

## Media Edugame Promosi Kesehatan “Jajanan Sehat” untuk Siswa Sekolah Dasar

### *Health Promotion Edugame Media "Healthy Snacks" for Elementary School Students*

Prima Endang Susilowati<sup>1\*</sup>, Yana Listyawardhani<sup>1</sup>, Lutfi Yulmiftiyanto Nurhamzah<sup>1</sup>,  
Nissatami Husnul<sup>1</sup>, Asep Suryaman Abdurrahmat<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Gizi, Universitas Siliwangi. Tasikmalaya, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan IPA, Universitas Siliwangi. Tasikmalaya, Indonesia

#### *Abstract*

*The nutritional needs of school-age children increase with physical activity and rapid growth, yet many children do not consume a balanced, nutritious diet. One reason is the habit of consuming unhealthy snacks, which are generally low in nutrients and high in sugar, salt, and fat. This activity aims to increase elementary school students' knowledge about healthy and nutritious snacks through interactive, game-based education (edugame). The activity design included providing education to students and teachers, accompanied by pre-tests and post-tests to measure the level of knowledge. Initial observations showed that the types of snacks sold around the school consisted of wet snacks, dry snacks, and packaged drinks with varying nutritional qualities. After education through edugame media, there was an increase in student knowledge as indicated by an increase in the average score from 65,0 (sufficient category) to 73,2 (good category), with a difference of 8,2 points. Based on the classification of knowledge levels, before education, 25% of students were in the good category, 46,3% were sufficient, and 28,7% were poor. After the activity, the proportion of students in the good category increased to 47,5%, while the fair category decreased to 40% and the poor category to 12,5%. These results indicate that the edugame method is effective in improving students' understanding of the concept of healthy snacks. It is recommended that schools integrate this educational activity into thematic learning or extracurricular activities, and collaborate with relevant agencies such as community health centers or health departments to support the program's sustainability.*

**Keywords:** elementary school, healthy snack, nutrition edugame

#### Article history:

##### **PUBLISHED BY:**

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

##### **Address:**

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,  
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

##### **Email:**

[info@salnesia.id](mailto:info@salnesia.id), [jagri@salnesia.id](mailto:jagri@salnesia.id)

##### **Phone:**

+62 85255155883

Submitted 02 Oktober 2025

Accepted 08 November 2025

Published 15 Desember 2025



## Abstrak

Kebutuhan zat gizi anak usia sekolah meningkat seiring dengan aktivitas fisik dan pertumbuhan tubuh yang pesat, namun banyak anak belum mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Salah satu penyebabnya adalah kebiasaan jajan tidak sehat yang umumnya rendah gizi dan tinggi gula, garam, serta lemak. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang jajanan sehat dan bergizi melalui edukasi interaktif berbasis permainan (*edugame*). Desain kegiatan meliputi pemberian edukasi kepada siswa dan guru, disertai *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan. Hasil pengamatan awal menunjukkan bahwa jenis jajanan yang dijual di sekitar sekolah terdiri dari camilan basah, camilan kering, dan minuman kemasan dengan kualitas gizi yang bervariasi. Setelah dilakukan edukasi melalui media *edugame*, terjadi peningkatan pengetahuan siswa yang ditunjukkan dengan kenaikan nilai rata-rata dari 65,0 (kategori cukup) menjadi 73,2 (kategori baik), dengan selisih peningkatan sebesar 8,2 poin. Berdasarkan klasifikasi tingkat pengetahuan, sebelum edukasi sebanyak 25% siswa berada pada kategori baik, 46,3% cukup, dan 28,7% kurang. Setelah kegiatan, proporsi kategori baik meningkat menjadi 47,5%, sedangkan kategori cukup menurun menjadi 40% dan kategori kurang menjadi 12,5%. Hasil ini menunjukkan bahwa metode *edugame* efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap konsep jajanan sehat. Disarankan agar sekolah mengintegrasikan kegiatan edukasi ini ke dalam pembelajaran tematik atau kegiatan ekstrakurikuler, serta menjalin kerja sama dengan instansi terkait seperti puskesmas atau dinas kesehatan untuk mendukung keberlanjutan program.

