

PKM Penyuluhan Gizi Seimbang Bagi Guru-Guru untuk Mencegah Gizi Kurang dan Gizi Lebih pada Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Mare Kabupaten Bone

Muliadi¹, Sitti Jauhar²

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Indonesia^{1,2}

Email: muliadi6452@unm.ac.id

Abstrak. Kegiatan PKM pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk membantu mitra mencegah atau mengatasi masalah Gizi kurang dan Gizi lebih pada siswa SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone. Ada beberapa kendala yang dihadapi mitra terhadap masalah gizi siswa. Kendala-kendala tersebut diantaranya adalah kurangnya pemahaman dan kepedulian untuk memberikan pengetahuan tentang Gizi seimbang bagi siswanya, kurangnya pemahaman guru terhadap akibat gizi kurang atau gizi lebih pada siswa, serta upaya pencegahan dan perbaikan gizi bagi siswa yang mengalami gizi kurang maupun gizi lebih. Tujuan kegiatan ini dilaksanakan adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang bagi guru untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih terhadap siswa. Manfaat kegiatan ini, bermanfaat kepada semua siswa agar mengetahui pentingnya gizi seimbang, akibat yang ditimbulkan jika terjadi gizi kurang atau gizi lebih, serta upaya pencegahannya. Bagi guru bermanfaat di jadikan indikator kesehatan siswanya. Tahap kegiatan PKM ini dilaksanakan dengan tiga tahap yaitu; Tahap pertama memberikan pengetahuan/pemahaman tentang konsep Gizi seimbang, tujuan dan manfaat Gizi bagi manusia dan lebih khusus bagi siswa SD (masa pertumbuhan dan perkembangan). Kemudian tahap kegiatan kedua dilaksanakan dengan metode pendampingan yaitu Diskusi, demonstrasi, dan tugas gizi seimbang pada siswa SD, Tahap ketiga adalah Presentasi dan melakukan evaluasi pada peserta pelatihan dalam mengimplementasikan gizi seimbang bagi siswa SD.

Kata Kunci: Penyuluhan, Gizi Seimbang, Gizi Kurang, Gizi Lebih

PENDAHULUAN

Masalah gizi merupakan salah satu faktor penting, bahkan merupakan penentu keberhasilan upaya pembangunan manusia Indonesia. Kondisi kesehatan yang baik dan optimal akan memungkinkan seseorang untuk memiliki kesempatan dan kemampuan yang lebih besar dalam memenuhi kebutuhan pendidikan dan ekonomi. Sebagai generasi penerus bangsa yang akan datang, dalam pembangunan nasional anak merupakan aset bangsa yang sangat berharga dan akan meneruskan pembangunan. Agar pembangunan dikemudian hari dapat berlangsung dengan baik, maka kualitas anak perlu ditingkatkan baik fisik maupun mentalnya. Anak sekolah dasar (SD), merupakan usia dimana tumbuh kembang yang sangat pesat sehingga memerlukan asupan gizi yang baik agar pertumbuhan dan perkembangan badannya seimbang. Pada masa ini anak mulai masuk kedalam dunia baru, anak mulai banyak berhubungan dengan orang-orang diluar keluarganya dan berkenalan dengan

suasana dan lingkungan baru dalam kehidupannya. Pada umur ini anak lebih banyak aktivitasnya, baik di sekolah maupun diluar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tetapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan (gizi) yang dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi (Soetjiningsih, 2012).

Indonesia mengalami masalah gizi ganda, yaitu masalah gizi kurang dan masalah gizi lebih. Masalah gizi kurang umumnya disebabkan oleh kemiskinan, kurangnya persediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan. Masalah gizi lebih disebabkan oleh kemajuan ekonomi pada lapisan masyarakat tertentu disertai dengan kurangnya pengetahuan tentang gizi, menu seimbang dan kesehatan (Almatsier, 2015).

