

Program Bantuan Makanan Bergizi “Panjungan Sehat” untuk Meningkatkan Kesehatan Anak di Kecamatan Waru, Sidoarjo

Asnal Mala¹, Putri Yasmin Fazia Risfi², Nailu Najwa³

¹Universitas Sunan Giri Surabaya

Corresponding Author: e-mail: faziayasmine46@gmail.com

ABSTRACT

Child health issues in Panjungan Village are influenced by changing consumption patterns shaped by urban culture, leading to increased intake of fast food and unbalanced nutrition. Public awareness regarding healthy eating habits remains low. In response, the “Panjungan Sehat” program was initiated to provide nutritious meals for children, aiming to improve their nutritional status and support optimal growth. This program adopts a Participatory Action Research (PAR) approach, involving active community participation in driving social change. Data collection was conducted through observation and interviews, with program stages including preparation, meal preparation and distribution, followed by monitoring and evaluation. Evaluation results indicate a significant increase in the consumption of nutritious food among children, along with a positive response from the community. The program has proven effective in promoting healthier eating behaviors and raising awareness about the importance of nutrition, thereby contributing to the sustainable improvement of child health in the local area.

Keywords: Child Health, Nutritious Food, and Assistance Programs

ABSTRAK

Masalah kesehatan anak di Desa Panjungan dipengaruhi oleh perubahan pola konsumsi akibat budaya kota, yang menyebabkan meningkatnya konsumsi makanan cepat saji dan rendahnya asupan gizi seimbang. Kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan sehat juga masih rendah. Menanggapi hal tersebut, Program “Panjungan Sehat” hadir sebagai inisiatif penyediaan makanan bergizi bagi anak-anak, guna meningkatkan status gizi dan mendukung pertumbuhan optimal. Program ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan masyarakat secara aktif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara, dengan tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan pengolahan dan pembagian makanan, serta monitoring dan evaluasi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan konsumsi makanan bergizi di kalangan anak-anak dan respon positif dari masyarakat. Program ini terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku konsumsi serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi dalam mendukung kesehatan anak-anak secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Kesehatan Anak, Makanan Bergizi, dan Program Bantuan

PENDAHULUAN

Masa anak-anak merupakan fase penting dalam upaya pembangunan sumber daya manusia, dimana memastikan mereka tumbuh dengan sehat menjadi hal yang penting. Untuk mencapai hal ini, diperlukan asupan nutrisi yang seimbang guna menjaga Kesehatan, mendukung pertumbuhan fisik serta perkembangan otak. Ketika anak-anak mengalami kekurangan nutrisi, mereka menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit karena sistem kekebalan tubuh tidak mampu melawan infeksi secara efektif. Akibatnya, perkembangan otak mereka dapat terhambat, yang berdampak pada pertumbuhan dan fungsi kognitif mereka (Papotot et al., 2021). Beberapa Faktor yang memengaruhi pola makan ini meliputi kurangnya pengetahuan tentang pentingnya makanan bergizi dan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji. (Ramlah, 2021) Akibatnya, muncul berbagai masalah kesehatan pada anak, mulai dari malnutrisi, stunting, anemia, hingga obesitas. Gizi buruk dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kondisi sosial ekonomi, kurangnya pengetahuan ibu mengenai pola pemberian gizi yang tepat untuk anak, serta berat badan lahir rendah (BBLR), yang dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak secara keseluruhan (Fariqy & Graharti, 2024).

Salah satu upaya untuk mengurangi factor tersebut adalah dengan memberikan edukasi gizi sejak dini. (Imani, 2020) Edukasi mengenai gizi dapat diberikan kepada anak-anak sekolah melalui berbagai sarana, seperti kegiatan penyuluhan, media visual berupa poster, materi informasi dalam bentuk brosur, serta booklet yang berisi panduan tentang pola makan sehat. Anak usia sekolah (5-14 tahun) mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Pada tahap ini, aktivitas fisik seperti bermain, berolahraga, dan berbagai aktivitas lainnya (Gusneti et al., 2025). Agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, mereka membutuhkan asupan gizi yang memadai, baik dari segi jumlah maupun mutu. Pada tahap ini, segala potensi yang dimiliki harus dikembangkan secara menyeluruh, mencakup aspek kognitif, kemampuan berbahasa, perkembangan sosial emosional, serta keterampilan motorik fisik (Cahyane et al., 2023).

