagai perubahan kebiasaan yang mempengaruhi individu secara fisiologis, sosiologis, ekonomis, dan psikologis (Clemente-Suárez et al., 2020; Mattioli et al., 2020).

Bagian dari keberhasilan peserta didik dalam menempuh pengetahuan tidak lepas dari aspek kesehatan. Resiko ketika pandemic mengarah pada berbagai penyakit komorbid yang diakibatkan oleh pola hidup tidak sehat maupun tidak seimbang (Czenczek-Lewandowska et al., 2021). Dijelaskan bahwa syarat ilmu pengetahuan meliputi ilmu hidup batin manusia tentang ilmu jiwa psikologi, ilmu hidup-jasmani manusia berkaitan fisiologi, ilmu keadaan atau kesopanan tentang etika atau moral, ilmu keindahan, ketertiban-lahir atau estetika, ilmu tambo pendidikan atau ikhtisar cara-cara pendidikan (Dewantara, 2011).

Sesuai dengan berbagai kebijakan seperti: (1) Permen Negara Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak R.I No 8 Th 2018 tentang kebijakan sekolah ramah anak, (2) Permen Lingkungan Hidup dan Kehutanan RI No P52 th 2019 tentang Gerakan Peduli dan Berbudaya Lingkungan hidup di sekolah, (3) Peraturan Badan POM No.11 Th. 2019 tentang Bahan Tambahan Pangan. Tercukupinya asupan gizi anak usia sekolah sangatlah penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal yang berimplikasi pada proses belajar peserta didik yang memerlukan dukungan *support system* dari ekosistem pendidikan terkait. Selain itu pemanfaatan sumber daya pangan lokal dan olah pangan yang menarik juga dapat menunjang pemenuhan gizi yang seimbang dan perilaku makan yang baik.

Dimana semua itu dapat terbentuk melalui pendidikan keluarga maupun di lingkungan sekolah. Selama ini konsumsi jajanan terbuka pada pedagang kaki lima di sekitar sekolah memiliki dampak kesehatan yang buruk pada anak, sekolah harus mampu mengawasi jajanan yang dikonsumsi peserta didik di sekolah (Dyna et al., 2018).

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk melakukan identifikasi peran sekolah dalam peningkatan literasi makanan sehat. Mengidentifikasi keterlibatan orang tua dalam penguatan literasi makanan sehat. Mengidentifikasi siswa sebagai subjek pendidikan dalam menerapkan literasi makanan sehat. Berdasarkan identifikasi masalah-masalah di atas, maka di dalam penelitian ini dikerucutkan berdasarkan refleksi permasalahan pada masa pandemi yang dapat menjadi dasar perubahan pengalaman terkait penguatan peran ekosistem Pendidikan dalam meningkatkan literasi makanan sehat untuk peserta didik sebagai bagian dari refleksi kondisi pandemi Covid-19. Manfaat penelitian memberikan validasi secara akademis bahwa sudut pandang kesehatan dalam pengembangan ekosistem pendidikan wajib diperhatikan.

Riset ini memiliki keterkaitan skema bidang fokus Riset Group mengenai perkembangan dan pendekatan konsep tri sentra pendidikan dalam fokus kajiannya, serta memiliki penguatan pendekatan pada renstra penelitian Perguruan Tinggi yang fokus dalam aspek pembangunan manusia dan daya saing bangsa, maupun dapat menyesuaikan prioritas riset nasional mengenai Kesehatan, Sosial Humaniora, Pendidikan, Seni dan Budaya.

## LITERATUR REVIEW

Kajian ini memiliki pendekatan framework Pierre Bourdieu tentang teori habitus. Teori ini menjelaskan bahwa sekumpulan disposisi yang bertahan dan hidup dari suatu kondisi ke kondisi yang

lain. Dalam habitus terdapat banyak motivasi, pengetahuan, rutinitas, strategi dan keinginan yang mengarahkan kehidupan manusia.

