



Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar dalam Meningkatkan Kesadaran Gizi melalui Media Poster dan Kuis Interaktif di Desa Kalirancang

Empowering Elementary School Students to Enhance Nutritional Awareness through Poster Media and Interactive Quizzes in Kalirancang Village

Muhammad Ridhwan Izzuddin^{1*}, Hafizh Padmadika², Octa Viany Putri³,
Vira Octaviana Achmad⁴, Rosi Oktavia⁵, Damai Ariani⁶

¹Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

²Pendidikan Teknik Bangunan, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

³Ilmu Hukum, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

⁴Fisika, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

⁵Agribisnis, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

⁶Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

*Penulis korespondensi: izzuddinridhwan@student.uns.ac.id¹

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 21 September 2025;

Revisi: 16 Oktober 2025;

Diterima: 15 November 2025;

Terbit: 18 November 2025.

Keywords: Educational Poster;
Elementary School; Interactive
Quiz; Nutrition Education;
Nutritional Awareness

Abstract: Low nutritional awareness and high consumption of unhealthy snacks remain critical issues among elementary school children, potentially affecting their growth and academic performance. This study aims to evaluate the effectiveness of a nutrition education intervention using poster media and paper-based quizzes in improving nutritional awareness among fourth to sixth grade students. The community service activity was conducted by Universitas Sebelas Maret (UNS) students as part of the Kuliah Kerja Nyata (KKN) program in three elementary schools SD Negeri 1, 2, and 3 Kalirancang, Kebumen Regency. A descriptive-evaluative approach was employed through participatory engagement using simple, low-tech educational media to address technological limitations in the school environment. Data were collected from quiz score analyses and participatory observations during the intervention. The results showed a high participation rate (80–90%) and a substantial improvement in students' cognitive understanding of nutrition, as indicated by the majority of correct quiz responses. However, behavioral observation revealed a noticeable gap between knowledge and practice, as many students continued to consume unhealthy snacks during school breaks. It can be concluded that poster and quiz-based interventions are effective in enhancing students' nutritional knowledge but are insufficient to alter behavior without supportive environmental and policy interventions at the school level.

Abstrak

Rendahnya kesadaran gizi dan tingginya konsumsi jajanan tidak sehat merupakan permasalahan krusial pada anak usia sekolah dasar yang dapat berdampak terhadap pertumbuhan dan prestasi belajar. Kegiatan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi edukasi gizi melalui media poster dan kuis berbasis kertas terhadap peningkatan kesadaran gizi siswa kelas IV–VI. Pengabdian dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Sebelas Maret di tiga sekolah dasar, yakni SD Negeri 1, 2, dan 3 Kalirancang, Kabupaten Kebumen. Metode yang digunakan adalah deskriptif-evaluatif melalui pendekatan partisipatif dengan memanfaatkan media edukatif sederhana yang bersifat low-tech untuk mengatasi keterbatasan sarana teknologi di lingkungan sekolah. Data diperoleh melalui analisis hasil kuis siswa dan observasi perilaku konsumsi selama kegiatan berlangsung. Hasil menunjukkan tingkat partisipasi siswa yang tinggi, yaitu mencapai 80–90%, serta peningkatan signifikan dalam pemahaman konsep dasar gizi, ditunjukkan oleh mayoritas siswa yang mampu menjawab kuis dengan benar. Namun demikian, hasil observasi lapangan mengindikasikan masih terdapat kesenjangan antara peningkatan pengetahuan dan penerapan perilaku sehat, di mana sebagian siswa tetap memilih jajanan tidak sehat pada waktu istirahat. Dengan demikian, intervensi edukatif berbasis poster dan kuis terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi siswa, tetapi belum cukup kuat untuk mengubah perilaku tanpa dukungan kebijakan dan lingkungan sekolah yang konsisten mendukung penerapan pola hidup sehat.