Dalam perkembangan fisik motorik, anak usia dini memiliki tingkat energi yang tinggi, yang berperan penting dalam mendukung berbagai aktivitas. Energi ini diperlukan untuk meningkatkan keterampilan fisik, termasuk pengembangan motorik kasar dan motorik halus, sehingga mereka dapat mengasah kemampuan gerak dan koordinasi secara optimal (Sudirjo & Alif, 2018). Namun, berbagai faktor kontekstual sering kali memiliki pengaruh besar terhadap kebiasaan makan di usia ini, sehingga pemenuhan nutrisi sering tidak optimal. Peningkatan kesehatan anak menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas. Salah satu faktor penting terhadap Kesehatan anak adalah konsumsi makanan bergizi yang tidak hanya mendukung pertumbuhan fisik tetapi juga pertumbuhan kemampuan berpikir. (Rahmi, 2019) Anak yang mengalami kekurangan gizi cenderung menghadapi hambatan dalam perkembangan fisik, mental, dan intelektual mereka. Gizi buruk secara langsung disebabkan oleh rendahnya asupan makanan serta tingginya angka penyakit infeksi, yang dipengaruhi oleh beragam faktor dengan tingkat kompleksitas yang tinggi. (Rahmy et al., 2020) oleh karena itu, Selama masa anak-anak membutuhkan berbagai makanan

gizi seperti protein, vitamin, mineral, dan nutrisi lainnya untuk mendukung perkembangan sistem kekebalan tubuh, meningkatkan aktivitas belajar dan bermain, dan banyak lagi.

Selain itu, kondisi sosial-ekonomi turut berkontribusi terhadap terjadinya gizi buruk. Keterbatasan pendapatan sering kali menghambat kemampuan keluarga untuk secara berkelanjutan menyediakan makanan yang bernutrisi bagi anak-anak mereka (Wahid et al., 2020). Sebagian besar anak-anak tersebut juga memiliki kebiasaan makan yang tidak teratur, dan edukasi tentang pentingnya gizi belum merata. Namun, terdapat langkah-langkah positif yang mulai dilakukan, seperti program edukasi gizi, pelatihan bagi ibu-ibu tentang cara memanfaatkan sumber daya lokal untuk menciptakan menu sehat, serta penyediaan makanan bergizi bagi anak-anak. Pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat akan melahirkan status gizi yang baik. (Yanuaringsih et al., 2021) Mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebihan dapat menyebabkan peningkatan berat badan dan berisiko menimbulkan berbagai penyakit akibat kelebihan zat gizi. Sebaliknya, apabila tubuh tidak memperoleh asupan makanan yang cukup, kondisi ini dapat mengakibatkan penurunan berat badan serta meningkatkan kerentanan terhadap berbagai gangguan kesehatan (Panjaitan et al., 2019).

Desa Panjunan merupakan bagian dari kecamatan Waru kabupaten Sidoarjo. Desa ini memiliki kondisi sosial yang relatif baik, Kondisi ekonomi desa ini juga relatif baik. Pelayanan publik di Desa Panjunan juga terstruktur dengan baik. Pemerintah desa memiliki rencana kerja yang jelas dan terstruktur, yang menunjukkan adanya perhatian terhadap kesejahteraan masyarakat. Namun, seperti desa lainnya, Desa Panjunan juga memiliki beberapa tantangan sosial yang perlu diatasi. Misalnya, Aksesibilitas terganggu seperti Jalan berlubang yang menyulitkan akses transportasi, baik untuk kendaraan pribadi, angkutan umum, maupun pengangkutan barang, sehingga aktivitas menjadi terhambat. Selain itu permasalahan lain di desa Panjunan adalah Perubahan Pola Konsumsi yang dipengaruhi budaya kota sering kali mengubah pola makan masyarakat desa Panjunan. Makanan instan dan cepat saji lebih sering dikonsumsi, sehingga asupan gizi menjadi tidak seimbang. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan mengatasi tantangan-tantangan sosial yang ada.

