



## **Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Pada Anak Melalui Progam Kelas Literasi di Desa Kuta Padang**

**Lili Eky Nursia N<sup>1</sup>, Aulia Artika<sup>1</sup>, Onetusfisi Putra<sup>1</sup>, Firman Firdauz Saputra<sup>1</sup>, Mardi Fadhillah<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Teuku Umar

Email korespondensi: [lilieky@utu.ac.id](mailto:lilieky@utu.ac.id)

### **ABSTRAK**

Permasalahan kurangnya asupan gizi masih menjadi permasalahan utama yang dihadapi oleh anak sekolah, hal ini dapat berdampak pada timbulnya berbagai masalah kesehatan bahkan dapat menimbulkan menurunnya kualitas SDM dimasa depan. Oleh karena itu tim berinisiatif untuk melaksanakan kegiatan kelas literasi gizi bagi anak sekolah Desa Kuta Padang. Kegiatan dilaksanakan di MTS Harapan bangsa. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan pelatihan penghitungan asupan gizi harian. Media yang digunakan adalah PPT dan lembar kerja. Evaluasi dilaksanakan dengan metode evaluasi struktur, evaluasi proses dan evaluasi hasil. Hasil evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa kegiatan telah terlaksana dengan sangat baik, hal ini ditunjukkan dari keaktifan peserta dan kehadiran peserta (100%). Selain itu terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan setelah kegiatan berlangsung, hal ini ditunjukkan dari kenaikan nilai *pretest* dan *posttest* peserta. Peningkatan pengetahuan siswa diharapkan dapat meningkatkan kemandirian siswa untuk menjaga asupan gizi harian yang berdampak pada meningkatnya kualitas SDM dan berdaya saing tinggi di Desa Kuta Padang dimasa depan.

**Kata Kunci :** Gizi, Jajan, Literasi

### **ABSTRACT**

*The problem of lack of nutritional intake is still a major problem faced by school children, this incident will have an impact on the emergence of various health problems and can even lead to a decrease in the quality of human resources in the future. for this reason the team took the initiative to carry out nutritional literacy class activities for school children in Kuta Padang Village. The activity was carried out at MTS Harapan Bangsa. Activities are carried out using health education methods and training in calculating daily nutritional intake. The media used were PPT and worksheets. Evaluation is carried out using the structure evaluation method, process evaluation and outcome evaluation. The results of the evaluation of the activities that have been carried out show that the activities have been carried out very well, this is indicated by the activeness of the participants and the attendance of the participants (100%). In addition, there was an increase in knowledge and skills after the activity took place, this was shown by the increase in participants' pretest and posttest scores. Increased student knowledge is expected to increase student independence to maintain daily nutritional intake which has an impact on improving the quality of human resources and high competitiveness in Kuta Padang Village in the future.*

**Keywords:** Literacy, Nutrition, Snacks

## PENDAHULUAN

Salah satu kelompok yang rentan untuk mengalami gangguan kesehatan akibat masalah asupan gizi adalah anak – anak khususnya anak sekolah. Permasalahan gizi yang dialami oleh anak sekolah dapat dikategorikan dalam 2 kategori yaitu masalah kekurangan gizi maupun masalah kelebihan gizi (Sari et al., 2024). Permasalahan kekurangan gizi pada anak sekolah akan berdampak pada terhambatnya potensi perkembangan bangsa dan negara akibat menurunnya kualitas SDM dimasa yang akan mendatang (Zogara et al., 2023).

Permasalahan gizi terbesar yang dialami saat ini adalah masalah kekurangan asupan gizi bagi anak sekolah. Kurangnya asupan gizi akan berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan kecerdasan anak sekolah (Yuningsih & Kurniasari, 2021). Terdapat beberapa penyakit yang timbul akibat gizi kurang pada anak sekolah mulai dari anak kurus, anemia dan stunting (pendek).

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), angka stunting di Indonesia mengalami penurunan dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Meskipun demikian, angka tersebut masih belum memenuhi standar penurunan stunting menurut WHO, yang menetapkan bahwa prevalensi stunting seharusnya kurang dari 20% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Jumlah kasus stunting sebagai permasalahan utama penyakit akibat kekurangan gizi di Provinsi Aceh cukup tinggi dimana pada tahun 2022 angka prevalensi kasus stunting mencapai 31,2%. Meskipun prevalensi tersebut telah mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya (jumlah kasus stunting tahun 2021 33,2%) namun angka prevalensi kasus stunting di Provinsi Aceh masih lebih tinggi dibandingkan rerata nasional (21,6%) (Dinas Kesehatan Aceh, 2019).