Kaitannya dengan literasi makanan sehat pada peserta didik adalah dengan ekosistem pendidikan yang baik dapat menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan literasi makanan sehat peserta didik. Teori Ekologi Bronfenbrenner Namun dalam pengembangannya juga digunakan Teori Ekologi Bronfenbrenner yang mengemukakan bahwa individu akan dipengaruhi oleh lima sistem lingkungan yang berasal dari interaksi interpersonal terbuka hingga pengaruh berbasis luas budaya. Kelima sistem tersebut adalah mikrosistem, mesosistem, eksosistem, makrosistem, dan kronosistem. Artinya penting untuk menggunakan pendekatan Teori Ekologi Bronfenbrenner untuk melihat dampak dari keterlibatan ekosistem pendidikan berkaitan dengan upaya meningkatkan literasi makanan sehat pada peserta didik.

Identifikasi teori habitus dalam penelitian ini merupakan kemampuan individu-individu yang mengkonstruksi jaringan sosial serta perilaku bersama dalam pengembangan pendidikan utamanya berkaitan dengan keputusan lingkungan dalam menciptakan ekosistem pendidikan yang berpengaruh pada literasi makanan sehat. Kemampuan tersebut melibatkan aspek perilaku, keterikatan dan pola pikir, yang berhubungan antar individu dalam suatu sekolah dalam satu tujuan yang sama. Teori ini juga berguna untuk dimanfaatkan dalam menjelaskan nilai budaya dan sosial dalam suatu masyarakat yang berpengaruh pada pengembangan literasi khususnya berkaitan dengan topik riset mengenai literasi makanan sehat

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi pada pada 3 Sekolah Dasar, 3 Sekolah Menengah Pertama, dan 2 Sekolah Menengah Atas dan Kejuruan di Kota Surakarta untuk melihat pengalaman ekosistem sekolah

dalam meningkatkan literasi makanan sehat. Penguatan teknik studi pustaka secara *purposive* pada 10-15 jurnal dengan menggunakan kata kunci makanan sehat, kantin sehat, sekolah sehat dalam 5 tahun terakhir memiliki tujuan memperkuat konfirmasi data. Berbagai informasi dari media massa *online* juga digunakan untuk pendalaman data mengenai pembentukan ekosistem pendidikan dalam meningkatkan literasi makanan sehat pada beberapa sekolah di Kota Surakarta.

Pada awal proses penelitian, dilakukan kegiatan observasi untuk melihat secara umum aktivitas sosial yang nampak di lingkungan sekitar sekolah mengenai pembentukan ekosistem literasi makanan sehat. Proses observasi dilakukan secara *passive observer* pada berbagai sekolah penerima penghargaan adiwiyata, sekolah sehat, atau kantin sehat. Hal tersebut terlihat dari keputusan sekolah untuk membatasi siswa dalam mengkonsumsi makanan diluar kendali pihak sekolah dengan tidak memberi kesempatan penjual makanan diluar sekolah terutama para Pedagang Kaki Lima (PKL) untuk dapat menjual makanan di depan sekolah.

Dalam pertimbangan peneliti perlu dilakukan wawancara mendalam kepada 9 informan yang terlibat dalam berbagai kegiatan peningkatan literasi makanan sehat di sekolah masing-masing. Hal tersebut dilakukan sebagai hasil validasi atas hasil studi pustaka yang telah dilakukan untuk merepresentasikan *role modelling* sekolah yang responsif terhadap pembentukan peran ekosistem literasi makanan sehat yang baik. Berikut adalah tabel data informan:

Tabel 1. Informan berdasarkan Subjek, Jabatan, dan Tingkatan Sekolah

No	Subjek	Jabatan	Tingkatan Sekolah
----	--------	---------	-------------------

1	EN	Terlibat dalam kepengurusan PMR Sekolah Sehat	Sekolah Menengah Atas
2	AK	Guru BK dan terlibat dalam PJ UKS Sekolah	Sekolah Menengah Atas
3	AR	Koordinator Kesiswaan	Sekolah Dasar
4	LS	Kehumasan Sekolah	Sekolah Dasar
5	IP	Wakil Kepala Sekolah bidang Kurikulum	Sekolah Dasar
6	PWN	Kehumasan Sekolah	Sekolah Menengah Kejuruan
7	HDA	Guru	Sekolah Menengah Pertama
8	IWN	Guru	Sekolah Menengah Pertama

