

EDUKASI PENTINGNYA SARAPAN PAGI UNTUK ANAK USIA SEKOLAH (PENTASUKA) DI SD NEGERI 1 GADINGREJO UTARA KABUPATEN PRINGSEWU

Masayu Dian Khairani¹, Alifiyanti Muharramah¹, Lutfiah Nur¹, Badriyyah Nur Laila^{1*}, Nurul Auliya HS¹

¹Universitas Aisyah Pringsewu
Email korespondensi: badriyyahnurlaila9@gmail.com



<p>Kata kunci</p> <p>Anak; Picky Eater; Sarapan.</p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Sarapan sangat penting dalam menunjang kegiatan fisik seseorang sebelum memulai aktivitas. Kegiatan edukasi gizi pentingnya sarapan dilaksanakan di SD Negeri I Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu. Pemilihan target sekolah tersebut sebab berdasarkan tahap <i>prasurvey</i> awal SD Negeri 1 Gadingrejo Kabupaten Pringsewu yang mempunyai taraf paling <i>urgent</i> yang ditandai dengan kurangnya kemauan sarapan pagi untuk mendapatkan edukasi dibandingkan SD sekitarnya. Dengan demikian solusi yang ditawarkan dari masalah tersebut yaitu memberikan edukasi gizi berupa pemaparan materi dengan <i>Power Point</i> dan permainan Ular Tangga (<i>Snakes and Ladder</i>) selama 15-20 menit. Setelah mengisi lembar soal <i>pretest</i> dan <i>postest</i> terlihat bahwa pengetahuan anak sekolah dasar kelas 4 tersebut mengalami kenaikan. Dilihat dari persentase nilai <i>pretest</i> sebanyak 50% (16 anak) menjawab kurang baik dan 50% (16 anak) menjawab dengan baik dari jumlah keseluruhan 32 anak. Sedangkan persentase nilai <i>postest</i> sebanyak 12,5% (4 anak) menjawab kurang baik dan 87,5%(28 anak) menjawab dengan baik. Kenaikan sebanyak 12,5% pengetahuan anak sekolah dasar tersebut termasuk kedalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan edukasi gizi yang telah dilakukan. Media edukasi tersebut membuat individu dapat lebih memahami informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Dengan melalui permainan akan memberikan kepuasan dan kebahagiaan sehingga anak akan lebih memahami materi dengan lebih mudah dan menyenangkan</p>
<p>Keywords:</p> <p>Child; Picky Eater; Breakfast.</p>	<p>ABSTRACT</p> <p><i>Breakfast is very important in supporting one's physical activities before starting activities. Nutrition education on the importance of breakfast was carried out at SD Negeri I Gadingrejo Utara, Pringsewu Regency. The selection of the school based on the initial pre-survey stage, SD Negeri 1 Gadingrejo, Pringsewu Regency had the most urgent level which is characterized by a lack of willingness to eat breakfast to get education compared to surrounding elementary schools. Thus the solution offered from the problem was to provide nutritional education using Power Point and Snakes and Ladder games for 15-20 minutes. After filling out the pretest and postest question sheets, it was seen that the knowledge of the grade 4 elementary school student had increased. Judging from the percentage of pretest scores, 50% (16 children) answered poorly and 50% (16 children) answered well from a total of 32 children. While the percentage of postest scores as much as 12.5% (4 children) answered poorly and 87.5% (28 children) answered well. The increase of 12.5% in the knowledge of elementary school children is included in the success of implementing nutrition education activities that have been carried out. These educational media make individuals able to better understand information or material that is considered complicated more easily. Through games will provide satisfaction and happiness so that children will better understand the material more easily and enjoyably.</i></p>



PENDAHULUAN

SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu merupakan gabungan antara SD Negeri 1 Gadingrejo Utara, Kabupaten Pringsewu dengan SD N 7 Gadingrejo. SD Negeri 1 Gadingrejo Kabupaten Pringsewu sering mengalami banjir saat musim hujan, sehingga setiap ruangan di SD Negeri 1 Gadingrejo Utara, Kabupaten Pringsewu dibuatkan tanggul air. Terdapat 167 anak di SD Negeri 1 Gadingrejo Utara, kabupaten pringsewu. Sedangkan untuk kelas 4 terdapat 33 anak dalam 1 kelas.

