

Penyuluhan Jajanan Sehat dalam Rangka Pencegahan Gagal Ginjal pada Anak di SMP Negeri 2 Bondoala

Healthy Snack Education to Prevent Kidney Failure in Children at Junior High School 2 Bondoala

Andi Mauliyana*, Hendra, Niluh Melinda Putri, Dewi Sinta, Sitti Hajrah H., Arnita, Aulia Amalia Rijal, Rahmawati R. Shindi Indriani

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan Universitas
Mandala Waluya

Corresponding author*:

Email: Andimauliyana.kesmas@gmail.com

WA number: 085288839708

Info Artikel	ABSTRAK
Riwayat artikel Dikirim: September 12, 2025 Direvisi :Februari 12, 2026 Diterima: Maret 6, 2026 Diterbitkan: Maret, 2026	Jajanan anak sekolah sangat rentan terhadap kontaminasi biologis maupun kimia. Kontaminasi ini dapat membahayakan kesehatan dan kualitas mereka seiring bertambahnya usia. Ginjal memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan secara keseluruhan, karena merupakan salah satu organ vital tubuh. Tujuan utama kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat, aman, dan bergizi. Yang dilakukan kepada siswa siswi dengan jumlah Peserta 37 responden. Metode pengabdian masyarakat dengan pendekatan deskriptif melalui kegiatan edukasi jajanan sehat pada siswa SMPN 2 Bondoala pelaksanaan penyuluhan berupa ceramah interaktif dengan media visual power point yang menarik. Selanjutnya, dilakukan diskusi dan Tanya jawab serta pemberian <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> untuk mengetahui pemahaman siswa. sebanyak 85% siswa dapat menyebutkan jajanan tidak sehat dan juga memahami fungsi ginjal serta juga akibat dari gagal ginjal. Berdasarkan hasil pretest dan posttest penyuluhan skor pretest berada pada kisaran 70 hingga 80. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sebelum penyuluhan masih kurang. Setelah diberikan penyuluhan, seluruh siswa memperoleh skor 100 pada posttest. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat, aman, dan bergizi.
Kata Kunci: Jajanan Sehat Gagal Ginjal SMPN 2 Bondoala	ABSTRACT <i>School children's snacks are highly susceptible to biological and chemical contamination. This contamination can harm their health and quality of life as they age. The kidneys play a crucial role in maintaining overall health, as they are one of the body's vital organs. A community service approach using a descriptive approach through healthy snack education activities for students at SMPN 2 Bondoala included interactive lectures using engaging PowerPoint visuals. Subsequently, discussions, questions and answers, and pre- and post-tests were conducted to assess student understanding. Approximately 85% of students were able to identify unhealthy snacks and also understood kidney function and the consequences of kidney failure. Based on the pre- and post-test results, the pre-test scores ranged from 70 to 80, indicating that students' knowledge before the education was still lacking. After the education, all students scored 100 on the post-test. These results indicate that the education successfully increased students' knowledge about the importance of choosing healthy, safe, and nutritious snacks.</i>

PENDAHULUAN

Anak-anak usia sekolah rentan terhadap masalah kesehatan karena konsumsi camilan yang tidak sehat. Salah satu masalah kesehatan umum di kalangan anak sekolah adalah kebiasaan membeli camilan secara sembarangan (Cuciati *et al.*, 2025). Jajanan anak sekolah sangat rentan terhadap kontaminasi biologis maupun kimia. Kontaminasi ini dapat membahayakan kesehatan dan kualitas mereka seiring bertambahnya usia. Makanan seperti jajanan kaki lima berisiko tinggi terhadap kualitas sumber daya manusia jangka panjang karena, selain kekurangan zat gizi, jajanan kaki lima juga rentan terhadap kontaminasi penyakit akibat buruknya kualitas makanan dan minuman serta tingkat kebersihan Anak-anak usia sekolah cenderung tidak konsisten dalam memilih makanan. Mereka biasanya memilih makanan

berdasarkan kesukaan atau ketidaksukaan mereka tanpa mempertimbangkan aspek lain seperti kebersihan, gizi, dan keamanan pangan. Anak-anak sekolah adalah konsumen yang aktif. Camilan memainkan peran penting dalam asupan energi dan nutrisi mereka. Kebiasaan ngemil ini sangat sulit dihentikan. Makanan cepat saji banyak ditemukan di lingkungan sekolah dan dikonsumsi secara rutin oleh sebagian besar anak sekolah (Slamet *et al.*, 2025).