Kata Kunci: Edukasi Gizi; Kesadaran Gizi; Kuis Interaktif; Poster Edukatif; Sekolah Dasar

1. PENDAHULUAN

Kesehatan anak usia sekolah dasar merupakan salah satu fondasi utama dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas (Azwinfadhlani dkk., 2023). Pada masa ini, anak berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, kognitif, maupun sosial emosional (Setiana & Eliasa, 2024). Pemenuhan kebutuhan gizi yang memadai menjadi faktor penting dalam mendukung tumbuh kembang yang optimal. Status gizi yang baik terbukti berhubungan erat dengan kemampuan berpikir, daya konsentrasi, prestasi akademik, serta perilaku belajar anak (Natalia, 2022; Parida & Suryani, 2025). Oleh karena itu, peningkatan kesadaran gizi sejak usia sekolah dasar merupakan langkah strategis dalam membentuk generasi muda yang sehat, produktif, dan berdaya saing di masa depan.

Kesadaran gizi memiliki peran penting dalam mengarahkan perilaku konsumsi anak terhadap makanan yang sehat dan seimbang. Anak-anak pada usia sekolah dasar mulai memiliki kemandirian dalam memilih makanan, termasuk jajanan di lingkungan sekolah (Nasriyah dkk., 2021; Fauziah dkk., 2023). Namun, banyak di antara mereka yang lebih tertarik pada makanan dengan warna mencolok atau rasa yang kuat tanpa mempertimbangkan kandungan gizi dan dampaknya terhadap kesehatan. Kondisi ini menunjukkan masih adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku (*knowledge-practice gap*) dalam hal pemilihan makanan sehat. Rendahnya kesadaran gizi anak-anak sekolah dapat berimplikasi pada meningkatnya risiko gizi tidak seimbang, baik berupa gizi kurang maupun gizi lebih, yang pada akhirnya dapat memengaruhi prestasi belajar dan kualitas hidup di masa mendatang (Manurung dkk., 2024; Lisa dkk., 2025).

Upaya peningkatan kesadaran gizi pada anak sekolah dasar juga sejalan dengan agenda global dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) (Pratiwi & Nugraheni, 2025). Tujuan kedua SDGs menekankan pentingnya penghapusan kelaparan, pencapaian ketahanan pangan, dan peningkatan gizi yang baik bagi semua kalangan (Lolan & Sutriyawan, 2021; Pangestu dkk., 2021). Edukasi gizi di tingkat sekolah dasar merupakan salah satu strategi implementatif di tingkat komunitas yang berkontribusi langsung terhadap pencapaian target tersebut. Melalui pendidikan gizi, diharapkan siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang pentingnya makanan bergizi, tetapi juga mampu menerapkan perilaku konsumsi yang sehat dan bertanggung jawab (Agnesia, 2020). Dengan demikian, kegiatan edukasi gizi di sekolah menjadi investasi sosial jangka panjang yang mendukung pembangunan berkelanjutan.

Konteks lokal pelaksanaan kegiatan pengabdian ini berada di Desa Kalirancang, Kecamatan Alian, Kabupaten Kebumen, Provinsi Jawa Tengah. Berdasarkan hasil observasi lapangan dan temuan sebelumnya (Kartika dkk., 2021), masyarakat di wilayah ini masih

menghadapi tantangan dalam penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Beberapa perilaku yang masih sering ditemukan antara lain kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum makan, konsumsi jajanan yang tidak higienis, serta kurangnya pemahaman mengenai pentingnya makanan bergizi seimbang. Rendahnya penerapan PHBS tersebut berdampak langsung pada pola konsumsi anak-anak di sekolah dasar (Alifa dkk., 2025). Sebagian besar siswa lebih memilih makanan yang menarik secara visual tetapi tidak sehat, seperti makanan berwarna mencolok atau tinggi kadar gula dan garam. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi gizi yang kontekstual dan menarik untuk membantu anak memahami pentingnya gizi seimbang dan memilih makanan dengan lebih bijak.

