

## Edukasi Bahaya Jajanan Sembarangan

**Dwi Helynarti Syurandhari<sup>1</sup> Elyana Mafticha<sup>2</sup> Asih Media Yuniarti<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Majapahit Mojokerto

**Email:** [dwihelynarti@gmail.com](mailto:dwihelynarti@gmail.com)

Diterima : 29 Januari 2026

Direvisi: 14 Februari 2026

Disetujui: 6 Februari 2026

Tersedia online: 25 Februari 2026

### ABSTRAK

Kesehatan anak merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu faktor utama yang mempengaruhi kesehatan anak adalah kebiasaan memilih jajanan yang sehat. Namun, jajanan yang dijual di sekitar sekolah sering kali mengandung bahan berbahaya yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan anak-anak. Untuk itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemilihan jajanan sehat melalui metode ceramah edukasi, diskusi kelompok, permainan edukasi, dan demonstrasi langsung. Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada di kategori Cukup dan Kurang, sementara hasil post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan, hampir seluruh yaitu 28 siswa (93.33%) berhasil mencapai kategori Baik. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pemilihan jajanan yang sehat. Berdasarkan teori pembelajaran aktif dan berbasis pengalaman, metode yang diterapkan dalam kegiatan ini terbukti berhasil memotivasi siswa untuk membuat pilihan yang lebih baik terkait dengan jajanan yang mereka konsumsi. Secara keseluruhan, kegiatan ini dapat dijadikan model dalam pengembangan edukasi gizi untuk anak-anak di sekolah-sekolah di Indonesia.

**Kata Kunci:** Siswa Jajanan Sehat, Edukasi Gizi, Kesehatan Anak, Pembelajaran Aktif.

### ABSTRACT

*Children's health is one of the important aspects in the development of quality human resources. One of the main factors affecting children's health is the habit of choosing healthy snacks. However, snacks sold around schools often contain harmful substances that can have a negative impact on children's health. Therefore, this community service activity aims to enhance students' knowledge about choosing healthy snacks through methods such as educational lectures, group discussions, educational games, and direct demonstrations. The pre-test results show that most students were in the Satisfactory and Poor categories, while the post-test results show significant improvement, with almost all students, 28 out of 30 (93.33%), achieving the Good category. This indicates that the educational methods used were highly effective in improving students' understanding of how to select healthy snacks. Based on active and experiential learning theories, the methods applied in this activity have proven successful in motivating students to make*

*better choices regarding the snacks they consume. Overall, this activity can be used as a model in developing nutritional education for children in schools across Indonesia.*

**Keywords:** *Students, Healthy Snacks, Nutrition Education, Children's Health, Active Learning.*

## 1. PENDAHULUAN

Masalah jajanan sembarangan yang mengandung bahan berbahaya dan berisiko terhadap kesehatan anak menjadi isu yang mendesak untuk diselesaikan. Keberadaan jajanan yang tidak memenuhi standar kesehatan di sekitar sekolah meningkatkan risiko gangguan kesehatan pada anak-anak, seperti keracunan makanan, obesitas, dan penyakit tidak menular lainnya. Tidak hanya itu, fenomena gagal ginjal akut misterius yang terjadi pada anak-anak semakin menunjukkan bahwa masalah ini perlu ditangani secara serius. Kurangnya pengawasan dan edukasi kepada anak-anak mengenai pentingnya pola makan sehat memperburuk keadaan ini. Oleh karena itu, solusi terhadap masalah ini sangat diperlukan agar kesehatan anak-anak dapat terjaga dan masalah kesehatan terkait jajanan sembarangan dapat diminimalkan.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa lebih dari 40% anak-anak di seluruh dunia mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2023, yang sebagian besar disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sehat, termasuk konsumsi makanan olahan dan jajanan yang tinggi gula, lemak, dan garam. UNICEF (2023) melaporkan bahwa sekitar 50% anak-anak di negara berkembang mengonsumsi makanan ringan atau jajanan yang mengandung bahan berbahaya atau tidak aman dalam kandungannya, seperti pemanis buatan dan zat pengawet yang dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang. PBB (2024) mengungkapkan bahwa lebih dari 30% anak-anak global mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung bahan kimia berbahaya, yang menyebabkan gangguan kesehatan seperti keracunan makanan dan gangguan pencernaan akut.

