

LAPORAN TUGAS AKHIR

EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA POSTER TENTANG
PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN SEHAT TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA DI SD
NEGERI 64 PALEMBANG



PRASTI ARTHIANA
Nomor Induk Mahasiswa : PO.71.31.1.23.097

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI GIZI DIPLOMA TIGA GIZI
PALEMBANG
TAHUN 2026

LAPORAN TUGAS AKHIR

**EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA POSTER TENTANG
PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN SEHAT TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA DI SD
NEGERI 64 PALEMBANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Diploma III
(tiga) Kesehatan Bidang gizi



PRASTI ARTHIANA

Nomor Induk Mahasiswa : PO.71.31.1.23.097

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALEMBANG
PROGRAM STUDI GIZI DIPLOMA TIGA
PALEMBANG
TAHUN 2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan jajanan menurut WHO (2015) makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat umum, jajanan bisa langsung dimakan atau langsung dikonsumsi (Fathul, 2022). Istilah makanan jajanan sering disebut dengan *junk food*, *fast food* dan *street food*, yang terdiri dari minuman, makanan kecil (kudapan) dan makanan lengkap, sebagai makanan yang siap untuk dimakan atau terlebih dulu dimasak ditempat penjualan (Wahyuningsih, 2019). Hasil penelitian yang dilakukan (Ramadhan *et al.*, 2025) terdapat 53 siswa (58,2%) sering jajan. Selain itu, 38 siswa (41,8%) tergolong jarang mengonsumsi makanan jajanan.

Mengonsumsi makanan jajanan dapat memberikan dampak *positif* terhadap siswa karena memberikan asupan energi untuk beraktifitas dan berpengaruh terhadap konsentrasi belajar anak sebesar 60%, penelitian menunjukkan bahwa rata-rata energi makanan jajanan adalah sebesar 351,27 kkal (Mudiani *et al.*, 2018). Jika salah memilih jajanan akan berdampak *negatif* pada kesehatan, dapat berpotensi obesitas 53,8% dan keracunan, hal ini menunjukkan bahwa 15 jajanan (71,4%) mengandung formalin dan 4 jajanan (23,5%) boraks (Fajri *et al.*, 2021).

Penelitian Rizgiya *et al* (2024) tentang hubungan konsumsi makanan jajanan dan kebiasaan sarapan, terdapat 70,7% siswa jarang mengonsumsi makanan jajanan dan 64% siswa sarapan sebelum berangkat ke sekolah. Anak yang sarapan di rumah merasa kenyang ketika bersekolah, kemungkinan kecil mengonsumsi jajanan di sekitar sekolah, anak yang tidak sarapan akan mengatasi rasa lapar dengan makan jajanan.

Pemilihan makanan jajanan yang sehat sangat penting bagi pertumbuhan dan kesehatan anak usia sekolah. Menurut Rahmi (2018), makanan jajanan aman dikonsumsi memiliki karakteristik khusus, diantaranya terhindar dari serangga seperti lalat yang berpotensi membawa penyakit, serta bebas dari paparan debu atau kotoran. Selain aspek kebersihan lingkungan, proses pengolahan makanan menjadi penentu makanan sehat seharusnya dimasak dengan tepat, disajikan dalam wadah yang bersih serta diambil menggunakan alat seperti sendok dan garpu. Penggunaan bahan baku higienis dan peralatan yang kering serta bersih menjadi ciri utama jajanan yang layak dikonsumsi. Menurut Maghfiroh *et al.*, (2025) makanan dan minuman jajanan sehat meliputi buah-buahan, salad sayur, salad buah, roti, serta susu. Makanan jajanan sehat seperti gorengan dengan minyak berlebih, chiki, minuman berwarna dan mengandung soda.

Menurut Syam *et al.*, (2018) pemilihan jajanan merupakan proses yang rumit, di mana saat membuat keputusan, konsumen cenderung bergantung pada berbagai elemen yang memengaruhi cara mereka mencari informasi dan memilih. Ada tiga kategori faktor yang menentukan pilihan makanan, yaitu faktor yang berhubungan dengan makanan itu sendiri, faktor pribadi berkenaan dengan keputusan yang diambil, dan faktor sosial ekonomi. Anak-anak memiliki elemen penting dalam pembelian makanan. Elemen tersebut meliputi rasa, harga, merek, dan promosi..