Dalam merancang intervensi edukasi bagi anak-anak sekolah dasar, pemilihan metode pembelajaran menjadi faktor yang sangat menentukan efektivitas kegiatan. Pendekatan konvensional seperti ceramah satu arah cenderung kurang efektif karena anak usia sekolah dasar memiliki rentang perhatian yang pendek dan lebih mudah belajar melalui kegiatan visual dan interaktif (Pradana, 2025). Sejalan dengan pandangan Hidayat dkk., (2017), esensi dari gerakan literasi bukan hanya memberikan informasi, tetapi menumbuhkan rasa ingin tahu dan kecintaan terhadap proses belajar. Prinsip ini sangat relevan diterapkan dalam edukasi gizi. Oleh karena itu, metode pembelajaran yang menyenangkan, partisipatif, dan berbasis pengalaman perlu dikembangkan agar anak-anak dapat menyerap informasi dengan lebih efektif dan berkelanjutan.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mengembangkan media edukasi gizi yang sederhana, visual, dan interaktif, berupa poster edukatif dan kuis interaktif berbasis kertas (Ramadhan, 2024; Afifah & Sefrina, 2024). Poster bertema “Makanan Bergizi” dirancang dengan menggunakan warna-warna cerah, ilustrasi kontekstual, serta pesan yang mudah dipahami oleh anak-anak sekolah dasar. Sementara itu, kuis interaktif disusun untuk mengukur tingkat pemahaman siswa terhadap isi materi yang terdapat pada poster. Pendekatan ini dipilih untuk menstimulasi partisipasi aktif siswa melalui kegiatan belajar yang kompetitif namun tetap menyenangkan. Selain itu, elemen *gamifikasi* berupa “papan unggulan” dan pemberian hadiah sederhana ditambahkan sebagai bentuk apresiasi terhadap siswa yang menunjukkan hasil belajar terbaik.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Sebelas Maret (UNS) di tiga sekolah dasar, yaitu SD Negeri 1 Kalirancang, SD Negeri 2 Kalirancang, dan SD Negeri 3 Kalirancang. Pemilihan ketiga sekolah tersebut dilakukan untuk memastikan pemerataan dampak kegiatan di wilayah sasaran. Sasaran utama kegiatan adalah siswa kelas 4, 5, dan 6 yang dianggap telah memiliki kemampuan literasi yang

cukup untuk memahami materi edukatif dan sedang berada pada fase pembentukan kebiasaan makan. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi dengan pemerintah desa dan kepala sekolah, kemudian dilanjutkan dengan perancangan media poster dan kuis, serta sosialisasi kepada siswa melalui metode tanya jawab dan cerita singkat mengenai pentingnya gizi seimbang.

Poster ditempatkan di lokasi strategis seperti papan pengumuman dan dinding kelas agar mudah diakses dan dilihat oleh siswa setiap hari. Kuis disusun dalam lima pertanyaan sederhana yang dapat dijawab secara mandiri oleh siswa dalam jangka waktu tiga hari. Hasil pengumpulan kuis digunakan untuk menilai tingkat pemahaman dan partisipasi siswa terhadap materi yang diberikan. Sepuluh siswa dengan nilai tertinggi diumumkan melalui papan unggulan dan diberikan apresiasi berupa hadiah sederhana untuk meningkatkan motivasi belajar.

Ruang lingkup kegiatan ini dibatasi pada aspek peningkatan pengetahuan dan kesadaran gizi siswa, tanpa mencakup pengukuran indikator fisik seperti berat badan atau tinggi badan. Hal ini disesuaikan dengan waktu pelaksanaan yang relatif singkat selama masa KKN. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu analisis kuantitatif deskriptif untuk menilai tingkat partisipasi siswa, dan analisis kualitatif deskriptif untuk meninjau pemahaman serta respons siswa terhadap materi edukatif.

Secara konseptual, kegiatan pengabdian ini tidak hanya bertujuan memberikan edukasi gizi kepada anak-anak, tetapi juga berupaya menghadirkan model pembelajaran yang dapat diterapkan secara luas di lingkungan sekolah dasar, terutama di wilayah pedesaan dengan keterbatasan fasilitas teknologi. Pendekatan berbasis media visual dan interaktif ini menunjukkan bahwa edukasi yang sederhana, murah, dan kontekstual tetap dapat menghasilkan dampak positif terhadap peningkatan literasi gizi anak-anak. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi contoh praktik baik (*best practice*) dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada penguatan kesadaran gizi di tingkat sekolah dasar.

