Duta Abdimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
Vol. 5 No. 2 Juli 2026, Hal. 73-79

e-ISSN: 2829-2073

Jajanan Sehat, Generasi Hebat: Edukasi Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SDN1 Marga Agung

[1]S.Anggicha Laluna Betsy, [1*]Yasinda Oktariza, [1]Fitri Salwa Namira Hyani, [1]Nazwa Nidea Nurfadia, [1]Made Radha Rani

[1]Fakultas Sains, Institut Teknologi Sumatera, Indonesia

**Corresponding Author:* yasinda.oktariza@fa.itera.ac.id

ABSTRAK

Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) merupakan makanan dan minuman yang dikonsumsi siswa di lingkungan sekolah yang berperan penting dalam memenuhi kebutuhan gizi harian anak. Namun, masih banyak siswa yang memilih makanan tidak sehat di sekolahan seperti makanan berwarna mencolok, mengandung perisa buatan, atau memiliki kandungan gizi yang tidak jelas sehingga dapat berdampak pada kesehatan siswa. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan membentuk kebiasaan konsumsi jajanan sehat pada anak usia sekolah melalui edukasi gizi yang interaktif serta pendekatan aplikatif berupa praktik pembuatan jajanan yang aman, bermutu, dan bergizi. Kegiatan diikuti oleh 31 siswa/i kelas 5 SDN 1 Marga Agung, Lampung Selatan. Metode pelaksanaan dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, serta penutup dan evaluasi. Materi edukasi disusun berdasarkan Pedoman PJAS BPOM Tahun 2021 dan disampaikan dalam bentuk presentasi dengan tambahan poster edukatif dan leaflet. Selain itu, ditampilkan juga video edukatif tentang praktik pembuatan jelly berbahan dasar jeruk serta produk jadinya sebagai contoh PJAS yang dianjurkan. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pretest dan posttest yang terdiri atas soal pilihan ganda dan identifikasi gambar. Kegiatan edukasi berlangsung dengan sangat baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai pemilihan jajanan sehat. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan sekolah dan orang tua untuk mendukung terbentuknya kebiasaan memilih jajanan sehat sejak usia dini.

***Kata kunci**: Jajanan Anak, Jelly, Kegiatan Pangabdian, PJAS, Sekolah Dasar.*

ABSTRACT

School Snacks (PJAS) are foods and beverages consumed by students within the school environment and play an important role in meeting children's daily nutritional needs. However, many students still choose unhealthy snacks, such as brightly colored foods, products containing artificial flavorings, or foods with unclear nutritional content, which may adversely affect their health. This community service program aimed to promote healthy snacking habits among school-aged children through interactive nutrition education and an applied approach involving the preparation of safe, high-quality, and nutritious snacks. The program involved 31 fifth-grade students from SDN 1 Marga Agung, South Lampung. The implementation consisted of three stages: preparation, implementation, and closing with evaluation. Educational materials were developed based on the 2021 BPOM Guidelines for School Snacks (PJAS) and delivered through presentations supported by educational posters and leaflets. In addition, an educational video demonstrating the preparation of orange-based jelly, along with the finished product, was presented as an example of a recommended healthy school snack. The program was evaluated using pretest and posttest instruments consisting of multiple-choice and picture identification questions. The educational intervention was successfully implemented and had a positive impact on improving students' knowledge regarding healthy snack selection. Similar educational programs should be conducted continuously with the involvement of schools and parents to foster sustainable healthy snacking habits from an early age.

***Keywords:** PJAS, Community Service Activity, School Snacks, Students, Jelly*

PENDAHULUAN

Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) merupakan makanan dan minuman yang dijual di lingkungan sekolah atau sekitar sekolah yang dikonsumsi oleh siswa. PJAS

e-ISSN: 2829-2073

memiliki peran penting dalam memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi harian anak, sehingga kualitas, keamanan, dan kandungan gizinya harus diperhatikan. Dalam upaya menjamin keamanan dan mutu PJAS, pemerintah melalui Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) berperan penting dalam melakukan pengawasan terhadap pangan yang beredar, termasuk jajanan anak sekolah. BPOM secara rutin melakukan monitoring dan evaluasi terhadap PJAS, serta menyusun pedoman keamanan pangan sebagai acuan bagi masyarakat.

Penelitian menunjukkan bahwa 98,5% anak sekolah memiliki kebiasaan membeli PJAS setiap hari, dengan 58,8% di antaranya membeli jajanan sebanyak dua kali dalam sehari (Aini, 2019). Data lanjutan yang diperoleh yaitu jajanan sekolah berkontribusi sebesar 20%–31,1% terhadap kebutuhan energi harian anak sekolah (Emilia et al., 2021). Studi lain menunjukkan bahwa pangan jajanan menyumbang 34,4% (589,8±488,3 kkal) energi dan 4,1% (17,6±19,5 g) protein dari konsumsi pangan harian anak usia 6-12 tahun (Sari & Rachmawati, 2020).