**Kata Kunci:** sekolah dasar, jajanan sehat, *edugame* gizi

\*Penulis Korespondensi:

Prima Endang Susilowati, email: [primaendangs@unsil.ac.id](mailto:primaendangs@unsil.ac.id)



This is an open access article under the **CC-BY** license

### Highlight:

- Penggunaan media *edugame* interaktif berhasil meningkatkan rata-rata skor pengetahuan siswa sekolah dasar tentang jajanan sehat dari kategori "Cukup" (65,0) menjadi kategori "Baik" (73,2).
- Pendekatan berbasis permainan (*game-based education*) terbukti lebih efektif dan menarik bagi anak-anak dalam memahami konsep gizi seimbang dibandingkan metode ceramah konvensional.
- Terjadi peningkatan signifikan pada jumlah siswa dalam kategori pengetahuan "Baik", yakni meningkat dari 25% menjadi 47,5% setelah diberikan intervensi edukasi.

## PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) merupakan kelompok usia yang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan pesat, yaitu fisik maupun kognitif. Pada fase ini, kebutuhan gizi meningkat seiring dengan aktivitas fisik yang tinggi dan perkembangan organ tubuh yang pesat (Herawati et al., 2025). Asupan gizi seimbang berperan penting dalam mendukung fungsi otak, daya tahan tubuh, dan prestasi belajar anak. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa banyak anak sekolah belum memperoleh asupan gizi

yang seimbang, salah satunya disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi jajanan tidak sehat di lingkungan sekolah (Putri *et al.*, 2024).

Jajanan anak sekolah pada umumnya rendah nilai gizi dan tinggi gula, garam, serta lemak (GGL) (Rembet *et al.*, 2021). Beberapa di antaranya juga mengandung bahan tambahan pangan berisiko, seperti pewarna, pemanis, dan pengawet sintetis yang digunakan secara berlebihan (BPOM, 2021). Kebiasaan mengonsumsi jajanan seperti ini akan berdampak negatif terhadap kesehatan anak, antara lain peningkatan risiko obesitas, gangguan pencernaan, hingga penyakit tidak menular (PTM) di kemudian hari. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada anak usia 5–12 tahun di Indonesia mencapai 10,8%, sedangkan masalah kekurangan gizi kronis (*stunting*) masih sebesar 30,8% (Kemenkes, 2019). Ketimpangan ini mengindikasikan adanya pola konsumsi tidak seimbang dan rendahnya kesadaran gizi anak usia sekolah.

Hasil pengujian pada sampel Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) sebanyak 10.249 dari seluruh wilayah Indonesia, menunjukkan 76,18% PJAS telah memenuhi syarat. Penyebab yang paling tinggi PJAS tidak memenuhi syarat dikarenakan tercemar mikroba dan kontaminasi bahan berbahaya (BPOM, 2022). Penggunaan bahan tambahan makanan yang tidak diijinkan atau berlebih akan membahayakan bagi tubuh (Sumarni *et al.*, 2020). Dampak konsumsi jajanan yang tidak sehat akan menimbulkan masalah kesehatan, antara lain penyakit saluran pencernaan, keracunan, obesitas (Fitri *et al.*, 2020).

Hasil observasi awal oleh tim pengabdian, yang dilakukan di SDN 2 Setyamulya dan SDN 2 Gobras, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya, diketahui lebih dari 70% siswa membeli jajanan setiap hari, yaitu gorengan, minuman berwarna, permen dari pedagang di sekitar sekolah. Sebagian besar siswa belum mampu membedakan antara jajanan sehat dan tidak sehat, serta guru belum memiliki media pembelajaran yang menarik untuk edukasi gizi. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukasi berbasis metode yang menyenangkan dan partisipatif agar pesan gizi lebih mudah diterima oleh siswa.