Kementerian Kesehatan RI,(2014) dinyatakan bahwa Pedoman gizi seimbang (PGS) adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Gizi seimbang memperhatikan empat prinsip, yakni variasi makanan, pentingnya pola hidup bersih, pentingnya pola hidup aktif dan olahraga, serta pemantauan berat badan ideal. Pedoman Gizi Seimbang telah cukup lama dikenalkan dan disosialisasikan kepada masyarakat yaitu lebih dari 15 tahun lalu akan tetapi masih banyak masyarakat di Indonesia yang tidak mengetahui Pedoman Gizi Seimbang. Sampai saat ini perubahan perilaku gizi masyarakat ke arah perilaku gizi seimbang masih jauh dari harapan. Konsumsi pangan belum seimbang baik kuantitas maupun kualitasnya, dan perilaku hidup bersih dan sehat belum memadai. Indonesia sampai sekarang ini masih menghadapi masalah gizi ganda, walaupun prevalensi stunting menurun. Berdasarkan hasil (Riskesmas, 2018), yaitu dari 37.2% (2013) menjadi 30.2% (2018), akan tetapi obesitas mengalami kenaikan dari 14.8% (2013) menjadi 21.8%, hal ini berdampak pada meningkatnya prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) 2-5. Oleh karena itu perlunya upaya perubahan perilaku gizi masyarakat ke arah perilaku gizi seimbang yang merupakan faktor penting dalam pencegahan timbulnya masalah gizi dan mempertahankan status gizi yang baik.

Berdasarkan Riskesdas (2010), secara nasional prevalensi status gizi pada anak usia 6-12 tahun terdiri dari, 4,6% sangat kurus, 7,6% kurus, 78,6% normal dan 19,2% gemuk. Beberapa faktor penyebab obesitas pada anak antara lain asupan makanan berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman soft drink, makanan jajanan seperti makanan cepat saji (burger, pizza, hot dog) dan makanan siap saji lainnya yang tersedia di gerai makanan. Selain itu, obesitas dapat terjadi pada anak yang ketika masih bayi tidak dibiasakan mengkonsumsi air susu ibu (ASI), tetapi meng-gunakan susu formula dengan jumlah asupan yang melebihi porsi yang dibutuhkan bayi/anak. Akibatnya, anak akan mengalami kelebihan berat badan saat berusia 4-5 tahun. Hal ini diperparah dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan yang kurang sehat dengan kandungan kalori tinggi tanpa disertai konsumsi sayur dan buah yang cukup sebagai sumber serat. Faktor penyebab

obesitas lainnya adalah kurangnya aktivitas fisik baik kegiatan harian maupun latihan fisik terstruktur. Aktivitas fisik yang dilakukan sejak masa anak sampai lansia akan mempengaruhi kesehatan seumur hidup. Obesitas pada usia anak akan meningkatkan risiko obesitas pada saat dewasa. Penyebab obesitas dinilai sebagai multikausal dan sangat multidimensional karena tidak hanya terjadi pada golongan sosioekonomi tinggi, tetapi juga sering terdapat pada sosioekonomi menengah hingga menengah ke bawah. Obesitas dipengaruhi oleh faktor lingkungan dibandingkan dengan faktor genetik. Jika obesitas terjadi pada anak sebelum usia 5-7 tahun, maka risiko obesitas dapat terjadi pada saat tumbuh dewasa. Anak obesitas biasanya berasal dari keluarga yang juga obesitas. Yulni, Hadju, (2013) menyatakan bahwa masalah gizi di Indonesia didominasi oleh 4 masalah gizi, yaitu kurang energi protein (KEP), masalah anemia besi, masalah gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), masalah kekurangan vitamin A (KVA) serta masalah obesitas terutama di kotakota besar. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anak pendek pada anak berusia 5-12 tahun mencapai 30,7% yang terdiri dari anak sangat pendek sebanyak 12,3% dan anak pendek sebanyak 18,4%.⁴ Prevalensi kurus nasional pada kategori usia ini adalah 11,2%, dimana anak sangat kurus sebesar 4% dan anak kurus sebesar 7,2%. Sedangkan prevalensi kegemukan pada kategori usia ini relatif tinggi yaitu sebesar 18,8%. Angka tersebut meningkat bila dibandingkan dengan data tahun 2010 yaitu sebesar 9,2%.

World Health Organization (WHO) menyarankan upaya untuk mengatasi masalah gizi pada anak melalui pendidikan tentang makanan dan nutrisi serta melibatkan pada orang tua untuk melakukan monitoring dan evaluasi. Pemantauan gizi pada anak di Indonesia dilakukan melalui kegiatan upaya kesehatan sekolah (UKS) di awal semester setiap tahunnya. Pemantauan rutin dilakukan hanya melalui pengukuran antropometri. Sedangkan pemantauan pola makan dan pola asuh jarang dilakukan. Thamaria Netty, dkk. (2017) menyatakan bahwa anak-anak yang menderita kekurangan gizi akan memiliki perilaku tidak tenang, cengeng, dan pada stadium lanjut anak bersifat apatis.