Pada akhirnya, edukasi gizi di sekolah dasar bukan sekadar kegiatan informatif, tetapi juga merupakan investasi sosial jangka panjang untuk membentuk pola hidup sehat generasi penerus bangsa. Melalui kegiatan ini, siswa diharapkan tidak hanya memahami pentingnya makanan bergizi, tetapi juga termotivasi untuk menerapkan kebiasaan makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Program pengabdian ini berupaya menjadi kontribusi nyata dalam mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan dan mewujudkan generasi muda Indonesia yang lebih sehat, cerdas, dan berdaya saing di masa depan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Sebelas Maret (UNS) dengan fokus pada peningkatan kesadaran gizi siswa sekolah dasar melalui media poster dan kuis interaktif. Pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah deskriptif-evaluatif, yang bertujuan untuk menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan serta mengevaluasi efektivitas media edukatif dalam meningkatkan pemahaman gizi pada anak usia sekolah dasar. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Desa Kalirancang, Kecamatan Alian, Kabupaten Kebumen, Provinsi Jawa Tengah, dengan melibatkan tiga sekolah dasar, yaitu SD Negeri 1 Kalirancang, SD Negeri 2 Kalirancang, dan SD Negeri 3 Kalirancang. Sasaran utama kegiatan ini adalah siswa kelas 4, 5, dan 6, yang dinilai telah memiliki kemampuan membaca dan memahami materi edukatif secara mandiri.

Media utama yang digunakan dalam kegiatan ini adalah poster edukasi bertema “Makanan Bergizi” dan kuis interaktif berbasis kertas. Poster dirancang oleh tim mahasiswa KKN menggunakan bahan gabus dan karton berwarna cerah agar menarik perhatian siswa. Poster ditempatkan di area strategis sekolah, seperti papan pengumuman dan dinding kelas. Kuis interaktif terdiri atas lima soal pilihan ganda sederhana yang disusun berdasarkan isi materi dalam poster tersebut. Sebagai instrumen pendukung, digunakan “papan unggulan” untuk menampilkan nama siswa berprestasi dan hadiah sederhana untuk memotivasi partisipasi aktif siswa. Tahapan kegiatan pengabdian diawali dengan koordinasi dan perizinan dengan Kepala Desa Kalirancang serta ketiga kepala sekolah dasar. Setelah perancangan media selesai, tim KKN melakukan sosialisasi dan penyuluhan ringan kepada siswa kelas 4, 5, dan 6 dengan metode tanya jawab dan cerita pendek mengenai pentingnya gizi seimbang. Selanjutnya, kuis interaktif ditempatkan di dekat poster, dan siswa diberi waktu tiga hari untuk mempelajari materi dan menjawab kuis secara mandiri.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menilai lembar kuis yang dikumpulkan untuk mengetahui tingkat partisipasi dan pemahaman siswa terhadap materi gizi. Hasil kuis dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk menghitung tingkat keikutsertaan siswa, sedangkan analisis kualitatif deskriptif digunakan untuk meninjau kualitas dan variasi jawaban. Berdasarkan hasil penilaian, sepuluh siswa dengan nilai tertinggi di setiap sekolah diumumkan melalui papan unggulan dan diberikan hadiah secara simbolis di kelas. Kegiatan pengabdian ini menekankan edukasi partisipatif dan kompetitif yang dikemas secara menarik, sehingga siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang gizi, tetapi juga termotivasi untuk menerapkan perilaku makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Universitas Sebelas Maret (UNS) di Desa Kalirancang berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari pihak sekolah maupun siswa. Seluruh rangkaian kegiatan mulai dari tahap perencanaan hingga evaluasi dapat terlaksana sesuai jadwal. Kegiatan ini melibatkan tiga sekolah dasar, yaitu SD Negeri 1, SD Negeri 2, dan SD Negeri 3 Kalirancang, dengan total peserta lebih dari seratus siswa dari kelas 4, 5, dan 6. Antusiasme siswa terhadap kegiatan sangat tinggi, terlihat dari partisipasi aktif mereka dalam kegiatan penyuluhan, pengamatan terhadap poster, serta pengisian kuis interaktif.

