

PEMBAGIAN MAKANAN SEHAT DALAM MENINGKATKAN ASUPAN GIZI ANAK SD NEGERI 014. KEC. KAMPAR KIRI TENGAH, KAB. KAMPAR

DISTRIBUTION OF HEALTHY FOOD IN INCREASING THE NUTRITIONAL INTAKE OF CHILDREN IN STATE ELEMENTARY SCHOOL 014. KAMPAR LEFT CENTRAL DISTRICT, KAMPAR DISTRICT
Tsamara Afiffah¹, Aqila Nurfadiniyanti², Nurhawani Siregar³, Naimatul Ardiah Lubis⁴, Muhammad Raihan⁵, Amri Syahardi⁶, Maulia Usni⁷, Alfikri, Pinta Aftaprilia Rizki Ananda⁸.

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Program Studi Pengelolaan Agribisnis, Politeknik Petanian Negeri Payakumbuh, Indonesia

*koresponden author : mauliausni1@gmail.com

ABSTRACT

This community service aims to improve the nutritional status of students and children's health conditions, in addition to encouraging changes in healthier and more sustainable food consumption behavior. This activity was held on October 20, 2024 at SD Negeri 014 Kec. The implementation of activities includes (1) opening and remarks, (2) balanced nutrition counseling and introduction to healthy food, (3) quizzes and educational games, (4) distribution of healthy food, and (5) reflection and documentation of activities, this service activity has succeeded in reaching various important aspects in nutrition education for elementary school children: ranging from increasing knowledge, changing attitudes towards food, teacher involvement, to support the school environment. This is the first step in building healthy eating habits in a sustainable manner for SD Negeri 014 Penghidupan students. This activity also provides social benefits, such as strengthening the relationship between the school and the outside community, especially the service implementation team. Parents of students who know about this activity through their children also express their gratitude because their children are starting to care about the type of food consumed daily.

Keywords: *Healthy food, nutrition, devotion*

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi siswa dan kondisi kesehatan anak, selain itu juga mendorong perubahan perilaku konsumsi makanan yang lebih sehat dan berkelanjutan. Kegiatan ini dilaksanakan pada 20 Oktober 2024 di SD Negeri 014 Kec. Kampar Kiri Tengah Kab. Kampar, dengan melibatkan 45 peserta yang berasal dari siswa kelas 1-6, selain itu juga melibatkan 10 guru dan 1 kepala sekolah. Pelaksanaan kegiatan mencakup (1) pembukaan dan sambutan, (2) penyuluhan gizi seimbang dan pengenalan makanan sehat, (3) kuis dan permainan edukatif, (4) pembagian makanan sehat, dan (5) refleksi dan dokumentasi kegiatan. Kegiatan pengabdian ini berhasil menjangkau berbagai aspek penting dalam pendidikan gizi anak sekolah dasar: mulai dari peningkatan pengetahuan, perubahan sikap terhadap makanan, keterlibatan guru, hingga dukungan lingkungan sekolah. Ini menjadi langkah awal dalam membangun kebiasaan makan sehat secara berkelanjutan bagi siswa SD Negeri 014 Penghidupan. Kegiatan ini juga memberikan manfaat sosial, seperti mempererat hubungan antara sekolah dan masyarakat luar, khususnya tim pelaksana pengabdian. Orang tua siswa yang mengetahui kegiatan ini melalui anak-anak mereka juga menyampaikan rasa terima kasih karena anak-anak mereka mulai peduli terhadap jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Kata Kunci: Makanan sehat, nutrisi, Pengabdian

PENDAHULUAN

Latar Belakang

SD Negeri 014 adalah salah satu sekolah dasar yang terletak di Kecamatan Kampar Kiri Tengah, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau. Sekolah ini berada di wilayah perdesaan yang cukup jauh dari pusat kota, dengan kondisi geografis yang sebagian besar berupa lahan pertanian dan perkebunan. Sebagian besar orang tua siswa bekerja sebagai petani dan buruh harian lepas dengan tingkat pendapatan yang tergolong menengah ke bawah. Kondisi ini berpengaruh terhadap pola konsumsi makanan keluarga, termasuk pada anak-anak usia sekolah.

