

## Program penyuluhan kandungan gizi pada makanan dalam rangka peningkatan kualitas sumber daya manusia

Lailatul Hasanah\*, Renny Oktafia

\*Program Studi Ekonomi Pembangunan, UPN "Veteran" Jawa Timur, Surabaya, Indonesia

### INFORMASI ARTIKEL

*Article History:*

*Submission: 10-07-2023*

*Revised: 21-07-2023*

*Accepted: 10-08-2023*

\* *Korespondensi:*

**Renny Oktafia**

[renny.oktafia.es@upnjatim.ac.id](mailto:renny.oktafia.es@upnjatim.ac.id)

### ABSTRAK

Keberhasilan pembangunan ekonomi ditunjukkan dengan meningkatnya kualitas sumber daya manusia. Kualitas sumber daya manusia dapat dilihat dari Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Faktor-faktor yang mempengaruhi IPM diantaranya pendidikan, standar hidup layak, dan kesehatan. Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Kabupaten Probolinggo masih dikategorikan sedang. Kurangnya nilai IPM ini juga didasarkan pada masyarakat di desa-desa Kabupaten Probolinggo termasuk Desa Randuputih. Salah satu penyebab nilai IPM kurang ini disebabkan karena tingkat kesehatan, dalam hal ini angka stunting di Kabupaten Probolinggo cukup tinggi. Dengan menggunakan metode *Asset Based Community Development (ABCD)*, tim membantu dalam upaya memberikan pengetahuan gizi pada anak serta kegiatan ini berhubungan dengan program penurunan angka stunting di Desa Randuputih. Dengan kriteria *Problem Based Approach*, yaitu adanya suatu permasalahan akan menyebabkan perubahan, dalam kasus ini permasalahan yang dihadapi adalah masalah gizi. Upaya ini dilakukan dengan tujuan memberikan pemahaman akan pentingnya gizi pada makanan. Gizi yang seimbang akan menghasilkan seseorang yang sehat, seseorang yang sehat dan kuat tentunya akan memiliki kualitas sumber daya manusia yang lebih tinggi. Dengan begitu, penyuluhan gizi ini juga merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia Desa Randuputih, khususnya anak-anak. Hasil yang didapatkan dari adanya penyuluhan gizi ini adalah munculnya kesadaran akan kondisi kesehatan khususnya mengenai gizi pada makanan dan gaya hidup bersih.

**Kata kunci:** SDM; Gizi; Stunting

### *Nutritional counseling program in randuputih village in order to improve the quality of human resources*

#### ABSTRACT

*The success of economic development is demonstrated by the increasing quality of human resources. The quality of human resources can be seen from the Human Development Index (HDI). Factors influencing HDI include education, decent living standards, and health. The Human Development Index (HDI) of Probolinggo Regency is still categorized as moderate. This lack of HDI value is also based on the people in Probolinggo Regency villages including Randuputih Village. One of the reasons for this low HDI value is because of the health level, in this case the stunting rate in Probolinggo Regency is quite high. Using the Asset Based Community Development (ABCD) method, authors and teams help in providing nutritional knowledge to children and this activity is related to*



---

*the stunting rate reduction program in Randuputih Village. With the Problem Based Approach criteria, the existence of a problem will cause a change, in this case the problem faced is nutritional problems. This effort was made with the aim of providing insight into the importance of nutrition in food. Balanced nutrition will result in a healthy person, a healthy and strong person will certainly have a higher quality of human resources. That way, this nutritional counseling is also an effort to improve the quality of the human resources of Randuputih Village, especially children. The result of this nutritional counseling is the emergence of awareness of health conditions, especially regarding nutrition in food and clean lifestyles*

**Keywords:** Human resources; nutrition; stunting

---

## 1. PENDAHULUAN

Kualitas sumber daya manusia yang bagus ditunjukkan melalui tingginya nilai Indeks Pembangunan Manusia (IPM) suatu daerah yang menunjukkan pembangunan ekonomi daerah tersebut berhasil. Pembangunan ekonomi sendiri dapat dikatakan berhasil jika pertumbuhan ekonominya meningkat. Tingkat pertumbuhan ekonomi berkaitan dengan proses peningkatan produksi barang dan jasa. Peningkatan hasil produksi dapat berpengaruh terhadap peningkatan pendapatan dan disertai dengan peningkatan kesejahteraan seseorang [1]. Individu yang sejahtera tentunya memiliki kualitas sumber daya manusia yang lebih tinggi dibandingkan individu lain yang belum merasakan kesejahteraan. Mereka dapat memenuhi kebutuhan hidup dengan layak. Jadi, kualitas sumber daya manusia juga merupakan tolak ukur keberhasilan pembangunan ekonomi.

