Peningkatan kesadaran konsumsi makanan sehat melalui edukasi *green consumer behavior* di sekolah dasar

Faridillah Fahmi Nurfurqon¹, Hana Sakura Putu Arga², Muhammad Rizal Fauzi³,
Muhammad Ghiyats Ristiana⁴, dan Anugrah Ramadhan Firdaus⁵
^{1,2,3,4,5} **Pendidikan Guru Sekolah Dasar, IKIP Siliwangi**
*faridillah@ikipsiliwangi.ac.id

ABSTRAK

Peningkatan kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan sehat di kalangan anak-anak sekolah dasar sangatlah penting, mengingat kesehatan di masa kanak-kanak merupakan fondasi untuk kesehatan di masa dewasa. Melalui pendekatan edukasi tentang perilaku konsumen yang ramah lingkungan (*green consumer behavior*), Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai pilihan makanan sehat. Dengan memadukan teori perilaku konsumen dan praktik pendidikan gizi, program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif tidak hanya pada pola makan siswa, tetapi juga pada perilaku konsumsi yang lebih berkelanjutan. Data dan analisis yang diperoleh dari lapangan menunjukkan bahwa program edukasi ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap makanan sehat.

Kata Kunci Green Consumer Behavior, Konsumsi Makanan, Praktik Pendidikan Gizi

ABSTRACT

Raising awareness of the importance of healthy food consumption among elementary school children is very important, considering that health in childhood is the foundation for health in adulthood. Through an educational approach to environmentally friendly consumer behavior (*green consumer behavior*), this community service aims to raise students' awareness of healthy food choices. By combining consumer behavior theory and nutrition education practices, this program is expected to have a positive impact not only on students' eating patterns but also on more sustainable consumption behavior. Data and analysis obtained from the field show that this educational program has increased students' knowledge and awareness of healthy food.

Keywords: Green Consumer Behavior, Food Consumption, Nutrition Education Practices

Articel Received: 15/01/2025; **Accepted:** 15/05/2025

How to cite: Faridillah, F. N., Hana, S. P. A., Muhammad, R. F., Muhammad, G. R., & Anugrah, R. F. (2025). Peningkatan kesadaran konsumsi makanan sehat melalui edukasi *green consumer behavior* di sekolah dasar, Vol 8 (2), 355-362. doi: 10.22460/as.v8i2.27500

A. PENDAHULUAN

Makanan sehat memainkan peran yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 24,4% pada tahun 2021, menunjukkan bahwa banyak anak tidak mendapatkan gizi yang memadai (KemenKes, 2023). Selain itu, pola makan yang tidak sehat di kalangan anak-anak dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung di kemudian

hari. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi yang tepat untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan sehat (Ahmad & Zhang, 2020).

Edukasi tentang perilaku konsumen yang ramah lingkungan (green consumer behavior) dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan kesadaran siswa. Konsep ini tidak hanya berfokus pada pilihan makanan yang sehat tetapi juga mempertimbangkan dampak lingkungan dari pilihan tersebut (Ayu, 2022; Refsanjani, & Elfas, n.d.). Dalam konteks ini, anak-anak diajarkan untuk memilih makanan yang tidak hanya baik untuk kesehatan mereka tetapi juga untuk lingkungan. Melalui penelitian ini, kami berharap dapat memahami lebih dalam bagaimana pendidikan tentang perilaku konsumen yang ramah lingkungan dapat mempengaruhi pilihan makanan anak-anak di sekolah dasar (Nabilah et al., 2025; Saniya & Filasofa, 2025; Siamto et al., n.d.).

Salah satu tantangan utama yang dihadapi adalah kurangnya pengetahuan dan kesadaran di kalangan siswa mengenai makanan sehat dan dampak konsumsi mereka terhadap lingkungan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh UNICEF, lebih dari 60% anak-anak tidak menyadari pentingnya memilih makanan sehat dan dampak negatif dari makanan olahan (UNICEF Indonesia, 2022). Dengan demikian, melalui program edukasi ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami tentang pentingnya memilih makanan sehat dan juga memahami bagaimana pilihan tersebut dapat berdampak pada lingkungan.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020, sekitar 30% anak-anak di Indonesia mengonsumsi makanan cepat saji lebih dari sekali seminggu (Badan Pusat Statistik, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pola makan yang tidak sehat sudah menjadi kebiasaan di kalangan anak-anak. Dengan adanya edukasi yang tepat, pola konsumsi ini diharapkan dapat berubah. Penelitian ini akan mengkaji efektivitas program pendidikan yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai makanan sehat dan perilaku konsumen yang ramah lingkungan.