Sulystioningsih (2012) konsumsi makanan yang mengandung gizi yang baik akan berpengaruh terhadap status gizi kesehatan yang merupakan modal utama bagi kesehatan individu. Malnutrisi (gizi salah) disebabkan oleh asupan gizi yang salah atau tidak sesuai dengan kebutuhan dan dapat menimbulkan masalah kesehatan, dalam bentuk asupan gizi yang berlebih atau kurang sehingga menyebabkan tidak seimbangnya antara kebutuhan dengan asupan. Ariani, (2017) Gizi merupakan suatu proses organisme makanan yang dikonsumsi secara normal dengan proses pencernaan, penyerapan, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat gizi untuk pertahan hidup, pertumbuhan serta fungsi normal organ tubuh serta menghasilkan tenaga. Dan lanjut dinyatakan bahwa gizi seimbang adalah pola makan yang seimbang pada zat gizi yang diperoleh dari aneka ragam makanan dalam memenuhi kebutuhan zat gizi untuk hidup sehat, cerdas, dan produktif.

Berdasarkan informasi awal yang diperoleh pengabdian dari siswa, guru dan kepala sekolah pada bulan Januari 2023 di SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare

bahwa; di sekolah ini belum pernah diadakan sosialisasi atau penyuluhan masalah gizi diantaranya; gizi seimbang, masalah gizi kurang dan gizi lebih, pencegahan atau upaya perbaikan gizi pada usia siswa SD. Selain informasi dari guru, pengabdian juga melakukan tanya jawab dengan beberapa siswa, tentang pola makan (kebiasaan konsumsi), ada beberapa siswa adayang tidak sarapan pagi, dengan alasan karena orang tuanya tidak sempat memasak atau menyiapkan sarapan pagi dan hanya ingin praktisnya saja, tanpa memperhatikan sehat atau tidaknya jajanan yang dikonsumsi oleh anaknya di sekolah.

Menurut Jauhari, A.(2015) menjelaskan, asupan gizi yang kurang pada anak dapat menghambat pertumbuhan fisik dan kemampuan berfikir pada anak yang akhirnya dapat menurunkan minat belajar. Oleh karena itu penyuluhan gizi seimbang bagi guru untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih penting disosialisasikan agar guru sebagai motivator dan inspirator di SD dapat melakukan langkah preventif. Bertolak dari latar belakang tersebut maka pengabdian tertarik untuk memberikan penyuluhan dan pelatihan tentang gizi seimbang bagi guru-guru di SD Inpres 3/77 kecamatan Mare kabupaten Bone.

Sebagai salah satu bentuk usaha perbaikan gizi anak SD adalah dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman terhadap guru SD, sebagai institusi yang terorganisir dengan baik dan merupakan wadah pembentukan karakter serta media contoh perilaku hidup sehat, meski pembinaan terbatas oleh waktu yang relatif singkat akan tetapi sebagai pendidik kita dapat memanfaatkan waktu tersebut sebaik mungkin agar pengetahuan tentang pentingnya gizi dapat dipahami oleh peserta didik, tanpa kita sadari anak akan membawa atau bahkan dapat memberikan pengaruh perilaku hidup sehat tersebut kepada orang tua dan keluarga mereka di rumah.

Pemenuhan gizi seimbang memiliki berbagai manfaat yang sangat baik bagi anak, bukan hanya peran sebagai pembentukan fisik yang ideal saja tetapi juga memberikan sumber tenaga sebagai penunjang aktifitas anak. Sebagai contoh pada anak yang mengalami kekurangan gizi akan terlihat lemas, kurang bersemangat dan pasif, tentunya hal ini dapat mengganggu kegiatan belajar anak sehingga pembelajaran tidak dapat berlangsung secara maksimal. Hal ini juga berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan sehari-hari termasuk makanan, terkadang orang tua sering tidak memperhatikan makanan yang mereka konsumsi dengan nilai gizi yang terkandung di dalamnya. Sering terjadi anak lemas atau mengantuk bahkan tidak semangat mengikuti pelajaran hal ini dikarenakan peserta didik mengabaikan sarapan pagi dan hanya diberikan uang saku untuk jajan. Seperti kita ketahui keberadaan kantin di sekolah masih kurang menjaga kebersihan makanan yang mereka jual. Menurut Tri Haryanti (2010), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi pada anak-anak sekolah antaralain, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai makanan bergizi, kurangnya sosialisasi gizi, status sosial dan ekonomi orang tua. Maka peran orang tua dan guru juga sangat penting sebagai kontrol gizi anak-anak dalam lingkungan sekolah dan di rumah.