Pembangunan ekonomi suatu daerah juga akan berjalan lancar jika kualitas sumber daya manusianya mendukung, sehingga poin utama dari pembangunan ekonomi berasal dari manusianya. Dikarenakan faktor sumber daya manusia merupakan poin utama atau modal dasar keberhasilan pembangunan ekonomi, maka peningkatan kualitas manusia menjadi fokus utama. Kualitas sumber daya manusia dapat dilihat dari Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Indeks Pembangunan Manusia (IPM) terdiri dari tiga dimensi dasar yaitu pendidikan, standar hidup layak, serta kesehatan [2] [3] [4]. Ketiga dimensi tersebut saling berkaitan satu sama lain dan masing-masing diukur dengan indikator angka harapan hidup yang mengukur kesehatan, indikator angka melek huruf penduduk dewasa dan rata – rata lama sekolah yang mengukur pendidikan dan indikator daya beli yang mengukur standar hidup [5].

Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Kabupaten Probolinggo selama tiga tahun terakhir meningkat perlahan. Berdasarkan BPS (2023), IPM Kabupaten Probolinggo tahun 2020 berada di angka 66,07, lalu tahun 2021 meningkat menjadi 66,26 dan tahun 2022 meningkat lagi menjadi 66,96 [6]. Meskipun angka IPM selama tiga tahun terakhir meningkat, namun capaian IPM Kabupaten Probolinggo masih dalam kategori sedang. Jika dibandingkan dengan kabupaten/kota lain di Jawa Timur, IPM Kabupaten Probolinggo termasuk rendah karena rata-rata IPM kabupaten/kota lain berada di kisaran 71 hingga 72. Masih rendahnya IPM Kabupaten Probolinggo disebabkan karena rendahnya angka pendidikan dengan rata-rata lama sekolah 6 tahun dimana hanya sampai lulus Sekolah Dasar, sedangkan program wajib belajar pemerintah sampai lulus Sekolah Menengah Atas. Selain itu, rendahnya angka harapan hidup juga disebabkan kurangnya kualitas fasilitas kesehatan dan kurang baiknya gizi masyarakat Kabupaten Probolinggo. Termasuk tingginya angka stunting di Kabupaten Probolinggo juga mempengaruhi keadaan kesehatan masyarakat yang mempengaruhi terhadap angka harapan hidup.

Kondisi kesehatan manusia dapat dilihat dari zat gizi yang terdapat di makanan yang mereka konsumsi. Jika gizi tercukupi maka kondisi kesehatan akan terjamin. Salah satu kunci meningkatnya kualitas sumber daya manusia adalah dilihat dari faktor kesehatan [7]. Maka dari itu, Indeks Pembangunan Manusia (IPM) akan meningkat jika salah satu faktornya yaitu kesehatan juga meningkat. Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Kabupaten Probolinggo selama lima tahun terakhir sudah menunjukkan peningkatan, namun angka IPM Kabupaten Probolinggo belum masuk dalam kategori tinggi. Penyebab dari kualitas masyarakat Kabupaten Probolinggo belum terlalu bagus adalah utamanya karena faktor pendidikan dan faktor kesehatan. Kedua faktor tersebut kaitannya sangat erat, jika gizi pada anak tidak tercukupi maka kesehatan mereka tentunya akan terganggu. Dampak dari



kesehatan terganggu ini adalah proses belajar mereka juga akan terganggu yang akan menyebabkan pencapaian akademiknya menurun. Sebaliknya, pendidikan merupakan faktor penting dalam meningkatnya tingkat kesehatan seseorang [8]. Pengaruh gaya hidup yang tidak sehat juga berdampak kuat pada kualitas sumber daya manusia, khususnya di kalangan pelajar, berdampak negatif terhadap kesehatan dan pendidikan anak terhadap hasil belajar dan juga terhadap keberfungsian sosial anak [9].