Ginjal memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan secara keseluruhan, karena merupakan salah satu organ vital tubuh. Ginjal mengatur keseimbangan cairan dalam tubuh, mengatur konsentrasi garam dalam darah, menjaga keseimbangan asam-basa, dan membuang produk limbah seperti urea dan limbah nitrogen lainnya. Jika ginjal tidak berfungsi dengan baik, masalah kesehatan yang berkaitan dengan penyakit ginjal kronis (PGK) akan muncul (Siregar *et al.*, 2023). Prevalensi penyakit ginjal kronis di Indonesia telah meningkat dari 0,2% menjadi 0,32%. Penyakit ginjal merupakan penyebab kematian ke-10 di Indonesia, dengan lebih dari 42.000 kematian setiap tahunnya dan terdapat 713.783 orang di Indonesia yang menderita gagal ginjal kronis (Rikesdas, 2018). Provinsi Sulawesi Tenggara saat ini menempati peringkat ke-24 di antara seluruh provinsi di Indonesia dalam hal prevalensi gagal ginjal, dan angka ini diperkirakan akan terus meningkat (Sofiana *et al.*, 2024).

Anak sekolah rentan terhadap gagal ginjal karena pola makan yang tidak sehat, terutama konsumsi makanan cepat saji yang tinggi lemak, garam, dan karbohidrat. Kebiasaan ini, dikombinasikan dengan minuman tinggi gula, dapat memicu gangguan metabolisme yang membebani fungsi ginjal dan meningkatkan risiko gagal ginjal (Nopriani & Rafikah, 2025). Mereka yang berusia 15 hingga 24 tahun paling berisiko terkena PGK, dengan prevalensi hanya 0,13%. PGK jarang terjadi pada anak-anak, tetapi dapat membahayakan kesehatan jangka panjang. Jumlah anak-anak dengan penyakit ginjal di Amerika Serikat hampir dua kali lipat dalam tiga puluh tahun terakhir. Lebih lanjut, angka kematian anak-anak yang menjalani dialisis adalah 20%. (Pangaribuan *et al.*, 2025).

Pencegahan sangat penting untuk menekan peningkatan angka kesakitan. Salah satu langkah pencegahan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk mengendalikan faktor risiko. Hal ini dapat dicapai melalui pendidikan promosi kesehatan, yang mendorong masyarakat untuk menyadari nilai kesehatan, menjadi mandiri dalam menjalani gaya hidup sehat, dan memanfaatkan layanan kesehatan dengan tepat (Reaginta *et al.*, 2022). Pendidikan kesehatan adalah upaya yang dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku individu, kelompok, atau masyarakat (Ambarwati & K, 2025). Edukasi kesehatan terbukti meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan penyakit ginjal kronis (Sukrillah *et al.*, 2025), serta meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat dalam mencegah komplikasi penyakit ginjal kronis (Suparjo *et al.*, 2025).

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan deskriptif melalui kegiatan edukasi jajanan sehat pada siswa SMPN 2 Bondoala. Kegiatan ini dilakukan dimulai dengan koordinasi pihak sekolah, kemudian pelaksanaan penyuluhan kepada siswa siswi sebanyak 37 responden penyuluhan berupa ceramah interaktif dengan media visual *power point* yang menarik. Materi yang diberikan meliputi definisi jajanan sehat, karakteristik jajanan yang aman dikonsumsi, bahaya jajanan yang mengandung pemanis buatan, tinggi natrium, atau pewarna. Selanjutnya, dilakukan diskusi dan Tanya jawab serta pemberian *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui pemahaman siswa. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan Uji *Wilcoxon* dan pengambilan keputusan dilakukan dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Jika nilai $p < 0,05$, terdapat perbedaan signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*.

