# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA SISWA DI MIT BINA PUTRA CENDIKIA KECAMATAN PONOROGO KABUPATEN PONOROGO


**OLEH :**
**KHARISMA ADIYATMANING RIZKY**
**NIM : 202202028**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**
**STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN**
**2026**

# SKRIPSI

# PENGARUH EDUKASI TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA SISWA DI MIT BINA PUTRA CENDIKIA KECAMATAN PONOROGO KABUPATEN PONOROGO

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)


**OLEH :**

**KHARISMA ADIYATMANING RIZKY**

**NIM : 202202028**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN**

**2026**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :
Nama : Kharisma Adiyatmaning Rizky
NIM : 202202028
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH EDUKASI TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP PENGETAHUAN PADA SISWA DI MIT BINA PUTRA CENDIKIA KECAMATAN PONOROGO KABUPATEN PONOROGO

**Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 03 Januari 2026**

**Oleh:**

| Pembimbing I | Pembimbing II |
|---|---|
| Asrina Pitayanti, S. Kep., Ns., M.Kes | Riska Ratnawati, SKM., M.Kes |
| NUPTK. 5243759660231063 | NUPTK. 6643756657230142 |

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933767668237030

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh :
Nama : Kharisma Adiyatmaning Rizky
NIM : 202202028
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : PENGARUH EDUKASI TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP PENGETAHUAN PADA SISWA DI MIT BINA PUTRA CENDIKIA KECAMATAN PONOROGO KABUPATEN PONOROGO

**Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)**

**Pada Tanggal : 10 Februari 2026**

**Ketua** : Dian Anisia Widyaningrum, S.Kep., Ns., M.Kep .....:
NUPTK. 8340766667230283

**Penguji I** : Asrina Pitayanti, S. Kep., Ns., M.Kes : .....
NUPTK. 5243759660231063

**Penguji II** : Riska Ratnawati, SKM., M.Kes : .....
NUPTK. 6643756657230142

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun

Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

## HALAMAN PERNYATAAN

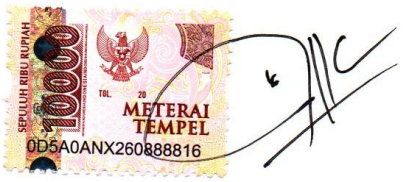
Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kharisma Adiyatmaning Rizky

NIM : 202202028

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 10 Februari 2026




Kharisma Adiyatmaning Rizky

NIM. 202202028

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

| | |
|---|---|
| Nama | : Kharisma Adiyatmaning Rizky |
| Tempat dan Tanggal Lahir | : Ponorogo,1 Januari 2003 |
| Jenis Kelamin | : Perempuan |
| Agama | : Islam |
| Alamat | : Desa Kertosari RT.05 RW.02 |
| | Kecamatan Babadan, Kabupaten Ponorogo |
| Email | : kakkharis22@gmail.com |
| Riawayat Pendidikan | : |
| 1. 2008-2009 | : TK Muslimat 1 Ponorogo |
| 2. 2009-2016 | : SDN 2 Nologaten Ponorogo |
| 3. 2016-2018 | : SMP Negeri 5 Ponorogo |
| 4. 2018-2021 | : SMK Kesehatan Bakti Indonesia Medika Ponorogo |
| 5. 2022- 2026 | : STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun |

# ABSTRAK

## PENGARUH EDUKASI TENTANG JAJANAN SEHAT TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA SISWA DI MIT BINA PUTRA CENDIKIA KECAMATAN PONOROGO KABUPATEN PONOROGO

**Kharisma Adiyatmaning Rizky**

Anak usia sekolah merupakan masa tumbuh kembang yang membutuhkan nutrisi optimal. Banyak jajanan di sekolah yang tidak terjamin kebersihan dan kandungan gizinya, serta sering mengandung bahan tambahan pangan berbahaya (BTP). Anak usia sekolah dasar rentan mengonsumsi jajanan tidak sehat karena kurangnya pengetahuan anak dalam memilih jajanan sehat yang berdampak buruk bagi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang jajanan sehat terhadap tingkat pengetahuan siswa kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo.