Desa Randuputih merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. Selama beberapa tahun terakhir, Kabupaten Probolinggo berfokus pada perbaikan di bidang kesehatan yaitu penurunan angka stunting. Berdasarkan survey Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), angka stunting Kabupaten Probolinggo pernah berada di angka 54%. Namun setelah dilakukan intervensi baik dari pemerintah pusat hingga pemerintah desa, diharapkan angka stunting di tahun 2023 bisa menurun di bawah 20%. Termasuk Desa Randuputih yang menjadikan permasalahan stunting sebagai masalah yang krusial sehingga seluruh *stakeholders* desa ikut andil dalam penanganan stunting. Mulai dari pemerintah desa hingga kader posyandu yang terjun langsung ke lapangan melihat kondisi balita di Desa Randuputih, mereka semua berusaha untuk bekerja sama dalam menurunkan angka stunting.

Upaya penanganan stunting dapat dilakukan dengan berbagai cara. Stunting bisa disebabkan karena beberapa faktor, antara lain gizi pada anak yang tidak terpenuhi dan tingginya angka pernikahan dini yang berpengaruh pada minimnya pengetahuan calon orangtua mengenai gizi pada anak. Status gizi pada anak dapat dikatakan terpenuhi ketika jumlah asupan gizi yang tidak tercukupi dan adanya riwayat infeksi penyakit [10]. Status gizi anak yang kurang baik menjadikan anak tersebut dikategorikan anak yang kurang gizi dan berindikasi terkena stunting. Rendahnya status gizi pada anak akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia menjadi menurun. Kurangnya gizi berhubungan dengan performa anak di bidang akademik. Anak yang kurang gizi atau bahkan stunting dapat terlambat masuk sekolah, sering tidak masuk, bahkan tidak naik kelas. Sehingga penanganan stunting dapat difokuskan pada gizi anak yang harus diperhatikan [11].

Stunting berkaitan dengan gizi sehingga pengetahuan gizi harus lebih diajarkan. Salah satu penyebab tingginya angka stunting di Desa Randuputih adalah kurangnya kesadaran masyarakat dalam memperhatikan gizi pada anak. Jika gizi pada anak tercukupi, maka stunting pada anak tidak akan terjadi. Pengetahuan tentang gizi harus diketahui baik dari ibu, ayah, maupun dari anak-anaknya sendiri. Tidak bisa dipungkiri jika pengetahuan gizi juga harus diajarkan sedari dini. Gizi yang cukup pada anak akan menghasilkan anak yang sehat dan cerdas, jadi hal ini akan menjadi tolok ukur pada faktor kesehatan yang mempengaruhi kualitas sumber daya manusia [12]. Contoh pengajaran gizi yang dilakukan adalah dengan penyuluhan gizi yang sasaran utamanya adalah anak-anak, sehingga penyuluhan dilaksanakan di SDN Randuputih 2.

## 2. METODE PELAKSANAAN

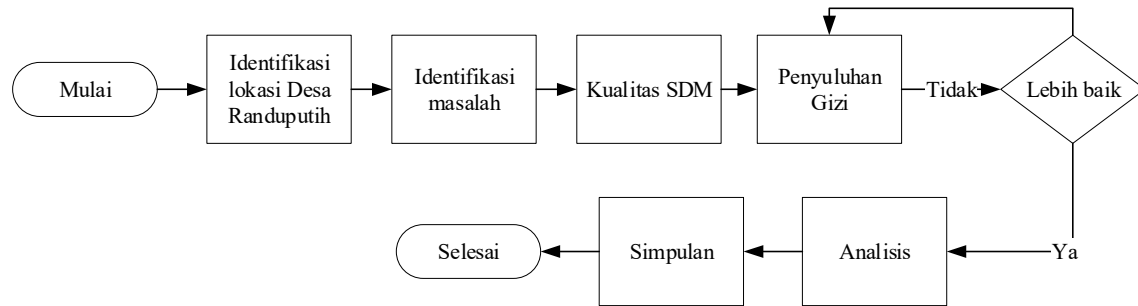
Kegiatan penyuluhan gizi dilakukan di SDN Randuputih 2. Penyuluhan dilakukan dua kali, tanggal 11 April dan 10 Mei di SDN Randuputih 2. Sedangkan untuk peserta kegiatan penyuluhan gizi adalah siswa kelas 5 sebanyak kurang lebih 20 siswa-siswi.

