

## Artikel Penelitian

# The Application of Flash Card Media Education to Improve Knowledge of Choosing Healthy Snacks among Elementary School Children at MIN 1 Kota Gorontalo

Akifa Syahrir<sup>1</sup>, Yessilia Pratiwi Ngiu<sup>2</sup>, Ahmad Aswad<sup>3</sup>

### Abstrak

**Pendahuluan:** Mengkonsumsi jajanan menjadi salah satu hal yang sangat identik dengan anak. Umumnya anak-anak cenderung mengonsumsi jajanan tanpa memperhatikan kebersihan dan kandungan yang ada pada jajanan tersebut. Pengetahuan anak sekolah dasar tentang pemilihan jajanan masih cenderung rendah, sehingga perlu adanya edukasi untuk meningkatkan pemahaman anak tentang konsumsi jajanan yang aman. Contohnya seperti edukasi dengan media *flash card* untuk meningkatkan pengetahuan memilih jajanan sehat. **Tujuan:** untuk mengetahui tingkat pengetahuan anak usia sekolah dasar dengan penerapan edukasi menggunakan media *flash card*. **Metode:** studi kasus menggunakan metode penelitian deskriptif untuk menjelaskan bagaimana penerapan edukasi dengan media *flash card* untuk meningkatkan pengetahuan memilih jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar. Studi kasus ini akan mengarahkan penulis untuk meninjau 5 anak yang memiliki pengetahuan rendah tentang jajanan lalu diberikan intervensi dalam sehari dan melihat hasilnya. **Hasil:** Setelah diberikan intervensi tingkat pengetahuan anak tentang jajanan sehat meningkat sebanyak 5-6 skor, dari nilai 3 dengan kategori pengetahuan rendah menjadi 8-10 skor dengan kategori pengetahuan baik. **Kesimpulan:** Setelah pemberian edukasi dengan media *flash card* dapat disimpulkan bahwa edukasi ini memiliki manfaat signifikan sebagai media belajar untuk meningkatkan pengetahuan memilih jajanan pada anak. **Saran:** Pengembangan penelitian dibutuhkan dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar untuk mengukur perubahan perilaku anak secara jangka panjang

**Kata kunci:** Anak usia sekolah dasar, *flash card*, jajanan sehat

### Abstract

**Background:** Consuming snacks is an activity closely identified with children. Generally, children tend to consume snacks without paying attention to the cleanliness or nutritional content of the food. The knowledge of elementary school students regarding snack selection remains relatively low, necessitating education to improve children's understanding of safe snack consumption. For instance, education using flash card media can be used to enhance knowledge in choosing healthy snacks. **Objectives:** To determine the knowledge level of elementary school-aged children following the implementation of education using flash card media. **Reseach Methods:** This case study uses a descriptive research method to explain how the application of flash card media education improves healthy snack selection knowledge in elementary school children. This case study leads the author to review 5 children with low knowledge regarding snacks, followed by a one-day intervention and observation of the results. **Results:** After the intervention, the children's knowledge level regarding healthy snacks increased by 5-6 points, rising from an initial score of 3 (low knowledge category) to a score of 8-10 (good knowledge category). **Conclusion:** After providing education via flash card media, it can be concluded that this education has significant benefits as a learning medium to improve children's knowledge in choosing snacks. **Suggestions:** Further research development is required by involving a larger sample size to measure long-term changes in children's behavior.

**Keywords:** elementary school children, *flash cards*, healthy snacks

Submitted : 3 September 2025

Accepted : 31 December 2025

**Affiliasi penulis :** Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo  
**Korespondensi :** "Akifa Syahrir" [akifa@poltekkesgorontalo.ac.id](mailto:akifa@poltekkesgorontalo.ac.id) Telp: +6285396423242

### PENDAHULUAN

Anak merupakan individu yang unik dan memiliki kebutuhan yang sesuai dengan tahap perkembangan masing-masing. Sebagai individu yang berbeda, anak memiliki beragam kebutuhan dan berbeda-beda sesuai dengan perkembangannya. Seperti kebutuhan fisiologis yaitu nutrisi, cairan, aktivitas, eliminasi, tidur dan lain-lain, sedangkan kebutuhan psikologis, sosial dan spiritual akan terlihat sejalan dengan tumbuh

kembangnya (1).