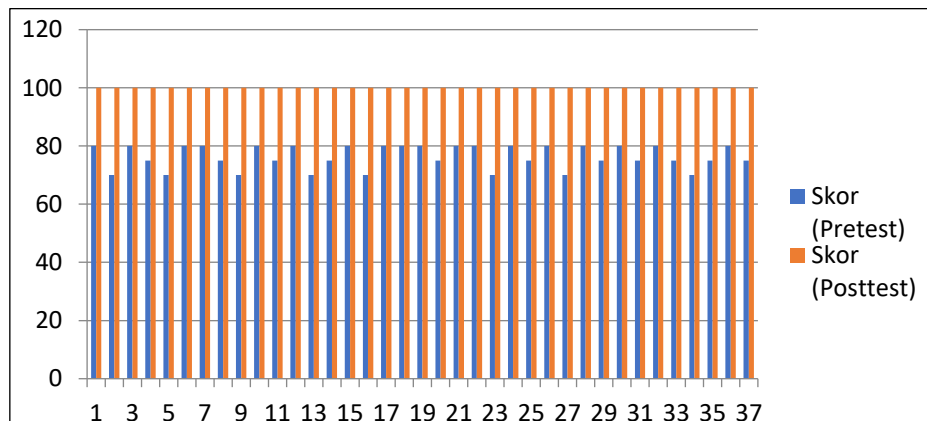
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi jajanan sehat dilaksanakan di SMP N 2 Bondoala dengan jumlah peserta sebanyak 37 siswa kelas VII. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, responden terdiri dari 19 perempuan dan 18 laki-laki. Penyuluhan dilakukan dengan ceramah interaktif, dengan menggunakan *power point* dan dilakukan diskusi tanya jawab serta pemberian *pre-test* dan *post-test*. Saat kegiatan berjalan, siswa tampak antusias dan aktif memberikan pertanyaan khususnya tentang bahaya jajanan tidak sehat yang dikonsumsi secara terus menerus dan juga menjawab pertanyaan. Pada saat evaluasi sederhana melalui tanya jawab sebanyak 85% siswa dapat menyebutkan jajanan tidak sehat dan juga memahami fungsi ginjal serta juga akibat dari gagal ginjal. Berdasarkan tabel 1 nilai rata rata pengetahuan siswa pada *pre-test* yaitu 76

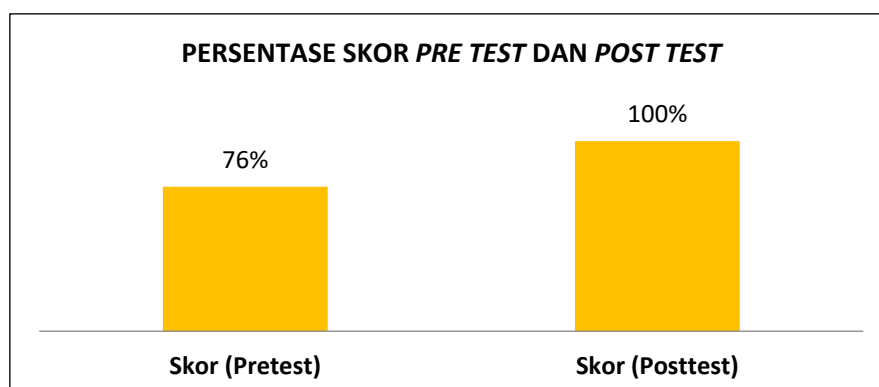
dapat dikatakan cukup dan nilai rata-rata pengetahuan siswa pada *post-test* 100 yaitu sangat baik.

Tabel 1. Nilai Rata-Rata *Pre-test* dan Peserta Penyuluhan

Variabel Penelitian	Jumlah Responden	Nilai Rata-Rata <i>Pre Test</i>	Nilai Rata-Rata <i>Post Test</i>
Pengetahuan tentang Jajanan Sehat	37	76	100



Grafik 1. Capaian Pengetahuan Peserta



Grafik 2. Persentase Skor *Pre Test* dan *Post Test*



Gambar 1. Dokumentasi Pasca Penyuluhan

Siswa SMPN 2 Bondoala menerima penyuluhan tentang cara mengonsumsi makanan sehat sebagai bagian dari intervensi non-fisik. Bahaya jajanan yang mengandung pewarna, pengawet, pemanis buatan, atau tinggi natrium terhadap kesehatan tubuh, khususnya fungsi ginjal. Banyak makanan ringan yang dijual di sekitar sekolah, terutama makanan ringan murah, mengandung zat tambahan yang tidak aman seperti *monosodium glutamat* (MSG), pewarna buatan, dan kandungan garam yang tinggi (Maulani *et al.*, 2025). Bahan-bahan berbahaya dalam camilan, serta dampak jangka pendek dan jangka panjang dari mengonsumsi camilan tidak sehat terhadap kesehatan ginjal (Arfan *et al.*, 2026).