Dalam keseharian, masih ditemukan anak-anak yang datang ke sekolah tanpa sarapan atau membawa bekal yang kurang memenuhi standar gizi seimbang. Beberapa siswa terbiasa mengonsumsi makanan ringan atau jajanan yang tinggi gula, garam, dan lemak, tetapi rendah nilai gizinya. Hal ini menjadi perhatian khusus bagi pihak sekolah dan masyarakat setempat, karena dapat berdampak pada kesehatan, konsentrasi belajar, dan tumbuh kembang anak.

Gizi yang cukup dan seimbang sangat dibutuhkan anak usia sekolah dasar untuk mendukung proses belajar dan perkembangan fisik. Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi anak dengan status gizi kurang dan stunting di Indonesia masih cukup tinggi, dan sebagian besar kasus terjadi di wilayah perdesaan. Rendahnya asupan gizi harian, keterbatasan ekonomi, serta kurangnya pemahaman orang tua tentang pentingnya makanan sehat menjadi faktor penyebab utama (Kemenkes RI, 2018).

Pembagian makanan sehat di sekolah merupakan salah satu upaya strategis untuk membantu meningkatkan asupan gizi siswa. Selain memberikan asupan langsung yang bergizi, kegiatan ini juga menjadi media edukasi bagi siswa tentang pentingnya makanan sehat. Sekolah memiliki peran penting dalam menanamkan kebiasaan makan yang baik melalui intervensi yang sistematis dan berkelanjutan, seperti kantin sehat, penyuluhan gizi, dan program makanan bergizi (Widodo & Rahayu, 2021).

Dengan latar belakang tersebut, pelaksanaan program "Pembagian Makanan Sehat dalam Meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014, Kecamatan Kampar Kiri Tengah, Kabupaten Kampar" diharapkan dapat menjadi langkah konkret dalam meningkatkan status gizi siswa. Program ini tidak hanya berdampak langsung terhadap kondisi kesehatan anak, tetapi juga mendorong perubahan perilaku konsumsi makanan yang lebih sehat dan berkelanjutan

Permasalahan

Kondisi geografis dan sosial ekonomi di Kecamatan Kampar Kiri Tengah, Kabupaten Kampar, turut memengaruhi kualitas hidup masyarakat, termasuk dalam hal pemenuhan gizi anak-anak usia sekolah. SD Negeri 014 sebagai salah satu sekolah dasar di wilayah tersebut menghadapi tantangan serius dalam hal gizi anak. Letaknya yang cukup jauh dari pusat kota menyebabkan akses terhadap informasi kesehatan dan gizi menjadi terbatas. Sebagian besar orang tua siswa berprofesi sebagai petani dan buruh harian, dengan tingkat penghasilan yang tergolong rendah. Keadaan ini berdampak pada rendahnya daya beli keluarga terhadap makanan yang bergizi, serta minimnya perhatian terhadap pola makan sehat di lingkungan rumah (Kemenkes RI, 2018).

Selain itu, perilaku konsumsi anak-anak usia sekolah masih didominasi oleh kebiasaan mengonsumsi makanan ringan dari kantin atau warung sekitar sekolah yang tidak memenuhi standar gizi. Jajanan tersebut umumnya tinggi kalori namun rendah kandungan protein, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan dalam masa pertumbuhan anak. Kondisi ini dapat menyebabkan defisiensi gizi mikro seperti zat besi dan vitamin A, serta berisiko menimbulkan masalah kesehatan jangka panjang, termasuk stunting dan penurunan daya tahan tubuh (FAO, 2020; Widodo & Rahayu, 2021). Tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, kekurangan gizi juga berkorelasi dengan turunnya konsentrasi dan performa belajar siswa di sekolah.