Anak usia sekolah menurut definisi WHO (*World Health Organization*) yaitu golongan anak yang berada pada usia 7 hingga 12 tahun, dimana pada periode ini penting untuk menjaga dan memantau keseimbangan gizi anak supaya anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Anak usia sekolah merupakan peminat jajanan yang mandiri dan proaktif dalam memilih makanan dan minuman yang anak inginkan, baik dari lokasi penjual yang disediakan sekolah maupun di luar sekolah (2). Faktor sekitar merupakan salah satu sebab kebiasaan jajan anak karena anak

belum mampu membedakan mana jajanan yang sehat dan tidak sehat terhadap pertumbuhan serta kesehatan anak. Oleh karena itu anak akan tertarik dan cenderung untuk jajan tanpa mempertimbangkan dampak dari jajanan tersebut ketika melihat beragam jajanan disekitarnya (3).

Menurut *Food and Agriculture Organization and World Health Organization* istilah makanan jajanan berkaitan erat dengan istilah *junk food, fast food, dan street food* karena istilah tersebut adalah bagian dari kategori makanan jajanan (4). Jajanan merupakan makanan dan minuman yang disiapkan serta dijual oleh pedagang pinggir jalan yang bisa langsung dinikmati tanpa perlu pengolahan atau persiapan tambahan.

Mengkonsumsi jajanan menjadi salah satu hal yang sangat identik dengan anak. Anak sekolah sangat menyukai jajanan karena harganya yang terjangkau, mudah didapat, dan mudah diterima di lidah anak karena jajanan yang diperdagangkan umumnya memiliki tampilan menarik dan tersedia dalam beragam cita rasa yang digemari anak-anak seperti manis, gurih, dan enak. Pada umumnya anak-anak cenderung mengonsumsi jajanan tanpa memperhatikan kebersihan dan komposisi yang ada pada jajanan tersebut (5).

Di Australia, hampir 95% anak-anak berusia 2-8 tahun tidak memenuhi asupan sayuran harian yang direkomendasikan, dan sekitar 50% dari anak mengonsumsi jajanan tidak sehat setiap hari. Tren serupa diamati di masyarakat Asia. Di Singapura, sebuah studi menunjukkan bahwa rata-rata 84% anak-anak muda Singapura berusia 2-6 tahun tidak dapat memenuhi porsi produk susu, buah-buahan dan sayuran yang direkomendasikan (6). Sebuah survei lintas bagian mengungkapkan bahwa anak-anak muda Hong Kong berusia antara 2 dan 4 tahun mengalami ketergantungan yang berkepanjangan pada susu formula (87,7%) dan konsumsi jajanan tidak sehat dan minuman manis yang berlebihan (90%) dalam makanan anak, yang menyebabkan penurunan konsumsi biji-bijian, sayuran dan buah-buahan (7) Kondisi serupa juga terjadi di Indonesia yang menunjukkan sekitar 95% penduduk termasuk usia anak sekolah belum memenuhi kriteria konsumsi sayur dan buah yang dianjurkan. Pada dasarnya anak memiliki kecenderungan mengonsumsi minuman manis dan jajanan rendah nutrisi dibandingkan makanan yang tertera pada

anjuran Isi Piringku dari Kementerian Kesehatan (8).