Anak sekolah khususnya anak yang berada pada tingkatan sekolah dasar memasuki fase pertumbuhan dan perkembangan fisik, kecerdasan mental dan emosional yang beritu pesat. Untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan tersebut maka anak sekolah membutuhkan konsumsi makanan dengan kandungan gizi yang seimbang dan cukup secara teratur. Tumbuh dan kembang anak yang optimal diharapkan mampu berdampak pada prestasi dan kemampuan belajar yang optimal (Kusumawardani et al., 2024). Selain itu kurang optimalnya asupan gizi juga akan berdampak pada lemahnya sistem imunitas yang dimiliki oleh anak, dengan kondisi tersebut maka akan berdampak pada timbulnya penyakit infeksi berulang yang berakibat pada timbulnya masalah kurang gizi bahkan stunting pada anak (Rahmiwati et al., 2019).

Permasalahan timbulnya masalah gizi khususnya masalah stunting pada anak sekolah terjadi disebabkan oleh kurangnya asupan gizi berat khususnya rendahnya konsumsi zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) dalam asupan makanan yang dikonsumsi oleh anak sekolah sehari-hari (Mughtar et al., 2022). Penyebab timbulnya masalah stunting selanjutnya adalah penyakit infeksi yang sering kali diderita oleh anak usia sekolah sehingga mengganggu pertumbuhan anak (Fitri & Afriandi, 2024).

Masalah asupan gizi pada anak usia sekolah juga disebabkan oleh preferensi rasa kurang baik yang dimiliki oleh anak usia sekolah. Anak usia sekolah memiliki kebiasaan untuk mengkonsumsi jajanan yang memiliki nilai gizi kurang baik. Jajanan tersebut dipilih karena rasa yang disukai oleh anak sekolah (Kulsum et al., 2021). Kondisi tersebut diperparah dengan banyaknya anak sekolah yang melewatkan sarapan sebelum melaksanakan kegiatan sekolah, hal ini berdampak pada timbulnya ketidak seimbangan proporsi makan anak sekolah (sarapan, selingan, makan siang dan makan malam) yang berujung pada konsumsi makanan dan zat gizi harian yang tidak sesuai anjuran (Asih et al., 2017).

Salah satu faktor tidak langsung yang cukup memegang peranan penting dalam menjaga anak sekolah dari kejadian kurangnya asupan gizi adalah pengetahuan tentang asupan gizi yang dimiliki oleh anak sekolah. Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat dilaksanakan melalui pendidikan gizi bagi anak sekolah yang diharapkan dapat secara efektif meningkatkan pengetahuan terkait gizi pada anak sekolah dan berdampak pada perubahan perilaku konsumsi mereka. Kegiatan pendidikan gizi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan yang diharapkan dapat merubah perilaku menjadi lebih baik. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmy et al., (2020) menyatakan bahwa pengetahuan yang baik terkait asupan gizi yang dimiliki oleh anak sekolah mampu untuk membentuk sikap dan perilaku yang baik terkait pemenuhan asupan gizi (Rahmy et al., 2020).

Pengetahuan terkait pentingnya gizi seimbang yang terdiri dari 4 prinsip yaitu keanekaragaman, jenis nutrisi yang dibutuhkan tubuh dan dampak kekurangan gizi serta cara menghitung besaran gizi harian penting untuk diketahui oleh anak sekolah sehingga mereka dapat dengan mandiri menjaga asupan gizi harian (Wahyu et al., 2022).

Dengan kondisi tersebut diatas dan pentingnya menjaga asupan gizi harian anak sekolah demi terwujudnya generasi emas di masa yang akan datang, maka tim pengabdian kepada masyarakat mengadakan kegiatan kelas literasi gizi bagi anak sekolah di MTS Harapan Bangsa Kuta Padang.