Metode yang digunakan dalam program penyuluhan gizi ini adalah dengan menggunakan metode ABCD (*Asset Based Community Development*). Metode ABCD merupakan salah satu metode yang digunakan sebagai strategi pelaksanaan pengembangan masyarakat. Umumnya digunakan untuk kegiatan pemberdayaan masyarakat yang bertujuan untuk mengedukasi masyarakat. Kegiatan pemberdayaan masyarakat diawali dengan identifikasi permasalahan lalu dibuatlah program-program yang sesuai dengan permasalahan [13].

Pengetahuan aset desa merupakan pilihan yang digunakan dalam metode ABCD. Dalam hal ini konteks aset adalah potensi masyarakat yang merupakan sarana untuk melaksanakan program-program pembangunan desa. Aset tersebut dapat berupa potensi yang ada dalam diri sendiri, diantaranya kecerdasan, kepedulian, dan gotong royong. Sedangkan potensi lain dapat berupa Sumber Daya Alam (SDA). Terdapat empat kriteria pemahaman metode ABCD, yaitu *Problem Based Approach*, *Right Based Approach*, *Asset Based Approach* dan *Need Based Approach*.

Program penyuluhan gizi sendiri termasuk dalam kriteria *Problem Based Approach*. Kriteria *Problem Based Approach* adalah potensi yang dimiliki yang berasal dari adanya suatu permasalahan yang menyebabkan perubahan. Perubahan berasal dari orang-orang yang memiliki kesadaran untuk melakukan perubahan dan memiliki kemauan untuk mencari solusi dari suatu permasalahan tersebut.

Dalam melaksanakan program penyuluhan gizi, terdapat alur pelaksanaan program yang dapat digambarkan pada [Gambar 1](#) [14]:



**Gambar 1.** Alur pelaksanaan program

[Gambar 1](#) menunjukkan alur pelaksanaan program penyuluhan gizi di SDN Randuputih 2. Pelaksanaan program berlokasi di Desa Randuputih, tepatnya di SDN Randuputih 2. Program penyuluhan gizi ini berawal dari adanya permasalahan mengenai kualitas sumber daya manusia yang kurang. Setelah tim melakukan identifikasi masalah, ditemukanlah salah satu penyebab kurangnya kualitas sumber daya manusia di Desa Randuputih, yaitu faktor kesehatan yang kurang menjadi perhatian. Disini, tim menysasar objek usia sekolah dasar karena usia anak-anak merupakan usia dimana pertumbuhan dan perkembangan sedang terjadi sehingga faktor kesehatan perlu diperhatikan. Penyuluhan ini lebih diarahkan pada upaya peningkatan kesadaran terhadap pentingnya kandungan gizi dalam makanan pada anak-anak. Hasil penyuluhan gizi dapat meningkatkan kesadaran anak-anak atau tidak berpengaruh sama sekali terhadap kesadaran anak-anak. Hal tersebut akan dianalisis oleh tim, lalu akan ditarik kesimpulan dari program penyuluhan yang telah dilaksanakan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Tahap persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan tim pengabdian adalah koordinasi dengan Bapak Ibu Guru SDN Randuputih 2. Setelah koordinasi dilaksanakan, tercapailah kesepakatan antara tim pengabdian dengan pihak sekolah. Pihak sekolah juga peduli dengan isu kesehatan, khususnya tentang pentingnya gizi makanan. Apalagi tingkat stunting di Desa Randuputih yang tinggi menjadikan pihak sekolah juga merasa bertanggungjawab untuk memberikan pemahaman tentang gizi dan stunting. Oleh karena itu, pihak sekolah menyambut dengan senang hati atas ajakan kerjasama tim untuk melaksanakan penyuluhan gizi. Kegiatan penyuluhan gizi ini berupa penyampaian materi mengenai kandungan gizi pada makanan kepada siswa-siswi.