Nutrisi sangat penting bagi tubuh karena makanan apapun yang kita konsumsi adalah makanan yang baik (Sopiyandi & Puspita, 2016). Kebutuhan gizi mempengaruhi kesehatan, kecerdasan, dan prestasi kerja (Hanim et al., 2022). Kesehatan anak perlu didukung sejak dini, khususnya pada masa sekolah dasar (Lestari et al., 2021).

Anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan salah satu sumber daya manusia yang akan terus berkembang di Indonesia. Orang yang baik ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan anak yang baik, sehingga kehidupan yang sehat dan cerdas terbentuk dari kecerdasan, pemikiran, dan spiritualitas. Hal ini tidak lepas dari peran gizi yang terbukti mendukung tumbuh kembang anak. aktivitas mereka. Jika anak tidak sarapan maka energi yang diperlukan untuk berpikir tidak terdukung, akibatnya anak tidak memperhatikan pelajaran karena perut kosong, hal ini akan mempengaruhi belajarnya (Arifin, 2015).

Sumber energi awal setiap orang harus memulai hari mereka dengan cukup energi sebagai modal untuk melakukan aktivitas, dimana pagi hari adalah start awal. Energi yang kita butuhkan tentunya berasal dari makanan apalagi setelah berjam-jam tidak ada asupan sama sekali. Sayangnya, banyak anak yang tidak melakukan sarapan pagi, mereka lebih memilih mengkonsumsi makanan jajanan di luar rumah atau di sekolah yang kualitas gizinya tidak terjamin. Makanan jajanan diluar seringkali tidak memperhatikan mutu gizi, kebersihan, dan keamanan pangan. Tidak sedikit masalah yang timbul akibat orang tua kurang peduli terhadap makanan yang dikonsumsi anak di sekolah. Makanan yang tidak aman dan tidak bergizi menimbulkan penyakit, seperti diare bahkan kanker dan dapat mengakibatkan tidak tercapainya angka kecukupan gizi.

Melewatkan waktu sarapan berarti terjadi keterlambatan asupan zat gizi (asupan gula ke dalam sel darah) sehingga dapat menurunkan daya konsentrasi anak sewaktu belajar yang timbul karena rasa malas, lemas, lesu, pusing, serta mengantuk yang nantinya bisa menyebabkan kurang darah pada anak-anak. Hal ini juga berdasarkan temuan (Amitha Hoata et al., 2021) bahwa terdapat hubungan positif antara makan dan sarapan pagi dengan prestasi akademik.

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang sehingga diharapkan melalui edukasi gizi seimbang ini, anak sekolah dasar memahami bagaimana pola makan yang sehat. Mereka dapat mengatur pola makan seimbang agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM) terkait gizi. Sejauh ini, masih belum ada edukasi gizi pada siswa siswi tersebut, sehingga pemberian edukasi gizi seimbang diharapkan mampu mengatasi permasalahan gizi di sekolah tersebut. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah memberikan pemahaman kepada anak usia sekolah dan pihak sekolah mengenai gizi seimbang. Sementara itu, tujuan khusus pengabdian masyarakat ini adalah 1) memberikan pemahaman kepada pihak sekolah mengenai pentingnya kebutuhan gizi seimbang pada anak sekolah dasar, 2) memberikan pengetahuan dan ketrampilan kepada anak usia sekolah mengenai gizi seimbang, 3) memberikan pemahaman mengenai 10 pesan gizi seimbang pada anak usia sekolah, 4) memberikan motivasi dan pemahaman pentingnya menjaga pola makan bergizi seimbang saat usia sekolah dasar.

menurut (Meriska et al., 2014) Makanan/jajanan harus mencukupi 25% energi anak sekolah dan asupan zat gizi lainnya agar dapat makan cukup setiap hari. Jika tidak sempat

sarapan, usahakan mengisi diri dengan makanan atau jajanan yang bergizi lengkap dan seimbang, misalnya ya-arem atau roti dengan daging (Meliyanti, 2021).