Penekanan khusus diberikan pada kemungkinan gangguan ginjal karena makanan tinggi garam, minuman manis, dan bahan kimia jajanan yang berbahaya. Hal ini dapat meningkatkan kemungkinan penyakit ginjal kronis pada akhirnya. Pengetahuan anak-anak tentang memilih camilan yang tepat didasarkan pada informasi yang diperoleh melalui pendidikan kesehatan tentang jenis camilan yang sehat untuk dikonsumsi, kebersihan camilan, dan jenis camilan yang mengandung bahan-bahan berbahaya (Permadi & Astari, 2021).

Grafik presentase menunjukkan peningkatan persentase pengetahuan responden dari 76% pada *pretest* menjadi 100% pada *posttest*. Berdasarkan Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0,000$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*, sehingga pendidikan kesehatan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa yang mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa dan membantu siswa memahami pentingnya makanan sehat dan risiko makanan tidak sehat terhadap ginjal. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Nurur Azizah yaitu Hasil kegiatan tersebut menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan. Setelah sesi edukasi, siswa mampu mengidentifikasi camilan sehat (Azizah *et al.*, 2025). Ini juga sama dengan penelitian Usi Lanita Hasilnya adalah peningkatan pengetahuan, terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Ada peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p\text{-value} < 0,001$). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan camilan sehat terhadap pengetahuan siswa sekolah (Usi Lanita, 2024). Penelitian oleh Musniati menyimpulkan ada pengaruh edukasi dengan pengetahuan siswa (Musniati *et al.*, 2024).

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui (Ridwan *et al.*, 2021). Pengetahuan yang baik diharapkan dapat memengaruhi konsumsi makanan yang lebih baik (Martony *et al.*, 2020). Pengetahuan gizi adalah pengetahuan dalam memilih makanan yang merupakan sumber nutrisi dan kecerdasan dalam memilih camilan yang sehat (Asmariyani *et al.*, 2025). Pengetahuan memainkan peran penting dalam membentuk dan mengubah perilaku kesehatan karena individu yang memiliki pemahaman yang baik tentang risiko dan manfaat suatu tindakan cenderung mengadopsi perilaku yang lebih sehat (Turoyah *et al.*, 2023). Pengetahuan yang baik berkaitan dengan sikap positif dan perilaku sehat dalam memilih camilan (Ulfa & Oktaviana, 2024).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi jajanan sehat di SMP Negeri 2 Bondoala berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya jajanan yang sehat dan aman sehingga dapat terhindar dari risiko terkena gagal ginjal. Menggunakan metode ceramah interaktif dan juga diskusi tanya jawab. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan siswa dapat menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis berikan kepada dosen pembimbing yang telah membimbing dalam kegiatan selama PBL (Pengalaman Belajar Lapangan) dan penyusunan jurnal pengabdian masyarakat tentang penyuluhan jajanan sehat, serta ucapan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan jurnal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R., & K, Y. W. (2025). *Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Menjaga Kesehatan Ginjal*. 7(1).
- Arfan, A., Sahumena, M. H., Astuti, A. W., Mukarramah, M., Hidayat, N., & Patta, V. F. (2026). *Edukasi Konsumsi Jajanan sebagai Upaya Pencegahan Obesitas dan Gagal Ginjal Dini pada Anak Sekolah di Kota Kendari*. 04(1), 10–19.
- Asmariyani, A. N., Irwan, Z., & Al-fath, M. D. (2025). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja*