**Gambar 2.** Koordinasi dengan perwakilan guru SDN Randuputih 2

**Gambar 2** menunjukkan tim pengabdian yang sedang melakukan koordinasi dengan perwakilan guru SDN Randuputih 2. Koordinasi dilakukan pada hari Selasa tanggal 4 April 2023 di SDN Randuputih 2. Koordinasi berjalan lancar, pihak sekolah menyambut baik kedatangan tim pengabdian. Koordinasi dilakukan untuk menyelaraskan tujuan tim pengabdian dan meminta izin kepada pihak sekolah untuk bersedia menjadi mitra pelaksanaan program. Pihak sekolah mendukung penuh kegiatan penyuluhan gizi yang akan dilaksanakan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia.

### 3.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan penyuluhan gizi yang dilakukan tim adalah penyampaian materi dan implementasi siswa yang dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Pelaksanaan hari pertama di SDN Randuputih 2 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 11 April 2023 yang diikuti oleh siswa kelas 5 sebanyak 20 orang. Pada penyuluhan gizi ini, pemateri memberikan materi tentang pengertian gizi, macam-macam zat gizi seperti vitamin, lemak, karbohidrat, protein dan mineral, contoh makanan yang mengandung gizi seperti nasi yang mengandung karbohidrat harus dilengkapi sayuran yang mengandung vitamin, lauk yang mengandung protein dan lemak, serta dilengkapi dengan air mineral ataupun susu, dan materi tentang pentingnya gaya hidup sehat dan bersih.



**Gambar 3.** Penyampaian materi gizi di SDN Randuputih 2

**Gambar 3** menunjukkan pemateri yang sedang menyampaikan materi di depan siswa-siswi. Materi yang disampaikan disajikan dalam bentuk *power point* yang dihias agar menarik perhatian siswa-siswi. Selain memberikan pemahaman tentang pentingnya kandungan gizi dalam makanan, pemateri menyampaikan materi tentang pentingnya gaya hidup sehat dan bersih seperti olahraga, sering minum air, dan cuci tangan sebelum makan. Karena dengan makan makanan yang bergizi akanimbang jika gaya hidup sehat dan bersih juga dilakukan. Keduanya merupakan faktor-faktor penting yang saling berkaitan. Materi-materi penyuluhan yang diberikan tersebut bertujuan agar siswa memahami pentingnya kandungan gizi dalam makanan yang mereka konsumsi dan pentingnya gaya hidup sehat dan bersih sehingga akan memunculkan kesadaran dalam diri mereka. Manfaat yang akan mereka dapat jika menerapkan hidup sehat, tentunya dapat menjadikan mereka menjadi anak-anak yang sehat dan kuat.



**Gambar 4.** Siswa-siswi membawa bekal makanan bergizi seimbang

Sedangkan pada pertemuan yakni hari Rabu tanggal 10 Mei 2023, siswa-siswi mengimplementasikan ilmu yang didapat dari pertemuan pertama. Seperti yang ditunjukkan pada Gambar 4, mereka membawa bekal makanan yang bergizi seimbang, sedangkan gambar disampingnya merupakan contoh bekal makanan yang bergizi seimbang lengkap dengan susu. Pada pelaksanaan di pertemuan kedua, jumlah siswa yang hadir sebanyak 20 orang. Guna menilai sejauh mana pemahaman mereka tentang kandungan gizi dalam makanan, siswa-siswi diminta bergantian maju ke depan menjelaskan makanan yang mereka bawa. Mereka menjelaskan menu apa yang mereka bawa dan apa saja kandungan zat gizi yang terkandung di setiap menu mereka. Setelah mereview pemahaman mereka tentang gizi dalam makanan, tim juga memberikan sedikit materi tentang stunting. Materi yang diberikan diantaranya pengertian stunting, akibat stunting, pencegahan stunting, dan cara mengobati stunting. Materi stunting diberikan karena stunting berkaitan dengan gizi, anak yang kekurangan gizi dalam makanan dapat terindikasi terkena stunting. Maka dari itu, gizi yang cukup dalam makanan sangat penting agar anak tidak akan terkena stunting.