Usahakan untuk membuat sarapan yang tinggi karbohidrat, protein, serat dan rendah lemak. Melewatkan sarapan dapat membuat Anda berisiko mengalami obesitas dan gangguan kesehatan. Obesitas bisa terjadi karena ketika anak melewatkan sarapan dan merasa lapar, maka ia akan mengonsumsi makanan berkalori tinggi yang berasal dari camilan. Penelitian di Amerika menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang rutin melewatkan sarapan pagi memiliki kemungkinan tiga kali lebih besar untuk melewatkan sarapan pagi dan kesulitan mengendalikan nafsu makan, sehingga dapat memicu obesitas (Putu Ayudia Mahendra Dewi, 2013).

Berdasarkan masalah yang terjadi untuk memperbaiki proses pembelajaran, diperlukan upaya dengan memanfaatkan media pembelajaran sebagai alat bantu. Media pembelajaran yang digunakan berupa PPT dan *Snake and Ladders* (Ular Tangga). Pemanfaatan PowerPoint pada pembelajaran disebut sempurna dipergunakan buat mengkolaborasikan pembelajaran menggunakan teknologi secara sederhana terlebih banyak sekali akibat penelitian menjelaskan adanya peningkatan hasil belajar setelah menggunakan media tadi. Keuntungan yg dimiliki seperti kemudahan akses, penyimpanan yg cukup, tidak memerlukan internet dan adanya fitur buat membuat bahan ajar lebih menarik sesuai kebutuhan siswa sehingga tidak heran lebih poly dipilih dibandingkan media pembelajaran lainnya.

Salah satu permainan dikenal masyarakat luas adalah permainan ular tangga. Ular tangga adalah jenis permainan tradisional yang tergolong board game dengan papan permainan memuat gambar ular dan tangga serta terdapat sekat berupa kotak dengan nomor 1-100 (Khomsin & Rahimmatussalisa, 2021; Rahmayani & Sumitra, 2022; Rekysika & Haryanto, 2019). Media permainan ular tangga ialah media pembelajaran yang dikembangkan berdasarkan permainan tradisional permainan ular tangga diubahsuaikan menggunakan ciri siswa dengan tujuan buat mencapai tujuan pembelajaran sebagai media informasi yang akan disampaikan pada peserta didik. Rifki Afandi (2015:87) menyatakan bahwa dengan memakai media pembelajaran ular tangga dapat menaikkan yang akan terjadi belajar peserta didik sebesar 45%. Hal /ini memberikan bahwa media pembelajaran ular tangga itu memberikan efek terhadap pemahaman siswa. Rahina (2017:43) jua menyatakan bahwa media pembelajaran ular tangga artinya media yang efektif untuk menaikkan daya serap dan pemahaman peserta didik dalam pembelajaran.

Berdasarkan permasalahan yang berhasil diidentifikasi, tim pengusul merencanakan beberapa konsep solusi yang diharapkan mampu mewujudkan upaya permasalahan. Adapun konsep solusi seperti melakukan edukasi terkait sarapan menggunakan media *Power Point*, dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pentingnya sarapan untuk anak sekolah, mencegah timbulnya masalah-masalah akibat tidak melakukan sarapan di pagi hari pada anak sekolah , agar mereka memiliki kosep kesehatan individu demi mecegah terjadinya masalah kesehatan akibat tidak sarapan pagi. Bagi anak sekolah diharapkan mampu menerapkan kebiasaan sarapan, mengetahui makanan yang baik dikonsumsi pada saat sarapan, serta mengetahui dampak yang ditimbulkan akibat tidak sarapan. Setelah pembelaran, dilakukan *post test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan anak tentang sarapan pagi. Hasil dari *post test* digunakan untuk mengevaluasi afektivitas pendekatan pembelajaran menggunakan *Power Point*. Permainan Ular Tangga (*snakers and ladders*) digunakan sebagai metode tanya jawab untuk merespons sejauh mana tingkat pemahaman peserta edukasi terhadap materi yang telah disampaikan oleh tim pengusul.