Sumber: Peneliti 2022

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Penguatan Literasi Makanan Sehat melalui Kantin Sehat

Pada dasarnya perkembangan sekolah sehat di Indonesia mendapatkan perhatian internasional dari UNICEF yang menyatakan dukungan luas terhadap pengembangan panduan untuk kantin sekolah. Pengembangan dilakukan UNICEF bersama berbagai pihak dari otoritas nasional, hal yang dapat dilakukan adalah konsultasi multisektor serta dapat memberikan rekomendasi terhadap kebijakan, program, dan sumber literatur mengenai kantin sekolah (Unicef, 2021). Kebijakan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak pasal 28 menjelaskan bahwa pelayanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja dapat dilakukan melalui usaha kesehatan sekolah maupun pelayanan kesehatan peduli remaja. Dari kebijakan tersebut hal

yang berkaitan dengan literasi makanan sehat adalah pembinaan kantin sekolah sehat serta pembinaan kader kesehatan sekolah.

Sekolah sebagai arena utama dalam membangun ekosistem pendidikan yang sehat telah melakukan proses internalisasi kepada peserta didik dengan memiliki keputusan yang tegas dengan menjaga perilaku siswa dalam mengkonsumsi makanan diluar sekolah terutama makanan yang dijual oleh para pedagang kaki lima di depan sekolah. Didapati bahwa beberapa sekolah setingkat SD, SMP, dan SMA di Surakarta masih memberikan kesempatan untuk pedagang kaki lima berjualan di depan sekolah. Makan makanan sehat termasuk unsur penunjang hidup sehat bagi anak yang memerlukan pembiasaan serta pengetahuan (Hardiningrum et al., 2021). Kegiatan belajar dapat terlaksana dengan optimal apabila peserta didik dalam keadaan sehat. Kesehatan warga sekolah menentukan efektifitas ekosistem Pendidikan dalam sekolah (Direktorat Sekolah Menengah Atas, 2020).

Dalam berbagai kesempatan informan dalam riset ini menyampaikan bahwa kerjasama antar pihak yang terlibat secara kelembagaan sekolah dan penanaman kesadaran mengenai pentingnya sekolah sehat bagi seluruh warga sekolah menjadi hal yang vital. Sekolah sehat akan berpengaruh terhadap peningkatan literasi makanan sehat. Dalam proses kelembagaan, sekolah juga bermitra dengan Dinas Kesehatan, Puskesmas, PMI, atau lembaga eksternal yang konsen mengenai dukungan sekolah sehat, serta

mendukung pelatihan bagi SDM di sekolah dengan dukungan tenaga medis. Bahkan informan EN menyampaikan bahwa sekolah menyediakan bilik khusus untuk konsultasi mengenai kesehatan bersama dokter. Hal tersebut sebagai upaya dalam memberikan pelayanan penguatan literasi sehat di sekolah. Kegiatan penguatan literasi dapat dilakukan melalui edukasi gizi seimbang, sanitasi makanan, kebutuhan gizi, serta sosialisasi makanan sehat bagi anak (Muwakhidah, 2021).

Hal lain disampaikan informan AK sebagai guru BK yang sekaligus pengurus UKS menyampaikan bahwa selama ini proses kelembagaan sekolah sehat terbantu karena kerjasama dengan Dinas Kesehatan, Puskesmas, maupun BPOM untuk memberikan arahan mengenai ketentuan kantin sehat berjalan dengan baik. Sejalan dengan informan AK, Informan AR dan LS yang berasal dari satu sekolah menyampaikan bahwa selama ini kantin sehat menjadi lebih optimal dikarenakan adanya penyuluhan dari lembaga luar kepada guru yang terlibat dalam pengelolaan kantin sehat di sekolah.

Berbagai program edukasi yang dilakukan oleh sekolah memberikan pengaruh bagi peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa dalam berkeputusan sehat (Indah et al., 2020). Pedoman khusus dapat dikembangkan oleh Pemerintah untuk kriteria kantin sekolah sehat yang mencakup kebersihan, keamanan makanan, kualitas nutrisi makanan dan minuman (Rachmadewi et al., 2021). Selain itu, Penguatan literasi dapat dilakukan melalui berbagai praktik metode, antara lain, kampanye kesehatan secara virtual di social

media, agar siswa dapat menjadi agen perubahan bagi peningkatan literasi makanan sehat utamanya bagi teman sebaya maupun lingkungannya (Tri Siswati, 2022).

