

**Penyuluhan Di SDIT Ibnu Qayyim Makassar**  
*Counseling At SDIT Ibnu Qayyim Makassar*  
**Fatmawaty Suaib, Hikmawati Mas'ud\*, Sitti Sahariah Rowa**  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar  
Korespondensi: e-mail: \*hikmawatimasud@poltekkes-mks.ac.id

**ABSTRACT**

*Optimal growth and development of school-age children depends on the provision of nutrition of the correct quality and quantity. During the growth and development period, the provision of nutrition or nutrient intake in children cannot always be carried out perfectly. Children's nutritional knowledge is very influential on food choices at school and at home. Children's knowledge can be obtained both internally and externally. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of SDIT Ibnu Qayyim Makassar students and take anthropometric measurements. This activity was attended by 35 students, namely 18 students from class 1B and 17 students from class 1D, the implementation time was on October 27, 2023. The results of student knowledge have increased by 80% after providing material and answering interlude questions. The results based on anthropometric measurements to calculate nutritional needs are 28 students in the good category, 4 students in the more category, and 2 people with obese nutritional status, and 1 student in the poor nutritional status category. The enthusiasm of the counseling participants can be seen from giving questions in between the speakers explaining their respective materials. The extension workers should be able to respond more quickly when the discussion participants are not conducive.*

**Keywords:** School Children, Counseling, Nutrition Knowledge, Nutrition Status

**ABSTRAK**

Tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal tergantung pada pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan zat gizi pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. Pengetahuan gizi anak sangat berpengaruh terhadap pemilihan makanan di sekolah maupun di rumah. Pengetahuan anak dapat diperoleh baik secara internal maupun eksternal. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SDIT Ibnu Qayyim Makassar serta melakukan pengukuran antropometri. Kegiatan ini diikuti 35 siswa yaitu 18 siswa dari kelas 1B dan 17 siswa dari kelas 1D, waktu pelaksanaan pada tanggal 27 Oktober 2023. Hasil pengetahuan siswa mengalami peningkatan yaitu 80% setelah pemberian materi serta menjawab pertanyaan selingan. Adapun hasil berdasarkan pengukuran antropometri hingga perhitungan kebutuhan gizi yaitu 28 siswa dengan kategori baik, 4 orang siswa dengan kategori lebih, dan 2 orang siswa dengan status gizi obesitas, serta 1 orang siswa dengan kategori status gizi buruk. Keantusiasan peserta penyuluhan dapat dilihat dari memberi pertanyaan di sela – sela pemaparan materi masing – masing. Sebaiknya para penyuluh bisa lebih cepat tanggap ketika para peserta diskusi dalam keadaan tidak kondusif.

**KATA KUNCI:** Anak Sekolah, Penyuluhan, Pengetahuan Gizi, Status Gizi

## PENDAHULUAN

Kesehatan individu perlu diperhatikan sejak usia dini bagi anak-anak khususnya anak usia sekolah dasar. Anak usia sekolah salah satu investasi bangsa, karena anak usia tersebut merupakan generasi penerus bangsa yang harus dipantau tumbuh kembangnya. Tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal tergantung pada pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan zat gizi pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna (Rosita B dkk, 2019). Banyak sekali masalah yang ditimbulkan dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ dan sistem tubuh anak (Hardiansyah dkk, 2014).

Pemenuhan gizi yang baik akan menciptakan kesehatan yang baik. Kebutuhan zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh karena setiap kandungan gizi yang dikonsumsi dapat berguna. Kebutuhan zat gizi yang dikonsumsi dapat mempengaruhi tingkat kesehatan, kecerdasan dan produktivitas kerja yang tinggi dan apabila seseorang mengalami kekurangan gizi maka dapat mengganggu sistem pertumbuhan dan perkembangan tubuh (Fitri, M dkk, 2022)

Proses tumbuh kembang anak sekolah mengacu pada makanan yang dikonsumsi setiap hari. Dengan mengonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, akan membuat tumbuh kembang anak menjadi stabil sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi dan kebugaran untuk mengikuti proses belajar dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Wiradnyani dkk, 2019).

Konsumsi zat gizi akan mempengaruhi status gizi seseorang. Jika seseorang mengonsumsi zat gizi yang melebihi kebutuhan akan menyebabkan kelebihan berat badan begitupun sebaliknya jika mengonsumsi zat gizi kurang dari kebutuhan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap berbagai macam penyakit (Erna Dewi Yarni, 2022).