Penyuluhan adalah tentang menyampaikan pemahaman dan pengetahuan [15]. Oleh karena itu, setelah penyuluhan dilakukan, pengetahuan masyarakat diharuskan meningkat. Penyuluhan di bidang kesehatan berperan sebagai bagian dari promosi kesehatan, selain pengetahuan tentang sikap dan perbuatan, juga diperlukan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan. Oleh karena itu, diperlukan penyuluhan kesehatan yang merupakan bidang yang mencakup penyediaan dan penyampaian informasi. Salah satu upaya untuk mengatasi masalah gizi adalah dengan meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku adalah melalui penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi adalah prinsip pemasaran yang bersifat mengedukasi untuk meningkatkan kesadaran pentingnya gizi dan menghasilkan perilaku hidup sehat dan bersih. Adanya penyuluhan gizi berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman seseorang.

Sesuai dari beberapa pendapat, untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang kandungan gizi dalam makanan maka perlu diadakan penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi merupakan salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan pemahaman gizi. Metode yang digunakan dalam penyuluhan gizi ini adalah *fun learning*, karena peserta penyuluhan adalah anak-anak maka penyuluhan harus dibawakan dengan cara yang menyenangkan. Model penyuluhan gizi yang dilakukan adalah ceramah [16].

Penyuluhan gizi ini dilakukan dengan model ceramah atau penyuluhan satu arah. Dimana pemateri menyampaikan materi yang disajikan dalam bentuk *power point* kepada siswa-siswi. Meskipun model penyuluhan yang dilakukan satu arah, namun penyuluhan berjalan interaktif. Pemateri dapat membangun suasana yang menyenangkan mengingat audiens dari penyuluhan ini adalah siswa-siswi kelas 5. Siswa-siswi diminta untuk selalu memperhatikan setiap materi yang disampaikan karena di akhir penyampaian materi ada sesi tanya jawab antar pemateri dengan siswa-siswi dan juga sesi *games*. Siswa-siswi yang hadir di penyuluhan gizi ini sangat antusias dalam mengikuti setiap materi yang disampaikan. Ada beberapa siswa yang juga berani bertanya jika ada yang belum mereka pahami, dengan begitu siswa-siswi yang lain akan lebih paham dan dapat menambah pengetahuan tentang gizi.

Selain model ceramah, siswa-siswi juga diberi kesempatan untuk mengimplementasikan ilmu dan pengetahuan yang mereka dapat dari penyuluhan gizi yang pertama. Pada pertemuan kedua, siswa-siswi membawa bekal makanan mereka untuk makan siang dengan menu yang bergizi seimbang. Setelah itu, satu per satu siswa diminta untuk maju ke depan dengan membawa bekal yang mereka bawa. Di depan mereka menjelaskan menu apa saja yang mereka bawa dan kandungan zat gizi apa yang terkandung di dalam tiap menunya. Terbukti dari model ceramah yang interaktif dan menyenangkan, semua siswa dapat memahami ilmu dan pengetahuan tentang gizi dan mengaplikasikan ilmunya dengan membawa bekal yang bergizi seimbang.

### 3.3 Tahap evaluasi

Setelah melalui tahap persiapan dan pelaksanaan, tahap yang terakhir adalah evaluasi [17]. Pada tahap ini, tim melakukan evaluasi untuk mengukur sejauh mana pemahaman siswa-siswa tentang materi yang telah disampaikan. Pada pertemuan pertama, setelah penyampaian materi selesai, pemateri melakukan sesi tanya jawab atau tebak-tebakan tentang gizi. Setiap anak diberi satu pertanyaan yang berbeda-beda dan mereka harus bisa menjawab, jika berhasil menjawab benar maka mereka dapat keluar untuk istirahat terlebih dahulu, namun jika tidak berhasil menjawab maka mereka harus menjawab pertanyaan lagi sampai benar. Awalnya dari 20 siswa, ada 4 siswa yang tidak dapat

menjawab pertanyaan, namun setelahnya mereka semua dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Dengan begitu penyuluhan gizi ini dapat dikatakan berhasil karena siswa-siswi telah memahami mengenai gizi makanan dan gaya hidup sehat.