METODE

Kegiatan Edukasi Gizi dan Promosi Kesehatan kepada anak Sekolah Dasar kelas 4 di SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu sebanyak 33 anak. Adapun tahapan dalam kegiatan ini:

1.1 Tahap persiapan

- a. *Screening* status gizi anak sekolah dasar kelas 4
Screening diakan dilaksanakan tanggal 13 september 2023 kepada 10 anak usia sekolah baik laki-laki maupun perempuan. Alat yang digunakan saat *screening* meliputi:
 - Kuesioner identitas responden yang meliputi nama, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, dan usia.
 - Timbangan berat badan digital merek *Camry* dengan ketelitian 0,1 kg
 - Microtois dengan ketelitian 0,1cm
 - Kuesioner kualitas sarapan, kebiasaan sarapan, jajan dan penyakit infeksi
- b. Media edukasi gizi
 - Pemaparan materi mengenai kebiasaan sarapan yang baik dan gizi seimbang dengan media *Power Point* selama 10-15 menit
 - Media edukasi berupa permainan menggunakan media berupa *Banner* dengan gambar ular tangga dan kardus sebagai dadunya.

1.2 Tahap pelaksanaan

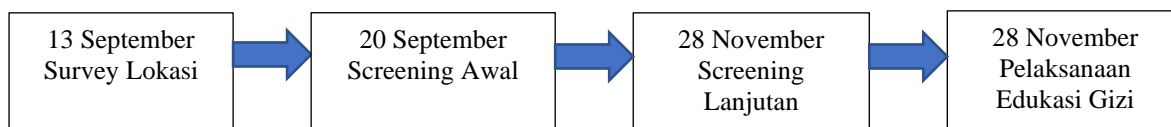
Kegiatan ini dilakukan dengan pemaparan meteri dan dilanjutkan dengan bermain *games*

- a. Tahap edukasi
Kegiatan edukasi akan dilaksanakan pada Selasa, 28 November 2023 di ruang kelas 4 SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu dengan sasaran anak sekolah dasar kelas 4 berjumlah 33 anak. Adapun Satuan Acara Penyuluhan (SAP) *terlampir*.
- b. Games Ular Tangga (*Snack and Leaders*)
Games dilakukan setelah anak kelas 4 sudah menerima edukasi dan telah melakukan *pos test* dilanjutkan dengan bermain ular tangga yang diiringi dengan musik Isi Piringku dan Empat Pilar Gizi Seimbang. Sebelum bermain, 33 anak tersebut dibagi menjadi 3 kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 11 anak dan akan diberikan pertanyaan mengenai kebiasaan sarapan yang baik. Saat dimulainya permainan, 1 anak mewakili kelompoknya untuk berdiri di atas *banner* bergambar ular tangga dan teman sekelompoknya akan melempar dadu. Sebelum melempar dadu setiap kelompok harus menjawab pertanyaan terlebih dahulu, apabila terdapat kelompok yang tidak bisa menjawab pertanyaan, maka kelompok tersebut tidak dapat melemparkan dadunya (tidak jalan atau tidak bermain) dan akan dilanjutkan kelompok berikutnya. Apabila muncul titik 1 pada saat dadu dilempar, maka anak yang berdiri diatas banner akan melangkah 1 langkah kesamping dan seterusnya. Ketika pada langkah anak tersebut menunjukkan gambar tangga dan berhasil menjawab pertanyaan, maka anak akan langsung naik keatas menuju angka (pada *banner*) dimana tangga tersebut tersambung dan sebaliknya. Seandainya anak tersebut melangkah dan berdiri atas gambar kepala ular dan tidak bisa menjawab pertanyaan, maka pemain akan turun menuju angka (pada *banner*) dimana ular tersebut tersambung, dan juga apabila anak berdiri diatas gambar seperti koala, pohon kelapa, pagar kayu, dan bebek, maka anak tersebut mendapatkan zonk dan mendapatkan sanksi seperti

menyanyi, mengaji, membaca doa dan pantun. Permainan yang pertama akan diringi dengan musik Isi piringku. Apabila musik sudah selesai, langsung bisa dilihat kelompok mana yang sudah berada di posisi terjauh (angka pada *banner*). Posisi terjauh dengan angka terbanyak akan menjadi pemenang juara 1, untuk permainan merebutkan juara 2 dan 3 akan mengulagi permainan seperti di awal dengan diiringi musik Empat Pilar Gizi Seimbang.

