

University Garut and UIN Bandung Community Service Teams Collaborate to Raise Students' Awareness of Choosing Healthy Snacks Wisely

Novriyanti Lubis¹, Wahyuningsih², Muhammad Belfa³, Mahesa Prana Chandra⁴, Lindayani⁵,
Niknik Handayani⁶, Naila Azqiatul Aulia⁷, Khairul Anam⁸

¹Prodi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut

²Prodi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Garut

³Prodi Jurnalistik, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, Bandung

⁴Prodi Administrasi Publik, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, Bandung

⁵Fakultas Kewirausahaan, Universitas Garut

*Penulis koresponden e-mail: novriyantilubis@uniga.ac.id

Abstract

Snacking at school is a common practice among students. The availability of snacks in the school environment cannot guarantee that all snacks are healthy. This outreach activity was conducted to increase the knowledge and awareness of students at SDN 1 Kadungora, encouraging them to be wiser in choosing the snacks they consume. Data collection methods included a pre-test and post-test. The material was delivered in the form of a lecture accompanied by PowerPoint slides and printed brochures. The outreach results showed an increase in the percentage of students' understanding of the definition of healthy snacks before the outreach: 82.4% before the outreach and 92.8% after the outreach. For healthy drinks, there was a 10.4% increase in knowledge, and 100% of students understood examples of healthy drinks. This indicates that the outreach activity was successful in educating students.

Keyword: Kadungora Village, education, healthy snacks, KKN.

Abstrak

Budaya jajan di sekolah merupakan hal yang umum dilakukan oleh para siswa. Kondisi jajanan di lingkungan sekolah tidak bisa dijamin semuanya dalam kategori jajanan sehat. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dalam upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa dan siswa SDN 1 Kadungora untuk lebih bijak dalam memilih jajanan yang dikonsumsi. Metode pengambilan data dilakukan dengan memberikan *pre-test* dan *post-test*. Materi disampaikan dalam bentuk ceramah disertai *slide powerpoint* dan pemberian brosur cetak. Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan persentase pemahaman siswa/i terhadap definisi

Article Info:

Received 18 Agustus 2025

Received in revised 25 Agustus 2025

Accepted 22 Agustus 2025

Available online 25 Agustus 2025

ISSN : 2745-6951

DOI : <https://doi.org/10.35899/ijce.v6i3.1085>



Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE) is published under licensed of a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

e-ISSN : 2745-6951

DOI : <https://doi.org/10.35899/ijce.v6i3.1085>

jajanan sehat sebelum penyuluhan 82,4% sebelum penyuluhan dan setelah penyuluhan 92,8%. Untuk contoh minuman sehat terjadi peningkatan pengetahuan 10,4% dan contoh minuman sehat 100% para siswa telah paham. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan tersebut telah berhasil mengedukasi para siswa.

