

ABSTRAK

Makanan adalah salah satunya kebutuhan utama manusia untuk bisa melakukan suatu aktivitas berat atau ringan, namun tidak semua makanan mengandung nutrisi yang tepat untuk memberikan energi sehingga bisa beraktivitas, makanan yang jika sering dikonsumsi sehari-hari yang tidak mengandung nutrisi sehat untuk badan manusia dan bisa menyebabkan penyakit adalah *junk food*. *Junk food* merupakan makanan yang sangat diketahui oleh semua orang karena dengan harga terjangkau dan rasanya yang enak maka sebagian orang sering memilih makanan *junk food* sebagai makan siang dan makan malamnya dan dengan banyak pilihan pun memudahkan selera untuk memilih. Walaupun begitu, bahan-bahan yang dibuat untuk *junk food* merupakan *fats* dan *sugar* di mana jika dikonsumsi terlalu sering dengan jumlah yang banyak maka bisa menimbulkan penyakit pada badan, penyakit seperti diabetes, dan obesitas adalah contohnya. Melalui media edukasi maka materi mengenai nutrisi yang terdapat pada *junk food* dan dampaknya dapat disampaikan dengan cara yang menyenangkan dan pengguna bisa mendapat informasi secara efektif.

Kata Kunci: *Junk food*, Penyakit, Media Edukasi, Kesehatan