Meningkatnya Kasus Kesehatan Terkait Jajanan Sembarangan: Berdasarkan data dari BPOM 2024, jumlah kasus keracunan makanan yang disebabkan oleh konsumsi jajanan sembarangan di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan lebih dari 10.000 kasus per tahun yang tercatat sejak 2020. Jajanan yang mengandung bahan berbahaya seperti boraks, formalin, dan pewarna tekstil terus ditemukan pada produk-produk yang dijual di sekitar sekolah anak-anak.

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi obesitas pada anak usia 5–12 tahun mencapai 8,8%, yang menunjukkan peningkatan masalah gizi buruk di kalangan anak-anak Indonesia akibat konsumsi jajanan yang tidak sehat. 99% anak Indonesia mengonsumsi jajanan di sekitar sekolah, namun 45% jajanan yang dijual di sekitar sekolah tidak memenuhi standar keamanan pangan yang ditetapkan oleh BPOM (Badan Pengawas Obat dan Makanan) pada tahun 2023.

Di Jawa Timur, data dari BPOM 2023 menunjukkan bahwa 15% jajanan yang dijual di sekitar sekolah tidak memenuhi standar kesehatan dan kebersihan yang ditetapkan oleh BPOM. Jawa Timur merupakan salah satu provinsi dengan

konsentrasi tinggi jajanan tidak sehat di sekitar sekolah, yang meningkatkan risiko gangguan kesehatan pada anak-anak. Profil Kesehatan Kabupaten Mojokerto Tahun 2024 mencatat bahwa konsumsi jajanan sembarangan berkontribusi pada masalah kesehatan anak di daerah tersebut, meskipun data spesifik mengenai pedagang jajanan berizin atau tidak belum tersedia secara terpisah. Data hasil pengawasan pangan BPOM/BBPOM di wilayah Jawa Timur menunjukkan bahwa sejumlah produk jajanan di sekitar sekolah masih belum memenuhi standar keamanan pangan, yang berpotensi meningkatkan risiko gangguan kesehatan pada anak-anak. Oleh karena itu, pengawasan terhadap jajanan sekolah di Kabupaten Mojokerto harus ditingkatkan.

Pada usia sekolah dasar, khususnya siswa kelas 6, anak-anak berada dalam masa pertumbuhan yang pesat, baik secara fisik, intelektual, maupun emosional. Pada masa ini, kebutuhan gizi yang seimbang dan asupan makanan yang aman sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang yang optimal (Sari dkk., 2024). Namun, dengan perkembangan zaman dan perubahan pola konsumsi, anak-anak kini dihadapkan pada berbagai pilihan jajanan yang tidak semuanya memenuhi standar kesehatan dan keamanan pangan. Fenomena jajanan sembarangan yang dijual bebas di sekitar sekolah menjadi perhatian serius. Jajanan ini sering kali tidak memenuhi standar kebersihan dan kualitas yang aman untuk dikonsumsi. Berdasarkan penelitian Prabawati & Utami (2020), beberapa jajanan anak mengandung zat berbahaya seperti boraks, formalin, pewarna tekstil (rhodamin B dan methanil yellow), serta pemanis buatan berlebihan. Zat-zat berbahaya ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan dalam jangka pendek, seperti keracunan, mual, diare, dan gangguan pencernaan, serta dalam jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan ginjal, hati, bahkan kanker (Pertiwi dkk., 2025).