Sedangkan pada pertemuan kedua, siswa-siswi diberi kesempatan untuk mengimplementasikan ilmu yang didapat dari penyuluhan gizi yang pertama. Siswa-siswi diminta membawa bekal makan siang dengan menu yang bergizi seimbang. Dari 20 siswa-siswi peserta penyuluhan gizi ini, mereka semua membawa bekal dengan menu yang bergizi seimbang. Selain itu, mereka juga bisa menjelaskan zat gizi apa saja yang terkandung dalam makanan yang mereka bawa. Munculnya kesadaran siswa-siswi ini juga tentunya juga didukung dengan orang tua mereka. Para orang tua dapat membuat makanan yang anak mereka sukai namun juga mengandung gizi. Maka dari itu, program penyuluhan gizi di SDN Randuputih 2 ini dapat dikatakan berhasil untuk memunculkan kesadaran akan pentingnya gizi [18].

Hasil dari adanya pelaksanaan penyuluhan gizi ini adalah munculnya kesadaran siswa-siswi mengenai pentingnya gizi dalam makanan dan pentingnya gaya hidup sehat. Kesadaran para siswa pun dapat dilihat ketika pertemuan kedua penyuluhan dilaksanakan. Makan makanan yang sehat dan bergizi dan bergaya hidup sehat merupakan langkah awal untuk hidup lebih baik, karena makanan yang bergizi akan meningkatkan kecerdasan seorang anak. Mulai dari hal kecil seperti makan makanan yang bergizi akan berpengaruh langsung terhadap kualitas sumber daya manusia yang akan menjadi lebih baik. Dengan meningkatnya kualitas sumber daya manusia Desa Randuputih, maka diharapkan hal tersebut dapat mendongkrak nilai IPM Kabupaten Probolinggo.

#### 4. SIMPULAN

Program penyuluhan gizi yang dilakukan di SDN Randuputih 2 ini merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh tim guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Desa Randuputih. Pendidikan kesehatan seperti pengenalan gizi sangat penting diajarkan sedari dini. Manfaat yang didapatkan dari adanya penyuluhan gizi ini adalah munculnya kesadaran diri dari masyarakat khususnya anak-anak untuk lebih memperhatikan gizi pada makanan dan dapat menerapkan gaya hidup sehat. Ilmu tentang gizi yang telah disampaikan kepada siswa-siswi diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan hidup lebih sehat, nantinya akan berdampak positif pada performa mereka dalam belajar. Anak-anak yang sehat dan kuat tentunya memiliki kualitas lebih tinggi jika dibandingkan dengan anak yang kekurangan gizi. Selain berdampak pada anaknya sendiri, anak yang sehat merupakan investasi masa depan yang kelak akan menjadi pemimpin dan penggerak masa depan. Selain itu, faktor kesehatan juga akan berpengaruh terhadap meningkatnya kualitas sumber daya manusia.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan program penyuluhan gizi ini hingga semuanya berjalan sukses dan lancar. Ucapan terima kasih tim sampaikan khususnya kepada Pemdes Randuputih, Bapak Ibu Guru SDN Randuputih 2, Dosen Pembimbing Lapangan, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UPN “Veteran” Jawa Timur, dan pihak Prodi Ekonomi Pembangunan.

#### 6. DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. Baeti, □ Jurusan, E. Pembangunan, F. Ekonomi, and D. Juli, “PENGARUH PENGANGGURAN, PERTUMBUHAN EKONOMI, DAN PENGELUARAN PEMERINTAH TERHADAP PEMBANGUNAN MANUSIA KABUPATEN/KOTA DI PROVINSI JAWA TENGAH TAHUN 2007-2011 Info Artikel,” *Edaj*, vol. 2, no. 3, pp. 85–98, 2013.
- [2] Y. Masiku, E. Rochaida, and A. Wijaya, “Pengaruh Investasi Pertambangan dan Tenaga Kerja terhadap Produk Domestik Regional Bruto serta Indeks Pembangunan Manusia di Kabupaten Kutai Barat,” *Forum Ekon.*, vol. 19, no. 1, p. 92, 2017, doi: 10.29264/jfor.v19i1.2116.
- [3] M. MURZAN and M. EFFENDI, “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Pembangunan Manusia Di Kota Banjarmasin,” *JIEP J. Ilmu Ekon. dan Pembang.*, vol. 2, no. 2, p. 433, 2019, doi: 10.20527/jiep.v2i2.1184.
- [4] Nur Isa Pratowo, “Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Indeks Pembangunan