Penelitian ini kuantitatif dengan desain pra-eksperimen menggunakan one group pretest–posttest. Sampel penelitian berjumlah 30 siswa kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan jajanan sehat. Edukasi kesehatan diberikan menggunakan media Power Point (PPT) dan leaflet. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Pada hasil pretest, tingkat pengetahuan siswa kategori baik sebesar 60,0% (18 orang), kategori cukup 10,0% (3 orang), dan kategori kurang sebesar 30,0% (9 orang). Setelah diberikan edukasi, hasil posttest menunjukkan peningkatan pada kategori baik menjadi 83,3% (25 orang), kategori cukup tetap 10,0% (3 orang), dan kategori kurang menurun menjadi 6,7% (2 orang). Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon menunjukkan nilai p-value = 0,000 < $\alpha$ = 0,05, sehingga $H_1$ diterima. Hal ini membuktikan adanya pengaruh signifikan edukasi jajanan sehat terhadap tingkat pengetahuan siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo.

Kesimpulan penelitian ini penggunaan media edukasi lebih efektif dalam membantu meningkatkan pemahaman tentang memilih jajanan sehat pada anak. Sebagai tindak lanjut, diharapkan dapat secara berkelanjutan menerapkan program edukasi kesehatan, seperti pembiasaan membawa bekal sehat dari rumah dan keterlibatan orang tua diperlukan untuk memantau dan mendukung penerapan pengetahuan siswa dalam kehidupan sehari-hari.



**Kata Kunci :** Edukasi Kesehatan, Jajanan Sehat, Pengetahuan, Siswa Sekolah Dasar

## *ABSTRACT*

### *THE INFLUENCE OF HEALTHY SNACK EDUCATION ON THE KNOWLEDGE LEVEL OF STUDENTS AT MIT BINA PUTRA CENDIKIA, PONOROGO DISTRICT, PONOROGO REGENCY*

**Kharisma Adiyatmaning Rizky**

*School-age children were in a period of growth and development that required optimal nutrition. Many school snacks were not guaranteed in terms of hygiene and nutritional content, and they often contained harmful food additives (BTP). Elementary school children were vulnerable to consuming unhealthy snacks due to a lack of knowledge in choosing healthy snacks, which had a negative impact on health. This study aimed to determine the influence of healthy snack education on the knowledge level of grade I and II students at MIT Bina Putra Cendikia, Ponorogo District, Ponorogo Regency.*

*This research was quantitative with a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest. The research sample consisted of 30 grade I and II students at MIT Bina Putra Cendikia, Ponorogo District, Ponorogo Regency, selected using the total sampling technique. The research instrument was a healthy snack knowledge questionnaire. Health education was provided using Power Point (PPT) media and leaflets. Data analysis was performed using the Wilcoxon test.*

*The results of the study showed a significant increase in knowledge between before and after the intervention. In the pretest results, the students' knowledge level in the good category was 60.0% (18 people), the sufficient category was 10.0% (3 people), and the poor category was 30.0% (9 people). After education was provided, the posttest results showed an increase in the good category to 83.3% (25 people), the sufficient category remained at 10.0% (3 people), and the poor category decreased to 6.7% (2 people). The results of statistical testing using the Wilcoxon test showed a p-value = 0.000 < $\alpha$ = 0,05, thus $H_1$ was accepted. This proved that there was a significant influence of healthy snack education on the knowledge level of students at MIT Bina Putra Cendikia, Ponorogo District, Ponorogo Regency.*

*The conclusion of the study was that the use of educational media was more effective in helping to improve the understanding of choosing healthy snacks for children. As a follow-up, it was expected that health education programs could be implemented sustainably, such as the habit of bringing healthy lunch from home, and the involvement of parents was required to monitor and support the application of students' knowledge in daily life.*



***Keywords:*** *Health Education, Healthy Snacks, Knowledge, Elementary School Students.*

# KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Pengaruh Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo" dengan baik. Tersusunnya skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, saran, motivasi kepada penulis. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
2. Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
3. Dian Anisia Widyaningrum, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan saran serta masukan dalam proses penyusunan Skripsi ini.
4. Asrina Pitayanti, S. Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah bersedia membimbing dengan penuh kesabaran dan ketelatenan.
5. Riska Ratnawati, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah membantu memberikan arahan, saran, dukungan kepada saya dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah MIT Bina Putra Cendikia Ponorogo beserta seluruh dewan guru dan siswa yang telah memberikan izin, bantuan, serta kerja sama selama proses penelitian berlangsung.
7. Kedua orang tua, adik, keluarga, dan orang-orang tersayang yang selalu memberikan dukungan dalam bentuk apapun serta do'a.
8. Teman-teman S1 Keperawatan angkatan 2022 yang selalu memberikan semangat dan dorongan dalam penyusunan Skripsi ini

Saya menyadari bahwa dalam proses penyusunan Skripsi ini masih terdapat kekurangan dan apabila ada kritik dan saran dari semua pihak saya akan dengan senang hati menerimanya.