Jajanan atau makanan yang ada di lingkungan sekolah terkadang tidak terjamin kebersihan dan kandungan gizinya (Syarifuddin et al., 2022). Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh Nofriadi et al., 2020, didapatkan bahwa masih banyak siswa yang belum mengkonsumsi Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang sesuai. Berdasarkan hasil pemeriksaan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) tahun 2008-2010, sekitar 40-44% jajanan anak sekolah tidak memenuhi persyaratan keamanan pangan. Jajanan tersebut diketahui mengandung bahan kimia berbahaya, seperti formalin dan boraks, serta bahan tambahan pangan (BTP) yang penggunaannya melebihi batas aman (Rahmawati & Harmiatun, 2020).

Terdapat identifikasi masalah, yaitu anak-anak cenderung memilih jajanan dengan warna mencolok, mengandung perisa buatan, berbau tengik atau asam, serta memiliki kandungan gizi yang tidak jelas. Kebiasaan tersebut berpotensi menyebabkan asupan nutrisi yang tidak optimal, sehingga dapat berdampak pada penurunan konsentrasi dan kemampuan belajar siswa.

Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk membentuk kebiasaan konsumsi jajanan sehat yang berkelanjutan pada anak usia sekolah. Edukasi gizi dilakukan dengan pendekatan aplikatif melalui pembuatan contoh jajanan yang memenuhi prinsip PJAS, yaitu aman, bermutu, dan bergizi. Siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan secara teoritis, tetapi juga memahami secara langsung penerapan pemilihan jajanan yang sehat melalui pengalaman praktik.

METODE

Lokasi kegiatan pengabdian ini dilakukan di SDN 1 Marga Agung, Desa Marga Agung, Lampung Selatan, dengan sasaran peserta yaitu siswa/i kelas 5 SDN 1 Marga Agung. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan, dan penutup serta evaluasi. Pada tahap persiapan, tim PkM melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menetukan waktu pelaksanaan, tempat, dan jumlah peserta yang akan menikuti kegiatan sosialisasi. Selain itu, tim PkM menyusun materi edukasi dalam bentuk materi presentasi, poster edukatif, dan leaflet mengenai Pemilihan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) berbasis pedoman BPOM Tahun 2021 (Badan Pengawas Obat dan Makanan RI, 2021). Selain itu sebagai bentuk penerapan PJAS, tim PkM juga mempersiapkan demonstrasi pembuatan *jelly* berbahan dasar jeruk sebagai contoh cemilan sehat yang mudah dibuat dan terjangkau, yang seluruh prosesnya didokumentasikan dalam bentuk video edukasi.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan pada Sabtu, 18 April 2026 yang dimulai dari pukul 07.30-10.15 WIB. Kegiatan diawali dengan persiapan panitia dari pukul 07.30-03.56 WIB, dilanjutkan dengan pembukaan oleh MC pada pukul 07.57-07.59 WIB. Penyampaian sambutan dari kepala Sekolah SDN 1 Marga Agung dan Ketua Tim

e-ISSN: 2829-2073

PkM serta penyerahan plakat kepada pihak sekolah dilaksanakan pada pukul 08.00-08.12 WIB. Kegiatan dilanjutkan dengan perkenalan anggota tim PkM, selanjutnya untuk mengukur pemahaman awal peserta tentang PJAS, dilakukan sesi *pretest*. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi penyampaian materi secara interaktif dan komunikatif tentang PJAS dan penayangan video proses pembuatan *jelly* dari buah jeruk sebagai contoh nyata penerapan PJAS.

Pada tahap penutup dan evaluasi, peserta megerjakan soal *posttest* guna mengukur peningkatan pemahaman setelah mengikuti seluruh rangkaian materi. Untuk menciptakan suasana yang menyenangkan sekaligus melatih daya ingat siswa, tim PkM mengadakan sesi game yang berjudul "*Memori Run*". Kegiatan kemudian ditutup secara resmi oleh MC diakhiri dengan sesi foto bersama sebagai dokumentasi pelaksanaan kegiatan pada pukul 10.15 WIB.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan di SDN 1 Marga Agung, Lampung Selatan. Kegiatan ini diikuti oleh 31 siswa kelas V yang terdiri dari 14 orang siswa laki-laki dan 17 orang siswa perempuan. Kegiatan PkM bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang sehat dan aman sesuai Pedoman BPOM Tahun 2021 melalui edukasi interaktif dan pengenalan produk jelly sehat sebagai alternatif jajanan sehat.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan melakukan koordinasi bersama pihak sekolah terkait waktu pelaksanaan, jumlah peserta, tempat kegiatan, dan teknis pelaksanan kegiatan. Selain itu, tim PkM juga melakukan observasi sederhana terkait kondisi jajanan yang sering dikonsumsi siswa di lingkungan sekolah. Tim PkM juga menyiapkan berbagai media edukasi, seperti poster, *leaflet,* video edukasi, serta materi presentasi mengenai pemilihan PJAS yang benar. Selain itu, tim juga menyiapkan produk *jelly* bebahan dasar jeruk dan madu sebagai contoh alternatif jajanan sehat yang aman bagi anak sekolah. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa, tim PkM juga menyiapkan soal *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari soal pilihan ganda dan identifikasi gambar.