Selain masalah keracunan makanan, obesitas juga menjadi dampak signifikan dari konsumsi jajanan sembarangan dan pola makan yang tidak sehat. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, status gizi anak usia 5–12 tahun menunjukkan bahwa sekitar 11,9% anak tergolong gemuk dan 7,8% mengalami obesitas, sehingga totalnya mencapai sekitar 19,7% anak usia sekolah dengan kelebihan berat badan dan obesitas. Kondisi ini mencerminkan peningkatan masalah gizi seimbang pada anak-anak Indonesia akibat konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak yang dominan dalam jajanan tidak sehat di sekitar sekolah serta pola hidup sedentari. Tren ini sesuai dengan temuan UNICEF 2024 bahwa satu dari lima anak sekolah di Indonesia mengalami overweight atau obesitas, yang mengindikasikan tren kenaikan prevalensi obesitas di kalangan anak secara nasional. Kelebihan berat badan dan obesitas pada masa kanak-kanak meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes tipe 2, hipertensi, dan gangguan metabolisme lainnya yang dapat berlangsung hingga dewasa, yang pada akhirnya memperberat beban kesehatan masyarakat.

Fenomena gagal ginjal akut misterius yang sempat merebak di kalangan anak-anak Indonesia semakin menguatkan urgensi terkait masalah jajanan sembarangan. Meskipun penyebab pastinya masih dalam penyelidikan, konsumsi makanan yang mengandung bahan berbahaya seperti etilen glikol dan dietilen glikol telah menjadi sorotan penting dalam mencegah masalah kesehatan serupa (Rahmawati dkk., 2020).

Fenomena ini menunjukkan bahwa masalah terkait keamanan makanan di kalangan anak-anak semakin memerlukan perhatian lebih besar dari berbagai pihak, baik pemerintah maupun masyarakat.

Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk memberikan edukasi mengenai pola makan yang sehat. Harahap & Mutiara (2019) menjelaskan bahwa banyak anak-anak lebih tertarik pada jajanan dengan warna mencolok, rasa yang kuat, dan bentuk yang unik tanpa mempertimbangkan kandungan gizinya. Hal ini diperparah dengan kurangnya pengawasan dari orang tua dan guru, serta minimnya edukasi tentang makanan sehat. Oleh karena itu, pendidikan gizi di sekolah sangat penting untuk membentuk kebiasaan makan yang baik sejak dini. Penelitian oleh Rahman & Irmayani (2021) menyarankan pendekatan edukatif yang menyenangkan, seperti permainan interaktif dan media visual, untuk meningkatkan pemahaman anak-anak mengenai pentingnya memilih makanan yang sehat dan bergizi. Pendekatan yang menasar langsung anak-anak dengan cara yang menyenangkan melalui penyuluhan dan permainan edukatif diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan kebiasaan sehat sejak dini.

## **2. METODE**

Kegiatan "Edukasi Bahaya Jajanan Sembarangan" akan dilaksanakan di MI Hidayatur Rohim Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini berlangsung di ruang kelas (kelas 6), dengan melibatkan 30 siswa sebagai peserta. Durasi Kegiatan: 4 Bulan (Maret – Juni 2025), untuk mendukung kelancaran kegiatan edukasi, berikut adalah alat dan bahan yang diperlukan : Alat Presentasi, Bahan Presentasi, Alat Permainan Edukasi, Alat untuk Demonstrasi dan Alat Evaluasi dan Umpan Balik

Pelaksanaan Kegiatan pengabdian ini yaitu : Sosialisasi Awal dan Pre-test, Ceramah Edukasi dan Presentasi Visual, Diskusi Kelompok dan Studi Kasus, Permainan Edukasi (Games) "Pilih Jajanan Sehat!", "Kuis Gizi!" dan Demonstrasi Cara Memilih Jajanan Sehat. selanjutnya Sesi Tanya Jawab, Pemberian Lembar Kerja dan Evaluasi Lembar Kerja., Pemberian Sertifikat dan Materi Edukasi, Evaluasi dan Feedback.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **a. Hasil Pengabdian**

Berikut ini adalah hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di MI Hidayatur Rohim Kec. Sooko Kabupaten Mojokerto :



**Gambar 1. MI Hidayatur Rohim Kec. Sooko Kabupaten Mojokerto**

#### 1) Sosialisasi Awal dan Pre-test

Pada tahap **sosialisasi** awal, topik bahaya jajanan sembarangan diperkenalkan kepada 30 siswa melalui pembukaan yang interaktif. Sebelum materi edukasi dimulai, dilakukan **pre-test** untuk mengukur pengetahuan awal siswa tentang jajanan sehat dan bahaya jajanan sembarangan.