- Manusia,” *Stud. Ekon. Indones.*, pp. 15–31, 2013.
- [5] N. D. Cahyanti, M. Muchtolifah, and S. Sishadiyati, “Faktor - Faktor Indeks Pembangunan Manusia Di Provinsi Jawa Timur,” *Jambura Econ. Educ. J.*, vol. 3, no. 2, pp. 93–101, 2021, doi: 10.37479/jeej.v3i2.11036.
- [6] Badan Pusat Statistik, “Indeks Pembangunan Manusia Kabupaten Probolinggo, 2018-2022,” <https://probolinggakab.bps.go.id>, 2023.
- [7] I. L. S. Si'lang, Z. Hasid, and Priyagus, “Analysis of factors that influence the human development index,” *J. Manaj.*, vol. 11, no. 2, pp. 159–169, 2019, [Online]. Available: <http://journal.feb.unmul.ac.id/index.php/JURNALMANAJEMEN>
- [8] I. Fatmawati, “Study of Clean and Healthy Life Behavior of Elementary,” *Proceeding 3rd Int. Nurs. Conf.*, pp. 104–110, 2012.
- [9] H. P. Lina, “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang,” *J. PROMKES*, vol. 4, no. 1, p. 92, 2017, doi: 10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103.
- [10] C. R. Azria and Husnah, “Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Perilaku Ibu Tentang Gizi Seimbang Balita Kota Banda Aceh,” *J. Kedokt. Syiah Kuala*, vol. 16, no. 2, pp. 87–92, 2016.
- [11] Anwar, *Motivasi dan kinerja*. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- [12] Elfa Nuzula Rahma1\*Maulida Salsabilla2Rintana Nowiyanti3Fahmi Said4, “Pengaruh Pendidikan Dan Kesehatan terhadap Kualitas Penduduk,” *EduCurio*, vol. 1, no. 2, pp. 384–390, 2023.
- [13] M. M. Al-Kautsari, “Asset-Based Community Development: Strategi Pengembangan Masyarakat,” *Empower J. Pengemb. Masy. Islam*, vol. 4, no. 2, p. 259, 2019, doi: 10.24235/empower.v4i2.4572.
- [14] R. Oktafia and A. R. Hidayat, “Penguatan Kapasitas Pelaku Bisnis Mikro Melalui Penataan Pengelolaan Keuangan Usaha: Pandangan Islam,” *J. Masharif al-Syariah J. Ekon. dan Perbank. Syariah*, vol. 3, no. 2, 2018, doi: 10.30651/jms.v3i2.2090.
- [15] N. Soekidjo, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku*. Rineka Cipta, 2007.
- [16] M. C. Dewanti, F. Ekonomi, U. P. N. Veteran, and J. Timur, “Sharia Finance Training in Increasing the Capacity of Human Resources in the Savings and Loan Cooperative Ar-Rohmah Sidoarjo Pelatihan Keuangan Syariah Dalam Meningkatkan Kapasitas Sumber Daya Manusia di Koperasi Simpan Pinjam Ar-Rohmah Sidoarjo Koperasi ,” vol. 5, no. 1, pp. 13–22, 2022.
- [17] K. Masykuroh, N. Nazziatus, and S. Qosyasih, “Pelatihan peningkatan kesadaran orang tua pada pendidikan seksual anak usia dini,” *Bemas J. Bermasyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 21–27, 2023, doi: 10.37373/bemas.v4i1.499.
- [18] L. Hasanah, A. Vira Ratnaningsih, S. Nur Fauziah, E. Tri Jayanti, U. Pembangunan Nasional, and J. Timur, “Sosialisasi Bahaya Stunting Sejak Dini Sebagai Strategi Utama Dalam Menekan Angka Stunting Di Desa Randuputih,” *J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 3, no. 2, pp. 65–69, 2023, [Online]. Available: [https://jurnalkip.samawa-university.ac.id/karya\\_jpm/index](https://jurnalkip.samawa-university.ac.id/karya_jpm/index)