Gambar 1. Produk *jelly* sebagai alternatif jajan sehat

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan dan perkenalan tim PkM. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi mengenai pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang sehat dan aman sesuai pedoman BPOM menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi disampaikan menggunakan media poster, leaflet, video edukasi, dan demonstrasi produk *jelly*. Pada saat pelaksanaan kegiatan, jumlah siswa yang hadir sebanyak 31 orang dari total 35 siswa yang menjadi sasaran kegiatan. Selama kegiatan berlangsung, siswa terlihat aktif dan antusias dalam

e-ISSN: 2829-2073

mengikuti penyuluhan. Hal tersebut terlihat dari keaktifan siswa dalam menjawab pertanyaan, memperhatikan video edukasi, serta memberikan tanggapan terkait contoh jajanan sehat dan tidak sehat yang sering dijumpai di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Pembukaan oleh tim PkM

Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menggunakan *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Evaluasi dilakukan menggunakan dua jenis instrumen, yaitu soal pilihan ganda dan identifikasi gambar (link).



Gambar 3. Pelaksanaan *Pretest* dan *Postest*

Berdasarkan hasil evaluasi pada Tabel 1, pada soal pilihan ganda didapatkan hasil sebanyak 15 siswa/i mengalami peningkatan nilai, 14 siswa/i memperoleh nilai tetap, dan 2 siswa/i mengalami penurunan nilai. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti perbedaan kemampuan siswa/i dalam menerima dan memahami materi edukasi yang disampaikan, serta faktor konsentrasi dan ketelitian siswa/i yang terganggu saat mengerjakan *posttest*. Meskipun demikian, nilai rata-rata *postest* yang ditunjukkan pada Tabel 2 tetap menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan *pretest*, yaitu dari 71,29 menjadi 79,67. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest pada soal pilihan ganda ($p = 0{,}001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai Pangan

e-ISSN: 2829-2073

Jajanan Anak Sekolah (PJAS) efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa terkait konsep pemilihan jajanan sehat.

Tabel 1. Distribusi Perubahan Nilai Peserta (N=31)

Kategori	Soal Pilihan Ganda	Soal Identifikasi Gambar
Meningkat	15	5
Tetap	14	24
Menurun	2	2

Hasil evaluasi menggunakan soal identifikasi gambar seperti yang tercantum pada Tabel 1, diperoleh sebanyak 5 siswa/i yang mengalami peningkatan nilai, 24 siswa/i memperoleh nilai yang tetap, dan 2 siswa/i mengalami penurunan nilai. Sebagian besar siswa/i memperoleh nilai yang tetap karena telah memiliki pengetahuan awal yang baik sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan. Adapun penurunan nilai yang terjadi kemungkinan dipengaruhi oleh faktor konsentrasi dan ketelitian saat mengerjakan *postest*. Meskipun demikian, nilai rata-rata *posttest* yang ditunjukkan pada Tabel 2 tetap menunjukkan peningkatan dibandingkan *pretest,* yaitu 94,51 menjadi 98,70. Namun, hasil analisis menunjukkan bahwa peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik (p = 0,121). Hasil ini menandakan bahwa meskipun terjadi peningkatan skor secara deskriptif, edukasi belum memberikan perubahan yang bermakna terhadap kemampuan siswa dalam mengidentifikasi jajanan sehat melalui media gambar. Kondisi tersebut kemungkinan disebabkan oleh tingginya nilai awal (pretest), di mana sebagian besar siswa telah memperoleh skor maksimal atau mendekati maksimal sebelum intervensi sehingga ruang peningkatan menjadi sangat terbatas.