Pendidikan gizi di sekolah selama ini cenderung bersifat satu arah dan teoritis, sehingga kurang menarik minat belajar siswa. Media pendidikan gizi yang interaktif dan kontekstual efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan makan sehat anak sekolah (Priawantiputri *et al.*, 2019). Media audiovisual dan digital secara signifikan meningkatkan keterlibatan, pemahaman, serta pengetahuan dan sikap makan sehat siswa. Media cetak interaktif dan multisensorik terbukti efektif digunakan pada lingkungan dengan terbatas akses teknologi (Rafkhani, 2024). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini mengembangkan media edukatif interaktif berupa permainan ular tangga gizi, kartu kuartet gizi, dan buku cerita yang dirancang agar siswa dapat belajar sambil bermain. Diharapkan siswa dapat memahami konsep jajanan sehat secara menyenangkan, melalui pengalaman langsung.

Kegiatan ini bertujuan meningkatnya pengetahuan siswa tentang jajanan sehat, melalui media permainan edukatif. Setelah kegiatan ini diharapkan siswa mampu memilih jajanan dan makanan sehat berdasarkan kandungan gizi dan kebersihannya. Kegiatan ini menghasilkan media pembelajaran gizi kontekstual yang dapat digunakan oleh guru secara mandiri dalam kegiatan pembelajaran. Melalui kegiatan ini diharapkan pengetahuan dan perilaku siswa terhadap konsumsi jajanan sehat semakin meningkat, sehingga tercapai pola makan seimbang dan status gizi siswa.

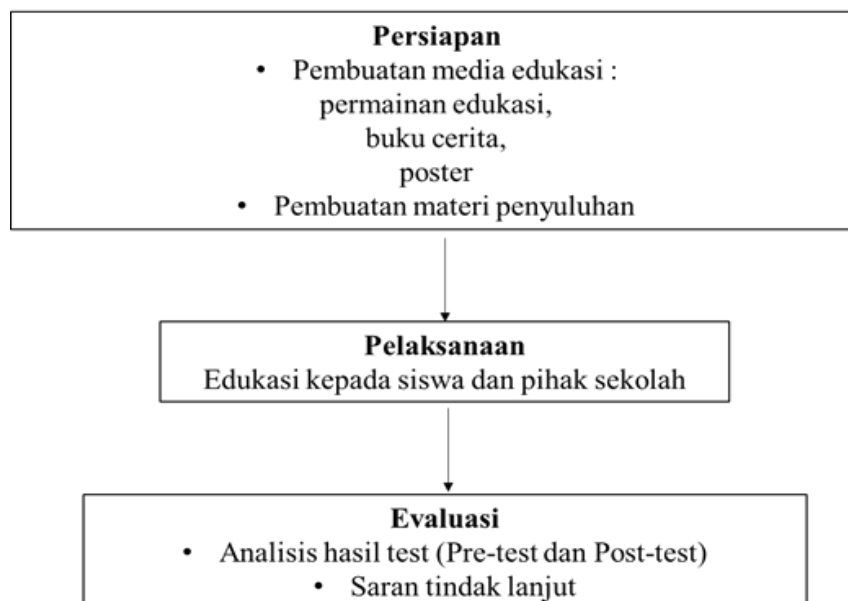
## METODE

Desain kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan *pre-test and post-test one group design*. Rangkaian kegiatan dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar dalam memilih dan mengonsumsi jajanan sehat. Kegiatan edukasi terkait jajanan sehat bagi siswa sekolah dasar dilaksanakan bulan Juli dan Agustus 2025. Mitra kegiatan ini adalah Sekolah Dasar Negeri 2 Setiamulya dan Sekolah Dasar Negeri 2 Gobras, yang merupakan sekolah dasar yang berada di Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya.