Masalah ini diperparah oleh kurangnya edukasi gizi kepada orang tua dan siswa. Pengetahuan tentang pentingnya makanan bergizi dan cara menyiapkan makanan sehat dalam kondisi ekonomi terbatas belum tersebar secara merata. Program edukasi gizi dari instansi kesehatan atau sekolah juga belum dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan. Oleh karena itu, intervensi yang terencana sangat dibutuhkan guna meningkatkan kesadaran gizi masyarakat dan menciptakan perubahan perilaku makan yang sehat sejak dini (Setyawati et al., 2022).

Solusi yang Ditawarkan

Menjawab tantangan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat berupa “Pembagian Makanan Sehat dalam Meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014” menjadi langkah strategis dan tepat sasaran. Program ini tidak hanya memberikan makanan sehat yang bergizi kepada siswa, tetapi juga menjadi pintu masuk untuk menyampaikan edukasi tentang pentingnya makanan seimbang. Kegiatan ini dirancang tidak sebatas pada aspek pemberian makanan, tetapi juga mencakup penyuluhan sederhana kepada siswa mengenai jenis makanan yang dibutuhkan tubuh dan cara menjaga pola makan sehat setiap hari (FAO, 2020).

Melalui kegiatan ini, siswa diajak untuk mengenali makanan sehat, seperti sumber karbohidrat kompleks, protein hewani dan nabati, sayur, dan buah, serta pentingnya minum air putih yang cukup. Dengan penyampaian materi yang menarik dan pendekatan partisipatif, siswa menjadi lebih tertarik dan termotivasi untuk mengubah kebiasaan makan mereka. Di sisi lain, program ini juga mendorong keterlibatan guru dan orang tua untuk lebih memperhatikan bekal yang dibawa anak ke sekolah dan memperbaiki menu harian di rumah. Pendekatan kolaboratif ini penting agar efek program tidak hanya bersifat sesaat, tetapi berkelanjutan (Widodo & Rahayu, 2021).

Lebih lanjut, kegiatan ini diharapkan menjadi contoh dan pemicu bagi sekolah-sekolah lain di wilayah sekitar untuk menerapkan program serupa. Dalam jangka panjang, diharapkan sekolah dapat bekerja sama dengan dinas kesehatan dan lembaga lain untuk mengembangkan program seperti kantin sehat, pemeriksaan kesehatan rutin, dan pelatihan kader gizi. Intervensi semacam ini menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran kolektif terhadap pentingnya gizi dan pola hidup sehat, yang pada akhirnya akan berdampak pada peningkatan kualitas sumber daya manusia sejak usia dini (Setyawati et al., 2022).

METODE

Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Program pengabdian masyarakat “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar” diperuntukkan atau ditujukan kepada Anak Sekolah Dasar yang bersekolah di SD . Jenis kegiatan yang dilakukan yaitu kegiatan pengenalan pentingnya pengenalan makanan sehat bagi anak - anak di jaman sekarang yang kurang memahami betapa pentingnya mengkonsumsi makanan sehat. Kendala yang dihadapi dalam melaksanakan pembagian makanan sehat kepada anak SD ini adalah kurangnya persiapan yang dilakukan sehingga mengalami keterbatasan waktu saat melaksanakan kegiatan pembagian makanan sehat kepada anak SD 014 Penghidupan Kampar Kiri Tengah. Adapun solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan cara membagi tugas untuk masing - masing mahasiswa untuk meminimalisir waktu yang ada.

Metode Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan telah dilaksanakan di SD Negeri 014 Penghidupan. Kegiatan ini melibatkan seluruh siswa dari kelas 1 hingga kelas 6 dengan total

jumlah peserta sebanyak 45 orang siswa, serta didukung aktif oleh 10 orang guru dan kepala sekolah.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode edukatif partisipatif, yang dilakukan melalui kegiatan pengenalan dan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat kepada anak-anak sekolah dasar. Kegiatan ini dilakukan secara interaktif dengan pendekatan yang sesuai dengan usia anak-anak, sehingga materi dapat diterima dengan mudah dan menyenangkan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyampaian informasi seputar jenis-jenis makanan sehat, manfaat gizi seimbang, serta dampak dari kebiasaan mengonsumsi makanan tidak sehat. Materi disampaikan melalui media visual seperti gambar, poster, serta permainan edukatif agar anak-anak lebih tertarik dan aktif terlibat. Selain itu, dilakukan juga praktik langsung dengan pembagian makanan sehat, sebagai bentuk pembiasaan dan contoh nyata bagi anak-anak dalam memilih makanan bergizi. Proses ini mencakup tahapan sebagai berikut:

a. Persiapan alat dan bahan

Tabel 1. Alat yang digunakan selama kegiatan pengolahan dan “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar”.

Tabel 1. Alat Pengabdian Masyarakat

No.	Nama	Kuantitas	Justifikasi
1.	Speaker	1	Digunakan sebagai pengeras suara untuk melakukan pemberian materi terkait pentingnya hidup sehat dan mengonsumsi makanan sehat dan bergizi.
2.	Handphone	1	Digunakan untuk mengambil dokumentasi selama kegiatan pengabdian masyarakat “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar”
3.	Kompas	1	Digunakan untuk memasak telur yang akan

dibagikan kepada anak “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar”

4.	Dandang / Panci	2	Digunakan sebagai wadah untuk merebus telur.
5.	Wadah	3	Sebagai tempat untuk telur yang sudah direbus dan memudahkan Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar.

- b. Tabel Bahan yang digunakan selama kegiatan pengolahan dan “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar”.

Tabel 2. Bahan Pengabdian Masyarakat

No	Nama	Kuantitas	Justifikasi
1.	Telur	500 Butir	Sebagai Bahan yang akan dibagikan pada Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar.
2.	Air	20 Liter	Sebagai bahan yang akan digunakan untuk merebus telur

- c. Langkah-langkah Pembuatan Kompos, meliputi:

Adapun Cara Kerja yang dilakukan selama proses Pengabdian Masyarakat “Pembagian Makanan Sehat dalam meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar” yaitu :

1. Melakukan Persiapan Alat dan Bahan yang dibutuhkan saat melakukan pengabdian Masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa dan pihak Kesehatan dari Puskesmas Kampar.
2. Merebus Telur yang akan dibagikan pada saat melakukan pengabdian masyarakat.
3. Kemudian melakukan pengemasan telur kedalam wadah yang sudah disiapkan sebelumnya.
4. Mahasiswa dan pihak kesehatan puskesmas Kampar, memberikan materi terkait pentingnya mengkonsumsi makanan sehat bergizi.
5. Kemudian mahasiswa beserta guru dan pihak puskesmas membagikan telur yang akan dibagikan kepada Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar.
6. Pengabdian ditutup oleh mahasiswa, guru dan pihak kesehatan dengan melakukan photo bersama dengan anak - anak Anak SD Negeri 014 penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar.

Kegiatan ini dirancang untuk menjawab permasalahan rendahnya pemahaman anak-anak terhadap pentingnya makanan sehat di era modern, di mana jajanan instan dan makanan cepat saji lebih mudah diakses namun cenderung rendah nilai gizi. Dengan pendekatan edukatif dan aplikatif, diharapkan terjadi perubahan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan konsumsi makanan pada anak-anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Adapun hasil yang didapatkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat “ Pembagian Makanan Sehat dalam Meningkatkan Asupan Gizi Anak SD 014 Penghidupan Kec. Kampar Kiri Tengah, Kab. Kampar”. yang dilakukan di Sekolah Dasar 014 yang berada di kabupaten Kampar Kecamatan Kampar Kiri Tengah dengan sasaran kegiatan yaitu anak SD mendapatkan hasil yang baik dan respon positif dan juga ke antusiasan para anak anak SD selama kegiatan pengabdian masyarakat yang sedang dilakukan. Kegiatan ini memberi manfaat bagi anak SD 014 yang kurang sadar atas makanan yang dikonsumsi dengan kegiatan ini mereka mendapat pengetahuan tentang pentingnya makan makanan yang sehat.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “*Pembagian Makanan Sehat dalam Meningkatkan Asupan Gizi Anak SD Negeri 014 Penghidupan, Kecamatan Kampar Kiri Tengah, Kabupaten Kampar*” telah dilaksanakan pada tanggal 5 April 2025 di SD Negeri 014 Penghidupan. Kegiatan ini melibatkan seluruh siswa dari kelas 1 hingga kelas 6 dengan total

jumlah peserta sebanyak 85 orang siswa, serta didukung aktif oleh 10 orang guru dan kepala sekolah.