Akhir kata penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah SWT senantiasa meridhoi segala usaha kita.

Wasalamualaikum Warohmatullahi Wabarakatuh

Madiun, 21 Oktober 2025

Penulis



Kharisma Adiyatmaning Rizky

NIM. 202202028

**DAFTAR ISI**


SAMPUL DEPAN ..... i
SAMPUL DALAM ..... ii
LEMBAR PERSETUJUAN ..... iii
LEMBAR PENGESAHAN ..... iv
HALAMAN PERNYATAAN ..... v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... vi
ABSTRAK ..... vii
*ABSTRACT* ..... viii
KATA PENGANTAR ..... ix
DAFTAR ISI ..... xi
DAFTAR TABEL ..... xiv
DAFTAR GAMBAR ..... xv
DAFTAR LAMPIRAN ..... xvi
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH ..... xvii

BAB I PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang ..... 1
1.2 Rumusan Masalah ..... 4
1.3 Tujuan Penelitian ..... 4
1.3.1 Tujuan Umum ..... 4
1.3.2 Tujuan Khusus ..... 4
1.4 Manfaat Penelitian ..... 5
1.4.1 Manfaat Teoritis ..... 5
1.4.2 Manfaat Praktis ..... 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA
2.1 Konsep Edukasi Kesehatan ..... 7
2.1.1 Definisi Edukasi Kesehatan ..... 7
2.1.2 Tujuan Edukasi Kesehatan ..... 8
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Edukasi Kesehatan ..... 9
2.1.4 Ruang Lingkup Edukasi Kesehatan ..... 10
2.1.5 Metode Edukasi Kesehatan ..... 10
2.1.6 Media Edukasi Kesehatan ..... 11
2.2 Konsep Jajanan Sehat ..... 13
2.2.1 Pengertian Jajanan ..... 13
2.2.2 Jenis Jajanan ..... 14
2.2.3 Bahan Tambahan Makanan yang Berbahaya ..... 15
2.2.4 Cara Memilih Jajanan Sehat ..... 17
2.2.5 Dampak Mengkonsumsi Jajanan Tidak Sehat ..... 18
2.3 Konsep Pengetahuan ..... 20
2.3.1 Pengertian Pengetahuan ..... 20
2.3.2 Pengukuran Pengetahuan ..... 23
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan ..... 24

2.4 Konsep Anak Usia Sekolah ..... 25
2.4.1 Pengertian Anak Usia Sekolah ..... 25
2.4.2 Karakter Anak Sekolah Dasar ..... 25
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN
3.1 Kerangka Konseptual ..... 27
3.2 Hipotesis Penelitian ..... 28
BAB IV METODE PENELITIAN
4.1 Desain Penelitian ..... 29
4.2 Populasi ..... 29
4.3 Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel ..... 30
4.4 Kerangka Kerja Penelitian ..... 31
4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional ..... 32
4.5.1 Variabel Penelitian ..... 32
4.5.2 Definisi Operasional ..... 32
4.6 Instrumen Penelitian ..... 33
4.6.1 Uji Validitas ..... 33
4.6.2 Uji Reliabilitas ..... 34
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian ..... 34
4.7.1 Lokasi Penelitian ..... 34
4.7.2 Waktu Penelitian ..... 34
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... 34
4.9 Analisa Data ..... 38
4.9.1 Analisa Univariat ..... 38
4.9.2 Analisis Bivariat ..... 39
4.10 Etika Penelitian ..... 39
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian ..... 41
5.2 Penyajian Data Umum ..... 42
5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia ..... 42
5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ..... 42
5.2.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas ..... 43
5.2.4 Karakteristik Responden Banyak Uang Saku ..... 43
5.3 Penyajian Data Khusus ..... 44
5.3.1 Mengidentifikasi Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Makanan Sehat Sebelum Diberikan Edukasi tentang Jajanan Sehat ..... 44
5.3.2 Mengidentifikasi Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Makanan Sehat Sesudah Diberikan Edukasi tentang Jajanan Sehat ..... 45
5.3.3 Menganalisis Pengaruh Edukasi tentang Jajanan Sehat terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa ..... 46
5.4 Pembahasan ..... 47
5.4.1 Mengidentifikasi Pengetahuan Siswa Kelas I dan II Sebelum Diberikan Edukasi Tentang Jajanan Sehat di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... 47

