

SOSIALISASI PENTINGNYA PENGETAHUAN GIZI PRODUK PADA USIA DINI DI SD MUTIARA ILMU KABUPATEN LAMANDAU

Firdaus Husein^{1*}, Monasdir², Lailatun Nisfimawardah³, Erlina Astuti⁴, Antonius Adhityawan
Nugroho⁵, Riskayanti⁶

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Teknologi Produksi Ternak, Politeknik Lamandau, Kalimantan Tengah

Email : firdaussitumorang1997@gmail.com

Abstrak

Asupan gizi yang cukup sangat berpengaruh terhadap proses tumbuh kembang anak. Anak-anak membutuhkan beragam zat gizi seperti karbohidrat, lemak, mineral, vitamin, dan terutama protein. Protein dapat diperoleh dari konsumsi produk hasil ternak seperti daging, susu, dan telur. Dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, anak-anak dapat terhindar dari risiko stunting dan gizi buruk. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan tujuan memberikan edukasi kepada siswa-siswi SD Mutiara Ilmu mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang, sekaligus memperkenalkan produk peternakan sebagai sumber pemenuhan gizi tersebut. Kegiatan berlangsung pada tanggal 22 Juni 2025 selama kurang lebih 60 menit, bertempat di SD Mutiara Ilmu, Kabupaten Lamandau. Rangkaian kegiatan dimulai dengan sesi perkenalan, dilanjutkan dengan penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan diakhiri dengan aksi gizi berupa pembagian produk peternakan, yaitu susu dan sosis daging sapi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah mengikuti program ini, banyak siswa mulai mengenal dan menunjukkan ketertarikan terhadap konsumsi produk peternakan. Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat berkontribusi dalam meningkatkan status gizi anak-anak di wilayah tersebut.

Kata Kunci : Peternakan, Gizi, Siswa.

Abstract

Nutritional intake plays a crucial role in the growth and development of children. They require various nutrients such as carbohydrates, fats, minerals, vitamins, and most importantly, protein. Protein can be obtained through the consumption of animal-based products like meat, milk, and eggs. A well-balanced diet helps prevent issues such as stunting and malnutrition. This Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) aimed to educate students at SD Mutiara Ilmu about the importance of consuming nutritious foods and to introduce animal products as a valuable source of nutrition. The activity was held on June 22, 2025, and lasted for approximately 60 minutes at SD Mutiara Ilmu, located in Lamandau Regency. The event began with an introduction session, followed by a presentation of the material, an interactive Q&A segment, and concluded with a nutrition campaign that involved distributing animal-based products such as milk and beef sausages. The results indicated that many students became more familiar with and interested in consuming animal products after the session. It is hoped that this initiative will help improve their nutritional awareness and overall health.

Keywords : Livestock, Nutritions, Students.

Pendahuluan

Masa kanak-kanak, terutama pada usia sekolah dasar, merupakan fase kritis dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial anak (Mudambi *et al.*, 2007). Pada tahap ini, anak-anak membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Kekurangan gizi pada usia dini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan (stunting), penurunan fungsi kognitif, serta penurunan

produktivitas di masa dewasa. Oleh karena itu, pemahaman yang baik mengenai prinsip (Alonso *et al.*, 2019).

Sayangnya, di berbagai wilayah Indonesia, tingkat literasi gizi anak masih tergolong rendah. Banyak anak-anak dasar sekolah yang terbiasa mengonsumsi makanan siap saji atau jajanan yang rendah nilai gizinya, justru berisiko terhadap kesehatan jangka Panjang (Willett *et al.*, 2019). Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak usia 5–12 tahun mencapai 18,8%, sedangkan kekurangan gizi kronis masih dialami oleh 30,8% anak (Gading *et al.*, 2022).

Salah satu strategi preventif yang terbukti efektif adalah melalui sosialisasi dan edukasi gizi secara sistematis. Intervensi pendidikan gizi berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat anak-anak. Sekolah dasar menjadi tempat strategis karena selain sebagai lembaga pendidikan formal, juga merupakan lingkungan sosial yang membentuk pola pikir dan kebiasaan anak. (Darmawati *et al.*, 2022).