Peserta kegiatan adalah siswa Sekolah Dasar kelas IV–V dari kedua sekolah mitra yang hadir penuh selama kegiatan, mendapat izin orang tua, dan bersedia mengikuti seluruh sesi edukasi. Kriteria eksklusi meliputi siswa yang tidak hadir pada salah satu tahap kegiatan atau tidak menyelesaikan pengisian kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Jumlah total siswa yang menjadi subjek penelitian adalah 44 siswa (masing-masing 22 siswa dari SDN 2 Setiamulya dan SDN 2 Gobras).

Instrumen pengukuran berupa kuesioner pengetahuan tentang jajanan sehat dan bergizi, terdiri atas 15 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup aspek pengertian jajanan sehat, ciri makanan bergizi, kebersihan makanan, dan dampak jajanan tidak sehat. Kuesioner disusun berdasarkan modul edukasi gizi anak sekolah dari Kementerian Kesehatan dan telah melalui uji validitas isi oleh dua ahli gizi masyarakat.

Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi (Gambar 1). Kegiatan dimulai dengan mengumpulkan data jenis jajanan yang dijual di sekitar sekolah dan kantin sekolah. Persiapan kegiatan meliputi pembuatan media edukasi dan sosialisasi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan edukasi jajanan sehat dan bergizi melalui permainan edukatif. Materi terdiri dari “media permainan edukatif”, menggunakan konsep edugame berupa media buku cerita, kartu kuartet gizi dan ular tangga gizi. Alur kegiatannya terbagi menjadi dua yaitu: 1) seluruh peserta diberikan pertanyaan dalam bentuk pertanyaan pilihan ganda tentang makanan dan jajan bergizi, sehat, yang dilakukan sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan; 2) edukasi gizi menggunakan permainan edukatif yang berisi pentingnya konsumsi makanan bergizi.



**Gambar 1.** Tahapan kegiatan edukasi kepada mitra sekolah

Kegiatan dimulai dengan tahap persiapan, yaitu pembuatan media edukasi, yaitu berupa permainan, yaitu ular tangga gizi, kartu kuartet gizi. Selain itu juga buku cerita dan poster tentang makanan sehat dan perilaku hidup sehat. Permainan ular tangga gizi dibuat berupa lembaran bergambar yang dapat dihamparkan di lantai atau halaman. Lembaran dibuat gambar 36 kotak yang berisikan gambar dan angka (Gambar 2). Untuk melakukan permainan ular tangga gizi dilengkapi sebuah dadu dan bidak. Dadu dibuat dari kardus berbentuk kubus berukuran 25 x 25 x 25 cm. Jumlah bidak sesuai jumlah pemain, dibuat menggunakan botol atau kotak bekas. Pelaksanaan permainan untuk satu sesi melibatkan 6 sampai 8 siswa.



**Gambar 2. Media permainan ular tangga**

Permainan edukasi kartu kuartet gizi adalah kartu bergambar yang dibuat dalam kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4 kartu. Media kartu berisi gambar dan tulisan (Gambar 3). Pelaksanaan permainan kartu kuartet gizi jajanan sehat untuk satu sesi dilakukan oleh 4-6 siswa.



**Gambar 3. Media permainan kartu kuartet gizi**

Buku cerita anak jajanan sehat yang dibuat pada kegiatan ini adalah buku cerita bergambar yang dapat dibaca bersama (Gambar 4). Buku ini selain berisi cerita, juga dilengkapi dengan pertanyaan terkait jajanan dan makanan sehat, serta kebiasaan hidup

sehat yang dapat dilakukan oleh siswa. Buku ini selain berisi cerita, juga dilengkapi pertanyaan untuk lebih menggali pemahaman siswa.



Gambar 4. Buku cerita anak

Poster jajanan sehat berbentuk *X-banner* yang dapat dipasang di sekolah (Gambar 5). Poster berisi penjelasan singkat mengenai jajanan sehat dilengkapi dengan gambar contoh jajanan sehat.