Media poster bertema “Makanan Bergizi” yang dirancang dengan warna cerah dan ilustrasi menarik terbukti efektif dalam menarik perhatian siswa. Selama kegiatan berlangsung, banyak siswa yang membaca isi poster dan berdiskusi bersama teman-temannya mengenai contoh makanan sehat. Guru di ketiga sekolah juga menyampaikan bahwa media poster memberikan dampak positif karena membantu memperkuat pesan edukatif tentang pentingnya gizi seimbang dengan cara visual yang mudah dipahami anak-anak. Poster yang ditempatkan di lokasi strategis seperti papan pengumuman dan dinding kelas menjadi sarana pembelajaran pasif yang terus dapat dimanfaatkan setelah kegiatan berakhir.

Kuis interaktif yang terdiri atas lima soal sederhana berhasil meningkatkan keterlibatan siswa secara langsung. Dari 150 lembar kuis yang disediakan di setiap sekolah, tingkat partisipasi pengisian kuis mencapai lebih dari 80%, dengan hanya sekitar 10 hingga 30 lembar yang tidak dikembalikan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki minat tinggi untuk mengikuti kegiatan secara sukarela. Berdasarkan hasil penilaian kuis, sebagian besar siswa mampu menjawab dengan benar pertanyaan yang berkaitan dengan pengenalan makanan bergizi dan pentingnya sarapan sehat. Sementara itu, pada soal yang menuntut pemahaman lebih dalam tentang konsep gizi seimbang, masih ditemukan beberapa kesalahan, namun secara umum menunjukkan peningkatan pemahaman dibandingkan hasil observasi awal.

Kegiatan ini juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan kompetitif secara positif. Pengumuman sepuluh siswa dengan nilai tertinggi di setiap sekolah melalui papan unggulan menumbuhkan semangat kompetisi sehat antar siswa. Penyerahan hadiah sederhana di dalam kelas memberikan penghargaan terhadap usaha dan prestasi mereka, sekaligus memotivasi siswa lain untuk lebih aktif dalam kegiatan edukatif berikutnya. Guru dan kepala sekolah menilai pendekatan ini efektif dalam meningkatkan perhatian siswa terhadap materi gizi tanpa harus menggunakan metode pembelajaran yang formal atau

membosankan.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian menunjukkan bahwa penggunaan media poster dan kuis interaktif merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman gizi pada siswa sekolah dasar. Melalui pendekatan partisipatif dan kompetitif, siswa tidak hanya memahami pentingnya mengonsumsi makanan bergizi, tetapi juga mulai menunjukkan perubahan perilaku sederhana, seperti mampu menyebutkan contoh makanan sehat yang mereka konsumsi sehari-hari. Selain itu, pihak sekolah menyatakan komitmennya untuk mempertahankan media poster sebagai sarana edukasi berkelanjutan dan mengadopsi model kuis interaktif sebagai kegiatan rutin untuk memperkuat pembelajaran tematik tentang kesehatan.

4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Universitas Sebelas Maret (UNS) di Desa Kalirancang menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran sederhana seperti poster edukatif dan kuis interaktif dapat menjadi sarana efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi siswa sekolah dasar. Berdasarkan hasil kegiatan, tingkat partisipasi siswa yang tinggi dan respon positif dari pihak sekolah menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dan kompetitif mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, menyenangkan, dan bermakna bagi anak-anak usia sekolah dasar.

Hasil pengabdian ini mengonfirmasi bahwa anak-anak lebih mudah memahami konsep gizi ketika materi disampaikan melalui media visual dan aktivitas interaktif. Penggunaan poster bertema “Makanan Bergizi” dengan ilustrasi berwarna cerah memudahkan siswa dalam mengenali jenis-jenis makanan sehat. Temuan ini sejalan dengan prinsip pembelajaran visual-auditif pada anak, di mana rangsangan visual berperan penting dalam meningkatkan daya ingat dan pemahaman konsep abstrak. Selain itu, kegiatan kuis interaktif mendorong siswa untuk terlibat aktif dan mengulang kembali informasi yang telah mereka peroleh dari media poster, sehingga memperkuat retensi pengetahuan.