Hasil Pre-test: Nilai rata-rata pre-test untuk 30 siswa adalah 55%, menunjukkan bahwa pengetahuan mereka tentang topik ini masih rendah pada awal kegiatan.

**Tabel 1. Hasil Pre-Test Edukasi Bahaya Jajanan Sembarangan di MI Hidayatur Rohim Kec. Sooko Kabupaten Mojokerto**

No.	Pengetahuan	Pre Test	
		f	%
1.	Baik	3	10.00
2.	Cukup	13	43.33
3.	Kurang	14	46.67
Jumlah		30	100

Hasil Pre-test menunjukkan tingkat pemahaman awal siswa mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat. Sebelum mengikuti kegiatan edukasi, hampir setengahnya siswa berada dalam kategori Cukup yaitu 13 siswa (43.33%) dan Kurang yaitu 14 siswa (46.67%). Ini menunjukkan bahwa banyak siswa yang belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai risiko kesehatan yang disebabkan oleh konsumsi jajanan sembarangan. Siswa-siswa ini mungkin belum mengetahui bahan berbahaya dalam jajanan, seperti boraks, formalin, dan pewarna tekstil, atau belum memahami betapa pentingnya mengonsumsi jajanan yang bergizi.

Beberapa siswa yang masuk dalam kategori Cukup memiliki pengetahuan dasar mengenai konsep jajanan sehat, namun mereka masih

belum sepenuhnya memahami bagaimana memilih jajanan yang sehat dan aman. Hal ini juga tercermin dari nilai yang lebih rendah di *pre-test*, yang menunjukkan kurangnya pemahaman mendalam sebelum mengikuti program edukasi.

## 2) Ceramah Edukasi dan Presentasi Visual

Setelah sosialisasi awal, dilakukan ceramah edukasi dengan menggunakan *slide PowerPoint* dan video animasi untuk menjelaskan lebih lanjut mengenai bahaya jajanan sembarangan, serta cara memilih jajanan yang sehat dan menggambarkan perbedaan antara jajanan sehat dan tidak sehat.

## 3) Diskusi Kelompok dan Studi Kasus

Siswa dibagi ke dalam 6 kelompok untuk melakukan diskusi kelompok dan studi kasus mengenai jajanan yang mereka konsumsi sehari-hari. Setiap kelompok diberikan studi kasus berupa **contoh** jajanan yang ada di sekitar mereka dan diminta untuk mendiskusikan apakah jajanan tersebut sehat atau tidak, untuk mendorong siswa untuk lebih kritis dalam memilih jajanan dan belajar untuk menganalisis bahan makanan. Hasil diskusi 30 siswa aktif dalam diskusi kelompok dan memberikan pendapat mengenai jajanan yang sehat dan tidak sehat berdasarkan apa yang mereka pelajari. Semua siswa berpartisipasi aktif dalam diskusi, menunjukkan bahwa mereka mulai lebih berpikir kritis tentang pilihan jajanan yang mereka konsumsi.



**Gambar 2. Diskusi Kelompok dan Studi Kasus**

## 4) Permainan Edukasi (Games)

Setelah diskusi, dilanjutkan dengan permainan edukasi berupa kuis dan permainan pemilihan jajanan sehat, di mana siswa diminta untuk memilih antara jajanan sehat dan jajanan tidak sehat berdasarkan pengetahuan yang mereka dapatkan dengan menggunakan kartu-kartu gambar jajanan dan meminta siswa untuk memilih gambar jajanan yang sehat berdasarkan informasi yang telah dipelajari.