## METODE

Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan dengan metode berupa penyuluhan, diskusi interaktif, praktik menghitung besaran asupan gizi dan evaluasi keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada MTS Harapan Bangsa yang berlokasi di Kuta Padang dan menjadi salah satu sekolah yang berada di wilayah kerja Puskesmas Suak Ribe. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa kelas 2 MTS Harapan Bangsa yang berjumlah 30 orang. Kegiatan ini dilaksanakan pada Hari Sabtu tanggal 21 Januari 2024 yang dimulai sejak pukul 10.00-11.30. Media yang digunakan dalam kegiatan ini Slide powerpoint yang digunakan untuk menyampaikan materi terkait literasi gizi, contoh label makanan dan lembar kerja penghitungan besaran asupan gizi.

Persiapan pelaksanaan kegiatan dimulai dengan melakukan koordinasi antara Puskesmas Suak Ribe dan sekolah MTS Harapan bangsa terkait pelaksanaan kegiatan yang akan dilaksanakan termasuk berdiskusi mengenai rincian pelaksanaan kegiatan yang akan dilaksanakan. Selain itu pada tahapan ini juga dilakukan penyusunan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) sebagai panduan dari kegiatan yang akan dilaksanakan serta sebagai acuan penyusunan materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan.

Rincian tahapan pelaksanaan kegiatan dijelaskan dalam tabel *planning of action (POA)* yang disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan Kegiatan Kelas Literasi

Kegiatan	Waktu	Rincian Kegiatan	Kegiatan Peserta
Pembukaan	20 Menit (10.00-10.20)	1. Salam, Pembukaan dan Perkenalan Diri 2. Menjelaskan tujuan dan manfaat kegiatan 3. Melakukan <i>Pre-Test</i> 4. Menyebutkan materi/pokok bahasan	Menjawab Salam, Mendengarkan dan Memperhatikan
Pelaksanaan	50 Menit (10.20-11.10)	Menjelaskan materi literasi gizi secara berurutan teratur sesuai dengan materi yang telah	Mendengarkan dan Memperhatikan, praktik menghitung kebutuhan

		disiapkan, yaitu:	asupan gizi harian
		1. Penyampaian Materi (Pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan, Jenis nutrisi yang dibutuhkan tubuh, Dampak kekurangan nutrisi, penghitungan nutrisi dari label makanan)	
		2. Praktik penghitungan asupan gizi	
Evaluasi	10 Menit (11.10-11.20)	Melaksanakan <i>Post-Test</i> yang telah disiapkan	Menjawab pertanyaan yang telah disiapkan
Penutup	10 Menit (11.20-11.30)	1. Menyimpulkan hasil kegiatan yang telah dilakukan 2. Mengucapkan terimakasih atas partisipasi aktif peserta dan mengucapkan salam	Menyimak dan menjawab salam

Tahapan evaluasi kegiatan dilakukan kedalam 3 jenis evaluasi yaitu evaluasi struktur, evaluasi proses dan evaluasi hasil. Proses evaluasi dinyatakan dalam bentuk kualitatif dan kuantitatif. Pelaksanaan proses evaluasi struktur dan evaluasi proses dinyatakan dalam bentuk kualitatif terkait pelaksanaan kegiatan yang telah dilaksanakan. Evaluasi struktur dilakukan untuk menilai proses pelaksanaan pada tahap persiapan pelaksanaan kegiatan, sedangkan evaluasi proses dilaksanakan dengan cara menilai partisipasi dan keaktifan peserta selama proses pelaksanaan kegiatan berlangsung. Evaluasi hasil dilaksanakan dalam bentuk kuantitatif untuk menggambarkan keberhasilan pelaksanaan kegiatan yang diukur dengan terjadi pencapaian output kegiatan berupa peningkatan pengetahuan peserta terkait gizi seimbang yang didapatkan dari membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* peserta. Hasil evaluasi proses disajikan dalam bentuk grafik hasil *pre-test* dan *post-test* peserta.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tahap Persiapan

Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian yang akan dilakukan dalam bentuk literasi gizi dimulai dengan melakukan koordinasi antara tim pengabdian kepada masyarakat dengan mitra yaitu Puskesmas Suak Ribe dan MTS Harapan Bangsa. Koordinasi dilakukan untuk membahas terkait teknis dan rincian kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan, analisis karakteristik sasaran kegiatan serta mengatur terkait waktu pelaksanaan dan tempat pelaksanaan. Koordinasi tersebut penting dilakukan untuk menyesuaikan bahan dan materi yang akan disampaikan kepada peserta sehingga penyampaian materi dapat dilaksanakan dengan baik yang ditandai dengan penerimaan dan penyerapan materi secara optimal oleh peserta.