1.3 Tahap Evaluasi

Evaluasi pada kegiatan ini menggunakan *pos test* berupa kuesioner kebiasaan sarapan untuk mengetahui perubahan pengetahuan. Adapun kuesioner *terlampir*.



HASIL DAN PEMBAHASAN

1.1 Proses Kegiatan

Hasil screening awal pada anak sekolah dasar kelas 4 yang dilakukan di SDN 1 Gadingrejo Utara, Kecamatan Gading Rejo, Kabupaten Pringsewu pada tanggal 13 September 2023 dengan total sampel sebanyak 10 anak di dapatkan prevalensi sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Screening Awal

No	Indikator	Parameter	Hasil Screening	Persentase (%)
1	IMT/U	Gizi Kurang (Thinness)	0	0%
		Gizi Baik (Normal)	7	70%
		Gizi Lebih (Overweight)	1	10%
		Obesitas (Obese)	2	20%
2	Riwayat Penyakit	Sakit	9	90%
		Sehat	1	10%
3	Kebiasaan Sarapan	Baik	3	30%
		Cukup	2	20%
		Kurang	5	50%
4	Tingkat pengetahuan Jajan	Pengetahuan baik	10	100%
		Pengetahuan kurang	0	0%

Persiapan kegiatan edukasi gizi ini dilakukan pada bulan September 2023 yaitu melakukan survey lokasi kegiatan dan di lanjutkan dengan *screening* awal di tanggal 20 September 2023 untuk menentukan permasalahan gizi yang akan dilanjutkan dengan edukasi di lokasi tersebut. Pelaksanaan kegiatan edukasi gizi diikuti oleh 32 anak sekolah dasar kelas 4 diruang kelas 4 SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu dengan jumlah seluruh murid yaitu 33 anak sekolah dasar dan 1 siswi tidak hadir dikarenakan sakit pada tanggal 28 November 2023. Pelaksanaan *screening* lanjut dilakukan sebelum kegiatan edukasi dimulai dengan mengukur tinggi badan, berat badan

dan wawancara menggunakan kuesioner kebiasaan sarapan, pengetahuan jajan serta riwayat penyakit. Kegiatan edukasi dimulai dengan pembukaan oleh Moderator dilanjutkan mengerjakan soal *pretest* selama 10 menit. Setelah mengerjakan soal anak sekolah dasar kelas 4 menerima pemaparan materi (ceramah) menggunakan media *Power Point* selama 15 menit mengenai Pentingnya Sarapan Pagi Untuk Anak Usia Sekolah. Pada saat pemaparan materi, cukup sulit untuk bisa menguasai fokus responden, dikarenakan anak sekolah dasar kelas 4 tersebut belum bisa menerima informasi yang disampaikan dengan berkonsentrasi dan lebih banyak mengobrol dengan teman sebangkunya. Namun, pada saat tanya jawab anak sekolah dasar tersebut sangat antusias dalam menjawab pertanyaan yang diberikan.

Kegiatan berikutnya yaitu menjawab soal *posttest* yang diberikan selama 10 menit, dilanjutkan dengan permainan Ular Tangga (*Snack and Leaders*) di Aula SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu. Pada saat permainan tersebut, hanya 13 soal dari total 25 jumlah soal yang dapat terjawab dikarenakan keterbatasan waktu.

Setelah serangkaian kegiatan edukasi telah dilaksanakan kemudian pembagian hadiah kepada juara 1, juara 2 dan juara 3 yang telah dimenangkan para kelompok anak sekolah dasar tersebut dan ditutup dengan sesi dokumentasi.