#### 5) Demonstrasi Cara Memilih Jajanan Sehat

Setelah permainan edukasi, dilakukan demonstrasi langsung mengenai cara memilih jajanan sehat. Dalam demonstrasi ini, siswa diajarkan untuk memeriksa label makanan, seperti tanggal kadaluarsa dan logo BPOM dengan menggunakan contoh jajanan sehat dan tidak sehat yang tersedia di sekitar mereka.



**Gambar 3. Demonstrasi Cara Memilih Jajanan Sehat**

#### 6) Sesi Tanya Jawab

Pada akhir kegiatan, dilakukan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengajukan pertanyaan atau mengklarifikasi hal-hal yang mereka tidak pahami selama sesi edukasi. Pertanyaan yang sering diajukan berkaitan dengan jenis makanan sehat dan cara menghindari jajanan berbahaya.



**Gambar 4. Sesi Tanya Jawab**

#### 7) Pemberian Lembar Kerja dan Evaluasi

Setelah sesi tanya jawab, siswa diberikan lembar kerja yang berisi soal-soal tentang pilihan makanan sehat dan bahaya jajanan sembarangan. Evaluasi ini digunakan untuk mengukur sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang telah dipelajari. Semua siswa menyelesaikan lembar

kerja dengan baik, dan hasilnya sebagian besar menunjukkan pemahaman yang tinggi mengenai pilihan makanan sehat.

**Tabel 2. Hasil Post-Test Edukasi Bahaya Jajanan Sembarangan di MI Hidayatur Rohim Kec. Sooko Kabupaten Mojokerto**

No.	Pengetahuan	Post Test	
		f	%
1.	Baik	28	93.33
2.	Cukup	2	6.67
3.	Kurang	0	0.00
Jumlah		30	100

Hasil Post-test menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang difokuskan pada pemilihan jajanan sehat. Hampir seluruh yaitu 28 siswa (93.33%) berhasil naik ke kategori Baik, sementara hanya 6.67% yang tetap berada di kategori Cukup.

Perubahan ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan melalui ceramah, diskusi kelompok, permainan edukasi, dan demonstrasi langsung sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Dengan pengetahuan yang lebih baik mengenai bahan berbahaya, pentingnya memilih jajanan sehat, dan cara memilih jajanan yang aman, siswa kini lebih siap untuk membuat keputusan yang lebih sehat mengenai apa yang mereka konsumsi.

Berikut adalah tabel data hasil Pre-test dan Post-test untuk 30 siswa, yang menunjukkan nilai awal (Pre-test) dan nilai setelah mengikuti kegiatan edukasi (Post-test).

**Tabel 3. Rekap Hasil Pre-test dan Post-test Edukasi Bahaya Jajanan Sembarangan di MI Hidayatur Rohim Kec. Sooko Kabupaten Mojokerto**

No.	Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		f	%	f	%
1.	Baik	3	10.00	28	93.33
2.	Cukup	13	43.33	2	6.67
3.	Kurang	14	46.67	0	0.00
Jumlah		30	100	30	100

Perbandingan *Pre-test* dan *Post-test* mengungkapkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa tentang jajanan sehat setelah mengikuti kegiatan edukasi. Berikut adalah poin-poin kunci dalam interpretasi:

Sebelum kegiatan edukasi, hanya sebagian kecil yaitu 3 siswa (10%) yang berada di kategori Baik, namun setelah kegiatan, hampir seluruh yaitu 28 siswa (93.33%) berhasil naik ke kategori Baik. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang pemilihan jajanan sehat, yang tercermin dalam peningkatan nilai mereka di

post-test. hampir setengahnya yaitu 14 siswa (46.67%) berada di kategori Kurang pada pre-test, namun setelah edukasi, tidak ada siswa yang masih berada di kategori Kurang pada post-test. Semua siswa yang sebelumnya berada di kategori ini berhasil naik ke Cukup atau Baik. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan dasar siswa mengenai makanan yang sehat. Meskipun sebagian besar siswa berhasil mencapai kategori Baik, sebagian kecil yaitu 2 siswa (6.67%) yang tetap berada di kategori Cukup. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada peningkatan, masih ada ruang untuk penguatan materi atau pengalaman praktis lebih lanjut yang dapat membantu siswa memahami lebih dalam tentang pemilihan jajanan yang sehat.

