

Integrasi Gizi Seimbang dalam Pengayaan Pembelajaran Karakter Sebagai Upaya Pengentasan Masalah Gizi pada Anak Sekolah

(Integration of Balanced Nutrition in Character Education Enrichment to Address Nutritional Issues in School-Aged Children)

Yayuk Farida Baliwati¹, Siti Amanah², Cesilia Meti Dwiriani¹, Resa Ana Dina¹, Akifa Laila Rusyda¹, Prita Dhyani Swamilaksita¹, Veny Rachmalinda¹, Jihan Alfira¹, Marini Putri¹

¹Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

²Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

*Penulis Korespondensi: E-mail: baliwati@apps.ipb.ac.id

ABSTRAK

Upaya pemerintah dalam mencegah masalah gizi pada anak usia sekolah dasar, antara lain melalui edukasi gizi berbasis sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat bertujuan mencapai perilaku (pengetahuan dan sikap) guru kelas 1-6 sekolah dasar tentang konsumsi pangan yang beragam, bergizi seimbang serta berbasis pangan lokal, yang ditunjukkan oleh modul P5 (Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila). Kegiatan dilaksanakan pada 20 April hingga 12 Juli 2024 yang terdiri atas: (1) observasi, (2) *focus group discussion*, (3) *workshop*, dan (4) umpan balik di SD Plus Rahmat Kediri. Kegiatan ini diikuti oleh guru dan *stakeholder* di lingkungan Yayasan Taman Pendidikan Rahmat; 18 peserta FGD dan 31 peserta *workshop*. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program ko-kurikuler, yaitu P5 merupakan salah satu peluang integrasi Gizi Seimbang. Sebagian besar peserta FGD (± 90 persen) memiliki rata-rata pengetahuan dan perilaku gizi yang sedang hingga tinggi, secara berturut-turut yaitu 75,6 dan 84,7. Tim Dospulkam kemudian menyusun media komunikasi (tiga poster) dan buku "Integrasi Gizi Seimbang dalam Pembelajaran di Satuan Pendidikan Sekolah Dasar," 4 *press-release* media massa, dan dua artikel ilmiah. Para guru kemudian menyusun 12 modul proyek, dengan tema "Gaya Hidup Berkelanjutan" dan "Bangunlah Jiwa dan Raganya." Meskipun demikian, keterampilan numerasi masih menjadi tantangan dalam penerapan Gizi Seimbang. Untuk itu, pendekatan inovatif berbasis pengalaman sangat diperlukan, seperti mengajarkan cara mengatur porsi pangan untuk meningkatkan numerasi. Edukasi gizi akan menjadi bagian dari kebijakan di SD Plus Rahmat, serta diintegrasikan dalam pembelajaran pada tahun ajaran yang akan datang. Sebagai komitmen tindak lanjut, kegiatan ini merumuskan "Modul P5 Gizi Seimbang pada Pembelajaran di Sekolah Dasar."

Kata kunci: anak sekolah dasar, gizi seimbang, kurikulum, pendidikan gizi

ABSTRACT

The government is addressing nutritional challenges among elementary school children through school-based nutrition education. This community empowerment initiative aimed to enhance the behavior (knowledge and attitudes) of grade 1-6 elementary school teachers regarding the consumption of diverse, nutritionally balanced foods based on local ingredients, as demonstrated through the P5 Module (*Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila*). The program was conducted from April 20 to July 12, 2024, and included observations, focus group discussions (FGDs), workshops, and feedback sessions at SD Plus Rahmat Kediri. Participants included 18 FGD participants and 31 workshop attendees from the Rahmat Educational Foundation. Results showed the P5 co-curricular program presents a valuable opportunity to integrate Balanced Nutrition into learning. Approximately 90% of FGD participants demonstrated moderate to high levels of nutritional knowledge (75.6) and behavior (84.7). The team developed communication materials, including three posters and a book titled *Integrasi Gizi Seimbang dalam Pembelajaran di Satuan Pendidikan Sekolah Dasar*. Four press releases and two scientific articles were also produced. Teachers designed 12 project modules with themes like "Sustainable Lifestyle" and "Build Your Mind and Body." Despite these achievements, challenges remain, particularly in improving numeracy skills related to Balanced Nutrition. Innovative, experiential learning approaches, such as teaching portion management, are needed to address this gap. Nutrition education will be integrated into the school curriculum at SD Plus Rahmat in the upcoming academic year. As a follow-up commitment, the initiative produced the "Modul P5 Gizi Seimbang pada Pembelajaran di Sekolah Dasar."

Keywords: elementary school-aged children, balanced nutrition, curriculum, nutrition education