*World Health Organization* (9) memperkirakan sekitar 2 juta korban terutama anak-anak meninggal dunia setiap tahun akibat dari mengonsumsi makanan yang tidak aman. Makanan tersebut yang mengandung parasit, virus, bakteri, dan bahan kimia lainnya. Berdasarkan data ditunjukkan bahwa ada sekitar 600 juta insiden penyakit bawaan makanan setiap tahunnya, dengan 1 dari 10 orang jatuh sakit setelah makan makanan yang sudah terkontaminasi. Di Indonesia terdapat sekitar 20 juta insiden keracunan makanan setiap tahunnya dan ada 30 kejadian keracunan yang disebabkan oleh makanan dan minuman dimana 69,2% diantaranya disebabkan oleh makanan dan 7,69% disebabkan oleh minuman. Sedangkan pada tahun 2020 menunjukkan bahwa jajanan merupakan penyebab atas 42 kali atau 14,4% kejadian keracunan makanan (2).

Menurut data di atas dapat disimpulkan bahwa minimnya pengetahuan anak mengenai jajanan sehat menjadi faktor terjadinya keracunan pada anak. Minimnya pengetahuan dapat memengaruhi perilaku individu, termasuk dalam hal kesehatan yang dapat berkontribusi pada tingginya angka insiden suatu penyakit. Mengingat bahwa dari jajanan yang tidak sehat, penting untuk dilakukan suatu pengenalan mengenai jajanan sehat bagi anak sekolah dasar. Hal ini akan membantu anak untuk lebih mengetahui, memiliki sikap yang baik, dan memilih untuk mengonsumsi jajanan yang lebih sehat.

Pengetahuan anak sekolah dasar tentang pemilihan jajanan masih relatif rendah, sehingga perlu adanya edukasi untuk meningkatkan pemahaman anak tentang konsumsi jajanan yang aman (10). Edukasi ini menjadi salah satu upaya untuk menyalurkan informasi, menanamkan wawasan, serta memberikan motivasi kepada siswa khususnya di lingkungan sekolah dan rumah agar sadar dan memahami cara meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit dan mempertahankan derajat kesehatan (11).

*Flash card* menjadi salah satu preverensi untuk meningkatkan pengetahuan, membangun sikap positif dan mendorong anak untuk mengonsumsi jajanan sehat bagi kesehatan anak. *Flash*

*card* merupakan media berupa dua dimensi yang dibuat khas untuk menyampaikan informasi, termasuk juga dalam proses pembelajaran. Media *Flash Card* memiliki manfaat dalam hal memberikan informasi melalui penggunaan kata-kata, simbol/lambang, dan juga angka. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anak setelah pemberian media flash card pada ketepatan anak dalam mencuci tangan (12).

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan, ditemukan banyak pedagang kaki lima yang menjual jajanan seperti *pop ice*, pentol telur, sempol, gorengan yang berada pada tempat terbuka. Pada pengambilan data awal ditemukan rekapan jumlah siswa kelas 2 sebanyak 27, dengan siswa laki-laki berjumlah 16 orang dan siswa perempuan 11 orang. Hasil wawancara dengan salah satu guru sekolah dasar tersebut, didapatkan beberapa anak sekolah yang sering jajan di depan gerbang sekolah, dan bahkan lebih sering saat waktu pulang sekolah. Sebagian dari anak kadang tidak menghabiskan bekal dari orang tua dan lebih memilih membeli jajanan.

Atas dasar hal tersebut, penelitian ini menemukan bahwa informasi mengenai jajanan sehat pada anak sekolah dasar masih sering dilakukan ditandai dengan kurangnya edukasi kesehatan baik dari orang tua maupun pihak sekolah, serta belum adanya edukasi yang menarik untuk membuat anak mengerti tentang pentingnya konsumsi makanan yang sehat dengan tujuan terjadi peningkatan pengetahuan anak terhadap jajanan sehat menggunakan media *flash card*.

## METODE

Studi kasus ini merupakan penelitian dengan metode deskriptif. Penelitian studi kasus ini terarah pada evaluasi manfaat serta penerapan edukasi dengan media *flash card* untuk meningkatkan pengetahuan memilih jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar. Studi kasus ini dideskripsikan berdasarkan hasil observasi. Desain penelitian yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria inklusi anak usia 8 tahun, memiliki tingkat pengetahuan rendah dibuktikan dari hasil penilaian studi awal menggunakan lembar observasi, serta bersedia menjadi responden. Adapun kriteria ekslusi dari penelitian ini adalah anak yang sedang sakit.