Gizi yang optimal sangat diperlukan bagi anak-anak, terutama selama masa pertumbuhan dan perkembangan (Maryani & Wisudawati, 2024). Sebaliknya, kekurangan gizi dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh anak. Aktivitas fisik yang tinggi serta pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara kebutuhan gizi dan asupannya. Kondisi ini berpotensi memicu masalah gizi ganda, seperti kelebihan maupun kekurangan gizi pada anak. Anak-anak usia sekolah dasar menjadi kelompok yang ideal untuk intervensi perbaikan gizi, karena pada tahap ini fungsi organ otak mulai berkembang pesat. Agar proses tumbuh kembang anak, terutama di usia sekolah, berlangsung optimal tanpa hambatan, diperlukan kecukupan asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Rahmiwati et al., 2018). Oleh karena itu, dengan adanya tindakan yang tepat dalam bentuk

bantuan makanan bergizi sangat diperlukan untuk memastikan anak-anak mendapatkan asupan gizi yang memadai.

Anak yang sehat adalah kunci terciptanya masa depan yang gemilang. (Marselinus et al., 2024) Dengan memahami tantangan yang dihadapi dan melakukan upaya yang tepat, kita dapat memastikan bahwa anak-anak tumbuh sehat dan memiliki kesempatan untuk mencapai potensi penuh mereka. Kesehatan dan gizi yang baik merupakan hak setiap anak dan merupakan hal penting bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka (Uce, 2018). Program kegiatan bantuan makanan bergizi di desa Panjunan Kecamatan Waru bertujuan untuk mengatasi masalah ini dan meningkatkan status gizi masyarakat, khususnya anak-anak. Program kegiatan bantuan makanan bergizi untuk anak di desa Panjunan kecamatan waru Sidoarjo merupakan langkah penting dalam meningkatkan kesehatan dan gizi anak-anak. Dengan penyediaan bantuan makanan bergizi, program ini diharapkan dapat menciptakan generasi yang lebih sehat dan produktif. Investasi dalam gizi anak adalah investasi untuk masa depan yang lebih baik bagi masyarakat dan bangsa.

SASARAN, TAHAPAN, DAN METODE KEGIATAN

Pada kegiatan ini partisipan yang mengikuti dalam kegiatan ini yaitu beberapa anak usia 7-13 tahun, yang berjumlah sekitar 10 anak. kegiatan ini bertujuan untuk: 1) Meningkatkan status gizi anak-anak di Desa Panjunan, terutama yang berada dalam kelompok usia rentan (balita dan anak usia sekolah dasar), 2) Meningkatkan kesadaran orang tua dan masyarakat tentang pentingnya asupan makanan bergizi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, dan 3) Membangun kepedulian sosial dan peran aktif masyarakat, termasuk lembaga pendidikan dan kesehatan, dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui penyediaan pangan sehat.

Program ini adalah sebuah inisiatif yang dirancang untuk meningkatkan kesehatan anak-anak dengan menyediakan makanan bergizi yang cukup dan seimbang. Dalam program ini, anak-anak akan menerima makanan bergizi yang disiapkan dengan memperhatikan kebutuhan gizi mereka. Program ini dimulai dengan persiapan yang matang, termasuk identifikasi sasaran program, penyusunan menu makanan bergizi, dan pengadaan bahan makanan yang segar dan berkualitas. Setelah persiapan selesai, program ini dilaksanakan dengan penyajian makanan bergizi kepada anak-anak sasaran program.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 7 April - 8 April 2025 di Desa Panjunan Kecamatan Waru Kabupaten Sidoarjo. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu anak-anak Desa Panjunan. Metode yang diterapkan adalah Participatory Action Research (PAR), yaitu pendekatan penelitian yang bersifat partisipatif, di mana anatar masyarakat (warga) dalam suatu komunitas atau lingkup sosial yang lebih luas turut terlibat aktif. Tujuan dari metode ini adalah mendorong terjadinya perubahan kondisi kehidupan menuju keadaan yang lebih baik dan bersifat transformatif. (Dr. Amini & Nurman Ginting, 2024) metode ini melibatkan kolaborasi antara peneliti dan anggota komunitas dalam semua tahap proses penelitian, mulai dari perencanaan, pelaksanaan hingga evaluasi. Tujuan utama PAR adalah untuk

memberdayakan masyarakat dengan cara mengidentifikasi masalah yang mereka hadapi, mengumpulkan data, dan merumuskan solusi secara bersama-sama (Zunaidi, 2024). Metode ini menekankan partisipasi aktif, di mana anggota komunitas tidak hanya sebagai subjek penelitian, tetapi juga sebagai mitra yang berkontribusi dalam pengambilan keputusan.

