

# Pendekatan Penyuluhan Sensitif Gizi sebagai Investasi Modal Manusia menuju Indonesia Emas

## (Nutrition-sensitive Extension Approach as Human Capital Investment toward Golden Indonesia)

Siti Amanah<sup>1\*</sup>, Yayuk Farida Baliwati<sup>2</sup>, Pudji Muljono<sup>1</sup>, Tri Budiarto<sup>3</sup>, Rafnel Azhari<sup>4</sup>, Siti Syamsiah<sup>5</sup>, Titania Aulia<sup>1</sup>, Indriani<sup>6</sup>, Metha Madonna<sup>7</sup>, Argasepta Armadhani<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

<sup>2</sup> Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB University

<sup>3</sup> Sekolah Vokasi, IPB University

<sup>4</sup> Fakultas Pertanian, Universitas Andalas,

<sup>5</sup> Politeknik Penguasaan Pertanian Bogor,

<sup>6</sup> Universitas Muhammadiyah Hamka,

<sup>7</sup> Universitas Bayangkara

\*Penulis Korespondensi: siti\_amanah@ipb.ac.id

### ABSTRAK

Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai gizi berimbang, pola hidup sehat, pemberdayaan ekonomi rumah tangga, dan peningkatan kemampuan UMKM dalam pemasaran *online*. Mitra kegiatan adalah PKK Kelurahan Kampung Kajian, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng, Bali dengan peserta berjumlah 56 orang yang terdiri atas 30 Tim PKK dan 26 orang Pengelola TK dan wali murid. Program dilaksanakan mulai Mei sampai dengan October 2024 dengan tahapan kegiatan meliputi persiapan tim pelaksana, koordinasi dengan Tim Penggerak PKK, diskusi kelompok, pembuatan media penyuluhan, pendampingan, dan monitoring dan evaluasi. Program dilaksanakan secara *online* dan *offline*. Materi penyuluhan meliputi gizi berimbang, pola hidup sehat, pemberdayaan ekonomi, pengemasan produk Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM), promosi melalui sarana digital. Media penyuluhan yang digunakan berupa leaflet, brosur, video, demonstrasi cara, dan kunjungan. Monitoring dan evaluasi program dilakukan menggunakan tes sebelum dan sesudah program. Tes tersebut terdiri atas 54 item pertanyaan meliputi 10 item perilaku hidup sehat, sembilan item penerapan pola hidup sehat, 10 item kesehatan mental, 10 item peningkatan pendapatan rumah tangga, dan lima item mengenai pemasaran online. Hasil *pre* dan *post-test* memperlihatkan bahwa penyuluhan sensitif gizi mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan partisipan mengenai pola hidup sehat melalui konsumsi pangan yang beragam, bergizi seimbang, sehat dan aman, pengelolaan usaha, dan kemampuan melakukan promosi pemasaran produk melalui sarana digital. Dapat disimpulkan bahwa pendekatan penyuluhan sensitif gizi yang disertai penguatan usaha skala mikro dapat meningkatkan kapasitas anggota PKK sebagai aset pembangunan menuju Indonesia emas.

Kata kunci: penyuluhan, perubahan perilaku, PKK, pola hidup sehat, sensitif gizi

### ABSTRACT

This community service aims to increase participants' knowledge and awareness of balanced food nutrition, healthy lifestyles, strengthening home economics, and improving the ability of MSMEs in online marketing. The activity partners are the PKK, Kampung Kajian Village, Buleleng District, Buleleng Regency, Bali, with 56 participants from 30 PKK Teams and 26 Kindergarten Managers and parents. The program will be implemented from May to October 2024, with activity stages including preparation of the implementation team, coordination with the PKK Mobilization Team, group discussions, creation of outreach media, mentoring, and monitoring and evaluation. The program is implemented both online and offline. The program is monitored and evaluated using tests before and after the program. The test consists of 54 items, including ten on healthy living behavior, nine on implementing a healthy lifestyle, ten on mental health, ten on increasing household income, and five on online marketing. The pre-and post-test results show that nutrition-sensitive extension can improve participants' awareness and knowledge of healthy lifestyles through consuming diverse, nutritionally balanced, healthy, and safe food, business management, and the ability to carry out product marketing promotions through digital means. It can be concluded that a nutrition-sensitive outreach approach accompanied by strengthening micro-scale businesses can increase the capacity of PKK members as development assets toward a golden Indonesia.

Keywords: behavior change, extension, healthy lifestyle, nutrition-sensitive, PKK