Gambar 5. Poster jajanan sehat

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk edukasi melalui permainan. Pada saat kegiatan ini, juga dilakukan diskusi dengan siswa terkait makanan dan jajanan sehat. Kegiatan edukasi dilaksanakan melalui pembacaan buku cerita bersama siswa dengan bantuan *slide projector*. Selanjutnya siswa dibagi menjadi beberapa kelompok untuk melakukan bermain edukasi gizi, yaitu kartu kuartet gizi dan ular tangga gizi. Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini, selanjutnya disimpan di sekolah, agar dapat digunakan sebagai media belajar bagi siswa.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* untuk menilai efektivitas kegiatan. Sebelum dan setelah dilakukan kegiatan peserta diminta mengisi *pre-test* dan *post-test*. Data *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi jajanan sehat diawali dengan pelaksanaan *pre-test* menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan awal siswa mengenai jajanan sehat dan bergizi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah 44 siswa ( $n = 44$ ), berasal dari kelas IV dan V di SDN 2 Setiamulya dan SDN 2 Gobras. Setelah *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi melalui pembacaan buku cerita bergambar secara klasikal, dan permainan edukatif bersama-sama antara fasilitator dan siswa.

Kegiatan edukatif dilanjutkan dengan permainan edugame, yaitu ular tangga gizi jajanan sehat dan kartu kuartet gizi. Siswa dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu satu kelompok bermain ular tangga gizi dan dua kelompok bermain kartu kuartet, dengan waktu bermain masing-masing selama 30 menit, kemudian dilakukan rotasi agar semua siswa dapat mencoba kedua permainan. Selama permainan berlangsung, fasilitator berperan aktif dalam memandu jalannya permainan, memberikan pertanyaan, serta mengaitkan setiap situasi permainan dengan pesan edukatif. Misalnya pada permainan ular tangga gizi, ketika bidak pada permainan ular tangga berhenti di kotak bergambar “anak makan sayur”, siswa diajak berdiskusi mengenai pentingnya konsumsi sayur dan manfaatnya bagi tubuh. Dalam permainan kartu kuartet gizi, siswa yang berhasil mengumpulkan empat kartu pada satu tema diminta menjelaskan isi pesan gizi dari set kartu tersebut. Melalui metode ini, siswa tidak hanya menerima informasi, tetapi juga terlibat aktif dalam proses pembelajaran, yang sesuai dengan prinsip teori belajar konstruktivistik, yaitu pengetahuan dibangun melalui pengalaman langsung dan interaksi sosial (Suryana et al., 2022).



**Gambar 6. Membaca buku cerita bersama siswa**

Proses edukasi dilakukan secara interaktif, yaitu pada setiap halaman buku cerita disertai pertanyaan yang mendorong siswa untuk berpikir dan berdiskusi. Pembacaan buku cerita bertema “makanan dan jajanan sehat” yang telah disiapkan oleh tim pengabdian, dilakukan bersama-sama dengan siswa (Gambar 6). Setiap 1 lembar di buku cerita dilengkapi dengan pertanyaan. Pada saat kegiatan siswa diminta menjawab pertanyaan tersebut secara bergantian. Tim pengabdian bertindak mendampingi dan membimbing siswa saat membaca dan berdiskusi, serta merangsang partisipasi aktif siswa. Tim berperan menjaga fokus diskusi, dan memberikan dukungan agar siswa memahami isi cerita dan dapat mengaitkannya dengan keseharian terutama untuk konsumsi makanan dan jajanan sehat. Tim pengabdian berperan sebagai fasilitator untuk membantu menjelaskan konsep yang belum dipahami siswa. Di akhir kegiatan, beberapa eksemplar buku cerita diserahkan kepada pihak sekolah untuk disimpan di perpustakaan agar dapat dimanfaatkan kembali oleh siswa secara mandiri.

Tatacara permainan kartu kuartet gizi, dimulai dengan mengocok dan membagikan

kartu yang telah disiapkan tim pengabdi (Gambar 3) pada siswa yang akan bermain, masing-masing peserta mendapat 4 kartu. Dilanjutkan salah satu siswa sesuai kartu yang dimilikinya akan meminta kartu pada temannya atau mengambil dari sisa kartu (Gambar 7). Kartu dianggap telah lengkap bila telah terkumpul 4 kartu untuk masing-masing tema. Bila telah terkumpul 1 tema kartu maka siswa diminta menjelaskan mengenai materi pada set kartu yang telah lengkap. Peran tim pengabdi adalah memastikan semua peserta terlibat dan belajar secara efektif melalui permainan ini. Dalam pelaksanaannya fasilitator akan mengarahkan dan melengkapi jawaban siswa.