Kata Kunci : Desa kadungora, edukasi, jajanan sehat, KKN

I. PENDAHULUAN

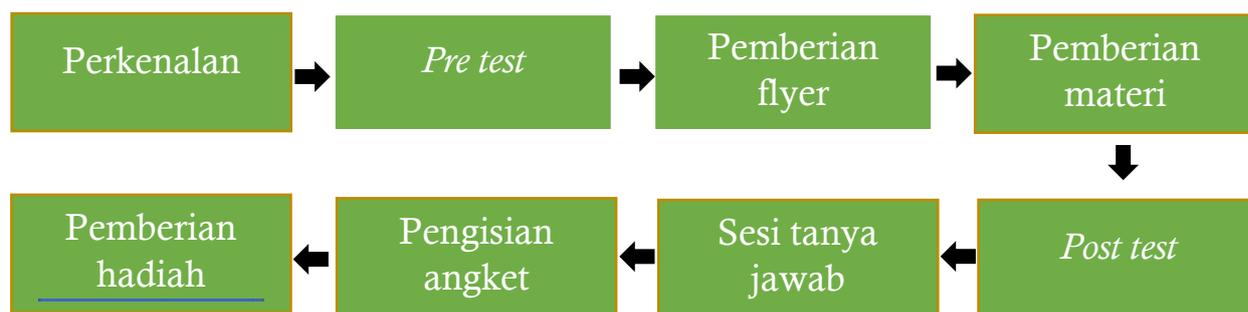
Laporan dari Pusat Data Informasi dan Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2015 menyatakan bahwa jumlah makanan ringan yang tidak sehat, termasuk yang mengandung bahan kimia berbahaya, yang dijual di lingkungan sekolah meningkat dari 56% pada tahun 2011 meningkat 66% di 2013 dan 76% di 2014 [1]. Menurut penelitian Departemen Pendidikan Nasional tahun 2017 tentang sekolah sehat, sebagian besar makanan tidak memenuhi persyaratan kebersihan, kesehatan, dan keamanan, dan 84,3% kantin sekolah tidak memenuhi syarat kesehatan. Di Indonesia, dari 2012 hingga 2013, minuman es, minuman bewarna, bakso, dan agar-agar dianggap tidak memenuhi syarat. Penggunaan bahan berbahaya yang dilarang untuk pangan adalah salah satu alasan mengapa makanan sampel tidak memenuhi syarat [2].

SDN 1 merupakan sekolah dasar negeri yang berada di desa Kadungora, kecamatan Kadungora, kabupaten Garut dengan jumlah siswa lebih dari 200 siswa. Hasil survei awal dengan KEPSEK, SDN 1 tidak pernah dilakukan penyuluhan terkait dengan bijak dalam memilih jajanan sehat, dan belum ada juga tim PKM dari universitas lain yang pernah datang kesana. Sekolah terdiri dari 6 kelas, jumlah guru 8 orang, jam operasional sekolah pukul 8-12.30 WIB. Di sekitar sekolah terdapat 6 pedangan jajanan yang jualannya bervariasi. Hal ini memberikan peluang kepada tim KKN Tematik Universitas Garut dan tim KKN Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung untuk melakukan penyuluhan agar siswa lebih bijak lagi dalam memilih jajanan yang sehat. Dengan adanya penyuluhan ini kepada anak-anak sekolah bertujuan meningkatkan kesadaran para siswa akan pentingnya memilih jajanan aman dan sehat. Penyuluhan juga mendorong pola makan sehat sejak dini dan kolaborasi antara anak, orang tua, dan sekolah. Dengan demikian, upaya ini mendukung pembentukan generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

II. METODE

Penyuluhan kesehatan dengan topik bijak dalam memilih jajanan sehat diawali dengan survei pendahuluan mengenai perilaku siswa yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan perilaku siswa. Dilanjutkan dengan *pre test*, kemudian penyampaian materi melalui media *slide power point* dan pemberian brosur dan diakhiri dengan *post test* dan pengisian kuisioner tingkat kepuasan siswa terhadap pelaksanaan kegiatan penyuluhan.





Gambar 1. Rangkaian Kegiatan PKM

Indikator Keberhasilan. Parameter keberhasilan yang digunakan dalam menilai efektivitas dari penyuluhan yang telah dilakukan dengan cara memberikan *post-test* yang diisi secara langsung. Para siswa-siswi diberikan kertas lembar jawaban dan membaca soal melalui layar proyektor yang ditampilkan. Soal yang diberikan sama dengan soal *pre-test* dan seputar materi yang telah disampaikan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman siswa terhadap edukasi yang telah diberikan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

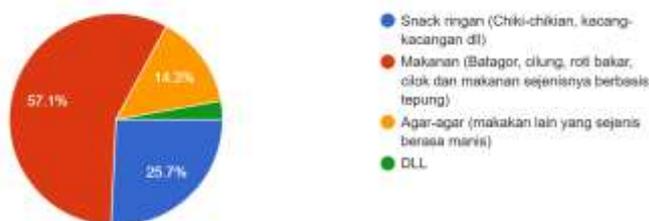
Program penyuluhan ini dilaksanakan pada Rabu, 13 Agustus 2025, berlokasi di SDN 1 Kadungora, Kecamatan Kadungora, Kabupaten Garut. Materi penyuluhan yang disampaikan yaitu bijak memilih jajanan sehat seperti yang terdapat pada brosur penyuluhan di gambar 2.