Berdasarkan penelitian Yusrina (2018) pengetahuan dan sikap terhadap makanan jajanan, terdapat 51,6% termasuk kategori pengetahuan kurang sedangkan 48,8% memiliki pengetahuan yang baik. Selain itu, terdapat 57,8% menunjukkan sikap *negatif* dan 42,2% memiliki sikap *positif*. Menurut penelitian Taufiq *et al* (2020) konsumsi makanan jajanan anak sekolah dipengaruhi beberapa faktor ialah pilihan pribadi (64,5%), orang tua (67,8%), teman sebaya (63,5%) dan keadaan ekonomi (55,4%).

Menurut Khaedar (2022), peningkatan pengetahuan siswa mengenai makanan jajanan setelah edukasi, dipengaruhi oleh cara penyampaian materi yang

tepat dan efektif. Terjadi peningkatan sikap dalam memahami materi terkait yang disampaikan sesudah kegiatan edukasi, artinya siswa mampu menerima materi. Penelitian Fillah *et al* (2024) menunjukkan persentase ketertarikan siswa sebesar 90,3% dalam penerapan metode edukasi media poster. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media poster membantu pemahaman siswa dikarenakan adanya rasa daya tarik terhadap aktivitas penggunaan media poster untuk proses edukasi.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di SD Negeri 64 Palembang, terlihat bahwa di dalam lingkungan sekolah tersebut tidak memiliki kantin, banyak para pedagang berjualan di luar pekarangan sekolah. Makanan jajanan yang di jual antara lain pentol/cilok, papeda, batagor, siomay, sosis goreng dan minuman berbagai rasa. Dari latar belakang diatas membuat peneliti menjadi tertarik untuk meneliti tentang pengetahuan dan sikap siswa dalam pemilihan makanan jajanan sehat di SD Negeri 64 Palembang.

B. Rumusan Masalah

Pada uraian latar belakang diatas mengenai tingginya angka prevalensi siswa yang sering mengonsumsi jajanan yaitu sebesar 58,2% serta menunjukkan siswa dengan tingkat pengetahuan kurang dalam pemilihan jajanan yaitu 51,6% dan sikap kurang 57,8%. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pengaruh edukasi gizi menggunakan media poster tentang pemilihan makanan jajanan sehat terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa di SD Negeri 64 Palembang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media poster tentang pemilihan makanan jajanan sehat terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa di SD Negeri 64 Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik siswa (jenis kelamin dan usia) di SD Negeri 64 Palembang.
- b. Diketahui rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi kesehatan menggunakan media poster melalui *pre test – post test*.
- c. Diketahui rata-rata sikap siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi kesehatan menggunakan media poster melalui *pre-test – post test*.
- d. Diketahui perbedaan rata-rata tingkat pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah menerima edukasi kesehatan melalui media poster.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan pemahaman secara langsung di lapangan dan juga merupakan bentuk ilmu yang didapat selama menempuh pendidikan di Poltekkes Kemenkes Palembang.

2. Bagi Jurusan Gizi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan penelitian selanjutnya, dan menjadi dokumen akademik yang berguna untuk dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.

3. Bagi SD Negeri 64 Palembang

Dapat dijadikan pertimbangan dalam perencanaan dan implementasi program edukasi di sekolah, terutama yang berkaitan dengan upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Almira, R., Melani, V., Angkasa, D., & Dewanti, L. P. (2022). Pengaruh media Nutrition Bingo terhadap pengetahuan dan sikap gizi seimbang serta keanekaragaman pangan pada anak usia 10-12 tahun di Jakarta Timur. *Journal of Nutrition College*, 11(4), 310-321.
- Arifin, I., & Poster, D. (2019). Desain Poster Untuk Sma. *Jurnal Imajinasi*, 3(1).
- Azizah, N. (2021). Gambaran Pola Kebiasaan Sarapan Dan Jajan Di Cofee Break Sekolah Pada Anak Gizi Lebih Di Sdit Al-Hikmah Maros. *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, Vol. 10(No. 2.), 140–158.
- Azizzah, S., Kurniawan, A., Paramita, F., & Katmawanti, S. (2024). Penggunaan media edukasi berbasis poster sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang siswa Sekolah Dasar di Kota Mataram. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(1), 264-282.
- Azwar, S. (2015). Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. *Sikap manusia: Teori Dan Pengukurannya*, 2, 10-29.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Doni Ramadhan, Adillah Imansari², N. (2025). *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Jajanan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Anak Usia 10-13 Tahun di Kelurahan Nunu*. 17(2), 131–140.
- Eliza, Abresa, P., Susyani, & Sumarman. (2023). Asupan Zat Gizi Makro, Makanan Jajanan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Anak SD. *Jurnal Pustaka Padi*, 2(1), 1–7.
- Fadhilah, T. M., Sari, R. P., Masinambow, B. G., Andriana, D. S., & Arifiana, W. L. (2024). Edukasi pendidikan gizi terkait pemilihan jajanan sehat pada anak usia sekolah. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 91-102.
- Fajri, P. Y., Refdi, C. W., Fiana, R. M., Teknologi, J., Politeknik, P., Negeri, P., Teknologi, J., Pertanian, H., Andalas, U., Teknologi J., Pertanian, I., & Andalas, U. (2021). Analisis Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah Pada Beberapa Sd Di Kota Padang. *J.Sains Dan Teknologi Pangan*, 6(2), 3799-3806.
- Fathul, M. (2022). ratnamutu,+Jurnal+9+(56-67)+--+Fatthul (1). *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 10(Faktor Yang Behubungan Dengan Frekuensi Konsumsi Makanan Jajanan Pada Siswa SD Mekassari 03 Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi Tahun 2021), 56–67.