- Tentang Jajanan Sehat di SMP Negeri 1 Mamuju. *Jurnal Pembangunan Daerah*, 5(1), 18–23.
- Azizah, N., A., N. N. W. A., Melindah, T., & Delva, E. (2025). *Selamatkan Ginjal: Edukasi Bahaya jajanan tidak sehat untuk Pencegahan Gangguan Fungsi Ginjal pada Siswa Sekolah Dasar*. 2(3), 8–13.
- Cuciati, Khasanah, D. U., & Hermawan, D. (2025). Program Edukasi Jajanan Sehat Dan Pelatihan Kebersihan Urogenitalia Untuk Pencegahan Penyakit Ginjal Dan Infeksi Saluran Kemih Di Mi Darunnajah Debong Kulon Kota Tegal. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 8(9).
- Martony, O., Alfira, & Eliska. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Anak Tentang Makanan Jajanan Sehat Melalui Permainan Ular Tangga. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(1), 11–19.
- Maulani, D. R., Yusuf, A. A., Gozali, Nugroho, M. A., & Athallah, S. (2025). Edukasi Penggunaan Tumbler untuk Mencegah Gagal Ginjal Dini di SD Tilil Bandung. *Setia Mengabdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 40–46. <https://doi.org/10.31113/setiamengabdi.v6i1.72>
- Musniati, N., Sari, M. P., Aini, R. N., Nurjanah, E., & Siregar, D. (2024). Edukasi Gizi dalam Pencegahan Gagal Ginjal Akut pada Remaja. *Media Karya Kesehatan*, 7(1), 31–39.
- Nopriani, Y., & Rafikah, A. (2025). Pengaruh Edukasi Gagal Ginjal Berbasis Booklet Terhadap Score Kesadaran Bahaya Gagal Ginjal (Score Kidney/Kidney Feature Awwernes) Pada Remaja di Desa Sungai Pasir Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 3880–3888. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2224>
- Pangaribuan, R., Tarigan, A. R., Anggeria, E., Maharani, K., Hutapea, & Maulibulung. (2025). EDUKASI HIDUP SEHAT DENGAN MENJAGA FUNGSI GINJAL DAN CEGAH CHORIONIC KIDNEY DISEASE PADA REMAJA Resmi. *MONSU'ANI TANO Jurnal*, 8(2), 125–139.
- Permadi, M. R., & Astari, I. A. M. A. R. (2021). Pengaruh Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SMP dalam Memilih Jajanan Sehat. *Gorontalo Journal of Nutrition and Dietetic*, 1(1), 16–21.
- Reaginta, T., Afriansyah, M. A., Ethica, S. N., & Widyana, A. R. (2022). Sosialisasi Pencegahan Penyakit Ginjal Kronik Pada Kelompok Remaja: Sebuah Kewaspadaan Dini Penyakit Ginjal. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia (JIPMI)*, 1(4).
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèe: Penelitian Multidisiplin*, 4(1). <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>
- Rikesdas. (2018). RISKESDAS 2018.pdf. In *Riset Kesehatan Dasar*.
- Siregar, M. A., Kaban, A. R., Saftiriani, A. M., & Lubis, I. H. (2023). Pemeriksaan Kesehatan Remaja Dan Edukasi Gerakan Remaja Sayang Ginjal Pada Siswa-Siswi Di Perguruan Islam Modern Amanah Sekolah Menengah Pertama Tahfiz Qur'An. *Segantang Lada: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 141–148. <https://doi.org/10.53579/segantang.v1i2.140>
- Slamet, N. S., Hasni, & Suriadi. (2025). EDUKASI PANGAN JAJAN ANAK SEKOLAH (PJAS) SD PLUS AL-ASHRI MAKASSAR. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 9(4), 3–8.
- Sofiana, N., Bahar, H., & Lestari, H. (2024). Studi Kualitas Hidup Penderita Gagal Ginjal Pada Remaja Yang Menjalani Hemodialisa di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2023. *Jurnal Anestesi*, 2(2), 164–179. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i2.1070>
- Sukrillah, U. A., Mulidah, S., Asrin, & Riyadi, S. (2025). Efektivitas Edukasi Kesehatan Dalam Mencegah Penyakit Ginjal Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 9(2),

121–127. <https://ejournal.upnvj.ac.id/Gantari/article/view/10740>

Suparjo, Mulyadi, A., & Khasanah, D. U. (2025). Pengaruh edukasi manajemen penyakit kronis terhadap Pengetahuan dan sikap masyarakat dalam pencegahan komplikasi penyakit ginjal kronis. *Jurnal Update Keperawatan*, 5(1), 101–106.

Turoyah, R. S., Walimah, E., & Justian, D. (2023). Relationship Between Knowledge With Healthy Snack Choice Behavior Among Students At Cimuncang Elementary School. *Public Health Sebelas April Journal*, 2(2). <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/phsaj>

Ulfa, M., & Oktaviana, E. (2024). Keterkaitan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pelajar dalam Memilih Jajanan. *Jurnal Basicedu*, 8(1), 601–614.

Usi Lanita. (2024). The Effect Of Healthy Snacks Education On Students' Knowledge. *International Journal of Medicine and Health*, 3(1), 01–06. <https://doi.org/10.55606/ijmh.v3i1.2670>