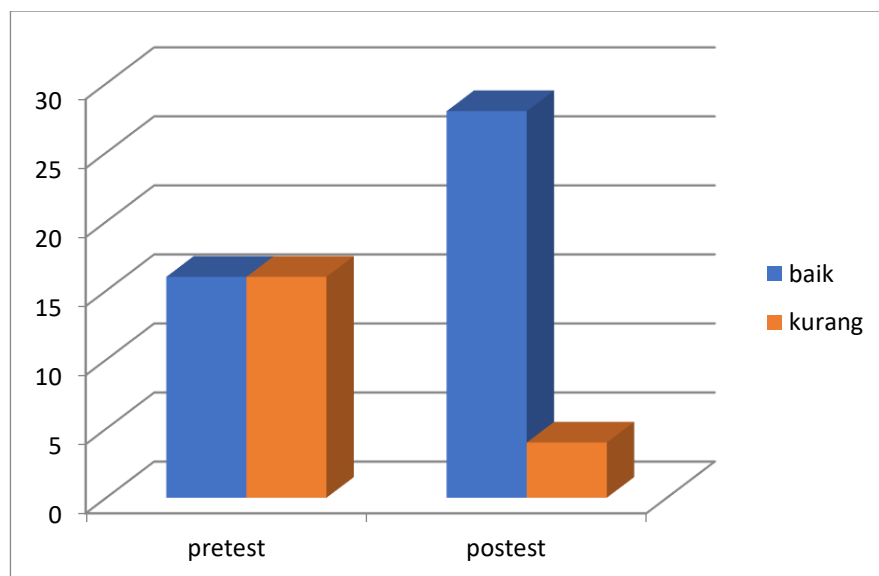
1.2 Hasil Kegiatan

Screening lanjut yang diikuti anak sekolah dasar kelas 4 di SDN 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu pada tanggal 28 November 2023 dengan total sampel sebanyak 32 anak di dapatkan prevalensi yang cukup baik. Adapun kuesioner *terlampir*.

Pada kegiatan edukasi gizi, setelah mengisi lembar soal *pretest* dan *posttest* terlihat bahwa pengetahuan anak sekolah dasar kelas 4 tersebut mengalami kenaikan. Pada kegiatan ini, menggunakan pengukuran skala Dikotomi, yaitu skala yang hanya menyediakan dua pilihan jawaban, misalnya ya– tidak, baik–jelek, pernah–belum pernah, dan lain-lain (Bahrun, Alifah, & Mulyono, 2018). Oleh karena itu data yang dihasilkan adalah data nominal, dimana jawaban positif diberi nilai 1 dan negatif diberi nilai 0. Untuk hasil pretes dan posttest kuesioner kegiatan ini menggunakan kategori baik- kurang baik, dimana kategori baik diberi nilai 1 dengan jumlah jawaban benar lebih dari 5 soal dan kategori kurang baik diberi nilai 0 dengan jumlah soal benar kurang atau sama dengan 5 dari total 10 soal yang harus dijawab.

Pemberian edukasi gizi dengan metode ceramah telah terbukti mampu meningkatkan tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku siswa sekolah dasar (Sartika, 2012). Dilihat dari persentase nilai *pretest* sebanyak 50% (16 anak) menjawab kurang baik dan 50% (16 anak) menjawab dengan baik dari jumlah keseluruhan 32 anak. Sedangkan persentase nilai *posttest* sebanyak 12,5% (4 anak) menjawab kurang baik dan 87,5% (28 anak) menjawab dengan baik. Kenaikan sebanyak 12,5% pengetahuan anak sekolah dasar tersebut termasuk kedalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan edukasi gizi yang telah dilakukan.

Hasil jumlah anak yang telah mengisi lembar *pretest* dan *posttest* dapat disajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Secara umum pengetahuan gizi murid kelas 4 tersebut sudah termasuk dalam kategori baik, pemberian materi gizi melalui permainan ular tangga memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan yang lebih besar. Media edukasi yang digunakan berfungsi untuk menggerakkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media edukasi tersebut membuat individu dapat lebih memahami informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Pemberian edukasi melalui permainan memberikan kepuasan dan kebahagiaan. Anak akan memahami materi dengan lebih mudah dan menyenangkan. Murid kelas 4 tersebut sudah memahami jenis makanan apa saja yang termasuk sumber energi, karbohidrat dan protein yang baik dikonsumsi pada saat sarapan pagi.