- Fillah, I., & Julianto. (2024). Efektivitas Metode Eksperimen Berbantuan Media Poster Terhadap Hasil Belajar Materi Siklus Air. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar*, 12(6), 1102. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-penelitiapgdsd/article/view/61130>
- Fitria Siregar, A., Hutasuhut, N. A., Sitorus, P. A., Wibowo, S. P., Azzahra, S., Artikel, R., Kunci, K., Keluarga, F., Sosial, L., Didik, P., & Dasar, S. (2025). Jurnal Sains Ekonomi dan Edukasi Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Peserta Didik Anak Sekolah Dasar INFO ARTIKEL. *Jurnal Sains Ekonomi Dan Edukasi*, 2(1), 245–259. <https://doi.org/10.62335>
- Hendrawan, A., Sampurno, B., & Cahyandi, K. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt 'X' Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Delima Harapan*, 6 (2), 69-81. <https://doi.org/10.31935/delima.v6i2.76>.
- Ibnu, I. N., & Aprilia, F. (2023). Pengaruh media poster terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang kebersihan diri dan keamanan makanan di Sekolah Dasar Negeri 47 Kota Jambi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 457-463.
- Izzuddin, M. R., Padmadika, H., Putri, O. V., Achmad, V. O., Oktavia, R., & Ariani, D. (2025). Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Kesadaran Gizi melalui Media Poster dan Kuis Interaktif di Desa Kalirancang. *Solusi Bersama: Jurnal Pengabdian dan Kesejahteraan Masyarakat*, 2(4), 88-98.
- Jannah, M. (2017). *Pendidikan Karakteristik Pada Sekolah Dasar Di Pondok Pesantren Dalam Pembentukan Kedisiplinan, Tanggung Jawab, Dan Kemandirian Siswa*. 32(3), 167–186.
- Ketut, N., Astuti, Y., & Anasari, W. (2025). Hubungan Jenis Jajanan , Frekuensi Konsumsi, Jumlah Energi Dan Jumlah Protein Dengan Status Gizi Pada Anak SDN 1 Bonegunu Tahun 2022 yang dianjurkan Recommended Dietary Allowances (RDA) dari kalori 300 kalori dan yang penting bagi pertumbuhan anak , ka. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 4(1), 17–28. <https://jurnal.itk-avicenna.ac.id/index.php/jkma/article/view/120>
- Khaedar, S. S. & M. (2022). Jurnal 2 Proposal P.3. *Farmasi, Fakultas Megarezky, Universitas Makassar, Kota Selatan, Sulawesi Megarezky, Universitas Makassar, Kota Selatan, Provinsi Sulawesi*, 6(3), 5369–5376.
- Mudiani, N. P. R., Nursanyoto, H., & Gumala, N. M. Y. (2018). Status Gizi Dan Kontribusi Konsumsi Makanan Jajanan Anak Sekolah Di SD 2 Penatih