Sekolah merupakan suatu wadah dibidang pendidikan yang dapat memberikan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman dalam rangka meningkatkan taraf

kehidupan seorang siswa, termasuk kesehatan. Guru sangat berperan dalam menyalurkan pengetahuan dan pemahaman pada siswa sekolah dasar, yang nantinya akan menghasilkan sikap dan perilaku siswa menjadi lebih baik. Masalah gizi pada usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah. Kekurangan gizi pada usia sekolah akan mengakibatkan anak menjadi lemah, cepat lelah dan mudah sakit. Oleh karena itu siswa seringkali absen serta mengalami kesulitan dalam mengikuti dan memahami pelajaran. Keadaan ini dapat menghambat pembentukan SDM yang sehat dan produktif untuk menghadapi era globalisasi.

METODE PELAKSANAAN

Rencana kegiatan dan metode yang akan dilakukan adalah memberikan pemahaman dan memberdayakan guru-guru di SD INPRES 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone dalam hal meningkatkan pengetahuan, wawasan, kemampuan dan keterampilan tentang gizi seimbang untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih siswa SD. Sedangkan metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah; metode ceramah, tanya jawab, pemberian contoh, demonstrasi, dan pemberian tugas.

Metode pelatihan yang digunakan dalam pelatihan/penyuluhan ini meliputi:

- a) Ceramah dan Tanya jawab untuk menyampaikan materi tentang; Konsep Gizi seimbang, tujuan dan manfaat gizi seimbang bagi siswa, pentingnya gizi seimbang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak SD, memahami resiko gizi kurang dan gizi lebih, kaitannya dengan prestasi akademik serta bermanfaat bagi guru dan siswa dalam upaya mencegah terjadinya gizi kurang dan gizi lebih.
- b) Demonstrasi dan pemberian contoh untuk menyusun jenis-jenis menu gizi seimbang berdasarkan buku pedoman gizi untuk anak usia SD.
- c) Pemberian tugas dan latihan/pendampingan secara berkelompok untuk membuat/menyusun menu gizi seimbang berdasarkan buku pedoman gizi untuk anak usia SD.
- d) Diskusi dilakukan pada peserta untuk mendapat balikan tentang proses maupun hasil kegiatan.
- e) Melakukan evaluasi program untuk mendapat balikan tentang proses maupun hasil kegiatan. Untuk lebih jelasnya, diuraikan sebagai berikut:
 - 1) Refleksi pelaksanaan program PKM yang dilakukan oleh ketua pelaksana dan anggota serta mitra. Kegiatan ini dilakukan untuk melihat kembali segala keunggulan dan kelemahan program serta pelaksanaannya.
 - 2) Pemantapan dan perbaikan program yang masih kurang sehingga dapat menghasilkan sebuah program yang berdaya guna dalam menyelesaikan persoalan dalam kelompok mitra.
 - 3) Keberlanjutan program dilakukan dengan membuat kelompok belajar untuk diskusi permasalahan terkait

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan di SD INPRES 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone provinsi Sulawesi Selatan. Pengabdian ini dilaksanakan dalam tiga hari, hari pertama 11 Februari 2023 Acara pembukaan dan dilanjutkan penyajian materi tentang Konsep Gizi seimbang, tujuan dan manfaat gizi seimbang bagi siswa, pentingnya gizi seimbang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak SD, memahami resiko gizi kurang dan gizi lebih, kaitannya dengan prestasi akademik serta bermanfaat bagi guru dan siswa dalam upaya mencegah terjadinya gizi kurang dan gizi lebih.