## **b. Pembahasan**

Pada bagian ini, hasil dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai edukasi bahaya jajanan sembarangan akan dibahas secara lebih rinci. Pembahasan ini mencakup analisis mendalam terkait efektivitas materi edukasi, peningkatan pengetahuan siswa, dampak kegiatan terhadap perubahan pola makan siswa.

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, berbagai metode edukasi diterapkan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan edukasi ini. Pembahasan ini akan menghubungkan hasil tes dengan setiap metode edukasi yang diterapkan, serta dampaknya terhadap pemahaman siswa mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat.

### **1) Ceramah Edukasi dan Presentasi Visual**

Ceramah edukasi disampaikan oleh pengajar untuk memberikan pemahaman dasar kepada siswa mengenai konsep jajanan sehat dan jajanan tidak sehat. Presentasi visual berupa gambar, video, dan infografis digunakan untuk memperjelas materi yang disampaikan. Materi meliputi bahaya mengonsumsi jajanan yang mengandung bahan berbahaya seperti boraks, formalin, dan pewarna tekstil.

Menurut Bandura (1986) dalam Teori Belajar Sosial, visualisasi dan penyampaian informasi melalui model-model yang mudah dipahami (seperti gambar atau video) dapat memperkuat pemahaman seseorang terhadap suatu topik. Hal ini juga mengindikasikan bahwa media visual mempercepat proses belajar, karena dapat menarik perhatian dan membantu siswa untuk lebih mudah mengingat informasi.

Penelitian oleh Prabawati & Utami (2020) menyatakan bahwa penggunaan media visual dalam pengajaran kesehatan dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang kebersihan pangan dan bahaya mengonsumsi jajanan tidak sehat. Dalam hal ini, ceramah yang dilengkapi dengan presentasi visual terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dasar

siswa.

## 2) Diskusi Kelompok dan Studi Kasus

Diskusi kelompok dan studi kasus memberikan kesempatan kepada siswa untuk menganalisis situasi nyata mengenai pemilihan jajanan sehat. Dalam sesi ini, siswa dibagi ke dalam kelompok kecil dan diberikan studi kasus yang berkaitan dengan pemilihan jajanan sehat. Setiap kelompok diminta untuk menganalisis kasus, mendiskusikan potensi masalah, serta memberikan solusi yang dapat diterapkan untuk memilih jajanan yang lebih sehat.

Teori Konstruktivisme yang dikembangkan oleh Vygotsky (1978) menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif terjadi ketika siswa aktif berinteraksi dan membangun pengetahuan mereka melalui diskusi dan kolaborasi. Dalam konteks ini, diskusi kelompok memungkinkan siswa untuk membangun pemahaman mereka dengan berbagi pengetahuan, serta berpikir kritis dalam menyelesaikan masalah.

Penelitian oleh Kusuma & Pratama (2019) menunjukkan bahwa diskusi kelompok dalam pengajaran kesehatan sangat efektif dalam membantu siswa memahami isu yang kompleks, seperti pemilihan makanan sehat, karena memberikan mereka kesempatan untuk berdiskusi dan bertukar ide tentang praktik terbaik.

Sebelum diskusi kelompok, banyak siswa yang masih memiliki pemahaman dasar yang terbatas tentang bahaya jajanan sembarangan. Nilai pre-test menunjukkan banyak siswa yang berada dalam kategori Kurang dan Cukup. Namun, setelah mengikuti diskusi kelompok dan studi kasus, hasil post-test menunjukkan bahwa banyak siswa berhasil naik ke kategori Baik. 93.33% siswa berada di kategori Baik, sementara hanya 6.67% yang tetap di Cukup.