- Denpasar Timur. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 7(1), 26-28.
- Maghfiroh, K. R., Rahmawaty, S., & Sofyan, A. (2025). *Buku Saku Pangan Jajanan Anak Sekolah yang Aman dan Sehat*. Surakarta.
- Muharni, M., Yohandini, H., Julinar, J., Maryadi, M., & Eliza, E. (2025). Edukasi Pewarna Sintetik Rhodamin B dalam Bahan Makanan di Indralaya Mulya Ogan Ilir Sumatera Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 5(2), 255–262. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.3394>
- Niruri, R., Rakhmawati, R., Nurindah, R., & Farida, Y. (2023). Efektifitas media untuk peningkatan pengetahuan dan sikap pada perilaku hidup bersih-sehat siswa sekolah dasar saat adaptasi kebiasaan baru era. *J Pharm Sci*, 3, 292.
- Ni Nyoman Sudiartini, I. G. M. (2023). Peranan Poster Edukasi Sebagai Media Belajar Interaktif Materi Ipa Pada Siswa Sekolah Dasar: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 09(Education), 11.
- Novelasari, & Hayati, N. F. (2022). *Buku Saku Jajanan Sehat Anak Sekolah. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang*, 21.
- Rahmi, S. (2018). Cara Memilih Makanan Jajanan Sehat dan Efek Negatif yang Ditimbulkan Apabila Mengonsumsi Makanan Jajanan yang Tidak Sehat bagi Anak-anak Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian*, 1, 260–265.
- Raya Marcela, Karfika Suci Ramadhani, Muhammad Fiqri Alwi, & Usiono Usiono. (2023). Keracunan Makanan. *Jurnal Anestesi*, 2(1), 41–51. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i1.729>
- Rizgiya, F., Kusumaningati, W., & Dainy, N.C. (2024). Analisis Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji, Jajan dan Kebiasaan Sarapan dengan Gizi Lebih Anak Usia Sekolah Dasar. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 5(2), 114-120.
- Saraswati, I. (2022). Efektivitas penggunaan media edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(18), 571-576.
- Sarumi et al. (2023). Karya Kesehatan Journal of Community Engagement. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 01, 5–8.
- Simbolon, P., Lasmada, A. L., Sembiring, F. B., Ndruru, M. A., & Ziraluo, T. E. N. (2025). Pemilihan Jajanan Sehat terhadap Pengetahuan Anak SD Asisi Katolik Medan. *Jurnal Bersama Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 9–17. <https://doi.org/10.55123/samamas>

- Soemarti, L., & Kundrat, K. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Perubahan Perilaku Masyarakat dalam Pemanfaatan Sampah Domestik untuk Bahan Baku Pembuatan (MOL) Sebagai Upaya Meningkatkan Sanitasi Lingkungan dalam Mendukung Gerakan Indonesia Bersih. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(2), 141–154. <https://doi.org/10.30999/jpkm.v12i2.2183>
- Styaningrum. (2021). Games Kartu Milenial Sehat sebagai media edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di sekolah berbasis asrama. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 171–178.
- Sumantri, M. (2014). *Modul 1 Pertumbuhan dan Perkembangan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Syahrani Nur, S. S. (2024). Karakteristik Perkembangan Sosial Anak. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar*, 07(2), 131–140.
- Syam, A., Indriasari, R., & Ibnu, I. (2018). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Makanan Jajanan Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Kartu Kwartet Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Makassar. *JURNAL TEPAT: Applied Technology Journal for Community Engagement and Services*, 1(2), 127–136. https://doi.org/10.25042/jurnal_tepat.v1i2.36
- Taufiq, S., Agustina, F., & Fauzi, M. J. (2020). Hubungan Peran Orang Tua Teman Sebaya dan Ketersediaan Makanan dengan Pemilihan Jajanan. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 814–822.
- Wahyuningsih R, N. J. (2019). Buku Saku Kegemukan Dan Gizi Seimbang Pada Remaja. *Mataram : Poltekkes Kemenkes Mataram Barat*, 1-49.
- Wahyuni, S., Indriastuti, D., & Hasrima, H. (2024). Gambaran Konsumsi Jajanan Beresiko Tinggi Gula pada Anak. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 4(02), 14–20. <https://doi.org/10.46233/jikk.v4i02.1137>
- Wati, L., & Musnadi, J. (2022). Jurnal Biology Education Volume 10 Nomor 1 Tahun 2022. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 44–52. <https://ojs.serambimekkah.ac.id/index.php/jurnal-biologi/issue/view/402>
- Widianingsih, S. R., & Afrizal, S. (2024). Pemahaman tentang Perbedaan antara Seks dan Gender di Kalangan Mahasiswa: Kajian Sosiologis. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 116–130. <https://doi.org/10.46368/dpkm.v4i2.2350>
- Yusnira. (2018). Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Makanan Jajanan Dengan Praktik Pemilihan Makanan Jajanan Di SDN Ridan Permai. *Jurnal Gizi (Nutrition Journal)*, 2, 160–169.

Zein, Umar, & Emir. (2019). *Buku Ajar Ilmu Kesehatan (Memahami Gejala, Tanda, dan Mitos)*. Yogyakarta: Deepublish.