Asupan zat gizi anak sekolah dapat diperoleh dari pangan yang disediakan di rumah dan dari jajanan yang diperoleh di sekolah. Oleh karena itu, peran orang tua, guru dan pengelola kantin sangat diperlukan untuk dapat memahami dan memberi edukasi kepada anak sekolah agar lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi.

## METODE PELAKSANAAN

**Tempat dan Waktu.** Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SDIT Ibnu Qayyim Makassar. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2023. Dimulai pada pukul 07.30 WITA dan berakhir pada pukul 11.15 WITA.

**Khalayak Sasaran.** Merupakan siswi-siswi sebanyak 35 orang dari kelas 1B dan 1D SDIT Ibnu Qayyim Makassar.

**Metode Pengabdian.** Metode dalam pengabdian ini yaitu dengan cara menggunakan beberapa media yang dimana digunakan dalam penyampaian beberapa pesan penting dalam penyuluhan. Adapun media yang digunakan yaitu LCD proyektor, laptop, leaflet, power point, dan banner. Penyuluhan berlangsung selama 2 jam 15 menit. Sebelum dimulai penyuluhan, terlebih dahulu diberikan soal diskusi *pre-test*, dan setelah penyuluhan diberikan lagi soal diskusi *post-test*. Selain penyuluhan, dilakukan juga pengukuran antropometri dengan menggunakan timbangan digital dan mikrotoise

**Indikator Keberhasilan.** Adapun indikator keberhasilan pada pengabdian masyarakat ini ialah peningkatan 80% pengetahuan siswi tentang pengetahuan status gizi, dan tumbuh kembang anak. Berdasarkan status gizi anak yaitu 28 orang siswi dengan kategori status gizi baik.

**Metode Evaluasi.** Metode yang digunakan yakni pemberian *pre-test* dan *post-test*. Sebelum siswa diberikan penyuluhan dalam bentuk ceramah, siswa terlebih dahulu menjawab beberapa pertanyaan (*pre-test*) dan setelah diberikan penyuluhan diberikan kembali pertanyaan dalam bentuk *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Lokasi penyuluhan di Jl. Taman Bunga Sudiang Kel No. 2, Laikang, Biringkanaya, Makassar. Bertempat di SDIT Ibnu Qayyim Makassar. Adapun karakteristik siswa yaitu berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah siswa 18 orang dari kelas 1B dan 17 orang dari kelas 1D. Waktu penyuluhan dimulai pada pukul 07.30 – 09.45 WITA dan pengukuran antropometri dilakukan setelah pemberian *post-test* sampai jam 11.30 WITA. Materi penyuluhan yang diberikan ialah jajanan sehat, pentingnya sarapan pagi, menu gizi seimbang anak sekolah, dan perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan jumlah rata-rata sebelum dilakukan penyuluhan ada 5 soal terjawab benar dengan nilai yang didapatkan 50. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan ada 8 soal terjawab benar dengan nilai yang didapatkan 80. Adapun rata-rata status gizi berdasarkan indeks IMT/U dengan status gizi baik ada 28 orang siswi, status gizi buruk 1 orang siswi, status gizi lebih 4 orang siswi, dan status gizi obesitas ada 2 orang siswi.

### Pembahasan

#### Analisis Data Hasil Penyuluhan

Hasil menunjukkan bahwa sebelum diberi penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang dan jajanan anak sekolah menunjukkan rata-rata siswa memperoleh nilai 50 dari 10 soal. Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang dan jajanan anak sekolah menunjukkan rata-rata siswa memperoleh nilai 80 dari 10 soal. Hal ini menjelaskan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa tentang gizi seimbang dan jajanan anak sekolah setelah dilakukan penyuluhan kesehatan.

Terjadinya peningkatan pengetahuan siswa disebabkan karena materi penyuluhan yang diberikan sangat menarik dan pembawaan materi disampaikan dengan bahasa yang mudah dimengerti sehingga siswa tertarik dan fokus terhadap materi penyuluhan yang diberikan.