Studi kasus melibatkan 5 orang subjek berdasarkan anak yang bersedia jadi subjek, berusia 8 tahun (kelas 2 sekolah dasar), dan tingkat pengetahuan tentang jajanan sehat rendah berdasarkan hasil pengisian kuesioner. Studi kasus dilaksanakan di MIN 1 Kota Gorontalo pada tanggal 02 Juni 2025 selama satu hari. Data dikumpulkan menggunakan lembar kuesioner *pretest* dan *posttest* yang berisi 10 pertanyaan tentang jajanan sehat. Jawaban kuesioner berupa pilihan ya dan tidak. Berisi 5 pertanyaan positif dan negative berdasarkan adaptasi dari penelitian (13). Skor pengetahuan hasil ukur dengan pengetahuan baik skor 8-10, pengetahuan cukup 6-7, dan pengetahuan rendah 1-5. Pemberian intervensi dengan media *flash card* sebanyak satu hari, pemberian edukasi berisikan pengetahuan tentang jajanan sehat dalam waktu 40 menit. Observasi dilakukan pada 5 subjek untuk mengidentifikasi apakah terdapat perubahan dalam pengetahuan tentang jajanan sebelum dan sesudah pemberian intervensi edukasi dengan media *flash card*.

## HASIL

Penelitian ini menggunakan partisipan pada anak kelas 2 sekolah dasar (8 tahun) dengan rekapan data karakteristik subjek studi kasus berdasarkan inisial, usia dan jenis kelamin pada anak.

**Tabel 1.** Karakteristik Subjek Studi Kasus Berdasarkan Karakteristik Inisial, Umur, dan Jenis Kelamin

Partisipan	Usia	Jenis Kelamin
P1	8 Tahun	Perempuan
P2	8 Tahun	Perempuan
P3	8 Tahun	Laki-laki
P4	8 Tahun	Laki-laki
P5	8 Tahun	Laki-laki

Berdasarkan tabel 1 didapatkan subjek studi kasus berjumlah 5 orang anak yang berjenis kelamin 2 perempuan dan 3 laki-laki dengan usia 8 tahun.

Berikut adalah gambaran tingkat pengetahuan tentang jajanan sehat sebelum dan setelah dilakukan intervensi penerapan edukasi dengan media *flash card* pada anak yang disajikan pada tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Tingkat Pengetahuan Menggunakan Kuesioner Sebelum Dan Setelah Dilakukan Edukasi Dengan Media *Flash Card*.

Partisipan	Pre Test		Post Test	
	Percentase	Kategori	Percentase	Kat
P1	3 (30%)	Rendah	8 (80%)	Baik
P2	4 (40%)	Rendah	10 (100%)	Baik
P3	3 (30%)	Rendah	9 (90%)	Baik
P4	4 (40%)	Rendah	9 (90%)	Baik
P5	4 (40%)	Rendah	10 (100%)	Baik

Berdasarkan tabel 2, ditemukan bahwa sebelum dilakukan intervensi edukasi dengan media *flash card* didapatkan kelima subjek memiliki pengetahuan rendah tentang jajanan sehat yang dilihat dari hasil pengisian kuesioner *pre test*. Dimana pada P1 dan P3 hanya 3 skor (30%) dan P2, P4 dan P5 hanya 4 skor (40%). Kelimanya berada di kategori pengetahuan rendah.

Setelah dilakukan intervensi ditemukan bahwa penerapan edukasi dengan media *flash card* efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar. Dimana kelima subjek menunjukkan peningkatan dalam pengetahuan tentang jajanan sehat setelah diberikan intervensi dengan media *flash card*.