Hari kedua 17 Februari yaitu pendampingan/praktek demonstrasi dan pemberian contoh untuk menyusun jenis-jenis menu gizi seimbang berdasarkan buku pedoman gizi untuk anak usia SD, dan pemberian tugas dan latihan/ pendampingan secara berkelompok untuk membuat/menyusun menu gizi seimbang berdasarkan buku pedoman gizi untuk anak usia SD. Pada hari ketiga 25 Februari 2023, kegiatan pendampingan/praktek mendiskusikan tugas kelompok oleh tim pengabdian, sekaligus kegiatan evaluasi peserta pelatihan serta refleksi. Untuk jelasnya setiap kegiatan ditampilkan gambar seperti berikut.

Hari pertama dilaksanakan pada tanggal 11 Februari 2023 secara tatap muka langsung dengan mengikuti Protokol kesehatan (Prokes). Hari pertama, acara/kegiatan penyuluhan/pelatihan Gizi seimbang ini dihadiri peserta sejumlah 21 orang guru, Acara pembukaan dibuka oleh Pengawas Tingkat sekolah dasar Wilayah kecamatan Mare kabupaten Bone Bapak Andi Firdaus, S. Pd, M.M, kepala UPT SD INPRES 3/77 Tellongeng Ibu Andi Murhani, S. Pd serta guru-guru SD INPRES 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone. Dalam sambutannya diungkapkan bahwa kegiatan yang dilakukan oleh Tim PKM dari dosen Universitas Negeri Makassar (UNM) sangat penting bagi guru-guru dan untuk siswa kita karena dapat memberikan edukasi kepada seluruh guru tentang pentingnya mengetahui dan memahami Gizi seimbang untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih, serta resiko yang ditimbulkan. Lanjut disampaikan bahwa masalah gizi siswa sangat erat hubungannya dengan kesehatan anak/siswa dan khususnya prestasi akademiknya. Untuk itu kepada rekan guru yang hadir pada kegiatan penyuluhan/pelatihan gizi seimbang ini agar semuanya guru dan kepala UPT SD INPRES 3/77 Tellongeng mengikuti kegiatan ini dengan baik mulai acara pembukaan sampai selesai.



Gambar 1. Kegiatan Pelatihan



Gambar 2. Sesi Diskusi dengan Peserta

Pelaksanaan kegiatan PKM, kelompok mitra sasaran yaitu guru-guru SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone, menunjukkan semangat yang tinggi dalam mengikuti kegiatan pelatihan mulai dari awal sampai akhir kegiatan. Peserta yang mengikuti pelatihan yaitu sebanyak 21 orang, daftar hadir terlampir, dan selain itu respon peserta pelatihan juga kelihatan tampak bersemangat. Secara umum, hasil pelaksanaan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini adalah cukup baik dan responsif, artinya terdapat pemahaman para guru tentang pentingnya gizi seimbang dirinya dan siswanya untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa serta dampak terhadap prestasi akademik peserta didiknya. Hasil kegiatan PKM ini dapat dijabarkan dalam pembahasan sebagai berikut:

- a. Peserta pelatihan berjumlah 21 orang dari jumlah total undangan 21 orang, jadi semua guru dan kepala UPT hadir, bahkan pengawas Tk SD Wilayah kecamatan Mare ikut pelatihan, hal ini pertanda bahwa guru semakin sadar pentingnya masalah gizi seimbang, baik kepada dirinya, siswanya maupun keluarganya.
- b. Hasil observasi selama kegiatan berlangsung dari tiap pertemuan menunjukkan respon yang positif dari peserta, mulai penyajian materi, tanya jawab, diskusi serta tugas kelompok dan para peserta bersikap responsif dan aktif dalam mengikuti setiap tahapan kegiatan. Jika diamati setiap peserta sangat ingin tahu dan ingin menerapkan gizi seimbang untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih pada siswa.

- c. Peserta terlihat sangat bersemangat dalam memperhatikan penjelasan yang disampaikan oleh tim pengabdian dengan respon positif dan tidak malu bertanya apabila ada ketidakpahaman dalam penjelasan tim pengabdian.
- d. Peserta dalam diskusi gizi seimbang kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa, semua guru yang hadir aktif terlibat dengan bertanya langsung kepada tim Pengabdian, begitu pula dalam tugas yang diberikan secara kelompok peserta saling bekerja sama.
- e. Hasil pantauan tim pengabdian, secara keseluruhan peserta pelatihan telah melakukan tugas yang diberikan dengan cukup baik. Hal ini dilihat dari hasil kerja kelompok yang dipresentasikan oleh setiap kelompok yang didampingi oleh Tim Pengabdian, dan kegiatan Refleksi diberikan sebelum evaluasi kegiatan pelatihan berakhir.