Gambar 1. Pengarahan oleh Guru.

Keberhasilan program ini juga didukung oleh strategi pelaksanaan yang melibatkan guru dan kepala sekolah sebagai mitra. Dukungan pihak sekolah memperkuat keberlanjutan program karena media edukatif yang telah dibuat tetap dimanfaatkan setelah kegiatan berakhir. Keterlibatan guru dalam proses sosialisasi turut membantu memperluas dampak kegiatan terhadap lingkungan belajar yang lebih luas. Hal ini menunjukkan pentingnya kolaborasi antara mahasiswa KKN dan institusi pendidikan lokal dalam mengimplementasikan program edukatif berbasis masyarakat.



Gambar 2. Hasil Karya Poster Siswa.

Secara konseptual, kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi gizi tidak harus dilakukan dengan pendekatan formal dan instrumen digital canggih. Media sederhana yang dikemas secara kreatif dapat menghasilkan dampak signifikan jika disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan sasaran. Pendekatan ini mendukung tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) khususnya pada pilar Good Health and Well-being (Tujuan 3) dan Quality Education (Tujuan 4), dengan memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan literasi gizi anak usia sekolah di pedesaan.



Gambar 3. Momen Apresiasi terhadap Hasil Poster Siswa.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan peningkatan pengetahuan gizi jangka pendek, tetapi juga membentuk pondasi kesadaran kesehatan sejak dini. Melalui pengalaman belajar yang menyenangkan, siswa didorong untuk menginternalisasi nilai pentingnya pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, bagi mahasiswa KKN, kegiatan ini memberikan pengalaman nyata dalam menerapkan ilmu pengetahuan secara

aplikatif di tengah masyarakat. Model kegiatan ini berpotensi direplikasi di wilayah lain dengan adaptasi konteks lokal, terutama di sekolah-sekolah yang masih memiliki keterbatasan akses terhadap sumber belajar kesehatan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Sebelas Maret (UNS) di tiga Sekolah Dasar Desa Kalirancang menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi melalui media poster dan kuis berbasis kertas efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi siswa. Pendekatan edukatif yang bersifat visual, konkret, dan partisipatif, serta dukungan unsur gamifikasi melalui “papan unggulan”, terbukti mampu menarik perhatian siswa dan mendorong partisipasi aktif dengan tingkat keterlibatan mencapai 80–90%. Hasil kuis menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman konsep makanan bergizi dan pentingnya pola makan sehat, terutama pada ranah kognitif.

Namun demikian, peningkatan pengetahuan belum sepenuhnya diikuti dengan perubahan perilaku konsumsi jajanan siswa. Temuan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik (*knowledge–practice gap*) menunjukkan bahwa pemahaman tentang gizi tidak serta merta mengubah kebiasaan makan yang telah mengakar. Faktor eksternal seperti ketersediaan jajanan tidak sehat di sekitar sekolah dan pengaruh lingkungan sosial memiliki peran lebih besar dalam membentuk perilaku konsumsi siswa.

Berdasarkan hasil tersebut, kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan untuk mengalihkan fokus dari edukasi individual menuju intervensi lingkungan, melalui kolaborasi dengan pihak sekolah dan orang tua dalam menciptakan ekosistem pendukung perilaku makan sehat. Implementasi kebijakan kantin sehat serta pembinaan kepada penjual jajanan di sekitar sekolah dapat menjadi langkah strategis untuk memperkuat dampak edukasi yang telah dilakukan. Selain itu, untuk memperdalam pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi perilaku gizi siswa, kegiatan lanjutan dapat dilengkapi dengan penelitian berbasis kuasi-eksperimen (pre-test dan post-test) maupun pendekatan kualitatif seperti wawancara mendalam atau FGD. Dengan demikian, program pengabdian ini menjadi dasar penting dalam upaya berkelanjutan untuk membangun kesadaran dan perilaku gizi sehat di kalangan anak usia sekolah dasar.