Tata cara permainan ular tangga gizi, dimulai dengan siswa yang akan bermain bersiap di lembar ular tangga yang telah disediakan tim pengabdi (Gambar 2). Dilanjutkan secara bergantian siswa melempar dadu dan bidak akan dipindahkan sesuai angka dadu. Permainan dilanjutkan sampai telah ada bidak yang mencapai angka 36. Bila bidak berhenti di kotak yang terdapat gambar makanan maka siswa diminta menjelaskan baik atau tidak baik makanan tersebut dikonsumsi (Gambar 7). Pada permainan ini tim pengabdi bertindak sebagai fasilitator, yaitu memastikan permainan berjalan lancar dan edukatif. Pada saat permainan tim pengabdi memberikan instruksi, mengawasi jalannya permainan, serta memandu peserta.



**Gambar 7. Permainan edukatif**

*Post-test* dilakukan di akhir kegiatan edukasi, menggunakan kuesioner yang sama dengan *pre-test*. Tujuan pemberian *post-test* adalah untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan siswa. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa skor *pre-test* siswa berkisar antara 20 hingga 100, dengan nilai rata-rata 65,0. Skor *post-test* menunjukkan peningkatan dengan rata-rata 73,2. Selisih nilai rata-rata *pre-test* dibandingkan nilai *post-test* yaitu meningkat 8,2 poin (Tabel 1).

**Tabel 1. Evaluasi hasil *pre-test* dan *post-test***

Variabel	Nilai Rata-Rata	Nilai Min-Max	Selisih
<i>Pre-test</i>	65,0	20–100	8,2
<i>Post-test</i>	73,2	20–100	

Untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan, maka hasil pengukuran dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu “baik” (skor  $\geq 80$ ), “cukup” (skor 60–79), dan “kurang” (skor  $< 60$ ). Sebelum edukasi, sebanyak 25% siswa berada dalam kategori “baik”, 46,3% kategori cukup, dan 28,7% kategori kurang”. Setelah edukasi, menunjukkan terjadi peningkatan proporsi siswa dengan pengetahuan “baik” menjadi 47,5%, sedangkan kategori “cukup” menurun menjadi 40%, dan “kurang” menjadi 12,5% (Tabel 2). Distribusi ini menunjukkan terjadi pergeseran positif tingkat pengetahuan siswa setelah intervensi edukatif.



**Tabel 2. Distribusi tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi jajanan sehat**

Kategori Pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)
Baik ( $\geq 80$ )	25,0	47,5
Cukup (60-79)	46,3	40,0
Kurang ( $< 60$ )	28,7	12,5

Hasil analisis tingkat pengetahuan siswa pada kegiatan ini, sejalan dengan kegiatan pengabdian di SD inpres Galangan Kapal II Kelurahan Kaluku Bodoa Kecamatan Tallo yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan katagori cukup yaitu 10% dengan penggunaan media buku cerita bergambar (Yuliati et al., 2024). Anak-anak yang mendapatkan pembelajaran dengan media kartu dan video menunjukkan peningkatan minat terhadap konsumsi buah dan sayur, serta mampu menyebutkan lebih banyak contoh buah dan sayur yang bermanfaat bagi kesehatan. Penelitian oleh Astuti et al (2019) menunjukan nilai rata-rata pengetahuan menggunakan edukasi media buku cerita pada siswa SD kelas 4, terjadi peningkatan pengetahuan 50,8%. Hasil kegiatan pengabdian untuk penggunaan EduGame berupa permainan kuartet terhadap perilaku jajanan sehat pada anak usia sekolah, menunjukan ada pengaruh dengan nilai  $p < 0.000$  yang artinya  $p < 0,05$  (Harahap et al., 2023). Permainan ular tangga juga diketahui dapat meningkatkan skor pengetahuan siswa tentang jajanan sehat (Andriani et al., 2023).