Gambar 2. Brosur penyuluhan dan para siswa

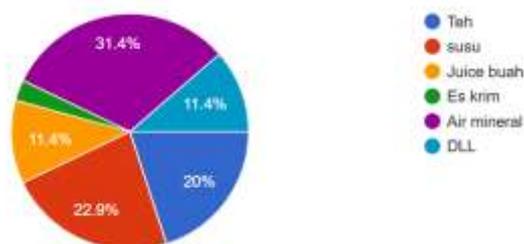


Hasil survei awal menunjukkan bagaimana pola jajanan siswa dan siswa SDN 1 Kadungora. Jajanan favorit tertinggi adalah makanan yang berbahan dasar tepung, seperti batagor dan lain-lain sebesar 57,1% seperti yang terdapat pada gambar 3, persentasi jajanan makanan favorite anak-anak.



Gambar 3. Persentasi jajanan makanan favorite anak-anak

Jajanan minuman favorite siswa adalah air mineral sebesar 31,4% diurutan pertama dan susu 22,9% diurutan ke 2, seperti yang terlihat pada gambar 4. persentasi jajanan minuman favorite anak-anak.



Gambar 4. Persentasi jajanan minuman favorite anak-anak

Hasil survei awal menunjukkan para siswa sebelum pergi sekolah dalam kondisi sudah sarapan dan tetap dibekali uang jajanan oleh orang tuanya. Walaupun sudah ada program “**Makan Bergizi Gratis**” (MBG) dari pemerintah para siswa juga tetap jajanan di sekolah. Tim PKM KKN UNIGA dan KKN UIN Sunan Gunung Djati Bandung selama proses penyuluhan dan melakukan sesi tanya jawab dengan para siswa terlihat pada gambar 5 dan tabel 1 mengenai prilaku siswa dan tabel 2 tingkat pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dapat dilihat sebagai berikut.





Gambar 5. Tim KKN kolaborasi UNIGA dan UIN Bandung

Tabel 1. Prilaku Siswa

No	Pertanyaan	Hasil
1	Siswa selalu sarapan sebelum ke sekolah	88,6%
2	Siswa dibekali uang jajan ketika ke sekolah	99%
3	Siswa selalu jajan di Sekolah	94,3%

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan siswa mengenai Jajanan Sehat

No	Pertanyaan	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan
1	Definisi jajanan sehat	82,4%	92,8%
2	Contoh jajanan sehat	79,4%	84,6%
3	Contoh minuman sehat	100%	100%
Total		87,26%	92,46%

Pembahasan

Prilaku siswa umumnya sering konsumsi jajanan yang kurang sehat di sekolah. Makanan tambahan umumnya ditambahkan ke dalam produk pangan untuk meningkatkan kualitasnya [3]. Kategori makanan yang tidak sehat termasuk makanan yang mengandung lemak tinggi, gula, daging olahan dan tinggi garam. Jajanan yang tinggi gula adalah salah satu makanan paling berbahaya bagi anak-anak dikarenakan siswa berisiko merusak kesehatan [4]. Kebiasaan mengonsumsi jajanan dapat menyebabkan status gizi buruk atau wasting karena sebagian besar jajanan yang sering dikonsumsi anak sekolah tidak mengandung nutrisi yang diperlukan [5].