Pada hasil *post test* P1 memiliki 8 skor (80%), P2 memiliki 10 skor (100%), P3 memiliki 9 skor (90%), P4 memiliki 9 skor (90%), dan P5 memiliki 10 skor (100%). P2, P3, dan P5 menunjukkan adanya peningkatan skor sebanyak 6 skor, kemudian P1 dan P4 sebanyak 5 skor. Kelima subjek berada di kategori pengetahuan baik.

## PEMBAHASAN

### a. Pengetahuan anak sebelum dilakukan edukasi dengan media *flash card*

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa tingkat pengetahuan anak mengenai jajanan sehat sebelum dilakukan intervensi dengan media *flash card* masih rendah. Dimana hasil tingkat pengetahuan kelima subjek pada *pre test* berada di kategori pengetahuan rendah.

Pada data distribusi anak, jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi sebagaimana pentingnya konsumsi makan seseorang, karena jenis kelamin menentukan besar kecilnya kebutuhan gizi bagi seseorang. Laki-laki cenderung lebih banyak membutuhkan zat tenaga daripada perempuan, sehingga anak membutuhkan lebih banyak makanan (14)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa P1 dan P3 hanya memiliki 3 skor yang dapat dilihat dari 10 pertanyaan dimana 7 pertanyaan dijawab salah oleh partisipan. Sedangkan partisipan P2, P4 dan P5 hanya memiliki 4 skor yang dilihat dari 10 pertanyaan dimana 6 pertanyaan dijawab salah. Salah satu contoh pertanyaan yaitu minuman berwarna seperti *pop ice* adalah minuman yang tidak aman, dan subjek memilih menjawab TIDAK padahal jawaban seharusnya yaitu YA karena *pop ice* adalah minuman berwarna yang tidak mengandung nutrisi penting seperti vitamin, mineral, dan serat, juga mengandung gula berlebih yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes dan dapat merusak gigi (15). Olehnya dapat disimpulkan bahwa subjek kurang pengetahuan mengenai jajanan sehat.

Pengetahuan yang rendah tentang jajanan dapat terjadi karena anak kurang pengetahuan mengenai jajanan yang menyebabkan masalah pada pola konsumsi yang bisa berdampak pada kehidupan sehari-hari. Disisi lain faktor predisposisi yang mendasari adalah kurangnya informasi dari orang tua terkait hal tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Aprilia tahun 2024 dengan subjek anak sekolah dasar mengemukakan bahwa sebagian besar siswa belum mengetahui dampak dari mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat dapat berakibat mengganggu konsentrasi siswa dalam menerima pelajaran juga dapat menimbulkan rasa mual, muntah, pusing, hingga diare (16). Penelitian lain menunjukkan bahwa kebiasaan anak mengkonsumsi jajanan yang tidak sehat dapat memberikan dampak yang tidak baik bagi tumbuh kembang anak (17). Sedangkan jajanan yang sehat akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya pada perkembangan motorik halus dan bahasa (18). Olehnya itu, upaya penanaman pengetahuan mengenai pentingnya jajanan atau makanan yang sehat menjadi sangat penting diberikan kepada anak agar anak bisa menjadi lebih paham mengenai jajanan sehat (19).

Salah satu upaya untuk mengoptimalkan pemahaman siswa mengenai konsumsi jajanan yaitu dengan cara memberikan edukasi tentang makanan dan jajanan sehat pada siswa yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan

pemahaman siswa tentang pentingnya memilih jajanan yang sehat dan menghindari zat berbahaya yang terdapat dalam jajanan (20). Media diperlukan sebagai peranan yang penting dalam mencapai tujuan untuk dapat menunjang proses edukasi. Penggunaan media bisa lebih memotivasi kegiatan pembelajaran dan memberikan pengaruh yang baik terhadap siswa. Salah satu media yang dapat dipergunakan untuk edukasi kepada anak sekolah dasar adalah media *flash card* (21).