### **Peran Ekosistem Warga Sekolah dalam proses habituasi**

Pendidikan dapat menjadi parameter maju atau tidaknya suatu bangsa berdasarkan atas sejauh mana tingkatan kualitas sumber daya manusia dari generasi mudanya. Ekosistem dan manajemen yang baik dari sekolah dalam mengimplementasikan aturan maupun penetapan kebijakan mampu menyongsong tercapainya fungsi serta tujuan pendidikan. Perwujudan kantin sehat sebagai salah satu wujud program sekolah merupakan salah satu implementasi dalam pemerhatian aspek maupun indikator-indikator secara lebih luas, kompleks dan komprehensif dalam proses penyelenggaraan pendidikan agar dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas.

Keberhasilan suatu program sekolah sehat merupakan kunci utama dalam menunjang kesuksesan dalam menerapkan pola hidup sehat di lingkungan sekolah. Menurut (Pradita, 2017), sekolah sehat adalah lingkungan hidup sehat baik secara fisik, mental, maupun sosial dari sekolah itu. Untuk itu, memelihara dan membina lingkungan menjadi sehat adalah tanggung jawab bersama, baik dari luar maupun dalam masyarakat sekolah. Pihak luar yang bertanggung jawab ini adalah pemerintah, orang tua peserta didik. Sedang warga sekolah adalah guru, staf, dan peserta didik itu sendiri.

Habituasi merupakan pembiasaan yang dilakukan untuk melakukan konstruksi atas kehidupan sosial yang terstruktur.

Kaitannya dengan sekolah, peningkatan pengetahuan akan makanan sehat menjadi aktivitas literasi yang penting dilakukan dalam ekosistem pendidikan di sekolah. Salah satu usaha literasi makanan sehat yang dapat dilakukan pendidik salah satunya dengan media kartu permainan yang ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah (Dita Ika Nurfila et al., 2022). Kegiatan tersebut dapat diinternalisasikan sejak dini agar siswa dapat menyesuaikan diri dengan perilaku sehat yang diwujudkan menjadi karakter diri dalam jangka panjang.

Program yang mendukung proses habituasi yang dijalankan sekolah tentu saja mendorong peserta didik dalam meningkatkan literasi makanan sehat, salah satunya yang disampaikan informan EN bahwa pada sekolahnya terdapat kegiatan "Isi Piringku" yang dilakukan dengan tujuan terjadinya pemantauan nilai gizi pada makanan yang dikonsumsi siswa dengan mewajibkan siswa membawa sarapan pagi yang terdapat sayur-sayuran dan buah-buahan. Kesadaran diri siswa mengenai kondisi sehat akan berpengaruh terhadap optimalnya aktivitas fisik dan pola makan sehat yang terjaga pada remaja (Niswah et al., 2017) Program sekolah sehat sendiri tidak hanya untuk peserta didik tetapi untuk seluruh warga sekolah yang mencakup guru, peserta didik, karyawan, bahkan orang tua juga bisa makan di kantin sehat. Selain itu, juga bisa dimanfaatkan oleh tamu dari luar yang berkunjung ke sekolah. Kantin sehat ini menjadi garda depan agar tercipta sumber pangan yang sehat. Berbagai peran dijalankan dengan baik antara peserta didik, guru, yayasan ataupun komite

sekolah. Siswa dapat mendukung proses habituasi dengan menginternalisasikan perilaku sehat dalam aktivitas keseharian. Orang tua juga harus terlibat aktif dalam pola konsumsi anak dalam kesehariannya diluar sekolah. Semua lapisan masyarakat perlu mendapatkan edukasi berkaitan pola gizi yang seimbang (Rahmi & Sugiatmi, 2022)

### **Habituasi Modal Sosial Budaya dan Pembentukan Ekologi Sehat**

Pembentukan ekosistem pendidikan yang memberikan perhatian terhadap kesehatan menjadi salah satu modal sosial dan budaya penting dalam kelembagaan sekolah sehat. Melalui proses observasi serta studi pustaka yang mendalam, salah satu sekolah dasar di Surakarta yang dijadikan *role model* sangat berperan dalam penguatan literasi makanan sehat.

