



# SINOPSIS

**Judul: Efektivitas Program Edukasi Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Kebiasaan Makan pada Anak Sekolah Dasar**  
**Peneliti: Dr. Anton Setiawan**

Penelitian ini mengkaji efektivitas program edukasi gizi dalam meningkatkan pengetahuan dan kebiasaan makan pada anak sekolah dasar di SDN 01, Semarang. Penelitian ini melibatkan 200 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok yang menerima program edukasi gizi dan kelompok kontrol. Program edukasi mencakup sesi interaktif tentang pentingnya pola makan sehat, serta pelatihan untuk membuat pilihan makanan yang sehat. Pengetahuan dan kebiasaan makan diukur sebelum dan setelah program melalui kuesioner dan observasi makanan di kantin sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang mengikuti program edukasi gizi mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan tentang pola makan sehat dan menunjukkan perubahan positif dalam kebiasaan makan mereka. Mereka lebih cenderung memilih makanan bergizi seperti buah dan sayur dan mengurangi konsumsi makanan tinggi gula dan lemak. Program ini terbukti efektif dalam membentuk kebiasaan makan yang lebih baik pada anak-anak.

Sebagai kesimpulan, edukasi gizi di sekolah dasar dapat berperan penting dalam membentuk kebiasaan makan sehat sejak usia dini. Penelitian ini merekomendasikan integrasi program edukasi gizi dalam kurikulum sekolah untuk mendukung kesehatan anak dan mencegah masalah gizi di masa depan. Program serupa dapat diterapkan di sekolah lain untuk mencapai hasil yang serupa di komunitas yang lebih luas.

ZULFA ISNIANTO, SKM, MARS  
SERDIK SPPK – POKJAR III  
NO SERDIK 202409002052