Tabel 2. Hasil Screening Lanjut

No	Indikator	Parameter	Hasil Screening	Persentase (%)
1	IMT/U	Gizi Buruk (Severely thinnes)	1	3,1%
		Gizi Kurang (Thinness)	4	12,5 %
		Gizi Baik (Normal)	21	65,5%
		Gizi Lebih (Overweight)	3	9,3%
		Obesitas (Obese)	3	9,3%
2	Riwayat Kesehatan	Sakit	10	31,25%
		Sehat	22	60,75%
3	Kebiasaan Sarapan	Baik	27	84,3%
		Cukup	2	6,25%
		Kurang	3	9,37%
4	Tingkat pengetahuan Jajan	Pengetahuan baik	32	100%
		Pengetahuan kurang	0	0%

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan Edukasi Gizi diikuti oleh 32 anak sekolah dasar kelas 4 diruang kelas 4 SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu diikuti oleh 32 murid pada 28 November 2023 yang dapat dilaksanakan dengan baik serta mendapat respon positif dari mitra. Kenaikan sebanyak 12,5% pengetahuan anak sekolah dasar tersebut termasuk kedalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan edukasi gizi yang telah dilakukan. Media edukasi yang digunakan (Ular Tangga) berfungsi untuk mengerah kan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Media edukasi tersebut membuat individu dapat lebih memahami informasi atau materi yang dianggap rumit menjadi lebih mudah. Dengan melalui permainan akan memberikan kepuasan dan kebahagiaan sehingga anak akan lebih memahami materi dengan lebih mudah dan menyenangkan. Adapun saran dari hasil kegiatan ini sebagai berikut :


- Penggunaan media edukasi yang lebih menarik lagi agar anak usia sekolah bisa lebih menerima pesan maupun materi yang disampaikan
- Monitoring dan tindakan lebih lanjut agar Program Pengabdian Kepada Masyarakat berupa Edukasi Gizi yang sudah di lakukan dapat diterima dengan optimal kepada murid kelas 4 SD Negeri 1 Gadingrejo Utara Kabupaten Pringsewu.
- Dengan selesainya laporan ini dapat membantu dan bisa menjadi referensi para mahasiswa gizi pada Mata Kuliah Edukasi Gizi dan Promosi Kesehatan.

DOKUMENTASI

No	Tanggal	Kegiatan
1	13 September 2023	<p>Catatan: Observasi Lokasi (Prasurvey) Dokumen Pendukung:</p> 
2	20 September 2023	<p>Catatan: Screening awal Dokumen Pendukung:</p> 

No	Tanggal	Kegiatan
		
3	28 November 2023	<p>Catatan: Screening lanjut Dokumen Pendukung:</p> 
4	28 November 2023	<p>Catatan: Pelaksanaan Edukasi gizi Dokumen Pendukung:</p> 

No	Tanggal	Kegiatan
		<p>The collage consists of eight photographs arranged in two columns and four rows. The top-left photo shows a teacher in a purple hijab and uniform standing at the front of a classroom, pointing to a projector screen displaying a slide titled 'Edukasi Gizi'. The top-right photo shows a classroom with students at their desks; a teacher is visible in the background. The second row shows students at their desks, with the left photo focusing on two boys looking at a paper and the right photo showing a wider view of the classroom with students raising their hands. The third row shows an outdoor activity on a large, colorful board game mat laid on the floor. The left photo shows a group of students gathered around the mat, and the right photo shows a teacher interacting with the students. The bottom row shows a boy in a white shirt and maroon pants speaking into a microphone, with other students standing behind him.</p>