SD Mutiara Ilmu, sebagai lembaga pendidikan dasar, memiliki potensi besar untuk menjalankan peran promotif dalam meningkatkan kesadaran gizi siswa. Pemilihan SD Mutiara Ilmu sebagai Lokasi Pengabdian karena memiliki program makan bergizi setiap harinya. Dengan pendekatan sosialisasi yang interaktif, komunikatif, dan berbasis konteks lokal, siswa diharapkan mampu memahami pentingnya gizi seimbang dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Lebih jauh lagi, upaya ini dapat menjadi kontribusi nyata dalam mendukung program nasional seperti *Gerakan* (GERMAS) dan *Program*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini difokuskan pada pelaksanaan dan dampak sosialisasi pentingnya pengetahuan gizi pada usia dini di SD Mutiara Ilmu. Pengabdian ini tidak hanya bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman siswa mengenai gizi, tetapi juga untuk efektivitas metode sosialisasi dalam membentuk perilaku hidup sehat sejak kita.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan edukatif yang interaktif dan menyenangkan, disesuaikan dengan karakteristik anak usia dini (kelas 4 SD). Metode pelaksanaan meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Koordinasi Awal dan Observasi Lapangan

- 1) Koordinasi dengan kepala sekolah dan guru terkait teknis pelaksanaan kegiatan.
- 2) Observasi awal terhadap tingkat pemahaman siswa mengenai makanan bergizi, khususnya produk peternakan (susu, telur, daging, dll).

- 3) Penentuan waktu dan tempat pelaksanaan yang sesuai dengan jadwal sekolah.
- b. Penyusunan Materi Edukasi
- 1) Pengenalan jenis-jenis produk peternakan yang dapat dikonsumsi (susu, telur, daging ayam/sapi).
 - 2) Kandungan gizi dari masing-masing produk (protein, kalsium, zat besi).
 - 3) Manfaat produk peternakan untuk pertumbuhan dan kesehatan anak.
 - 4) Cara mengonsumsi dan menyimpan produk peternakan dengan benar.
- c. Metode Penyampaian
- 1) Cerita Bergambar / Dongeng Edukatif: Menggunakan media boneka atau gambar tokoh hewan untuk menyampaikan manfaat susu, telur, dan daging.
 - 2) Media Visual dan Audio: Poster, gambar, dan video singkat animasi tentang makanan sehat dari peternakan.
 - 3) Praktik Sederhana: Contoh seperti mencicipi susu atau mengenal bentuk telur/daging melalui pengamatan langsung (jika memungkinkan dan aman).
- d. Evaluasi Kegiatan
- 1) Pre-test dan post-test ringan dalam bentuk kuis bergambar.
 - 2) Observasi selama kegiatan berlangsung.
 - 3) Tanya jawab atau refleksi sederhana kepada siswa.
- e. Pelaporan dan Rekomendasi
- Setelah kegiatan, tim pengabdian akan menyusun:
- 1) Laporan pelaksanaan dan dokumentasi kegiatan.
 - 2) Rekomendasi untuk sekolah agar memperkuat edukasi gizi di kelas dan kantin sekolah.
 - 3) Saran kegiatan lanjutan seperti kunjungan ke peternakan lokal atau demo memasak sehat berbasis produk peternakan.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan PKM terkait pentingnya sosialisasi terkait pengetahuan gizi produk peternakan pada usia dini di SD Mutiara Ilmu Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau. Kegiatan Aksi Gizi dan Penyuluhan di SD Mutiara Ilmu merupakan bentuk kepedulian terhadap anak-anak di Kecamatan Bulik, yang dilakukan melalui edukasi gizi sejak dini. Program ini dilaksanakan dalam dua tahap, yaitu penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi gizi seimbang dan aksi berbagi produk peternakan sebagai bentuk apresiasi kepada peserta serta sebagai sarana memperkenalkan produk peternakan kepada mereka. Kegiatan ini diikuti oleh 18 siswa kelas 4 SD Mutiara Ilmu. Dalam pelaksanaannya, tim PKM terlebih dahulu memberikan pengenalan mengenai manfaat

gizi dari sumber hewani sebelum menyampaikan materi utama kepada para siswa. Para siswa tampak sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini, khususnya saat mendengarkan materi yang dipresentasikan oleh narasumber, yang merupakan salah satu anggota mahasiswa. Materi disusun secara menarik dengan dukungan gambar-gambar visual yang dirancang untuk merangsang minat dan daya pikir anak-anak, sehingga mereka lebih mudah memahami dan tertarik terhadap topik yang disampaikan.