Setelah koordinasi awal dilakukan maka tim pengabdian menyusun Satuan Acara Penyuluhan (SAP) yang berisi terkait daftar rancangan materi yang akan disampaikan dalam pelaksanaan kelas literasi gizi. Proses penyusunan SAP melibatkan pihak tim pengabdian dan juga mitra. Setelah SAP berhasil disusun dan disepakati bersama maka

kemudian tim menyusun media dan alat bahan lain yang akan digunakan dalam pelaksanaan kegiatan kelas literasi gizi. Media disusun dalam bentuk PPT yang dipadukan dengan contoh label makanan yang sering dikonsumsi oleh siswa dan juga dilengkapi dengan lembar kerja praktik penghitungan kecukupan gizi harian. Pemilihan media dan alat yang akan digunakan disesuaikan dengan tujuan pelaksanaan pengabdian yaitu untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait dengan angka kecukupan gizi dan terciptanya keterampilan siswa dalam menghitung kecukupan gizi harian.

Materi yang disusun dalam bentuk PPT merupakan materi terkait kecukupan gizi harian bagi siswa tingkat sekolah. Sub materi yang disajikan berupa Pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan, Jenis nutrisi yang dibutuhkan tubuh, Dampak kekurangan nutrisi, penghitungan nutrisi dari label makanan.

### Tahap Pelaksanaan

Program kelas literasi dilaksanakan pada Sabtu, 21 Januari 2024 di sekolah MTS Swasta Harapan Bangsa. Sekolah ini berada di salah satu desa di wilayah kerja Puskesmas Suak Ribe, yaitu Desa Kuta Padang. Program dilaksanakan di salah satu kelas yang ada di sekolah tersebut yang terdiri dari 30 siswa.

Pelaksanaan kegiatan kelas literasi gizi dimulai dengan melaksanakan persiapan kegiatan yaitu menyiapkan kelengkapan alat yang akan digunakan dalam pelaksanaan kegiatan seperti proyektor, lembar *pre test* dan *post test* yang akan digunakan oleh peserta, mengecek materi dan media yang akan digunakan. Setelah semua persiapan telah dilakukan maka kemudian mulai dilaksanakan.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pembukaan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. pelaksanaan pembukaan dilaksanakan dengan mengucapkan salam pembuka yang dilanjutkan dengan memperkenalkan seluruh anggota tim pengabdian. Setelah itu sesi dilanjutkan dengan penjelasan maksud dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan kepada seluruh peserta. Setelah peserta dirasa paham terkait maksud dan tujuan kegiatan maka anggota tim membagikan lembar *pre test* untuk diisi oleh peserta. peserta diberikan waktu 10 menit untuk mengisi lembar *pretest* yang telah disiapkan.



Gambar 1. Media PPT Kelas Literasi Gizi

Setelah pengisian *pretest* selesai dilaksanakan maka kemudian tim memulai pemaparan materi sebagai kegiatan inti dalam kelas literasi gizi terkait pentingnya menjaga asupan gizi harian bagi anak sekolah. Pemaparan materi dilaksanakan selama 20 menit. Setelah sesi pemaparan materi, selanjutnya dilanjutkan dengan diskusi interaktif yang melibatkan peserta secara langsung. Dalam diskusi ini, siswa diajak untuk berbagi pandangan mengenai jajanan favorit mereka dan bagaimana memilih makanan dengan bijak untuk mendukung kesehatan. Proses ini tidak hanya menjadi forum untuk berdialog, tetapi juga merupakan kesempatan bagi peserta untuk saling bertukar pengalaman dalam mencari alternatif makanan yang kaya gizi. Diskusi ini menjadi panggung bagi siswa untuk berempati satu sama lain, memahami variasi selera

dan kebutuhan gizi individual.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan (Pemaparan Materi)

Sebagai bagian dari pendekatan praktis, pelaksanaan kelas literasi gizi mengintegrasikan kegiatan praktek yang melibatkan peserta secara langsung. Peserta diajarkan untuk membaca label gizi pada kemasan makanan, memahami informasi yang terkandung di dalamnya, dan menghitung besaran gizi berdasarkan porsi yang dikonsumsi. Rumus dan contoh perhitungan disampaikan secara jelas, memberikan siswa alat yang diperlukan untuk membuat keputusan makanan yang lebih cerdas.