Metodologi ini dirancang sebagai upaya kolaboratif antara peneliti dan anak-anak di Desa Panjunan. Pendekatan PAR dipilih karena menekankan pada partisipasi aktif anak-anak dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan hingga evaluasi hasil. Dari Teknik Pengumpulan data ini memakai Metode Observasi dan wawancara sehingga peneliti memperoleh informasi yang akurat dan relevan. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang lebih mendalam dan rinci tentang fenomena yang sedang diteliti.

1. Tahap Persiapan

Kegiatan ini diawali pada tanggal 7 April 2025 dengan menentukan jumlah peserta dan observasi langsung di lokasi desa Panjunan Kecamatan Waru, untuk menyampaikan rencana kegiatan dan calon peserta yang mengikuti kegiatan ini.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 8 April 2025. Pada tahapan pelaksanaan ini terbagi menjadi dua tahapan, yakni tahapan pelaksanaan pengolahan makanan dan pembagian makanan bergizi pada anak-anak. Pelaksanaan pengolahan makanan dilakukan oleh tim pengabdian sendiri. Adapun makanan yang diberikan yaitu nasi, sayur (buncis dan wortel), ayam tepung, tahu dan tempe, buah melon, dan susu. Pada tahapan pengolahan makanan, tim pengabdian berupaya memberikan bahan makanan yang bersih dan higienis untuk menjamin kualitas dan keamanan pada makanannya. Dalam hal ini, tim pengabdian memilih menu 4 sehat 5 sempurna. Dilanjutkan dengan tahapan pemberian bantuan program makanan bergizi kepada anak-anak. Sasaran kegiatan ini adalah kelompok Masyarakat desa dengan kriteria sebagai berikut: a) Anak berusia 7-13 Tahun; b) Masyarakat desa Panjunan Kecamatan waru; dan Bersedia mengikuti kegiatan program bantuan makanan bergizi.

3. Monitoring dan Evaluasi

Berdasarkan wawancara dan tanggapan dari partisipan kegiatan, anak-anak menunjukkan peningkatan antusiasme dalam mengonsumsi makanan bergizi setelah mengikuti program ini. Banyak anak yang merasa makanan yang disajikan menarik dan sesuai dengan selera mereka, sekaligus memberikan pemahaman baru mengenai manfaat makanan sehat. Secara umum, partisipan mengapresiasi keberhasilan program ini dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku konsumsi makanan bergizi. Dengan evaluasi dari partisipan kegiatan, program ini dianggap efektif dalam memenuhi tujuan utamanya, yaitu meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengonsumsi makanan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat berupa diadakannya kegiatan program bantuan makanan bergizi dilaksanakan di Desa Panjunan berlangsung selama 2 hari, tepatnya di hari senin-selasa. Partisipan yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini yaitu anak-anak dengan usia 7-13 tahun. Maksud dan tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan Kesehatan pada anak. Dari pelaksanaan kegiatan ini, dapat terlihat bahwa anak-anak menyambut baik program bantuan makanan bergizi yang diberikan. Antusiasme peserta terlihat sejak hari pertama, di mana mereka datang tepat waktu dan menunjukkan rasa ingin tahu terhadap makanan yang disediakan. Respon positif ini menunjukkan bahwa program semacam ini memang dibutuhkan dan relevan dengan kondisi masyarakat, terutama di desa yang belum memiliki akses gizi seimbang secara merata.

Selain pemberian makanan, kegiatan ini juga memberikan dampak edukatif. Anak-anak tidak hanya menerima makanan, tetapi juga mendapatkan pemahaman tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi melalui penjelasan singkat yang disampaikan oleh tim pengabdian.

Dengan cara penyampaian yang menarik dan disesuaikan dengan usia mereka, informasi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diharapkan dapat memengaruhi kebiasaan makan mereka sehari-hari. Dari sisi pelaksanaan, kegiatan berjalan lancar dan sesuai rencana. Tidak ditemukan kendala berarti dalam pengolahan maupun pendistribusian makanan. Dukungan dari warga dan perangkat desa juga sangat membantu kelancaran acara. Hal ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara tim pengabdian dan masyarakat setempat sangat penting dalam menjamin keberhasilan kegiatan pengabdian. Keberhasilan ini diharapkan dapat menjadi model kegiatan sosial berkelanjutan di kemudian hari. Pada kegiatan ini, menggunakan pendekatan metode PAR dengan analisis SWOT untuk menjaga Kesehatan pada anak dengan usia yang ditentukan. Dalam kegiatan pengabdian ini. Berikut akan dijelaskan beberapa tahapannya yaitu:

Tabel 1. Analisis SWOT

Stength (Kekuatan)	Weakness (Kelemahan)
<ol style="list-style-type: none"> Keahlian Tim Pengabdian Adanya kesadaran sebagian besar masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan. Terdapat fasilitas kesehatan dasar 	<ol style="list-style-type: none"> Keterbatasan Sumber daya Variasi tingkat pemahaman Kurangnya tenaga kesehatan profesional.
Opportunity (Peluang)	Threat (ancaman)
<ol style="list-style-type: none"> Menjalin Kerja sama dengan pihak pemerintah Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi yang dapat dimanfaatkan untuk penyebaran informasi kesehatan. 	<ol style="list-style-type: none"> Penyebaran informasi yang tidak akurat. Pengaruh budaya atau kebiasaan yang kurang sehat di sebagian masyarakat setempat.

3. Adanya dana dari berbagai sumber untuk kegiatan ini.	3. Keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan rujukan yang lebih lengkap.
---	--

Sumber : Penulis

Ketercapaian tujuan kegiatan secara umum sudah memuaskan, jika dilihat dari hasil pelaksanaan program bantuan makanan bergizi di desa Panjungan, dimana tim pengabdian turut berpartisipasi aktif, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa keterlibatan tim pengabdian telah memberikan kontribusi positif dan signifikan terhadap keberhasilan kegiatan ini. Program pemberian makanan bergizi bagi anak memiliki peran krusial dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan mereka. Nutrisi yang memadai sangat diperlukan agar anak dapat berkembang secara optimal. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa makanan yang diberikan memiliki kandungan gizi yang sesuai guna menunjang kesehatan dan perkembangan mereka secara menyeluruh. Menurut (Di et al., 2022) menyatakan bahwa “ pemberian asupan makanan bergizi dan sehat esensial untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Selaras dengan pernyataan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yang menekankan bahwa pemberian gizi yang optimal memegang peranan krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, serta penting untuk keserasan di semua kelompok usia (Dharmayani et al., 2022).

Selama dua hari pelaksanaan, kegiatan diawali dengan edukasi singkat mengenai pentingnya pola makan sehat, yang disampaikan dalam bentuk permainan dan visual interaktif agar mudah dipahami oleh anak-anak. Setelah itu, dilanjutkan dengan pembagian makanan bergizi seperti nasi, lauk pauk seimbang, sayuran, buah-buahan, serta susu. Setiap anak juga mendapatkan paket makanan tambahan yang bisa dikonsumsi di rumah. Selain itu, tim pelaksana melakukan observasi ringan terhadap kebiasaan makan anak-anak sebagai data awal untuk evaluasi kegiatan serupa di masa depan.

Kegiatan ini mendapat respon positif dari masyarakat, khususnya orang tua dan perangkat desa yang turut hadir dan mendukung jalannya program. Mereka mengapresiasi kepedulian terhadap kesehatan anak-anak di desa mereka dan berharap program semacam ini dapat diadakan secara rutin. Harapannya, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat langsung dalam bentuk bantuan makanan, tetapi juga membangun kesadaran anak-anak dan orang tua tentang pentingnya gizi seimbang sebagai pondasi utama tumbuh kembang yang optimal.

Peran gizi memberikan peranan yang sangat signifikan dalam memastikan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak yang berjalan dengan optimal. Sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang berkualitas.



Gambar 1. Pengamatan kesehatan anak anak

Kegiatan ini dilaksanakan selama 2 hari tepatnya pada tanggal 7 April -8 April 2025. Yang dilaksanakan dengan dua tahapan di antaranya yaitu; tahapan observasi di desa Panjunan, dan tahapan pelaksanaan. Pada tahapan perencanaan awal di lakukan dengan observasi (pengamatan kesehatan) terlebih dahulu. Berdasarkan hasil observasi yang telah kami lakukan, kondisi kesehatan masing-masing anak menunjukkan hasil yang cukup baik.