Peningkatan pengetahuan siswa terjadi karena pendekatan pembelajaran pada kegiatan ini adalah pembelajaran aktif dan menyenangkan. Penggunaan media buku cerita membantu membangun imajinasi dan memudahkan siswa memahami pesan gizi melalui narasi dan visual yang menarik. Sementara itu, permainan ular tangga gizi dan kartu kuartet gizi berperan dalam memperkuat daya ingat dan pemahaman siswa melalui interaksi sosial, kompetisi ringan, serta pengulangan informasi yang relevan sesuai dengan prinsip teori pembelajaran sosial Bandura, yang menekankan bahwa pengetahuan dan perilaku dapat berubah melalui observasi, imitasi, dan interaksi sosial (Ansani dan Samsir, 2022). Konsep permainan edukatif juga sesuai dengan model perubahan perilaku *Health Belief Model* (HBM), yaitu melalui kegiatan ini dapat membantu meningkatkan persepsi siswa tentang pentingnya memilih jajanan sehat (*perceived importance*) dan mengurangi hambatan (*perceived barriers*) melalui pengalaman langsung dalam permainan (Maharani et al., 2025). Melalui metode ini, siswa tidak hanya mengingat informasi jajanan sehat, tetapi juga memahami alasan di balik pentingnya konsumsi makanan sehat.

Namun demikian, kegiatan ini masih memiliki beberapa kendala dalam pelaksanaannya. Kendala utama adalah keterbatasan waktu karena kegiatan dilakukan dalam jadwal belajar sekolah yang padat, sehingga durasi setiap sesi permainan harus dibatasi. Selain itu, jumlah fasilitator yang terbatas menyebabkan pendampingan pada beberapa kelompok kurang optimal. Antusiasme siswa yang tinggi juga menjadi tantangan tersendiri karena suasana permainan terkadang menjadi kurang kondusif, ramai dan sulit dikendalikan. Meskipun demikian, secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan baik dan memperoleh respon positif dari siswa maupun guru.

## KESIMPULAN

Kegiatan edukasi jajanan sehat bagi siswa sekolah dasar cukup efektif meningkatkan pengetahuan peserta, sebesar 8,2 poin. Metode edukasi berbasis permainan (*edugame*) yang dikombinasikan dengan media buku cerita bergambar berpengaruh nyata

terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai jajanan sehat dan bergizi. Keterbatasan pelaksanaan intervensi edukasi dilakukan dalam waktu singkat (dua bulan), jumlah sampel 44 dan mencakup dua sekolah dasar, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh siswa sekolah dasar di Kota Tasikmalaya. Saran sekolah dapat mengintegrasikan edukasi jajanan sehat secara berkelanjutan melalui kegiatan pembelajaran rutin, lomba tematik gizi, atau program UKS. Guru dan civitas akademika sebaiknya dilibatkan dalam proses perencanaan dan pelaksanaan. Kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya disarankan menggunakan media permainan edukatif yang lebih bervariasi dan kontekstual. Perlu dilakukan evaluasi untuk jangka waktu lebih panjang untuk menilai perubahan perilaku konsumsi jajanan anak sekolah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian ini terlaksana atas dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak, penulis menyampaikan apresiasi kepada Rektor Universitas Siliwangi, LPPM Universitas Siliwangi. Terima kasih juga disampaikan kepada civitas akademika SDN Gobras 2 dan SDN 2 Setyamulya Kota Tasikmalaya, yang telah memberikan sarana dan prasarana dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, R., Apriani, F., Damayanti, S., Satria, O., Aulia, Y., Irmansyah, A., 2023. Game Ular Tangga: Media Edukatif dan Persuasif dalam Memilih Jajanan Sehat bagi Anak Usia Sekolah Dasar. [Prosiding]. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat 1, 1-9. <https://doi.org/10.61142/psnpm.v1.83>
- Ansani, A., Samsir, H.M., 2022. Teori Pemodelan Bandura. *Jurnal Multidisiplin Madani* 2(7), 3067–3080. <https://journal.formosapublisher.org/index.php/mudima/article/view/692>
- Astuti, N.B., Sari, E.P., Felle, G.M., 2019. Buku Cerita dan Buku Saku sebagai Media Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Sayur dan Buah. *Gema Kesehatan* 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.47539/gk.v11i1.86>
- (BPOM) Badan Pengawas Obat dan Makanan., 2022. Berita Negara Republik Indonesia Peraturan BPOM Nomor 14 Tahun 2022. Badan Pengawas Obat dan Makanan, Jakarta.
- (BPOM) Badan Pengawas Obat dan Makanan., 2021. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 29 Tahun 2021 tentang Persyaratan Bahan Tambahan Pangan Campuran. Badan Pengawas Obat dan Makanan, Jakarta.
- Fitri, Y., Rahmad, A.H., Suryana, S., Nurbaiti, N., 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Jajanan Tradisional terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Jajan Anak Sekolah. *Aceh Nutrition Journal* 5(1), 13-18. <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.186>
- Harahap, A.S., Fitriani, I.M., Devita, Y., 2023. Pengaruh Media Edugame (Kartu Kuartet) terhadap Perilaku tentang Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 5(1), 291–304. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/1425>
- Herawati, A.T., Cintya, H., Robert, D., Harikedua, V.T., 2025. Gizi dalam Siklus Kehidupan. Media Pustaka Indo, Cilacap.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2019. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

- Rembet, T.G., Nugroho, K.P.A., Mangalik, G., 2021. Gambaran Konsumsi Gula, Garam, dan Lemak (Minyak) pada Anak Sekolah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 10(4), 230–237. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i04.877>
- Maharani, P., Nurhamsyah, H.A., Addini, K.N., Hardiana, L., Purba, E.F., Ihsan, R.F., Rahayu, W.F., 2025. Tinjauan Peran Health Belief Model terhadap Perilaku Diet Sehat pada Dewasa Awal di Kota Padang. *Jurnal Kolaboratif Sains* 8(6), 3325–3346. <https://www.jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS/article/view/7759>
- Priawantiputri, W., Rahmat, M., Purnawan, A.I., 2019. Efektivitas Pendidikan Gizi dengan Media Kartu Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan* 10(3), 374–381. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/1469>
- Putri, S.T., Lubis, N.R., Chairani, N.C., Yusuf, M.U., Amelinda, R., Hayati, Z., 2024. Edukasi Jajanan Sehat dan Gizi Seimbang pada Siswa Kelas V di SDN 101826. *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 7(3), 512–519.
- Rafkhani, T., 2024. Peran Media Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Kebiasaan Makan Sehat pada Anak Sekolah. *Nutrition Research and Development Journal* 4(3), 31–39. <https://journal.unnes.ac.id/journals/nutrizione/article/view/25104>
- Sumarni, N., Rosidin, U., Sumarna, U., 2020. Penyuluhan Kesehatan tentang Jajanan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Jati III Tarogong Kaler Garut. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(2), 289–297. DOI: <https://doi.org/10.24198/kumawula.v3i2.28026>
- Suryana, E., Aprina, M.P., Harto, K., 2022. Teori Konstruktivistik dan Implikasinya dalam Pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 5(7), 2070–2080. <http://jiip.stkipyapisdompu.ac.id/jiip/index.php/JIIP/article/view/666>
- Yuliati, Y., Baharuddin, A., Nurlinda, A., 2024. Edukasi Jajanan Sehat pada Murid SD melalui Media Buku Cerita Bergambar pada Murid Sekolah Dasar. *Window of Community Dedication Journal* 5(1), 17–25. <https://doi.org/10.33096/wocd.v5i1.2073>