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan (Praktik Menghitung Asupan Gizi Harian)

Kelas literasi gizi merupakan upaya pendidikan yang berfokus pada peningkatan pemahaman siswa terkait kandungan gizi yang terdapat dalam makanan sehari-hari. Inisiatif ini dirancang dengan tujuan utama untuk memberikan pemahaman mendalam kepada siswa mengenai pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan tubuh mereka. Dengan mengintegrasikan siswa dalam kegiatan kelas literasi gizi, diharapkan mereka tidak hanya mampu mengidentifikasi kandungan gizi dalam berbagai jenis jajanan, tetapi juga dapat membuat keputusan bijak dalam memilih makanan yang mendukung kesehatan.

Kegiatan kelas literasi gizi melibatkan metode pengajaran yang interaktif, memberikan siswa kesempatan untuk secara aktif terlibat dalam pembelajaran. Melalui diskusi, dan presentasi, dan praktek siswa dapat menggali lebih dalam informasi mengenai nutrisi, mengenali perbedaan antara makanan bergizi dan tidak sehat, serta memahami dampaknya terhadap tubuh mereka. Kegiatan kelas literasi yang dilakukan secara aktif dapat mampu meningkatkan pemahaman siswa terkait materi yang diberikan, hal ini disebabkan karena kelas interaktif mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan memberikan kesan yang lebih positif bagi siswa (Harianti et al., 2022).

Selain itu, kelas literasi gizi juga bertujuan untuk menciptakan kesadaran pada siswa tentang pentingnya gaya hidup sehat. Melalui pemahaman yang diperoleh dari kelas ini, diharapkan siswa mampu membawa pengetahuan tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari mereka, memilih makanan dengan lebih cerdas, dan secara aktif mengelola pola makan mereka untuk mendukung kesehatan jangka panjang.

Pengetahuan siswa yang lebih baik terkait asupan gizi diharapkan mampu membawa perubahan perilaku yang lebih baik dalam mengelola asupan gizi harian sehingga mampu untuk menghindari penyakit yang timbul akibat kekurangan gizi seperti kekurangan energi kronis, stunting maupun penyakit infeksi (Fitri Komala Sari et al., 2022).

Pentingnya asupan gizi dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal menjadi fokus utama dalam setiap sesi kelas literasi gizi. Dengan demikian, diharapkan siswa tidak hanya mendapatkan pengetahuan teoritis, tetapi juga memahami penerapannya dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kesadaran ini diharapkan dapat menciptakan perubahan positif dalam gaya hidup dan pola makan siswa, menghasilkan generasi yang lebih paham akan pentingnya nutrisi dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan. Siswa sekolah merupakan generasi masa depan yang lebih baik, oleh karena itu perlu untuk membekali diri dengan pengetahuan yang cukup baik terkait asupan gizi dan juga gaya hidup sehingga menjadi investasi bagi masa depan (Ningtyias et al., 2024).

### **Tahap Evaluasi**

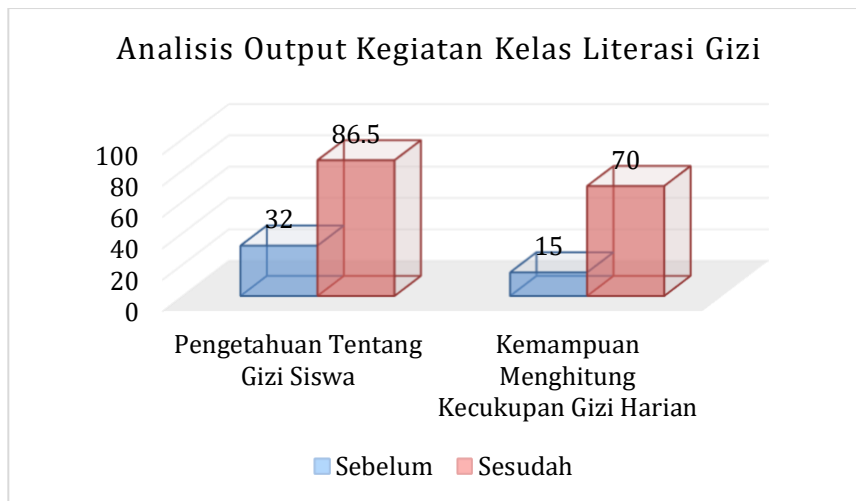
Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan bentuk kegiatan literasi gizi ini dilaksanakan dalam 3 bentuk evaluasi yaitu evaluasi struktur, evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi struktur dan evaluasi proses dilaksanakan secara kualitatif dengan mengukur proses persiapan kegiatan. Evaluasi proses dilaksanakan dengan mengukur partisipasi peserta. Sedangkan untuk evaluasi hasil dilaksanakan secara kuantitatif dengan mengukur dan membandingkan nilai *pretest* dan *posttest* dari peserta.