Gambar 2. Menu makanan bergizi: Nasi, Tahu tempe dan Ayam tepung

Kemudian tahapan pelaksanaan, terbagi atas dua tahapan, diantaranya yaitu tahapan pelaksanaan pengolahan makanan dan pemberian makanan bergizi pada anak-anak. Pelaksanaan pengolahan makanan dilakukan oleh tim pengabdian sendiri dengan jaminan kebersihan saat mengolah makanan tersebut. Adapun makanan yang diberikan yaitu nasi, sayur (buncis dan wortel), ayam tepung, tahu dan tempe, buah melon, dan susu. Pada tahapan pengolahan makanan ini, tim pengabdian berupaya memberikan bahan makanan yang bersih dan higienis untuk menjamin kualitas dan keamanan pada makanannya. Dalam hal ini, tim pengabdian memilih menu 4 sehat 5 sempurna. Dilanjutkan dengan tahapan pemberian bantuan program makanan bergizi kepada anak-anak. Sebelumnya, tim melakukan upaya penyajian makanan dengan wadah lalu memberikannya kepada anak-anak secara bergantian.



Gambar 4. Menu makanan bergizi

Dalam proses pengolahan makanan, tim pengabdian tidak hanya fokus pada kebersihan dan kualitas bahan makanan, tetapi juga memperhatikan nilai gizi yang terkandung dalam setiap menu yang disajikan. Seluruh bahan makanan diperoleh dari sumber yang terpercaya dan diolah secara sederhana namun tetap mempertahankan kandungan nutrisinya. Proses memasak dilakukan di dapur umum yang disediakan oleh warga setempat, dengan pengawasan langsung dari tim untuk memastikan makanan tidak terkontaminasi dan layak dikonsumsi oleh anak-anak. Setelah makanan selesai diolah, tim melanjutkan ke tahap penyajian. Makanan ditata rapi dalam wadah makanan sekali pakai yang bersih dan ramah lingkungan. Proses ini dilakukan secara sistematis dan hati-hati agar makanan tidak tumpah atau rusak saat dibagikan. Anak-anak kemudian dipanggil secara bergiliran untuk menerima makanan, guna menghindari kerumunan dan menjaga ketertiban. Tim juga turut mengawasi saat anak-anak menikmati makanannya, sembari memberikan edukasi ringan tentang pentingnya makan sayur dan buah.



Gambar 5. Penyajian makanan bergizi



Gambar 6. Pemberian makanan Bergizi



Gambar 7. Makan bersama makanan bergizi oleh anak-anak

Kegiatan ini tidak hanya memberikan asupan gizi kepada anak-anak, tetapi juga membangun suasana kebersamaan dan kepedulian antara tim pengabdian dan masyarakat setempat. Anak-anak tampak antusias dan senang dengan menu yang disediakan, sementara para orang tua merasa terbantu dan berharap kegiatan semacam ini dapat berlanjut. Melalui pendekatan langsung dan penuh kehangatan, diharapkan kegiatan ini mampu memberikan dampak positif jangka panjang terhadap pola makan dan kesehatan anak-anak di Desa Panjunan.