Modal Sosial Budaya dibentuk melalui mekanisme kelembagaan sekolah sehat dengan membentuk tim pengelola kantin sekolah yang proaktif mengikuti uji kompetensi dan sertifikasi berkaitan ranah pangan sehat, pelatihan bagi pengelola kantin sekolah, proses sosialisasi standar kantin sekolah sehat, memberikan perhatian terhadap standar kantin sehat dengan membuat pedoman standar kantin sehat yang disusun bersama perwakilan dari pemerintah pusat, daerah, akademisi, dan pelaku usaha (Disdasmenska, 2020). Kehadiran antar stakeholder tertentu dalam pembentukan sekolah sehat dapat diidentifikasi sebagai kolaborasi struktur sosial eksternal.

Kerjasama yang dilakukan antar pemangku kepentingan sebagai agensi dan aktor utama dalam ekosistem pendidikan

membuktikan bahwa sekolah perlu memperhatikan struktur untuk menciptakan budaya sekolah sehat yang kuat. Sekolah juga kerap mendapatkan penghargaan tingkat nasional berkaitan ekosistem sekolah sehat yang diciptakan. Dalam hal ini sekolah dapat membuktikan diri bahwa sekolah harus tetap memperhatikan ranah kesehatan dalam praktik kelembagaan pendidikan. Dampak positifnya, secara simbolik sekolah yang memperhatikan ranah kesehatan yang baik akan mendapatkan kepercayaan dari elemen masyarakat luas.

Habituasi nilai-nilai sosial, sikap, perilaku ditunjukkan dalam terciptanya komunikasi terbuka antara pihak sekolah dan orangtua terhadap konsumsi makanan anak ketika berada di sekolah. Hal tersebut ditunjukkan dalam proses pemesanan makanan yang dilakukan mandiri oleh orang tua melalui sistem *form online* yang dibuat oleh sekolah. Melalui habituasi tersebut tercipta hubungan sosial yang didasari sikap saling kepercayaan (*mutual trust*) antara pihak sekolah dengan orang tua untuk menciptakan budaya sehat di sekolah. Habituasi literasi makanan sehat juga dilakukan melalui penciptaan budaya lingkungan sehat dengan tidak memberikan kesempatan untuk pedagang kaki lima berjualan di depan sekolah yang berpotensi memberikan risiko kepada peserta didik dikarenakan kualitas makanan yang belum teruji.

Dalam pendekatan teoretis ekologi, mikrosistem adalah lingkungan yang paling dekat dengan individu. Orang tua, teman, dan guru adalah yang paling dekat dari sudut pandang siswa. Disinilah peran orang tua menjadi penting

dalam mendidik anaknya untuk berperilaku sehat. Begitu pula peran orang tua untuk mendukung penuh pendidikan anaknya dengan memastikan mereka bersekolah di sekolah yang baik. Sementara itu, peran guru di sini adalah menginisiasi adanya sekolah sehat dan mengembangkan sekolah sehat sehinggalingkungan sekolah terus terjaga. Guru juga berperan aktif dalam mengajak siswa untuk membudayakan hidup sehat. Kemudian terdapat mesosistem yang didalamnya terdapat keterkaitan antar mikrosistem. Dalam optimalisasi literasi makanan sehat, mikrosistem dapat diidentifikasi pada setiap program sekolah yang memperhatikan kepeduliannya pada lingkungan sehat. Hal tersebut akan berdampak pada pembentukan ekosistem perilaku sehat siswa disamping dukungan program sekolah dan fasilitas yang diberikan kepada siswa. Setelah itu dapat diidentifikasi lebih lanjut melalui makrosistem dimana siswa mulai merasa nyaman dalam berperilaku sehat. Pada tahap akhir kronosistem dapat mempengaruhi keputusan siswa dalam berperilaku diluar sekolah, artika sudah terbentuk proses habituasi konsumsi akan makanan sehat.