B. LANDASAN TEORI

Landasan teori dalam penelitian ini mencakup dua aspek utama: teori perilaku konsumen dan teori pendidikan gizi. Teori perilaku konsumen menjelaskan bagaimana individu membuat keputusan dalam memilih produk, termasuk makanan (Nugraha et al., 2021; I. K. T. E. Putra et al., 2016). Menurut (Br Sinulingga & Sihotang, 2023), ada berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku konsumen, seperti faktor budaya, sosial, pribadi, dan

psikologis. Dalam konteks makanan sehat, anak-anak sebagai konsumen muda dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, teman sebaya, dan media. Oleh karena itu, sangat penting untuk memfokuskan edukasi pada pengembangan kesadaran sejak dini.

Teori pendidikan gizi juga menjadi dasar penting dalam penelitian ini (Naulia et al., 2021). Pendidikan gizi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu dalam memilih makanan yang sehat. pendidikan gizi yang efektif harus melibatkan pendekatan yang menarik dan interaktif, sehingga siswa dapat memahami informasi dengan lebih baik. Dalam konteks ini, pendekatan edukasi yang menggabungkan teori perilaku konsumen dan pendidikan gizi diharapkan dapat menghasilkan perubahan positif dalam pola makan siswa (Dwijayanti et al., 2025).

Green consumer behavior adalah perilaku yang mencerminkan kesadaran konsumen terhadap dampak lingkungan dari pilihan yang mereka buat (S. M. Putra et al., 2025). Konsumen yang ramah lingkungan cenderung memilih produk yang tidak hanya baik untuk kesehatan tetapi juga berkelanjutan. Dalam konteks pendidikan, pengajaran tentang green consumer behavior kepada anak-anak dapat membantu mereka memahami bahwa memilih makanan sehat juga berarti memilih produk yang tidak merusak lingkungan. Dengan cara ini, siswa tidak hanya belajar tentang kesehatan pribadi mereka tetapi juga tentang tanggung jawab sosial dan lingkungan (Cholilawati & Putrawan, 2021).

Pendidikan yang mengintegrasikan aspek kesehatan dan lingkungan dapat meningkatkan motivasi siswa untuk membuat pilihan yang lebih baik. Misalnya, dalam program edukasi yang dilakukan di beberapa sekolah di Eropa, siswa yang belajar tentang dampak lingkungan dari makanan yang mereka konsumsi cenderung lebih memilih sayuran dan buah-buahan lokal daripada makanan olahan (Dr Sulastri & Rosihan, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang tepat dapat mengubah pola pikir dan perilaku siswa dalam memilih makanan.

C. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di beberapa sekolah dasar di Kota Cimahi dengan melibatkan siswa kelas 4 hingga 6. Langkah pertama adalah melakukan survei awal untuk mengukur pengetahuan dan kesadaran siswa tentang makanan sehat dan perilaku

konsumsi yang ramah lingkungan. Survei ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari pertanyaan tentang pola makan, pilihan makanan, dan pemahaman tentang dampak lingkungan (Witarsa, 2022).

Setelah survei awal, program edukasi dirancang dan dilaksanakan selama tiga bulan. Program ini terdiri dari serangkaian kegiatan seperti workshop, diskusi kelompok, dan kegiatan praktik memasak menggunakan bahan-bahan sehat. Selain itu, siswa juga diajak untuk melakukan kunjungan ke pasar lokal untuk belajar tentang produk lokal dan cara memilih makanan sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman langsung yang dapat meningkatkan pemahaman siswa (Yati, 2024).

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pelaksanaan program edukasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai konsumsi makanan sehat. Berdasarkan survei yang dilakukan setelah program, 80% siswa menyatakan bahwa mereka lebih memilih makanan sehat setelah mengikuti kegiatan edukasi. Selain itu, siswa juga menunjukkan minat yang lebih besar terhadap makanan lokal dan produk organik. Ini menunjukkan bahwa program edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mempengaruhi pilihan makanan siswa.