#### **b. Pengetahuan anak setelah dilakukan edukasi dengan media *flash card***

Analisis studi kasus menunjukkan bahwa skor pengetahuan subjek berbeda-beda dimana P1 sebanyak 8 skor, P3, dan P4 sebanyak 9 skor, dan P2 dan P5 sebanyak 10 skor. Perbedaan hasil tersebut sejalan dengan penelitian Novrianti tahun 2020 (22), yang mengemukakan bahwa anak mempunyai tingkat pengetahuan yang berbeda-beda dimana pengetahuan secara internal yaitu pengetahuan yang berasal dari dirinya sendiri berdasarkan pengalaman hidup sedangkan pengetahuan secara eksternal yaitu pengetahuan yang didapat dari orang lain termasuk keluarga dan tenaga pendidik. Pengetahuan baik yang diperoleh secara internal maupun eksternal akan menambah pemahaman anak tentang jajanan.

Setelah dilakukan analisis didapatkan bahwa perbedaan peningkatan tersebut dipengaruhi oleh faktor emosional, ekonomi juga lingkungan. Dimana pada saat intervensi P2 dan P5 memiliki 10 skor karena fokus mendengarkan dan memahami edukasi yang disampaikan berbeda dengan P3 dan P4 yang memiliki 9 skor dimana salah satu pertanyaan yaitu jajanan bisa menyebabkan sakit perut dan sakit gigi dijawab TIDAK padahal seharusnya dijawab YA dan subjek mengatakan sangat suka membeli jajanan karena disekolah banyak dijual beragam jenis jajanan yang enak. Sedangkan P1 memiliki 8 skor karena pada salah satu pertanyaan yaitu bekal makanan yang dibawa dari rumah lebih sehat daripada beli jajan disekolah dijawab TIDAK oleh subjek padahal seharusnya dijawab YA. Setelah ditanyakan ternyata P1 tidak punya kebiasaan membawa bekal dari rumah dan hanya diberi uang jajan lebih oleh orang tuanya agar bisa membeli jajanan disekolah saja. P1 juga mengatakan sering dibagikan jajanan oleh teman kelasnya baik itu jajanan yang dibeli disekolah maupun yang

dibawa dari rumah.

Olehnya perbedaan peningkatan anak juga dapat terjadi karena faktor kebiasaan jajan anak itu sendiri. Dimana hal ini sejalan dengan penelitian yang mengemukakan bahwa ketersediaan jajanan disekolah dapat mempengaruhi anak untuk membeli jajan karena anak cenderung ingin mencoba berbagai jenis jajanan yang menurutnya menarik untuk dicoba. Begitu juga dengan pengaruh teman sebaya yang menjadi salah satu faktor karena seringnya anak melihat teman-temannya membeli jajan dan seringnya anak mendapat jajanan yang dibagikan oleh temannya (23).

Penelitian lain juga mengemukakan bahwa kebiasaan membawa bekal menjadi faktor yang mempengaruhi konsumsi jajan anak. Apabila anak tidak membawa bekal ke sekolah maka hal tersebut dapat membuat anak memiliki kebiasaan jajan disekolah. Begitu juga jumlah uang saku. Jumlah uang saku juga menjadi faktor karena pemberian uang jajan yang berlebihan dari orang tua dapat membuat anak membelanjakan uangnya dengan suka hati apalagi jika tidak didukung dengan nasihat tentang kegunaan uang saku dan pengetahuan terkait pemilihan jajan yang baik (24).

Adapun faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan antara lain yaitu edukasi dengan media *flash card*. Adanya peningkatan pengetahuan terjadi karena adanya proses penerimaan materi selama edukasi berlangsung. Awal dilakukan intervensi anak masih malu-malu dan ragu saat berkomunikasi, walaupun tingkat emosi anak terkadang berubah-ubah, tetapi anak mudah diatur sehingga anak dapat mendengar, memahami penjelasan dengan baik, dan seiring berjalannya waktu anak-anak mulai menunjukkan minat dan kemauan melalui media *flash card*.