No	Tanggal	Kegiatan
		

DAFTAR PUSTAKA

- Amitha Hoata, A. T., Sutadarma, I. W. G., & Ayu Dewi, N. N. (2021). HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI DAN STATUS GIZI TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR. *E-Jurnal Medika Udayana*, 10(10). <https://doi.org/10.24843/mu.2021.v10.i10.p17>
- Anggraeny, O., Dianovita, C., Putri, E. N., Sastrina, M., & Dewi, R. S. (2016). Korelasi Pemberian Diet Rendah Protein Terhadap Status Protein, Imunitas, Hemoglobin, dan Nafsu Makan Tikus Wistar Jantan. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 3(2).
- Arifin, A. L. (2015). Hubungan sarapan pagi dengan konsentrasi siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1).
- Bahrin, S., Alifah, S., & Mulyono, S. (2018). Rancang Bangun Sistem Informasi Survey Pemasaran Dan Penjualan Berbasis Web. *TRANSISTOR Elektro Dan Informatika*, 2(2), 81–88.
- Chwialkowska, A., Bhatti, W. A., & Glowik, M. (2020). The influence of cultural values on pro-environmental behavior. *Journal of Cleaner Production*, 268. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2020.122305>
- Hanim, B., Ingelia, I., & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(1). <https://doi.org/10.33490/b.v3i1.570>
- Khomsin, K., & Rahimmatussalisa, R. (2021). Efektivitas Media Permainan Ular Tangga untuk Meningkatkan Kemampuan Mengenal Kosakata Bahasa Inggris pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 25–33.
- Lestari, I., Septiani, W., & Harnani, Y. (2021). Hubungan Status Gizi Dan Sarapan Pagi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Perhentian Raja Kabupaten Kampar. *Media Kesmas (Public Health Media)*, 1(2). <https://doi.org/10.25311/kesmas.vol1.iss2.44>

- Marlenywati., Hernawan, A. D., & Harfiyanti, A. D. (2015). HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI, KEBIASAAN SARAPAN PAGI, AKTIFITAS FISIK DAN GANGGUAN KESEHATAN DENGAN PRESTASI BELAJAR ANAK SEKOLAH DASAR. *Majalah Ilmiah Al Ribaath, Universitas Muhammadiyah Pontianak*, 12(2).
- Meliyanti, M. (2021). Pengaruh Edukasi Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Bahaya Tidak Sarapan Pagi Pada Siswa Sekolah Dasar SDN Gatot Subroto Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada*, 15(1). <https://doi.org/10.38037/jsm.v15i1.174>
- Meriska, I., Pramudho, K., Murwanto, B., Program,), Kesehatan, P., Stikes, M., & Lampung, M. (2014). Perilaku Sarapan Pagi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan*, V(1).
- Putu Ayudia Mahendra Dewil, P. A. (2013). Gambaran Kebiasaan Sarapan, Konsumsi Jajanan, Kejadian Penyakit Infeksi Dan Status Gizi Pada Siswa-Siswi SD Negeri 2 Tojan, Kecamatan Klungkung, Kabupaten Klungkung. *The Russian Union Catalog of Scientific Literature (Russian)*, 6(3).
- Rahmayani, Y., & Sumitra, A. (2022). Pembelajaran Berhitung Melalui Media Permainan Ular Tangga Pada Anak Usia Dini. *Ceria (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 5(2), 164.
- Riche. (2018). Indonesian Journal of Human Nutrition. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 1(1).
- Sartika, R. A. D. (2012). Penerapan komunikasi, informasi, dan edukasi gizi terhadap perilaku sarapan siswa Sekolah Dasar. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(2), 76-82.
- Sihite, N. W. (2020). Analisis Determinan Kebiasaan Sarapan Pagi Pada Anak Usia Sekolah. *Wahana Inovasi : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat UISU*, 9(1).
- Sopiyandi, S., & Puspita, W. L. (2016). Analisis Jenis, Jumlah dan Mutu Sarapan Pagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(1).
- Suraya, S., Apriyani, S. S., Larasaty, D., Indraswari, D., Lusiana, E., & Anna, G. T. (2019). "SARAPAN YUKS" PENTINGNYA SARAPAN PAGI BAGI ANAK-ANAK. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.24912/jbmi.v2i1.4350>
- Yati Purnama. (2023). Penyuluhan Pentingnya Sarapan Pagi Bagi Anak Sekolah Dasar di SDN 25 Kota Bima. *Joong-Ki : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2). <https://doi.org/10.56799/joongki.v2i2.1645>