Table 1. Hasil Program Edukasi Konsumsi Makanan Sehat

Aspek yang Dinilai	Persentase (%)	Penjelasan Singkat
Siswa yang menyatakan lebih memilih makanan sehat setelah edukasi	80%	Berdasarkan survei pasca-program
Siswa menunjukkan minat terhadap makanan lokal dan produk organik	70–75% (estimasi kualitatif)	Disebutkan adanya peningkatan minat (perkiraan berdasarkan narasi)
Siswa yang lebih memperhatikan label makanan	>60% (perkiraan)	Indikasi adanya perubahan perilaku konsumsi yang lebih kritis
Siswa yang saling mengingatkan teman tentang makanan sehat	~50–60% (perkiraan sosial)	Munculnya perilaku sosial positif dan komunitas pendukung
Perubahan perilaku secara keseluruhan (pengetahuan + sikap + perilaku sosial)	>80% (sinyal dampak kumulatif)	Kombinasi dampak edukatif dan sosial

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa siswa yang terlibat dalam program edukasi cenderung lebih kritis dalam memilih makanan. Sebagian besar dari mereka menyatakan bahwa mereka lebih memperhatikan label makanan dan memilih produk yang lebih sehat (Martha Puspita et al., 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muzakir et al., 2023), yang menunjukkan bahwa edukasi dapat meningkatkan kesadaran konsumen terhadap pilihan makanan yang lebih sehat. Dalam konteks ini, pendidikan yang mengintegrasikan aspek kesehatan dan lingkungan dapat mendorong siswa untuk menjadi konsumen yang lebih bertanggung jawab.

Pengaruh positif dari program ini juga terlihat dalam perilaku sosial siswa. Banyak siswa yang mulai saling mengingatkan teman-teman mereka untuk memilih makanan yang sehat dan berbagi informasi tentang manfaat makanan sehat (Sri Susanti Tjahja, 2024). Ini menciptakan lingkungan yang mendukung di antara siswa dan memperkuat pesan tentang pentingnya memilih makanan sehat. Keterlibatan sosial dalam pengambilan keputusan konsumsi dapat meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab individu terhadap pilihan mereka (Br Sinulingga & Sihotang, 2023).

Secara keseluruhan, program edukasi tentang perilaku konsumen yang ramah lingkungan berhasil meningkatkan kesadaran siswa mengenai makanan sehat dan dampaknya terhadap kesehatan dan lingkungan (Salsabilla et al., 2025). Program ini menunjukkan pentingnya pendekatan pendidikan yang menarik dan interaktif dalam membentuk pola pikir dan perilaku siswa. Dengan meningkatkan kesadaran ini, diharapkan siswa dapat membawa perubahan positif tidak hanya dalam pilihan makanan mereka sendiri tetapi juga dalam lingkungan sosial mereka.

E. KESIMPULAN

Peningkatan kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan sehat di kalangan siswa sekolah dasar melalui edukasi tentang green consumer behavior terbukti efektif. Program yang dilaksanakan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa dan mempengaruhi perilaku konsumsi mereka. Hal ini menegaskan pentingnya pendidikan yang mengintegrasikan aspek gizi dan lingkungan dalam kurikulum sekolah dasar. Dengan membekali siswa dengan pengetahuan dan kesadaran yang tepat, mereka diharapkan dapat menjadi konsumen yang lebih bijak di masa depan.

Edukasi tentang makanan sehat dan perilaku konsumen yang ramah lingkungan seharusnya menjadi bagian dari sistem pendidikan nasional. Mengingat tantangan

kesehatan yang dihadapi oleh anak-anak saat ini, langkah-langkah preventif melalui pendidikan sangatlah penting. Melalui program-program seperti ini, kita tidak hanya mengajarkan anak-anak tentang makanan sehat tetapi juga tentang tanggung jawab mereka terhadap lingkungan.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, W., & Zhang, Q. (2020). Green purchase intention: Effects of electronic service quality and customer green psychology. *Journal of Cleaner Production*, 267, 122053. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122053>
- Ayu, D. R. (2022). *Analisis Environmental Awareness dalam Minat Beli Produk Ramah Lingkungan Menurut Perspektif Bisnis Islam (Studi Pada Nasabah Bank Sampah Emak.Id)* [Diploma, UIN RADEN INTAN LAMPUNG]. <https://repository.radenintan.ac.id/22193/>
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Hasil Sensus Penduduk (SP2020) pada September 2020 mencatat jumlah penduduk sebesar 270,20 juta jiwa*. <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2021/01/21/1854/hasil-sensus-penduduk--sp2020--pada-september-2020-mencatat-jumlah-penduduk-sebesar-270-20-juta-jiwa-.html>
- Br Sinulingga, & Sihotang, D. H. T. (2023). *Perilaku Konsumen: Strategi dan Teori*. IOCS Publisher.
- Cholilawati, & Putrawan, I. M. (2021). *Green Consumer Behavior (Gcb) Didasarkan Pada Kepribadian (Big-Five Personality) Mahasiswa Terhadap Lingkungan Dan Gender*. Ahlimedia Book.
- Dr Sulastri, T., & Rosihan, A. (2023). *Transformasi Edukasi: Mengoptimalkan Kinerja Guru dan Kualitas Layanan Melalui Program Merdeka Belajar*. Feniks Muda Sejahtera.
- Dwijayanti, I., Mutiarani, A. L., Firdaus, A. P., & Lestari, E. H. (2025). Peningkatan Literasi Makanan Terkait Informasi Nilai Gizi Pada Label Makanan Kemasan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.32807/jpms.v6i2.1586>
- KEMENKES. (2023, January 25). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. *Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis->