Tabel 2. Hasil Uji Statistik Sebelum dan Setelah Peserta Diberikan Edukasi

Jenis Soal	Pretest (rata-rata±SD)	Posttest (rata-rata±SD)	Uji Statistik*	*p-value*
Pilihan Ganda	71,29 ± 19,62	79,67 ± 17,41	Wilcoxon Signed Ranks Test	0,001
Identifikasi Gambar	94,51 ± 15,01	98,70 ± 3,40	Wilcoxon Signed Ranks Test	0,121

**data tidak terdistribusi secara normal*

Secara keseluruhan hasil dari *pretest* dan *posttest* soal pilihan ganda dan soal gambar menunjukkan sebagian besar siswa mengalami peningkatan nilai setelah diberikan edukasi. Peningkatan pemahaman siswa ini didukung oleh penggunaan metode edukasi yang interaktif dan menarik. Penyampaian materi menggunakan poster, leaflet, video edukasi, serta demonstrasi produk jelly sehat membantu siswa lebih mudah memahami konsep pemilihan jajanan sehat. Selain itu, adanya contoh nyata berupa jelly sehat membuat siswa tidak hanya memahami materi secara teori, tetapi juga melihat langsung penerapan jajanan sehat yang menarik dan aman dikonsumsi.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian (Fauziah et al., 2023) yang menyatakan bahwa edukasi mengenai jajanan sehat mampu meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar terkait pemilihan makanan yang aman dan sehat. Selain itu, penelitian (Syarifuddin et al., 2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi interaktif dapat meningkatkan partisipasi dan pemahaman siswa selama kegiatan penyuluhan berlangsung. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi mengenai Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pemilihan jajanan sehat dan aman sesuai pedoman BPOM.

e-ISSN: 2829-2073



Gambar 5. Pelaksanaan *game* oleh tim PkM



Gambar 6. Penutup dan dokumentasi bersama siswa/i kelas 5 SD N 01 Marga Agung

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema "Jajanan Sehat, Generasi Hebat: Edukasi Pemilihan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) di SDN 1 Marga Agung" telah dilaksanakan dengan sangat baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai pemilihan jajanan sehat. Keberhasilan acara ini didorong oleh keterlibatan aktif siswa, dukungan dari pihak sekolah, serta penggunaan materi ajar yang menarik dan mudah dipahami oleh anak-anak di tingkat sekolah dasar. Selain menambah wawasan siswa, acara ini juga menghasilkan pembuatan poster edukatif, leaflet, video edukasi, dan produk jelly sehat sebagai contoh pilihan camilan alternatif yang sesuai dengan pedoman dari BPOM. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya pemilihan pangan jajanan yang sehat, aman, dan bergizi demi terwujudnya generasi penerus bangsa yang cerdas dan berkualitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada mitra kegiatan, yaitu SDN 1 Marga Agung beserta seluruh dewan guru dan keluarga besar sekolah yang telah memberikan kesempatan, dukungan, serta kerja sama selama pelaksanaan kegiatan PkM berlangsung. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Desa Marga Agung

yang telah memberikan dukungan dan bantuan informasi sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, S. Q. (Siti). (2019). Perilaku Jajan pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Litbang*, *15*(2), 133–146. https://doi.org/10.33658/JL.V15I2.153

Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. (2021). *Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang*. Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. https://standarpangan.pom.go.id/storage/documents/pedoman/Pedoman_Pangan_Jajanan_Anak_Sekolah_untuk_Pencapaian_Gizi_Seimbang-2021.pdf

Emilia, E., Juliarti, J., & Akmal, N. (2021). Analisis Konsumsi Makanan Jajanan terhadap Pemenuhan Gizi Remaja. *Jurnal Gizi Dan Kuliner (Journal of Nutrition and Culinary)*, *1*(1), 23–30. https://doi.org/10.24114/JNC.V1I1.20697

Fauziah, A., LJambormias, J., DIII Kebidanan Saumlaki, P., & Kemenkes Maluku, P. (2023). Edukasi Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah Dasar. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(9), 953–960. https://doi.org/10.55681/EJOIN.V1I9.1545

Nofriadi, N., Anggraini, M., & Kartika, K. (2020). Edukasi Kesehatan Jajanan Sehat Pada Siswa Di Sdn 15 Nagari Kubang Pipik Kecamatan Baso. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, *1*(2), 55–58. https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/405

Rahmawati, F., & Harmiatun, Y. (2020). Pemeriksaan Pertumbuhan Badan Siswa Sekolah Dasar (Sd) dengan Menggunakan Metode Antropometri di Desa Eretan Wetan-Indramayu. *JURNAL ComunitÃ Servizio : Jurnal Terkait Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, Terkhusus Bidang Teknologi, Kewirausahaan Dan Sosial Kemasyarakatan*, *2*(2), 465–470. https://doi.org/10.33541/CS.V2I2.2216

Sari, D., & Rachmawati, R. (2020). Kontribusi Zat Gizi Makanan Jajajan terhadap Asupan Energi Sehari di Indonesia (Analisis Data Survey Konsumsi Makanan Individu 2014). *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, *43*(1), 29–40. https://doi.org/10.22435/PGM.V43I1.2891

Syarifuddin, S., Afni Ponseng, N., Latu, S., Ade Ningsih, N., Studi, P. S., Masyarakat, K., Tamalatea, S., & Selatan, S. (2022). Edukasi Jajanan Sehar pada Anak Usia Sekolah. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* , *6*(1).