



TUGAS AKHIR

**Peningkatan Pengetahuan Jajanan Sehat
Melalui Edukasi Menggunakan Metode
Snowball Throwing pada Siswa
SD Negeri 1 Panguragan Kulon
Tahun 2025**

**Sukma Aprilia
P2.06.31.2.22.077**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



TUGAS AKHIR

**Peningkatan Pengetahuan Jajanan Sehat
Melalui Edukasi Menggunakan Metode
Snowball Throwing pada Siswa
SD Negeri 1 Panguragan Kulon
Tahun 2025**

**Sukma Aprilia
P2.06.31.2.22.077**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKTIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

Peningkatan Pengetahuan Jajanan Sehat Melalui Edukasi Menggunakan Metode *Snowball Throwing* pada Siswa SD Negeri 1 Panguragan Kulon Tahun 2025

Sukma Aprilia¹, Dewi Vimala, SST, MPH²

INTISARI

Pangan jajanan yang tidak higienis dan memiliki resiko terkontaminasi sering dijumpai di masyarakat. Peraturan Kementerian Kesehatan No.33 Tahun 2012 menyatakan bahwa masyarakat perlu dilindungi dari penggunaan bahan tambahan pangan yang tidak memenuhi persyaratan kesehatan. Pangan jajanan memberikan kontribusi masing-masing sebesar 22,9% dan 15,9% terhadap keseluruhan asupan energi dan protein anak sekolah dasar (Sari dan Rachmawati, 2020). Sebagai upaya untuk mengurangi paparan jajanan yang tidak sehat perlu dilakukan promosi kesehatan mengenai jajanan yang aman dan sehat untuk anak-anak. Peningkatan pengetahuan anak dapat menggunakan metode yang menarik, salah satunya adalah metode *snowball throwing*.

Penelitian *Pre-Eksperimen* dengan desain *one group pre-test and post-test*. Penelitian dilakukan pada Januari 2025 di SD Negeri 1 Panguragan Kulon. Populasi penelitian adalah siswa kelas IV, V dan VI sejumlah 46 siswa, sampel adalah total populasi. Data dikumpulkan dengan pengisian kuesioner 15 pertanyaan terkait jajanan sehat. Analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sebesar 15,2% dari rata-rata nilai pre-test (65,2%) menjadi rata-rata nilai post-test (80,4%). Edukasi jajanan sehat dengan menggunakan metode *snowball throwing* efektif meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang jajanan sehat.

Kata kunci: Edukasi, Jajanan sehat, *Snowball throwing*.

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

PRAKATA

Alhamdulillah, marilah kita bersyukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Peningkatan Pengetahuan Jajanan Sehat Melalui Edukasi Menggunakan Metode *Snowball Throwing* pada Siswa SD Negeri 1 Panguragan Kulon”.

Sholawat serta salam kita limpah curahkan kepada Nabi besar kita Muhammad SAW, kepada para sahabatnya, keluarganya, serta kita selaku umatnya hingga akhir zaman, Aamiin.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan membimbing dalam penulisan serta penyusunan penelitian ini, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan penghargaan sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Wiwit Estuti, STP, M.Si. Selaku Ketua Program Studi D III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu Dewi Vimala, SST, MPH. Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan tugas akhir.
3. Bapak Priyo Sulistiyono, SKM, MKM. Selaku Dosen Penguji I yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ibu Diyah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM, Mpd. Selaku Dosen Penguji II yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Keluarga saya yang selalu ada dan senantiasa memberikan dukungan baik secara moral maupun material.

6. Teman-teman kuliah saya “ALLAHUAKBAR” yang senantiasa memberi dukungan serta motivasi untuk terus berjuang dan bersabar dalam penyusunan tugas akhir ini.

Penulis Menyadari bahwa tugas akhir ini masih terdapat banyak kekurangan karena keterbatasan pengetahuan. Penulis harapkan saran dan kritik dari pembaca yang bersifat membangun agar tugas akhir ini dapat lebih baik.

Cirebon, Mei 2025

Sukma Aprilia

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
INTISARI	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Konsep Anak Usia Sekolah.....	7
2. Konsep Pengetahuan	11
3. Konsep Jajanan Sehat.....	16
4. Metode <i>Snowball Throwing</i>	23
B. Kerangka Teori	27
C. Kerangka Konsep	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Penelitian	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sempel	30
1. Populasi.....	30
2. Sempel.....	30

3. Besar Sampel.....	31
4. Teknik Sampel	32
D. Variabel dan Definisi Operasional	33
E. Teknik Pengumpulan Data	35
1. Jenis Data	35
2. Cara Pengumpulan Data.....	35
3. Intrumen Penelitian	36
4. Uji Coba Metode <i>Snowball Throwing</i>	37
5. Uji Validasi dan Reabilitas Kuisisioner Pengetahuan	37
F. Pengolahan dan Hasil Analisis	38
1. Teknik Pengolahan Data	38
2. Teknik Analisis Data.....	40
G. Jalannya Penelitian	40
1. Tahap Persiapan	40
2. Tahap Pelaksanaan	41
3. Tahap Akhir	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil	43
1. Gambaran umum Lokasi penelitian	43
2. Karakteristik responden	43
3. Tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi tentang jajanan seha	44
4. Kesan siswa pada metode <i>Snowball Throwing</i>	45
B. Pembahasan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional	33
Tabel 2 Jenis kelamin dan umur siswa	43
Tabel 3 Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi	44
Tabel 4 kesan terhadap metode <i>Snowball Throwing</i>	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	27
Gambar 2. Kerangka Konsep	28
Gambar 3. Desain Penelitian.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	56
Lampiran 2 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)	57
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Wali Responden	58
Lampiran 4 Pre-Test & Post-Test Edukasi	59
Lampiran 5 Uji Validitas Kuesioner	61
Lampiran 6 Uji Reabilitas Kuesioner	62
Lampiran 7 Kuesioner Kesan Metode	63
Lampiran 8 Pengolahan dan Analisis Data	64
Lampiran 9 Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	66