Berdasarkan data yang dikumpulkan, terjadi peningkatan pengetahuan siswa mengenai definisi jajanan sehat sebesar 5,4%. Rata-rata uang jajanan anak-anak berkisar Rp. 5000 – Rp. 10.000 per hari. Untuk itu tim gabungan PKM perlu menginformasikan lebih



lanjut mengenai jajanan apa saja yang sebaiknya dipilih karena tidak mengganggu kesehatan. Tubuh membutuhkan makanan yang mengandung gizi dan serat untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan secara kolaboratif antara tim dari Universitas Garut (UNIGA) dan UIN Bandung ini berfokus pada peningkatan kesadaran siswa mengenai pentingnya memilih jajanan sehat secara bijak. Latar belakang program ini adalah fenomena maraknya konsumsi jajanan instan di kalangan pelajar, yang sering kali tidak memperhatikan aspek gizi, kebersihan, maupun keamanan pangan. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan, mulai dari obesitas, gangguan pencernaan, hingga risiko penyakit tidak menular di kemudian hari. Melalui program ini, kedua tim perguruan tinggi memadukan pendekatan edukasi berbasis literasi gizi dengan praktik langsung yang interaktif. Metode kegiatan meliputi penyuluhan, diskusi kelompok, simulasi memilih makanan sehat, hingga praktik membaca label komposisi produk. Siswa diajak untuk memahami kriteria makanan sehat, cara mengenali kandungan gizi yang baik, serta membedakan jajanan yang aman dari yang berisiko.

Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong terbentuknya keterampilan kritis dalam pengambilan keputusan sehari-hari terkait konsumsi pangan. Kolaborasi antara UNIGA dan UIN Bandung memperkuat kualitas program karena menghadirkan keahlian multidisipliner. UNIGA memberikan kontribusi pada aspek kewirausahaan dan pemberdayaan lokal, dengan mendorong siswa agar mampu mengenali serta mempromosikan produk jajanan sehat dari UMKM sekitar sekolah. Sementara itu, UIN Bandung berperan dalam memperdalam perspektif kesehatan masyarakat dan etika konsumsi Islami, sehingga edukasi tidak hanya menekankan aspek fisik, tetapi juga nilai spiritual dan moral. Dampak jangka pendek dari program ini terlihat dari meningkatnya antusiasme siswa dalam mengikuti sesi edukasi serta kemampuan mereka menjawab kuis interaktif tentang gizi dan makanan sehat. Sedangkan pada jangka panjang, program ini diharapkan membentuk budaya konsumsi sehat di kalangan pelajar, sekaligus mendukung terciptanya generasi muda yang lebih peduli terhadap kesehatan diri dan lingkungan. Selain itu, kolaborasi ini menjadi model pengabdian yang sinergis antara perguruan tinggi, sekolah, dan masyarakat dalam mewujudkan tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya terkait kesehatan yang baik (Good Health and Well-being).

Dari hasil pengamatan ketika PKM, jenis jajanan yang dijual oleh para pedagang bersifat **"Junk Food"**. Makanan cepat saji adalah jenis makanan yang dikenal dengan kepraktisannya dalam hal pengemasan, pengolahan, dan penyajian [6]. Di sisi lain, makanan ini minim kandungan nutrisi penting seperti protein, vitamin, mineral esensial, serat, dan enzim penghasil vitamin dan mineral. Karakteristik utamanya adalah kandungan lemak, natrium, dan gula yang tinggi namun minim manfaat nutrisi. Para pedagang biasanya meningkatkan daya tarik produk dengan menambahkan berbagai zat aditif dan pewarna untuk memperbaiki rasa dan tekstur, serta memperpanjang masa simpan makanan [7]. Anak-anak Sekolah Dasar cenderung sering mengonsumsi makanan cepat saji karena rasanya yang gurih dan manis yang berlebih mudah di akses, murah, tampilannya yang menggoda, faktor kebiasaan serta kurangnya edukasi gizi [8]. Kondisi para pedagang yang berdagang disekitar Sekolah Dasar biasanya menjual dengan harga terjangkau namun kebanyakan dari para pedagang berjualan makanan cepat saji, minuman bermanis, gorengan dan sebagainya serta kondisi tempat berjualannya kurang higienis [9].