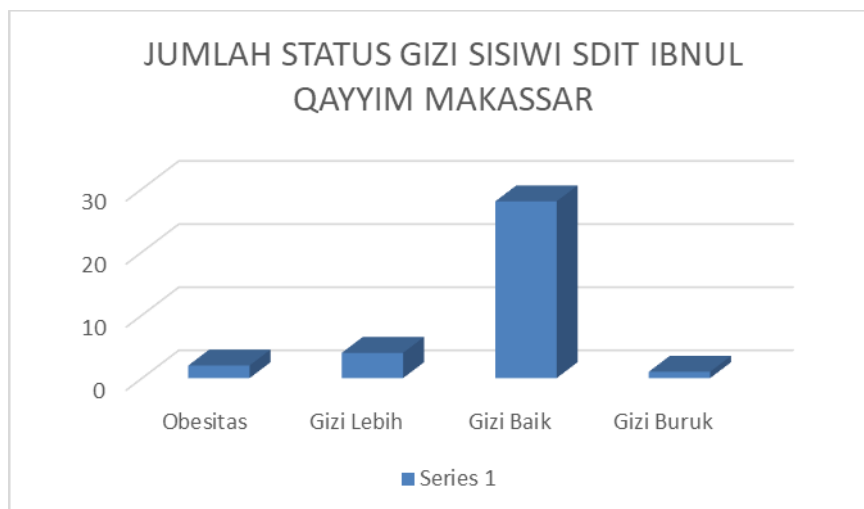
**Gambar 1.** Penyuluhan kepada siswa SDIT Ibnu Qoyyim

### Data Hasil Penilaian Status Gizi

Hasil pengukuran antropometri menunjukkan bahwa dari 35 siswa yang diukur, 28 orang siswa dengan status gizi baik, 4 orang siswa dengan status gizi lebih, 2 orang siswa dengan status gizi obesitas dan 1 orang siswa dengan status gizi buruk. Hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemberian makan berbeda-beda

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erza Dewi Yarni, 2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap status gizi balita. Oleh karena itu, ibu yang mempunyai pengetahuan kurang akan beresiko 4 kali mempunyai balita dengan status gizi

Jika pengetahuan tentang gizi kurang, maka upaya yang dilakukan untuk menjaga keseimbangan makanan yang dikonsumsi dengan yang dibutuhkan akan berkurang dan menyebabkan masalah gizi kurang atau gizi lebih.



**Gambar 2** Jumlah Status Gizi SDIT Ibnu Qayyim Makassar



**Gambar 3.** Pengukuran Antropometri Siswa SDIT Ibnu Qoyyim

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Terjadi peningkatan pengetahuan siswa akan gizi seimbang dan jajanan anak sekolah setelah diberikan penyuluhan karena materi yang diberikan menarik dan pembawaan materi menggunakan bahasa yang mudah dimengerti sehingga siswa tertarik dan fokus untuk mendengarkan penyuluhan. Sebelum diberi penyuluhan siswa mendapatkan nilai rata-rata 50 dan setelah diberi penyuluhan siswa mendapat nilai 80. Siswa di SDIT Ibnu Qoyyim memiliki status gizi yang berbeda-beda. Pada umumnya siswa memiliki status gizi baik.

### Saran

Sebaiknya orang tua siswa lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi anaknya agar tidak ada lagi siswa yang memiliki gizi kurang atau buruk.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh teman atas partisipasinya pada pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, atas Kerjasama dan dedikasinya dalam mengikuti prosedur pengabdian masyarakat dengan sungguh-sungguh. Tanpa dukungan dan partisipasi mereka, pengabdian masyarakat ini tidak akan mungkin untuk dilaksanakan. Terima kasih juga kepada semua pihak yang membantu dalam merekrut partisipan yang diperlukan untuk pengabdian masyarakat ini.

### REFERENSI

- Fitri, M. 2022. Penyuluhan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Pada Siswa-Siswi SD Negeri 27 Kartiasa Kabupaten Sambas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Politeknik Negeri Sambas
- Kadir, S. (2015). Pengaruh Status Gizi Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Gorontalo. Retrieved from <https://repository.ung.ac.id/riset/show/1/1457/pengaruh-status-gizi-terhadap-prestasi-belajar-siswa-sekolah-dasar-negeri-di-kabupaten-gorontalo.html>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Putu, Ni Manis, M. D. (2018). Manfaat Penyuluhan Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Mengenai Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi Di Puskesmas II Denpasar Selatan. *Poltekkes Denpasar*, 1–23.
- Rosita, B dkk. 2019. Penyuluhan Kesehatan Bahaya Makanan yang Mengandung Zat Kimia Pada Murid SDN 06 Balai Talang Kecamatan Guguak Kabupaten 50 Kota. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*. STIKes Perintis Padang
- Ruaida, N dkk. 2023. Pola Makan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SD Inpres 36 Rumah Tiga. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. Poltekkes Kemenkes Maluku
- Wiradnyani L, dkk. 2019. *Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta: SEAMEO RECFON
- Yarni, ED. 2022. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 1 Pandopo Barat. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*