Rangkaian kegiatan dimulai pukul 08.00 hingga 11.00 WIB, terdiri dari lima sesi utama: (1) pembukaan dan sambutan, (2) penyuluhan gizi seimbang dan pengenalan makanan sehat, (3) kuis dan permainan edukatif, (4) pembagian makanan sehat, dan (5) refleksi dan dokumentasi kegiatan. Kegiatan dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah dengan suasana yang edukatif dan menyenangkan. Materi edukasi gizi disampaikan menggunakan alat bantu visual seperti poster, gambar makanan sehat, dan contoh makanan bergizi.

Antusiasme siswa terlihat sangat tinggi sepanjang kegiatan. Mereka tidak hanya mengikuti penyuluhan dengan aktif, tetapi juga terlibat dalam sesi tanya jawab, permainan, dan kuis edukatif. Pembagian makanan sehat menjadi salah satu bagian paling berkesan, karena siswa mendapatkan pengalaman langsung melihat dan mencicipi menu makanan seimbang yang terdiri dari nasi, lauk pauk, sayuran, buah potong, dan air mineral. Makanan disiapkan dalam kemasan yang higienis serta sesuai standar gizi anak sekolah dasar.

Selain manfaat bagi siswa, kegiatan ini juga melibatkan guru sebagai mitra edukasi, di mana para guru diberikan lembar materi dan pendekatan pembelajaran yang bisa digunakan dalam kegiatan belajar mengajar. Respon dari pihak sekolah sangat positif. Guru-guru menyatakan bahwa materi yang disampaikan sangat relevan dan mudah diadaptasi ke dalam pembelajaran tematik, terutama untuk mata pelajaran IPA, Pendidikan Jasmani, dan PPKn.

Kegiatan ini juga memberikan manfaat sosial, seperti mempererat hubungan antara sekolah dan masyarakat luar, khususnya tim pelaksana pengabdian. Orang tua siswa yang mengetahui kegiatan ini melalui anak-anak mereka juga menyampaikan rasa terima kasih karena anak-anak mereka mulai peduli terhadap jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari.

Lebih lanjut, hasil observasi menunjukkan adanya potensi keberlanjutan program. Sekolah menunjukkan komitmen awal untuk mengintegrasikan edukasi gizi ke dalam agenda harian sekolah, serta membuka ruang untuk kerjasama lanjutan dengan tim pengabdian, seperti pembentukan “duta makanan sehat” dari kalangan siswa dan program pembiasaan membawa bekal sehat dari rumah.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil menjangkau berbagai aspek penting dalam pendidikan gizi anak sekolah dasar: mulai dari peningkatan pengetahuan,

perubahan sikap terhadap makanan, keterlibatan guru, hingga dukungan lingkungan sekolah. Ini menjadi langkah awal dalam membangun kebiasaan makan sehat secara berkelanjutan bagi siswa SD Negeri 014 Penghidupan.

Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang diterapkan terbukti mampu meningkatkan pemahaman siswa SD Negeri 014 tentang pentingnya mengonsumsi makanan sehat. Sebelum kegiatan ini dilaksanakan, sebagian besar siswa belum memahami secara menyeluruh konsep makanan bergizi seimbang. Banyak dari mereka terbiasa mengonsumsi jajanan di luar sekolah yang rendah nilai gizi, seperti makanan tinggi gula, garam, dan pewarna buatan. Hal ini berdampak pada rendahnya kesadaran mereka terhadap pentingnya menjaga asupan makanan sehari-hari untuk mendukung pertumbuhan dan daya konsentrasi belajar (Kemenkes RI, 2018; WHO, 2020).