Hasil evaluasi struktur yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan berjalan dengan sangat baik. Koordinasi yang dilakukan bersama mitra berjalan dan mendapat sambutan yang cukup baik untuk melaksanakan kegiatan. Proses penyiapan materi dan media yang akan digunakan juga berjalan dengan baik dimana SAP dan materi sudah mengalami proses diskusi dengan mitra serta mendapatkan persetujuan untuk digunakan dalam kegiatan kelas literasi gizi.

Hasil evaluasi proses yang telah dilaksanakan menunjukkan bahwa kegiatan sudah berjalan dengan sangat baik. Kehadiran peserta mencapai 100% (30 peserta). Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan mendapatkan antusiasme yang cukup baik dari peserta, hal ini ditunjukkan dengan partisipasi peserta secara aktif, menyimak dengan baik, melaksanakan sesi diskusi dengan aktif serta praktik perhitungan kecukupan gizi harian dilaksanakan dengan sangat baik oleh pesereta.

Hasil evaluasi hasil kegiatan yang dilaksanakan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan dimana hasil *pretest* yang dilakukan terkait pengetahuan siswa sekolah terkait gizi mendapatkan rerata nilai sebesar 32. Namun hasil analisis terhadap nilai *posttest* menunjukkan bahwa rerata nilai siswa meningkat cukup signifikan yaitu memiliki nilai rerata sebesar 86,5. Selain dilakukan evaluasi terkait pengetahuan siswa terkait gizi, evaluasi juga dilakukan terhadap *skill* / kemampuan siswa terkait menghitung angka kecukupan gizi harian. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa hanya ada 15% siswa yang mampu menghitung angka kecukupan gizi harian dari jajanan yang dikonsumsi. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa terdapat 70% siswa yang mampu menghitung angka kecukupan gizi dengan baik.





Gambar 4. Grafik Evaluasi Hasil Kegiatan Kelas Literasi Gizi

Kelas literasi gizi bukan hanya sekadar kegiatan penyampaian informasi, tetapi sebuah perjalanan pembelajaran holistik yang melibatkan presentasi mendalam, diskusi interaktif, dan praktek langsung. Pendekatan ini dirancang untuk membangun pemahaman yang kokoh, memberdayakan siswa untuk mengambil peran aktif dalam merancang pola makan sehat mereka sendiri (Kulsum et al., 2021). Dengan demikian, kelas literasi gizi menjadi fondasi penting dalam membentuk gaya hidup yang berpusat pada gizi dan memastikan generasi mendatang memiliki pemahaman yang mendalam akan arti penting gizi dalam menjaga kesehatan tubuh.

## SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan oleh tim dapat dikatakan memberikan hasil yang cukup signifikan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang gizi dan kemampuan siswa untuk menghitung kecukupan gizi harian. Hal ini ditunjukkan dari hasil evaluasi pelaksanaan yang berjalan sangat baik. Hasil yang sangat baik ditunjukkan dari hasil evaluasi struktural, evaluasi proses bahkan dari hasil evaluasi hasil. Tercapainya tujuan kegiatan yang telah ditetapkan diharapkan dapat mencegah siswa dari penyakit yang timbul akibat kekurangan gizi seperti kekurangan energi kronis, kurus, marasmus, kwasiorkor, stunting bahkan paparan penyakit infeksi. Dengan angka kecukupan gizi yang baik pada siswa sekolah khususnya siswa MTS Harapan Bangsa diharapkan dimasa depan akan tercipta generasi emas yang mampu hidup produktif dan memiliki daya saing yang tinggi.