5.4.2 Mengidentifikasi Pengetahuan Siswa Kelas I dan II Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Jajanan Sehat di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... 50
5.4.3 Menganalisis Pengaruh Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa Kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo..... 53
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN
6.1 Kesimpulan ..... 55
6.2 Saran..... 55

DAFTAR PUSTAKA ..... 57
Lampiran – Lampiran..... 60

# DAFTAR TABEL


| | | |
|---|---|---|
| Tabel 4.1 | Definisi Operasional ..... | 33 |
| Tabel 5.1 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Siswa Kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 42 |
| Tabel 5.2 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 42 |
| Tabel 5.3 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas Pada Siswa Kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 43 |
| Tabel 5.4 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Uang Saku Pada Siswa Kelas I dan II di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 43 |
| Tabel 5.5 | Pengetahuan Sebelum diberikan Edukasi Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 44 |
| Tabel 5.6 | Hasil Analisa Kuesioner Parameter Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Sebelum Dilakukan Edukasi Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ... | 44 |
| Tabel 5.7 | Pengetahuan Sesudah diberikan Edukasi Tentang Jajanan Sehat Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ..... | 45 |
| Tabel 5.8 | Hasil Analisa Kuesioner Parameter Pengetahuan Tentang Jajanan Sehat Setelah diberikan Edukasi Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo ... | 45 |
| Tabel 5.9 | Analisis Pengaruh Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabuapten Ponorogo ..... | 46 |

# DAFTAR GAMBAR


| | | |
|---|---|---|
| Gambar 3.1 | Kerangka Konseptual Pengaruh Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia, Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo..... | 27 |
| Gambar 4.1 | *One Group Pretest – Posttest Design*..... | 29 |
| Gambar 4.2 | Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Edukasi Tentang Jajanan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa di MIT Bina Putra Cendikia Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo..... | 31 |

## DAFTAR LAMPIRAN


| | | |
|---|---|---|
| Lampiran 1. | Surat Izin Pengambilan Data Awal ..... | 60 |
| Lampiran 2. | Surat Keterangan Etik..... | 61 |
| Lampiran 3. | Surat izin Penelitian..... | 62 |
| Lampiran 4. | Surat Keterangan Selesai Penelitian..... | 63 |
| Lampiran 5. | Lembar Permohonan Menjadi Responden ..... | 64 |
| Lampiran 6. | Lembar Persetujuan Menjadi Responden..... | 65 |
| Lampiran 7. | Kisi-Kisi Kuesioner ..... | 66 |
| Lampiran 8. | Kuesioner Tingkat Pengetahuan Anak Tentang Pemilihan Makanan Jajanan ..... | 67 |
| Lampiran 9. | SAP Tentang Edukasi Jajanan Sehat..... | 69 |
| Lampiran 10. | PPT dan *Leaflet* Edukasi Jajanan Sehat..... | 75 |
| Lampiran 11. | Hasil Tabulasi dat Responden ..... | 77 |
| Lampiran 12. | Hasil Output SPSS..... | 79 |
| Lampiran 13. | Dokumentasi Penelitian..... | 88 |
| Lampiran 14. | Jadwal Kegiatan Penelitian..... | 89 |
| Lampiran 15. | Lembar Bimbingan Skripsi..... | 90 |

# DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

## DAFTAR SINGKATAN

| | |
|---|---|
| BPOM | : Badan Pengawas Obat dan Makanan |
| BTP | : Bahan Tambahan Pangan |
| WHO | : World Health Organization |
| FAO | : Food Agriculture Organization |
| MSG | : Monosodium glutamat |
| MIT | : Madrasah Ibtidaiyah Terpadu |
| SAP | : Satuan Acara Penyuluhan |
| STIKES | : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan |
| PPT | : Power Point |
| SPSS | : Statistical Package for the Social Sciences |

## DAFTAR ISTILAH

| | |
|---|---|
| *Methanyl Yellow* | : Pewarna sintesis kuning untuk industri cat/ tekstil, berbahaya jika digunakan dalam makanan |
| *Anonymity* | : Kondisi di mana identitas seseorang disembunyikan sehingga tidak diketahui oleh orang lain |
| *One Group Pre – Post Test Design* | : Dalam desain ini, hanya ada satu kelompok responden yang diukur sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberi perlakuan/ intervensi, tanpa adanya kelompok kontrol pembanding |
| *Total Sampling* | : Teknik pengambilam sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian |

.