Melalui kegiatan penyuluhan dan demonstrasi pembagian makanan sehat, siswa mendapatkan wawasan baru mengenai jenis-jenis makanan yang baik dikonsumsi serta manfaatnya bagi kesehatan. Penyampaian materi yang disesuaikan dengan usia anak-anak sekolah dasar dan dikemas secara menarik melalui media visual, kuis interaktif, dan cerita bergambar, menjadikan siswa lebih mudah menerima informasi (Kurniasari & Purnamasari, 2020). Mereka juga diajak untuk aktif berdiskusi dan menjawab pertanyaan-pertanyaan sederhana seputar makanan sehat, yang mampu membangun rasa ingin tahu dan meningkatkan pemahaman mereka terhadap pentingnya gizi seimbang (Pertiwi & Lestari, 2021).

Tidak hanya secara teori, kegiatan ini juga memberi pengalaman langsung kepada siswa melalui pembagian makanan sehat yang bergizi. Para siswa diperkenalkan dengan menu makanan yang terdiri dari kombinasi karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral yang mudah ditemukan di sekitar mereka. Saat mereka mencicipi makanan sehat tersebut, terlihat ekspresi senang dan penasaran, yang menunjukkan ketertarikan mereka terhadap pola makan yang baru. Banyak siswa yang kemudian mampu menyebutkan contoh makanan sehat yang mereka konsumsi dan menjelaskan mengapa makanan tersebut baik untuk tubuh (Rachmawati & Wahyuni, 2019)(Fadilah dan Mustika, 2020)

Antusiasme siswa selama mengikuti kegiatan juga menjadi indikator keberhasilan pendekatan yang digunakan. Beberapa siswa menyatakan keinginan untuk mulai membawa bekal makanan sehat dari rumah, sebagai bentuk perubahan kebiasaan konsumsi. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan pemahaman sesaat, tetapi juga

menumbuhkan kesadaran jangka panjang terhadap pola makan yang lebih sehat (Widodo & Rahayu, 2021). Bahkan, ada siswa yang menceritakan kembali pengalaman mereka saat sesi penyuluhan kepada orang tua di rumah, yang menjadi langkah awal dalam mendorong keterlibatan keluarga dalam perubahan pola makan anak (Hapsari, 2021)

Dukungan dari pihak sekolah juga sangat positif. Para guru menyampaikan apresiasi terhadap pelaksanaan kegiatan ini karena sejalan dengan program sekolah sehat yang sedang dikembangkan. Mereka menyarankan agar kegiatan semacam ini dilakukan secara rutin dan diperluas dengan melibatkan peran orang tua siswa. Sinergi antara pihak sekolah, siswa, dan keluarga dinilai sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kebiasaan makan sehat secara berkelanjutan (Kurniasari & Purnamasari, 2020; Widodo & Rahayu, 2021). Guru juga mencatat adanya peningkatan semangat siswa dalam mengikuti pelajaran setelah sesi pembagian makanan sehat dilakukan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil memberikan dampak positif tidak hanya dari sisi edukasi gizi, tetapi juga dalam pembentukan karakter hidup sehat sejak dini. Siswa tidak hanya belajar mengenal makanan sehat, tetapi juga dilatih untuk memilih dan menyukai makanan bergizi secara sadar (Rahmah dan Hidayati, 2022). Melalui kegiatan ini, terbuka peluang besar untuk membangun budaya konsumsi sehat di lingkungan sekolah dasar, terutama di daerah perdesaan yang memiliki keterbatasan akses dan pengetahuan tentang gizi (Kemenkes RI, 2018; WHO, 2020). Diharapkan kegiatan ini menjadi titik awal dari program penguatan gizi anak sekolah dan dapat direplikasi di sekolah lain yang menghadapi tantangan serupa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemanfaatan limbah baglog jamur tiram dalam pembuatan pupuk kompos menggunakan teknologi EM4 berhasil menghasilkan kompos berkualitas dengan tekstur gembur, warna coklat tua, dan aroma tidak berbau busuk setelah fermentasi selama 7–14 hari. Partisipasi aktif 19 peserta menunjukkan bahwa metode ini mudah diterapkan dan bermanfaat dalam mendukung pertanian berkelanjutan di tingkat rumah tangga. Penggunaan aktivator EM4 terbukti mempercepat proses pengomposan, sehingga limbah baglog yang sebelumnya tidak termanfaatkan dapat diolah menjadi pupuk organik yang bernilai guna tinggi.