Meskipun hasil kegiatan yang telah dilaksanakan mendapatkan hasil yang sangat baik, namun perlu disusun kegiatan lanjutan dimasa depan untuk menciptakan generasi emas dimasa yang akan datang. Permasalahan gizi tidak hanya terkait dengan kecukupan gizi harian, namun banyak faktor lain yang perlu dipersiapkan untuk mencapai tujuan besar tersebut. Oleh karena itu penting dimasa depan untuk melaksanakan kegiatan pembinaan lain untuk menciptakan generasi emas dimasa depan seperti peningkatan pengetahuan terkait gizi remaja, penyiapan kehamilan sejak 3000 hari sebelum kehamilan untuk mencegah stunting dan kegiatan lainnya.

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada Puskesmas Suak Ribe, MTS Harapan Bangsa dan segenap peserta yang telah berpartisipasi dan mensukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Asih, S. H. M., Nuraeni, A., Ratnasari, & Istiqomah, A. D. (2017). Pengaruh Sarapan Pagi terhadap Status Gizi. *Urecol*, 215–222.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2019). *Profil Kesehatan Aceh 2022* (Issue 6). WWW.DINKES.ACEHPROV.GO.ID
- Fitri, D. R., & Afriandi, F. (2024). *Edukasi pemberian makanan tambah (pmt) puding kelor untuk pencegahan stunting*. 2, 9–20.
- Fitri Komala Sari, Hafidhotun Nabawiyah, Fathimah, Khafidatul Kharisma, Maftuha Rahmatul, & Safira Alifitria. (2022). Edukasi Isi Piringku Untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa Kelas 4, 5, Dan 6 Madrasah Ibtidaiyah Nurussalam Mantingan Ngawi. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 3989–3994. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i2.2650>
- Harianti, R., Fitri, I., Hotmauli, H., Dini MA Iballa, B., Anita, F., & Siregar, U. A. (2022). Literasi Gizi Remaja Melalui Permainan Edukasi Goaksi (Go Aksi Bergizi). *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(5), 1188–1194. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i5.10857>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Menteri Kesehatan Republik Indonesia Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. 1–7.
- Kulsum, U., Nasriyah, & Trisanti, I. (2021). Perilaku Konsumsi Jajanan Sekolah Dengan S Tatus Gizi Anak Sekolah Dasar Di Desa Tumpangkrasak Kecamatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 123–129. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/913/584>
- Kusumawardani, E. F., Rimonda, R., Paradhiba, M., Syam, N., Hasanah Harahap, L. A., Chandra Siahaan, P. B., Saputra, F. F., Putra, O., & Fadillah, M. (2024). Promosi Kesehatan Pentingnya Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar di Meulaboh, Aceh Barat Tahun 2023. *Jurnal Abdi Mahosada*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.54107/abdimahosada.v2i1.263>
- Muchtar, F., Rejeki, S., & Hastian, H. (2022). Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*, 4(2), 2–6. <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i2.4098>
- Ningtyias, F. W., Srisurani, I., Astuti, W., & Irmayanti, S. (2024). Literasi Gizi Mempersiapkan Cebbing Cemerlang Di SMPN 2 Pamekasan Madura. *J-Dinamika Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 42–47.
- Rahmiwati, A., Sitorus, R. J., Arinda, D. F., & Utama, F. (2019). Determinan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 25–34. <https://doi.org/10.23917/jk.v11i2.7537>
- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2), 162–178. <https://doi.org/10.37905/jpkm.v2i1.11377>
- Sari, A. L., Yuliastuti, E., & Produktif, D. A. N. (2024). *School Child Nutrition Program ( Progas ) At Muhammadiyah Elementary School 22 Sruni : Healthy And Productive Generation Program Gizi Anak Sekolah ( Progas ) Di Sd Muhammadiyah 22 Sruni : GENERASI SEHAT*. 51–57.
- Wahyu, Amira, Ariska, A., Puspita, A. F., Talia, M., Kurniawati, N. P., & Agustian, R. (2022). Sosialisasi Tentang Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 12 Sungai Pinang Kecamatan Sambas Socialization about Balanced Nutrition in State Elementary School Children 12 Sungai Pinang , Sambas Distr. *HIPPOCAMPUS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 16–20.
- Yuningsih, R., & Kurniasari, R. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Bergambar

Dan Permainan Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar (Suatu Pendekatan Studi Literature Review). *HEARTY*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.32832/heartly.v10i1.4786>

Zogara, A., Loaloka, M. S., & Niron, M. F. V. D. K. (2023). Edukasi Gizi Meningkatkan Pengetahuan Gizi Orang Tua dan Siswa Sekolah Dasar di Kota Kupan. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 15–18.