Dalam perkembangannya, usaha literasi makanan sehat banyak mendapatkan tantangan utamanya ketika siswa berada diluar sekolah. Mayoritas pedagang yang berjualan diluar sekolah sebelum pandemi. Hal tersebut menjadi salah satu tantangan sekaligus menjadi alasan mengapa perlu didirikan adanya sekolah sehat. Beberapa sekolah tegas melarang PKL untuk tidak berjualan di depan sekolah serta beberapa sekolah tetap

memperhatikan para pedagang tersebut dengan cara memberikan satu wadah berupa paguyuban yang kemudian juga dilakukan sosialisasi untuk memberikan pemahaman kepada para pedagang. Para pedagang juga bisa menitipkan dagangannya dengan syarat harus diuji dari BPOM.

Literasi makanan sehat dimulai dari perhatian lebih terhadap keberadaan kantin yang berperan penting dalam program lingkungan sehat anak. Menurut informan HDA, di sekolahnya sudah memenuhi standar kesehatan, seperti makanan yang disajikan fresh, tidak menggunakan bahan yang berbahaya, serta mengurangi penggunaan plastik dengan gelas minum dan tumblr. Selain itu, lingkungan sekolah juga memilah sampah organik dan anorganik serta meminimalisir penggunaan plastik. Proses sosialisasi literasi makanan sehat yang diberikan kepada siswa dalam mengadaptasi nilai-nilai, peraturan serta kebijakan yang ada terkait dengan terbentuknya lingkungan sekolah sehat menjadi hal yang vital. Selain itu, dampak literasi makanan sehat akan berkembang pada aspek lain seperti program pil tambah darah yang bekerja sama dengan puskesmas terdekat, projek-projek lingkungan bersih yang diinisiatifkan oleh masing-masing guru pelajaran contohnya projek bak sampah, sosialisasi isu-isu kesehatan seperti pentingnya menjaga pola makan dan minum vitamin, membentuk sekolah hijau dan sehat. Perilaku lingkungan hijau pada anak dapat mengembangkan ekoliterasi yaitu implikasi, pengetahuan ekologi, anak menyadari masalah lingkungan untuk dapat memiliki tanggung jawab



atas kondisi lingkungan (Lestari & Siskandar, 2020).

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

Literasi makanan sehat erat kaitannya dengan pembentukan ekologi pada program sekolah sehat. Proses Habitulasi pada modal sosial budaya memperkuat pendekatan teori ekologi menurut Uri Bronfenbrenner yang memiliki lima sistem lingkungan berlapis yang saling berkaitan dapat dijelaskan mulai dari mikrosistem (peran orang tua dan guru terhadap kesehatan anak), mesosistem (keterkaitan antara lingkungan sekolah dengan lingkungan luar sekolah), ekosistem (program, fasilitas, dukungan lingkungan sekolah mempengaruhi kenyamanan siswa dan guru), makrosistem (siswa memiliki keputusan perilaku sehat), dan kronosistem (proses habituasi siswa terbiasa hidup sehat dalam ekologi sehat).

Adanya sekolah sehat ini, dapat membantu optimalisasi literasi makanan sehat serta dapat dijadikan refleksi untuk menghadapi tantangan pandemi Covid-19 yang terjadi dan dapat menjadi rolemodel yang baik antar sekolah. Habitulasi yang dapat dilakukan adalah membentuk modal sosial budaya pada sekolah untuk beradaptasi dalam mewujudkan sekolah sehat sesuai arahan pemerintah, serta memaksimalkan keterlaksanaan program-program sehat. Salah satunya yaitu terwujudnya sekolah yang sehat, bersih, aman, dan nyaman.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Branje, S., & Morris, A. S. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Adolescent Emotional, Social, and Academic Adjustment. *Journal of Research on*

*Adolescence*, 31(3), 486–499.

<https://doi.org/10.1111/jora.12668>

Clemente-Suárez, V. J., Dalamitros, A. A., Beltran-Velasco, A. I., Mielgo-Ayuso, J., & Tornero-Aguilera, J. F. (2020). Social and Psychophysiological Consequences of the COVID-19 Pandemic: An Extensive Literature Review. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 11). Frontiers Media S.A.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.580225>

Czenczek-Lewandowska, E., Wszyńska, J., Leszczak, J., Baran, J., Weres, A., Mazur, A., & Lewandowski, B. (2021). Health behaviours of young adults during the outbreak of the Covid-19 pandemic – a longitudinal study. *BMC Public Health*, 21(1).