*Flash card* merupakan media kartu yang memuat gambar dan tulisan yang dapat dibuat sebagai permainan kartu untuk anak usia sekolah dasar yang bisa menjadi sarana edukasi yang efektif untuk belajar (25). Edukasi yang diberikan pada anak dibuat menarik dan cocok diterapkan pada anak usia sekolah karena pada usia tersebut anak memiliki ketertarikan pada media semacam *flash card*, hal ini sesuai dengan penelitian yang mengemukakan bahwa *flash card* merupakan salah satu pilihan media yang tepat untuk edukasi dan sangat ideal untuk anak usia sekolah dasar karena memiliki

banyak konten visual dan teks yang minimal, sehingga efektif menarik perhatian anak (26).

Perbedaan hasil juga bisa diperoleh dari perhatian dan konsentrasi masing-masing anak selama intervensi berlangsung. Pengetahuan sebagian besar diperoleh melalui Indera penglihatan dan Indera pendengaran (17) hal tersebut sejalan dengan penelitian Adiputra yang mengemukakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari keingintahuan seseorang berhubungan dengan objek yang dibantu dengan panca indera (27).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan terhadap lima partisipan anak usia sekolah dasar, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi melalui media *flash card* efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pemilihan jajanan sehat. Sebelum diberikan intervensi, seluruh subjek berada pada kategori pengetahuan rendah dengan kisaran 30%-40%. Hasil pre-test menunjukkan bahwa anak-anak cenderung mengonsumsi jajanan tanpa mempertimbangkan aspek kebersihan maupun kandungan gizi yang terkandung di dalamnya.

Setelah dilakukan intervensi edukasi selama satu hari, terjadi peningkatan skor pengetahuan yang pada seluruh subjek studi kasus, yaitu sebesar 5 hingga 6 poin. Data post-test menunjukkan seluruh partisipan mencapai kategori pengetahuan baik dengan skor akhir 80% - 100%. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media yang interaktif *flash card* memberikan manfaat dalam membantu anak memahami dan membedakan jenis jajanan yang aman untuk dikonsumsi.

Pada pengembangan penelitian di masa mendatang, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan mencakup wilayah geografis yang lebih luas guna meningkatkan validitas serta generalisasi hasil penelitian. penelitian lanjutan dengan metode longitudinal untuk mengukur peningkatan pengetahuan secara konsisten yang diikuti dengan perubahan perilaku dalam memilih jajanan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Delianti N, Fajri N, Sriyati NK, Septiana N, Faridah, Rahayuningsih SI, et al. Buku Ajar Keperawatan Anak. 2023. 199 p.
2. Iklima N. Gambaran Pemilihan Makanan Jajanan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. Klimaneutralität – Hessen 5 Jahre Weit. 2018;5(1):33–8.
3. Yuliana A, Derang I, Ginting FSH, Siallagan AM. Gambaran Perilaku Anak Usia Sekolah Dalam Jajan Sembarangan Di Desa Kuta Gugung Kec. Naman Teran Kab. Karo Sumatera Utara Tahun 2021. J Sahabat Keperawatan. 2022;4(02):80–6.
4. Food and Agriculture Organization and World Health Organization. Nutrition guidelines and standards for school meals. 2019. 1–110 p.
5. Yani R, Reynaldi F. Hubungan Perilaku Siswa Tentang Makanan Jajanan Terhadap Status Gizi Anak Di Sd Negeri 2 Teunom. J Biol Educ. 2022;10(1):53–64.
6. Le K, Bao N, Sandjaja S, Poh BK, Id NR. The Consumption of Dairy and Its Association with Nutritional Status in the South East Asian Nutrition. Nutrients. 2018;
7. Wan AWL, Chung KKH, Li J-B, Xu SS, Chan DKC. A report card assessment of the prevalence of healthy eating among preschool-aged children: a cross-cultural study across Australia, Hong Kong, Singapore, and the US. Front Nutr. 2024;11(August):1–13.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Lap Riskesdas Nas 2018. 2018;
9. World Health Organization. foodborne illness. 2019;
10. Oleifera1 SK, Guntari Prasetya2. Pengaruh Edukasi Melalui Media Puppet Show dan Flashcard Mengenai Jajanan Aman di SDN Wanasari 12 Cibitung. 2024;
11. Annazhifah, Jovancha V, Iqbal M, Kahfi A, Yasrina, Maidaliza. Edukasi Dan Bermain Kartu Untuk Meningkatkan Perilaku Jajanan Sehat Pada Siswa Sd 02 Agam 2024. Sci Technol J Pengabdi Masy. 2024;1(2):156–62.
12. Maryanto RIP, Wulanata IA. Penggunaan Media Flashcard Untuk Meningkatkan Pengenalan Bentuk