DAFTAR REFERENSI

- Afifah, A. P., & Sefrina, L. R. (2024). Pengaruh media poster terhadap pola makan dan pola tidur dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 1 Pedes. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(4), 9382–9393.
- Agnesia, D. (2020). Peran pendidikan gizi dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi seimbang pada remaja di SMA YASMU Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Academics in Action Journal of Community Empowerment*, 1(2), 64–76.
- Alifa, N. P., Sari, N. K., Hutabarat, S., Mufti, A. A., Kurnianingtyas, E., Zurfi, A., & Sari, D. K. (2025). Penguatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa: Studi kasus di SDN 02 Way Huwi. *Jurnal Pengabdian Negeri*, 2(3), 169–178.
- Azwinfadhlan, A., Rahmiwati, A., Windusari, Y., & Novrikasari, N. (2023). Studi literatur tentang dampak pendidikan keamanan pangan terhadap kesehatan anak usia sekolah dasar di Indonesia. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 125–132.
- Fauziah, A., Kasmianti, K., & Jambormias, J. L. (2023). Edukasi jajanan sehat pada anak usia sekolah dasar. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(9), 953–960.
- Hidayat, M. H., Basuki, I. A., & Akbar, S. D. (2018). *Gerakan literasi sekolah di sekolah dasar* (Doctoral dissertation, State University of Malang).
- Kartika, Y., Pramestian, F., Masayu, N., Hasanah, F., Fera, F., & Arifin, R. (2021). Penerapan pola hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan imunitas tubuh di Desa Kalirancang, Alian, Kebumen. *Jurnal ABDI: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 78–87.
- Lisa, L., Merli, M., Puji, P., Nova, N., Rahma, R., Annisa, A., ... & Marniati, M. (2025). Edukasi gizi seimbang untuk meningkatkan kesehatan dan konsentrasi belajar anak sekolah dasar. *Zona: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 195–206.
- Lolan, Y. P., & Sutriyawan, A. (2021). Pengetahuan gizi dan sikap orang tua tentang pola asuh makanan bergizi dengan kejadian stunting. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 116–124.
- Manurung, J., Prisca, D., Suraya, R., Dzakhirah, J., Rahayu, S., & Pinem, T. T. A. (2024). Gambaran status gizi pada anak sekolah dasar di SDN 101826 Tuntungan tahun 2024. *JHR: Journal of Health and Religion*, 1(3), 96–104.
- Nasriyah, N., Kulsum, U., & Trisanti, I. (2021). Perilaku konsumsi jajanan sekolah dengan status gizi anak sekolah dasar di Desa Tumpangkrasak Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 12(1), 123–129.
- Natalia. (2021). Skrining kesehatan anak sekolah sebagai upaya deteksi kesehatan sejak dini. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(1), 47–50.
- Pangestu, F. P., Rahmadiani, N. S., Hardiyanti, N. T., & Yusida, E. (2021, June). Ekonomi Pancasila sebagai pedoman dalam tujuan pembangunan berkelanjutan SDGs (Sustainable Development Goals) 2030. In *Prosiding Seminar Nasional Ekonomi Pembangunan* (Vol. 1, No. 3, pp. 210–219).
- Parida, E., & Suryani, D. (2025). Pengaruh pola pembiasaan makanan sehat dan bergizi terhadap konsentrasi belajar anak usia dini. *Bildung: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(2), 90–100.
- Pradana, S. (2025). Efektivitas penggunaan video animasi sebagai media pembelajaran interaktif di sekolah dasar. *Jurnal Transformasi Pendidikan Dasar*, 1(1), 33–39.

- Pratiwi, H., & Nugraheni, N. (2025). Strategi pembiasaan bekal rumah menuju sekolah sehat dan berkelanjutan dalam kerangka SDGs. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(1), 1–6.
- Ramadhan, M. F. (2024). Pengembangan media poster dan brosur sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Sukahurip Kecamatan Sukatani. *Lentera Karya Edukasi*, 4(1), 1–8.
- Setiana, S., & Eliasa, E. I. (2024). Karakteristik perkembangan fisik, kognitif, emosi sosial, dan moral pada anak usia sekolah dasar (7–12 tahun). *Journal of Human and Education (JAHE)*, 4(6), 127–138.