Kegiatan PKM pelatihan Gizi seimbang untuk mencegah gizi kurang dan gizi lebih siswa bagi guru-guru SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone telah berhasil dilaksanakan dengan baik, sebagaimana disebutkan pada hasil pengabdian di atas, keberhasilan ini diperoleh karena adanya kerjasama antara kedua belah pihak yaitu dari pihak tim pengabdian yang berada di bawah naungan Fakultas Ilmu Pendidikan beserta Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar, dan pihak mitra yaitu kepala UPT dan guru-guru SD Inpres 3/77 Tellongeng atas peran sertanya dalam memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan program kemitraan masyarakat ini. Di samping itu dari pihak mitra yaitu kepala UPT SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone yang telah bersedia menjalin kerjasama dengan tim pengabdian dalam rangka meningkatkan kualitas sumber daya manusia (kesehatan peserta didik) khususnya di sekolah dasar.

Faktor Penghambat

Program kemitraan masyarakat (PKM) ini bukanlah sama sekali tidak ada hambatan dalam pelaksanaannya. Beberapa faktor penghambat dalam kegiatan pelaksanaan PKM sebagai berikut:

1. Pelatihan dilaksanakan dengan tatap muka/praktek langsung kepada guru-guru dengan mengatur waktu yang tepat, mengingat tugas guru SD sangat banyak antara lain; mengajar (guru kelas), membimbing siswa Ekstra kurikuler (Pramuka, olahraga, seni), membuat perangkat pembelajaran, memeriksa tugas siswa dan lain-lain.
2. Belum semua guru/peserta memiliki kebiasaan menyelesaikan tugas tepat waktu yang diberikan Tim pengabdian
3. Masih ada beberapa peserta belum siap untuk presentasi tugas yang diberikan, namun tugas ini ditugaskan secara berkelompok. Meski demikian, kendala yang dialami sama sekali tidak mengganggu keterlaksanaan program pelatihan.

KESIMPULAN

Selama mitra mengikuti kegiatan sosialisasi/pelatihan pada tiap pertemuan tatap muka langsung, para peserta menunjukkan sikap yang sangat responsif dan aktif dalam

mengikuti kegiatan dengan aktif dalam bertanya jawab, berdiskusi, mendemonstrasikan, serta melakukan semua rangkaian kegiatan tugas kelompok, presentasi sampai evaluasi semua peserta mampu menyelesaikan tugas yang diberikan oleh tim pengabdian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Makassar
2. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
3. Kepala Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat
4. Andi Murhani, S.Pd selaku kepala SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone
5. Guru-guru SD Inpres 3/77 Tellongeng kecamatan Mare kabupaten Bone sebagai Mitra pada kegiatan PKM.

Demikian juga kepada semua pihak terkait yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, kami mengucapkan terima kasih. Selanjutnya, kami berharap mudah-mudahan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat bagi para semua peserta pelatihan. Penulis menyadari bahwa selama masa pengabdian dan penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis memohon saran dan kritik dari berbagai pihak yang bersifat membangun sebagai bahan perbaikan di masa yang akan datang. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, Ayu Putri. 2017. Ilmu Gizi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2010. Riset Kesehatan Dasar(RISKESDAS)2010. Jakarta: Kemenkes RI.
- Jauhari, A. 2015. Dasar-dasar Ilmu Gizi. Yogyakarta : Jaya Ilmu.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Umum Gizi Seimbang 2014. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Soetjningsih. 2014. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta : EGC.
- Sulistyoningsih, H, 2012. Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graham Ilmu.
- Thamaria Netty. 2017. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan SDM Kesehatan.
- Tri Haryanti. 2010. Status Gizi Kelas IV, V dan VI di SD Negeri 2 Sadang Kulon Sadang Kebumen Tahun 2009/2010. Yogyakarta: Skripsi FIK UNY.
- Yulni, Hadju, V., Virani, D. 2013. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir Kota Makassar Tahun 2013. Program Studi Ilmu Gizi Universitas Hasanuddin Makassar.