Dalam upaya mengurangi kebiasaan para siswa untuk jajan di sekolah, tim PKM menyarankan agar para murid membiasakan diri untuk sarapan terlebih dahulu sebelum berangkat ke sekolah. Kementerian Kesehatan RI menyadari pentingnya sarapan bagi setiap orang. Dengan memasukkan 'kebiasaan sarapan' sebagai bagian dari 10 pedoman pesan umum untuk mengonsumsi makanan seimbang setiap hari. Anak-anak yang terbiasa sarapan lebih jarang sakit, pusing, dan sakit perut, serta lebih berstamina dan disiplin. Usia sekolah merupakan usia dimana anak memerlukan perhatian khusus dalam hal gizi dan kesehatan. Anak pada usia ini sudah mampu mengambil keputusan mengenai makanan dan minuman yang ingin dimakannya [10].

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan PKM yang merupakan kolaborasi antara tim KKN Universitas Garut dan UIN Sunan Gunung Djati Bandung dari hasil pembahasan dan data yang sudah didapat menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya bijak dalam memilih jajanan sehat bagi anak-anak di SDN 1 Kadungora melalui metode *pre test* dan *post test* untuk mengukur pengetahuan siswa, serta penggunaan media seperti *flyer* untuk mendukung penyampaian informasi, berhasil meningkatkan pemahaman siswa menjadi 92,8% untuk definisi jajanan sehat, 84.6% untuk contoh jajanan makan sehat dan 100% untuk contoh jajanan minuman sehat. Saran untuk kedepannya ada kelanjutan dan kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswa, tetapi juga diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan status gizi anak-anak dalam upaya meningkatkan kesadaran gizi para siswa.

Ucapan Terima Kasih

1. Pimpinan dan jajaran guru SDN 1 Kadungora yang telah memberikan izin dan memfasilitasi berlangsungnya kegiatan PKM ini.
2. Kepada Mahasiswa KKN UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang telah berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini.
3. Rekan-rekan sejawat tim KKN Tematik 2025 Universitas Garut yang telah memberikan bantuan selama proses PKM.

V. REFERENSI

- [1] BPOM, R. I. 2013. Jajanan anak sekolah. *Food Watch Sistem Keamanan Pangan Terpadu, Voll*
- [2] BPOM, R. I. 2020. Food safety management disekolah. *Diperoleh Dari <https://hfis.wo.rdress.com/2014/02/13/Food-Safetymanagement-Di-Sekolah/Diakses Pada. 12>*
- [3] Lubis, N., Prasetiawati, R., Djunaedi, E. C., & Soni, D. (2023). *Jenis Dan Kajian Bahan Tambahan Pangan*. CV. Pena Persada.
- [4] Wahyuni, S., & Indriastuti, D. (2024). *Gambaran Konsumsi Jajanan Beresiko Tinggi Gula Pada Anak SDN*. 04(2), 21–27.
- [5] Mujahidah, F. F. 2021. Penyuluhan terhadap pentingnya sarapan pagi bagi anak-anak. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*. 2(1):36–40.
- [6] Siregar, P. A. (2023). Gambaran Perilaku Mengonsumsi Makanan Cepat Saji Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Di Universitas Negeri Medan. *JK: Jurnal Kesehatan*, 1(2), 269–278.



- [7] Wijaya, N. V., Dahliah, D., & Pancawati, E. (2024). Dampak Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food Terhadap Berat Badan. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 455–464. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i2.13133>
- [8] Damat, D., Tain, A., Siskawardani, D. D., Winarsih, S., & Amroini, V. (2020). Edukasi Pedagang Pangan Jajanan Anak Sekolah Di Kabupaten Malang. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(5), 785–796. <https://doi.org/10.31764/jmm.v4i5.2969>
- [9] Ismainar, H., Harnani, Y., Sari, N. P., Zaman, K., Hayana, H., Hasmainsi, H. (2022). Hygiene dan Sanitasi Pada Pedagang Makanan Jajanan Murid Sekolah Dasar di Kota Pekanbaru, Riau. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 21(1), 27–33. <https://doi.org/10.14710/jkli.21.1.27-33>
- [10] Wiradnyani, L. A. A., & Dkk. (2019). Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar. In *Kemendikbud RI*. <http://rumahbelajar.id/Media/Dokumen/5cc8412eb646044330d686bc/eb8246e2ec1d0ff5334bd3b0159adbd2.pdf>