## 3) Permainan Edukasi (Games)

Permainan edukasi digunakan untuk membuat proses belajar lebih menyenangkan dan interaktif. Dalam permainan ini, siswa diminta untuk memilih jajanan sehat dari berbagai gambar yang ditampilkan, serta menjawab pertanyaan terkait manfaat bahan makanan sehat.

Teori Pembelajaran Aktivitas oleh Piaget (1952) mengemukakan bahwa pembelajaran yang melibatkan interaksi aktif dan permainan memungkinkan siswa untuk mengasimilasi dan mengakomodasi pengetahuan mereka secara lebih efektif. Permainan edukasi yang menyenangkan membantu meningkatkan motivasi siswa dan mempercepat pemahaman materi.

Penelitian oleh Rahman & Irmayani (2021) menunjukkan bahwa permainan edukatif dapat meningkatkan keterlibatan siswa, serta membantu mereka untuk mengingat informasi dengan cara yang menyenangkan. Dalam hal ini, permainan edukasi berfungsi sebagai alat untuk memperkuat

pembelajaran dan memastikan siswa memahami konsep jajanan sehat dengan cara yang interaktif.

#### 4) Demonstrasi Cara Memilih Jajanan Sehat

Demonstrasi langsung dilakukan untuk memberikan contoh nyata yang dapat langsung dipraktikkan oleh siswa tentang cara memilih jajanan yang sehat di pasar atau warung. Siswa diperkenalkan dengan cara membaca label makanan, memeriksa izin edar, dan mengenali bahan berbahaya yang sering digunakan dalam jajanan tidak sehat.

Teori Pembelajaran Sosial oleh Bandura (1986) menjelaskan bahwa demonstrasi langsung adalah metode yang sangat efektif karena memungkinkan siswa untuk melihat dan meniru tindakan yang benar. Dalam hal ini, demonstrasi memberikan contoh konkret yang mudah dipahami oleh siswa.

Penelitian oleh Pratiwi & Ramadhan (2020) menunjukkan bahwa demonstrasi langsung mengenai cara memilih makanan sehat memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan siswa untuk menerapkan pengetahuan tersebut di kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, dapat disimpulkan bahwa metode edukasi yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat. Sebelum kegiatan edukasi, sebagian besar siswa berada di kategori Kurang dan Cukup. Namun, setelah mengikuti sesi ceramah, diskusi kelompok, permainan edukasi, dan demonstrasi, **hampir seluruh yaitu 28 siswa (93.33%)** berhasil naik ke kategori Baik pada post-test, sementara hanya 6.67% yang tetap berada di kategori Cukup.

## 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terlihat adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat. Sebelum kegiatan edukasi, sebagian besar siswa berada di kategori Cukup dan Kurang, namun setelah mengikuti sesi ceramah edukasi, diskusi kelompok, permainan edukasi, dan demonstrasi, hampir seluruh yaitu 28 siswa (93.33%) berhasil naik ke kategori Baik pada post-test, sementara hanya sebagian kecil yaitu 2 siswa (6.67%) yang tetap berada di kategori Cukup.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode yang diterapkan, yang melibatkan pendekatan aktif dan berbasis pengalaman, sangat efektif dalam membantu siswa memahami pentingnya memilih jajanan yang sehat dan aman. Metode seperti ceramah, permainan, dan demonstrasi memberi siswa pemahaman yang lebih mendalam dan aplikatif mengenai kebiasaan makan sehat. Meskipun hasil yang diperoleh sangat positif, beberapa siswa masih berada di kategori Cukup, yang menunjukkan bahwa mereka memerlukan lebih banyak bimbingan atau pengalaman

praktis dalam memilih jajanan sehat. Untuk itu, kegiatan edukasi ini sebaiknya diteruskan secara berkelanjutan dan melibatkan orang tua untuk memperkuat dampak positif yang telah dicapai.