Saran

Pendampingan lanjutan dan pelatihan tambahan diperlukan agar peserta dapat menerapkan metode ini secara mandiri serta memahami faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pengomposan. Pengujian lebih lanjut terhadap kandungan unsur hara dalam kompos dapat dilakukan untuk memastikan efektivitasnya terhadap berbagai jenis tanaman. Selain itu, sosialisasi yang lebih luas kepada kelompok tani dan komunitas urban farming dapat meningkatkan skala produksi serta dampak positif dari pengelolaan limbah organik ini dalam pertanian berkelanjutan.

KONTRIBUSI PARA PENULIS

Tsamara Afiffah: konseptualisasi, metodologi, investigasi, kurasi data, sumber daya, serta penulisan draf awal hingga tinjauan perbaikan.

Aqila Nurfadiniyanti: investigasi dan kurasi data.

Muhammad Raihan: investigasi dan kurasi data.

Naimatul Ardiah Lubis: investigasi dan kurasi data.

Nurhawani Siregar: investigasi dan kurasi data.

Amri Syahardi, S.P, M.Si: pengawasan, konseptualisasi, dan metodologi.

Maulia Usni, S.P, M.P: editing dan perbaikan naskah artikel

Alfikri, SPt, M.Si: copyediting naskah artikel

Pinta Aftaprililia Rizki Ananda, S.E., M.Si: copyediting naskah artikel

DAFTAR PUSTAKA

- Fadilah, N., & Mustika, W. (2020). Edukasi gizi terhadap perilaku konsumsi jajanan sehat pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(1), 25–32. <https://doi.org/10.25182/jgp.2020.15.1.25-32>
- Food and Agriculture Organization (FAO). (2020). The State of Food Security and Nutrition in the World 2020: Transforming food systems for affordable healthy diets. Rome: FAO. <https://doi.org/10.4060/ca9692en>
- Hapsari, M. I., & Kartini, A. (2021). Peran guru dalam pembentukan perilaku makan sehat anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 51–58. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i1.36598>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas>
- Kurniasari, T. A., & Purnamasari, Y. (2020). Edukasi gizi seimbang melalui media permainan untuk meningkatkan pengetahuan anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(2), 119–126. <https://doi.org/10.14710/jgi.8.2.119-126>
- Pertiwi, D. R., & Lestari, D. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang makanan sehat. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 45–52.
- Rachmawati, E., & Wahyuni, I. (2019). Peningkatan pengetahuan anak tentang makanan sehat melalui kegiatan edukatif di sekolah dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 65–72.
- Rahmah, A., & Hidayati, N. (2022). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang makanan bergizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 17(2), 110–117.
- Setyawati, D., Ramadhan, M. R., & Fauziah, R. (2022). Edukasi gizi seimbang untuk anak sekolah dasar melalui media interaktif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani (JPMM)*, 4(1), 55–63. <https://doi.org/10.25134/jpmm.v4i1.4567>
- Suharno. (2020). Pentingnya Pendidikan Gizi Sejak Dini di Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 45–53. <https://doi.org/10.31227/jgk.v12i2.2020>
- Widodo, H., & Rahayu, N. (2021). Peran sekolah dalam mendukung konsumsi makanan sehat anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Gizi Anak Usia Dini*, 6(2), 79–86. <https://doi.org/10.21009/jpgaud.v6i2.4321>
- World Health Organization. (2020). *Healthy diet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>