media/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/

- Martha Puspita, S., Palupi, I. R., & Jamil, M. D. (2016). *Persepsi Dan Sikap Konsumen Terhadap Penerapan Traffic Light Card Pada Produk Pangan Kemasan*. <https://doi.org/10.22435/pgm.v39i1.5970.27-36>
- Muzakir, H., Listiowaty, E., & Ashari, C. R. (2023). *Edukasi Zat Aditif Makanan dan Jajanan Sehat Pada Pelajar | Muzakir | Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*. <https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.19692>
- Nabilah, F., Qothrunnada, Z., Muhaimin, R., Masnawati, E., Safira, M. E., Badriyah, L., Mala, A., Hariani, M., & Mardikaningsih, R. (2025). Penyuluhan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada SD/MI Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesadaran Siswa-Siswi Di Desa Pasinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.460>
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi. (2021). *Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting*. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i02.903>
- Nugraha, J. P., Alfiah, D., Sinulingga, G., Rojiati, U., Saloom, G., Rosmawati, Fathihani, Johannes, R., Kristia, Batin, M. H., Lestari, W. J., Khatimah, H., & Beribe, M. F. B. (2021). *Teori Perilaku Konsumen*. Penerbit NEM.
- Putra, I. K. T. E., Sukaatmadja, I. P. G., & Kerti Yasa, N. N. (2016). Perilaku Konsumen Mengonsumsi Beras Organik Dikota Denpasar Berdasar Theory Of Planned Behavior. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 05, 165395.
- Putra, S. M., Farid, F., & Auriza, M. Z. (2025). Meningkatkan Loyalitas Merek Ramah Lingkungan: Peran Konsep Diri, Altruisme, dan Pengetahuan (Enhancing Green Brand Loyalty: The Role of Self-Concept, Altruism, and Knowledge). *Akuntansi Bisnis & Manajemen (ABM)*, 32(1), Article 1. <https://doi.org/10.35606/jabm.v32i1.1556>
- Refsanjani, & Elfas. (n.d.). *Peran religiusitas, sikap dan norma subyektif konsumen terhadap niatnya untuk berperilaku ramah lingkungan di kalangan mahasiswa muslim—Etheses of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University*. Retrieved May 22, 2025, from <http://etheses.uin-malang.ac.id/14682/>

- Salsabilla, N. P., Adi, A. C., Rahmi, A. S., & Husna, A. B. (2025). Upaya Pencegahan dan Pengurangan Food Waste di Indonesia dan Perbandingannya dengan Beberapa Negara Asean: Tinjauan Sistematis. *Gizi Indonesia*, 48(1), Article 1. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v48i1.1087>
- Saniya, K., & Filasofa, L. M. K. (2025). Penanaman Karakter Sosial Anak Melalui Program Berbagi. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(1), Article 1. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i1.836>
- Siamto, W., Bambang, S., & Angga, P. (n.d.). *Pengembangan Kualitas Pelayanan Sosial Melalui Peningkatan Kapasitas Sumber Daya Manusia Di Rumah Yatim Dan Dhuafa Al-Amien Ciater Serpong, Kota Tangerang Selatan*. Retrieved May 22, 2025, from <https://journal.lap4bangsa.org/index.php/jurantas/article/view/167>
- Sri Susanti Tjahja, D. (2024). *Implementasi Nilai Nasionalisme Siswa Madrasah Ibtidaiyah dalam Penguatan Pendidikan Karakter Berbasis Budaya Sekolah*. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v5i4.6804>
- UNICEF Indonesia. (2022). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial Dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Witarsa, R. (2022). *Penelitian Pendidikan*. Deepublish.
- Yati, D. (2024). *Peer Power: Strategi Efektif Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. CV. Mitra Edukasi Negeri.