Saran untuk peningkatan kegiatan ini meliputi peningkatan keterlibatan orang tua dalam edukasi gizi, penyuluhan yang lebih sering di sekolah, serta penyediaan jajanan sehat yang lebih terjangkau dan aman di sekitar sekolah. Evaluasi berkelanjutan dan pemanfaatan teknologi edukasi juga sangat disarankan untuk memastikan program ini dapat berkembang lebih jauh dan memberikan dampak yang lebih luas bagi anak-anak di Indonesia.

## 5. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan pada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit yang telah berkenan memberikan dukungan dalam pelaksanaan program pengabdian bagi dosen serta Kepala Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat dan ketua LPPM yang telah mendukung terlaksananya program dengan baik. Tak lupa rasa hormat yang setinggi-tingginya untuk Kepala Sekolah MI Hidayatur Rohim Kecamatan Sooko Kabupaten Mojokerto yang telah memfasilitasi dan membantu tim pengabdian untuk melaksanakan tugasnya sehingga kegiatan berlangsung dengan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM). (2024). Laporan Pengawasan Pangan di Sekolah 2023: Keamanan Pangan dan Sertifikasi Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS). BPOM RI. Diakses dari <https://www.pom.go.id>
- Balai Besar BPOM Surabaya. (2023). Laporan Tahunan Pengawasan Mutu Pangan Olahan Jurusan Keamanan Pangan. BPOM RI – BBPOM Surabaya. Diakses dari <https://www.pom.go.id>
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto. (2025). Profil Kesehatan Kabupaten Mojokerto Tahun 2024. Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto. Diakses dari <https://satudata.mojokertokab.go.id>
- Harahap, H., & Mutiara, S. (2019). Pengaruh Pembelajaran Gizi Terhadap Pemilihan Jajanan Sehat pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Gizi*, 10(2), 112-118.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, A. R., & Pratama, M. (2019). Diskusi Kelompok dalam Pembelajaran Kesehatan: Meningkatkan Pemahaman Tentang Pemilihan Jajanan Sehat pada Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 15(3), 44-53.
- Munisa, S., & Dkk. (2024). Contoh jajanan sehat dan aman dikonsumsi di sekolah. *Jurnal Gizi Anak dan Keluarga*, 14(2), 78-85.

- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2023). Obesity and Overweight: Global Health Observatory (GHO) Data. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pertiwi, S., dkk. (2025). Efek Konsumsi Jajanan Mengandung Boraks dan Formalin terhadap Kesehatan Anak di Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Anak*, 12(1), 45-52.
- Piaget, J. (1952). *The Origins of Intelligence in Children*. International Universities Press.
- Prabawati, P., & Utami, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Bahan Berbahaya dalam Jajanan Anak Terhadap Kesehatan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 220-225.
- Pratiwi, R., & Ramadhan, A. (2020). Demonstrasi Cara Memilih Makanan Sehat pada Siswa: Pendekatan yang Efektif untuk Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 150-157.
- Program Pembangunan PBB. (2024). Food Security and Nutrition Overview. United Nations. Diakses dari <https://www.un.org/development/desa/dspd/food-security>
- Rahman, M., & Irmayani, L. (2021). Pendekatan Edukatif dalam Meningkatkan Pemahaman Anak Mengenai Makanan Sehat. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 16(1), 33-39.
- Rahmawati, M., dkk. (2020). Penyelidikan Penyebab Gagal Ginjal Akut pada Anak di Indonesia: Fokus pada Konsumsi Makanan Mengandung Etilen Glikol dan Dietilen Glikol. *Jurnal Kesehatan Anak*, 14(2), 98-106.
- Sari, D., dkk. (2024). Tumbuh Kembang Anak dan Kebutuhan Gizi Pada Masa Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Tumbuh Kembang*, 18(1), 1-10.
- UNICEF. (2023). *Global Nutrition Report 2023: The State of the World's Children*. Diakses dari <https://www.unicef.org>
- UNICEF. (2024). *Obesity overtakes being underweight among the world's young, says UNICEF*. Diakses dari <https://www.unicef.org>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.