Kegiatan aksi gizi dan penyuluhan berlangsung selama kurang lebih 60 menit, dimulai dari penyampaian materi hingga sesi aksi berbagi. Sesi diskusi dan tanya jawab berjalan dengan sangat antusias, ditunjukkan oleh partisipasi aktif beberapa siswa-siswi. Pertanyaan yang diajukan antara lain seputar pengertian protein, jenis produk yang mengandung gizi tinggi, serta makanan apa saja yang sebaiknya dihindari. Antusiasme anak-anak terlihat jelas dari semangat mereka dalam bertanya.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi Pentingnya Pengetahuan Gizi Produk pada Usia Dini

Pada akhir kegiatan, peserta diberikan produk hasil peternakan berupa susu dan sosis daging sapi yang telah dikemas secara higienis. Melalui kegiatan ini, diharapkan pemahaman siswa-siswi SD Mutiara Ilmu mengenai pentingnya konsumsi produk peternakan sebagai sumber gizi dapat meningkat, sehingga dapat mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan mereka. Hasil kegiatan PkM melalui Post Test terkait pengetahuan terkait pentingnya mengetahui gizi ternak pada siswa Dapat disajikan pada Tabel berikut.

Tabel 1. Hasil PkM di SD Mutiara Ilmu

No	Uraian	Penilaian	
		Memahami	Tidak Memahami
1	Siswa mampu mengetahui tentang gizi produk peternakan (telur, daging dan susu)	80%	20%
2	Siswa mampu mengetahui produk peternakan (telur, daging dan susu)	80%	20%

Berdasarkan Tabel 1 diatas bahwa siswa SD Mutiara Ilmu sebanyak 80% sudah memahami tentang gizi produk peternakan seperti telur, daging dan susu. Hal ini dikarenakan bahwa siswa SD Mutiara Ilmu sudah terbiasa mengkonsumsi produk peternakan. Selain itu, SD Mutiara Ilmu merupakan sekolah dasar yang mempunyai program makan bergizi. Berdasarkan fakta dilapangan bahwa siswa SD Mutiara Ilmu mendapatkan jajan dari pihak sekolah yang sudah ditentukan untuk menjaga Kesehatan para siswa. Tingkat pemenuhan gizi terhadap anak akan mengakibatkan peningkatan daya kemampuan anak dan pertumbuhan yang baik (Darmawati *et al.*, 2022). Kebutuhan gizi anak merupakan pondasi utama dalam pertumbuhan dan berkembangnya agar terhindar dari stunting (Gading *et al.*, 2022)

Kesimpulan

Kegiatan ini mengindikasikan bahwa pemahaman siswa-siswi SD Mutiara Ilmu mengenai gizi tinggi. Antusiasme dan keterlibatan mereka selama pemaparan materi oleh narasumber sangat tinggi.

Saran

Setelah mendapatkan edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi produk hasil ternak sebagai salah satu sumber makanan bergizi, diharapkan minat mereka terhadap konsumsi makanan bergizi dapat meningkat ke depannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alonso, S., Dominguez-Salas, P., & Grace, D. (2019). *The role of livestock products for nutrition in the first 1,000 days of life*. *Animal Frontiers*, 9(4), 24–31. <https://doi.org/10.1093/af/vfz033>
- Darmawati, Fauziah, P. N., Firmansyah, Yuniastuti, A., Achmad, A. F., Mulyati, B., Laheng, S., Wiradnyani, K. N., Kurniawan, H. M., Sidik, E. A., Ismayanti, R., & Nugrahani, R. A. G. (2022). *Biokimia*. CV. Tohar Media.
- Eliska, Harahap, R., & Agustina, D. (2021). *Gizi masyarakat pesisir*. CV. Merdeka Kreasi Group.
- Gading, B. M. W. T., Ali, N., & Respati, A. N. (2022). Upaya peningkatan daya konsumsi produk peternakan untuk meningkatkan gizi dan imun tubuh. *SIDOLUHUR: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 101–107.
- Mudambi, S., & Rajagopal, M. (2007). *Fundamentals of foods, nutrition and diet therapy*. New Age International.
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J. A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., ... Murray, C. J. L. (2019). *Food in the Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems*. *The Lancet*, 393(10170), 447–492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)