<https://doi.org/10.1186/s12889-021-11140-w>

Dan, T. (n.d.). *Laporan Tahunan 2021*. [www.unicef.or.id](http://www.unicef.or.id)

*Direktorat Kantin Sehat SMA*. (n.d.).

Dita Ika Nurfila, Septriana, & Endri Yulianti. (2022). Pengaruh Permainan Kartu Kuartet terhadap Pengetahuan tentang Sayur dan Buah pada Siswa Sekolah Dasar. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 287–293.

<https://doi.org/10.55123/seh-atmas.v1i3.619>

Durankuş, F., & Aksu, E. (2020). Effects of the COVID-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in

- pregnant women: a preliminary study. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 1–7. <https://doi.org/10.1080/14767058.2020.1763946>
- Dyna, F., Putri, V. D., & Indrawati, D. (2018). Hubungan Perilaku Komsumsi Jajanan Pada Pedagang Kaki Lima Dengan Kejadian Diare. *Jurnal Endurance*, 3(3), 524. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.3097>
- Edukatif Sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Seimbang Bagi Siswa Muhammadiyah Karanggayam Simo Boyolali, K. M., Nur Widiyaningsih, E., Sofyan, A., Essyana Kinzki, H., & Khaqiqi, Z. (n.d.). *Educational Catering As Achievement Of Balanced Nutrition For MI Muhammadiyah Karanggayam Students Simo Boyolali* (Vol. 3, Issue 2). <https://ejournal.stikesmuhgo.mbong.ac.id/index.php/EMPA TI>
- Hardiningrum, A., Hakim, A., Fasha, Z., & Zahroh, C. (2021). *PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI MASA PANDEMI COVID-19* (Vol. 5, Issue 1).
- Indah, N., Poltekkes, A., & Mulia, B. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Makanan Jajanan terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dalam Pemilihan Makanan Jajanan pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Madegondo Grogol The Effect of Health Education Food Snack of Knowledge, Attitude and Behaviour in Choosing Snack Food for Elementary School Students 01 Madegondo Grogol. In *IJMS-Indonesian Journal On Medical Science* (Vol. 7, Issue 2).
- Lestari, H., & Siskandar, R. (2020). Cultivating Green Behavior of Eco Literation-Based Elementary School Students during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 7(1), 49. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v7i1.477>
- Mattioli, A. v., Sciomer, S., Cocchi, C., Maffei, S., & Gallina, S. (2020). Quarantine during COVID-19 outbreak: Changes in diet and physical activity increase the risk of cardiovascular disease. In *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases* (Vol. 30, Issue 9, pp. 1409–1417). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2020.05.020>
- Niswah, S. R., Soemanto, R. B., & Murti, B. (n.d.). *Niswah et al./ Factors Associated with Overweight and Obesity in Adolescents Factors Associated with Overweight and Obesity in Adolescents in Kartasura, Central Java*. <https://doi.org/thejhp.2016.02.03.02>
- Pradita 2017. (n.d.). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2020*. (n.d.).
- Rachmadewi, A., Soekarjo, D., Maehara, M., Alwi, B., Mulati, E., & Rah, J. H. (2021). School Canteens in Selected Areas in Indonesia: A Situation Analysis. *Food and*

*Nutrition Bulletin*, 42(2), 225–246.

<https://doi.org/10.1177/03795721211008021>

Rahmi, R., & Sugiati, S. (2022). Edukasi Gizi Seimbang di Masa Pandemi Covid-19 pada Anak. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 3(1), 46–50. <https://doi.org/10.36590/jagri.v3i1.239>

Tri Siswati 2022 *LITERASI REMAJA SEHAT*. (n.d.).

Yang, Y., Lu, Y., Yang, L., Gou, Z., & Liu, Y. (2021). Urban greenery cushions the decrease in leisure-time physical activity during the COVID-19 pandemic: A natural experimental study. *Urban Forestry and Urban Greening*, 62. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2021.127136>