PENUTUP

Kegiatan program bantuan makanan bergizi yang dilaksanakan di Desa Panjunan selama dua hari telah terlaksana dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang ditetapkan. Program ini berhasil memberikan manfaat langsung dalam bentuk pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi anak-anak usia 7-13 tahun, yang merupakan kelompok usia rentan terhadap masalah gizi. Pemberian makanan dilakukan secara langsung melalui paket makanan dengan menu 4 sehat 5 sempurna, yang mencakup nasi, sayuran (buncis dan wortel), lauk pauk (ayam tepung, tahu, dan tempe), buah melon, serta susu. Berdasarkan observasi di lapangan, anak-anak menunjukkan antusiasme tinggi terhadap program ini, terutama terhadap ragam makanan yang disajikan. Selain memenuhi kebutuhan gizi harian, kegiatan ini juga berdampak positif dalam menumbuhkan kesadaran dan minat anak-anak terhadap pentingnya mengonsumsi makanan sehat. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini tidak hanya efektif dalam memberikan bantuan langsung, tetapi juga berkontribusi dalam mengedukasi dan membentuk kebiasaan positif. Secara keseluruhan, kegiatan ini dinilai berhasil dan mendapat respon yang sangat baik dari anak-anak dan masyarakat setempat. Oleh karena itu, program serupa disarankan untuk dilaksanakan secara berkala atau berkelanjutan, dengan melibatkan lebih banyak pihak, seperti tenaga kesehatan, guru, dan orang tua. Dengan demikian, upaya peningkatan kesehatan anak melalui pendekatan pemberian makanan bergizi dapat terus dikembangkan menjadi gerakan yang lebih luas dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyane, R. O. D. I., Ridlwan, M., & Abidin, R. (2023). Penerapan kegiatan melukis dengan jari. *Conference Of Elementary Studies*, 592–609.
- Dharmayani, N. K. T., Putra, E. J., Syundari, N. S., Nurmayana, B., Agustina, I., Indrianingsih, N. I. M. ., Rohmati, E., Febriana, D., Christian, K. Y., & Saputra, R. A. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Sosialisasi Hidup Sehat dan Makanan Bergizi di Desa Tirtanadi Kecamatan Labuhan Haji. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 1(2), 70–74. <https://doi.org/10.29303/jpimi.v1i2.1482>
- Di, B., Mujahidin, T. K., & Timur, P. (2022). Pelaksanaan program makanan bergizi melalui kegiatan makan bersama di tk mujahidin 2 pontianak timur. *Jurnal Pendidikan Pembelajaran*, 11(10), 2277–2288. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i10.58985>
- Dr. Amini, S. A. M. P., & Nurman Ginting, S. P. I. M. P. I. (2024). METODE PENELITIAN (KUALITATIF, KUANTITATIF, PTK, DAN R&D). *umsupress*. <https://books.google.co.id/books?id=Erf4EAAAQBAJ>
- Fariqy, M. I., & Graharti, R. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi malnutrisi. *Medical Profession Journal of Lampung*, 14(2), 301–305.
- Gusneti, I., Nurazila, A., Nelvi, M., Yeni, Z., & Hidayat, H. (2025). Pertumbuhan Fisik Anak Usia Sekolah Dasar : Tantangan dan Strategi Pengelolaannya di Sekolah. 9, 1738–1745. Imani, N. (2020). Stunting pada anak: kenali dan cegah sejak dini. *Hijaz Pustaka Mandiri*.
- Marselinus, K., Harfika, A., Wayanshakty, J. P., Suryana, A. L., Muningsgar, J., Mulyani, N., Sihombing, E. S. R., Nurvitasari, R. I., & Refti, W. G. (2024). Ilmu Kesehatan Anak. Sada Kurnia Pustaka. <https://books.google.co.id/books?id=TOojEQAAQBAJ>
- Maryani, D., & Wisudawati, W. (2024). Literature Review: Peran Status Gizi Dengan Pertumbuhan Dan Perkembangan Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas ...*, 10(1). <https://jurnal.unsaka.ac.id/index.php/JIKKBH/article/view/128%0Ahttps://jurnal.unsaka.ac.id/index.php/JIKKBH/article/download/128/92>
- Panjaitan, W. F., Siagian, M., & Hartono, H. (2019). Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Al Hidayah Terpadu Medan Tembung. *Jurnal Dunia Gizi*, 2(2), 71.
- Papotot, G. S., Rompies, R., & Salendu, P. M. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Biomedik: JBM*, 13(3), 266–273.
- Rahmi, P. (2019). Peran nutrisi bagi tumbuh dan kembang anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Bunayya*, 5(1), 1–13.
- Rahmiwati, A., Sitorus, R. J., Arinda, D. F., & Utama, F. (2018). Determinan obesitas pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 25–34.

- Rahmy, H. A., Prativa, N., Andrianus, R., & Shalma, M. P. (2020). Edukasi Gizi Pedoman Gizi Seimbang Dan Isi Piringku Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 06 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(2).
- Ramlah, U. (2021). Gangguan kesehatan pada anak usia dini akibat kekurangan gizi dan upaya pencegahannya. *Ana'Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), 12–25.
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. UPI Sumedang Press.
- Uce, L. (2018). Pengaruh asupan makanan terhadap kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 79–92.
- Wahid, A., Hannan, M., Dewi, S. R. S., & Hidayah, R. H. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(2), 92–102.
- Yanuaringsih, G. P., Aminah, S., & Puspita, N. L. M. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(2), 248–256.
- Zunaidi, A. (2024). *Metodologi Pengabdian Kepada Masyarakat Pendekatan Praktis untuk Memberdayakan Komunitas*. Yayasan Putra Adi Dharma.