- Huruf Siswa Kelas I Pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Di Sekolah Abc Manado. *Pedagogia*. 2018;16(3):305.
13. Trywulan. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Gambar Berseri Terhadap Perilaku Jajan Sehat Anak Usia Sekolah Di Sdn Banjarsari 01 Dan Sdn Banjarsari 02 Selorejo Blitar. *J Keperawatan Univ Airlangga Surabaya*. 2014;65–70.
14. Syahroni MHA, Astuti N, Indrawati V, Ismawati R. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan. *J Tata Boga*. 2021;10(1):12–22.
15. Tangkilisan GP, Handayani F, Suarayasa K. Perilaku Konsumsi Garam Dan Gula Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2020. 2022;1(1):71–82.
16. Aprilia, Angga PD, Mussadat S. Tingkat Pengetahuan dan Pola Konsumsi Jajanan Siswa Sekolah Dasar di Gugus I Kecamatan Plampang. *Pendas J Ilm Pendidik Dasar*. 2024;09(2):4017–34.
17. Syam A, Indriasari R, Ibnu I. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Makanan Jajanan Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Kartu Kwartet Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Makassar. *J TEPAT Appl Technol J Community Engagem Serv*. 2018;1(2):127–36.
18. Dominikus Martinus Lait, Baba WN. 1 , 2 1,2. 2020;VII(1).
19. Fauziyah AN, Astuti P, Siti D, Program F, Pendidikan S, Boga T, et al. FOOD SCIENCE AND CULINARY EDUCATION JOURNAL Pengaruh antara Pengetahuan dan Sikap Gizi Siswa dengan Pola Konsumsi Jajan Siswa di SD Negeri 08 Brebes. 2022;11(1):22–30.
20. Muzakir H, Ashari CR, Listiowaty E. Edukasi Zat Aditif Makanan dan Jajanan Sehat Pada Pelajar. *Lamahu J Pengabdi Masy Terintegrasi*. 2023;2(2):103–8.
21. Tsania N, Rahmat M, Priawantiputri W, Fauziyah RN. Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Media Flashcard Dan Powerpoint Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *J Gizi dan Diet*. 2023;2(2):22–30.
22. Novriyanti Purwadi H, Dwi R ND, Sabarguna BS. Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Anak Usia Sekolah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Video Tentang Jajanan Sehat Di Sd Negeri Pamulang Barat Tahun 2019. *J Med Hutama*. 2020;1(2):71–7.
23. Tamanampo KL, Renteng S, Simak VF. Hubungan Peran Orang Tua tentang Jajanan Sehat Dengan Sikap Dan Kebiasaan Jajan Anak Di SD Negeri Kalasey Kecamatan Pineleng. *Mapalus Nurs Sci J*. 2023;1(2):6–11.
24. Tukiman DDKJSM. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan perilaku pemilihan Makanan jajanan pada siswa di sdn 101774 desa sampali. 2023;
25. Nisaul maslakah ZS. Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang. *J Kesehat*. 2017;10(01):9–16.
26. Khumairoh NP. Penyusunan Media Flashcard Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Pada Siswa (Di SDN Tegal Mijin 1 Kabupaten Bondowoso). *HARENA J Gizi*. 2021;1(3):148–54.
27. Adiputra Sudarma IM, Trisnadewi, Ni Wayan D. Metodologi Penelitian Kesehatan. In: Metodologi Penelitian Kesehatan. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 2021. 1–323 p.