

## Inovasi Peningkatan Pemahaman Literasi dan Numerasi melalui Pemberian Label Informasi Gizi Makanan pada Kegiatan Jumat Sehat di SD N 2 Temurejo Bangorejo

Lutvia Dwi Rofika<sup>1</sup>, Desi Trianita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Banyuwangi  
[lutvia.rofika@stikesbanyuwangi.ac.id](mailto:lutvia.rofika@stikesbanyuwangi.ac.id)

### ABSTRAK

Literasi dan Numerasi merupakan ketrampilan inti yang harus dikuasai oleh siswa sekolah dasar. Seringkali belajar dengan metode yang sama dalam jangka waktu yang lama menjadikan siswa cepat bosan, tidak terkecuali pada saat belajar literasi dan numerasi pada siswa SD N 2 Temurejo Bangorejo. Oleh kaena itu, membuat inovasi pembelajaran yang bervariasi menjafi fokus utama dewan guru SD N 2 Temurejo. Proses pembelajaran literasi dan numerasi tidak terbatas, dalam prosesnya sangat dianjurkan memanfaatkan lingkungan dan budaya sekolah yang sudah dikenali seluruh komponen sekolah terutama siswa. Jumat sehat merupakan budaya rutin yang dilaksanakan dua minggu sekaengali di SD N 2 Temurejo dimana setiap komponen sekolah akan mendapatkan makanan sehat. Tujuan dalam kegiatan ini adalah menjadikan pemberian Label Informasi Nilai Gizi makanan sebagai upaya inovasi pemebelajaran literasi dan numerasi pada kegiatan jumat sehat. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode membaca dan bercerita, di mana setiap siswa wajib membaca dan menceritakan kembali label informasi nilai gizi pada es buah yang diterima yang mana pada label tersebut telah disertakan kompsisi dan nilai gizi yang terkandung di dalam es buah. Hasilnya, selain mendapatkan makanan sehat siswa juga mendapatkan pembelajaran baru tentang informasi nilai gizi makanan yang akan dikonsumsinya dan hal ini merupakan inovasi baru siswa untuk belajar meningkatkan pemahaman terkait numerasi yang mana dapat dipelajari dari komposisi gizi dalam es buah dan literasi yang ditunjukan denga nilai angka dalam setiap komposisi es buah . Membaca komponen gizi dan nilai kandungan gizi sebagai media penigkatan pemahaman belajar literasi dan numerasi belum pernah dipelajari sebelumnya oleh para siswa SD N 2 Temurejo, oleh karena itu, hal ini dapat dijadikan inovasi belajar yang mengasikan dan berdampak pada kemampuan literasi dan numerasi pada siswa sekolah dasar.

**Kata Kunci:** *Informasi Nilai Gizi; Literasi; Numerasi*

### ABSTRACT

*Literacy and Numeracy are core skills that must be mastered by elementary school students. Learning with the same method for a long period often cause students quickly bored, including when learning literacy and numeracy at SD N 2 Temurejo Bangorejo. Therefore, making varied learning innovations is the main focus of the teachers at SD N 2 Temurejo. The learning process of literacy and numeracy is not limited, it is highly recommended to utilize the school environment and culture that is already known to all school components, especially students. Healthy Friday is a routine culture carried out every two weeks at SD N 2 Temurejo, where every school component will receive healthy food. This activity aimed to innovate literacy and numeracy learning make the provision of a Nutrition Information Label on food to in the Healthy Friday activity. This activity is carried out by providing nutrition information labels on fruit ice with the composition and nutritional value in it. After being given the nutrition information label, students are required to read and understand each component of the information listed on the label. As a result, in addition to getting healthy food, students also get new learning about the nutritional information of the food they will consume. Reading the nutritional components and nutritional content as a medium for improving understanding of literacy and numeracy learning has never been learned before by the students of SD N 2 Temurejo, therefore, this can be made an exciting learning innovation and have an impact on the literacy and numeracy abilities of elementary school students.*

**Keywords:** *Literacy; Numeracy; Nutrition Information*

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.381>

## Pendahuluan

Literasi dan numerasi merupakan dua isu terkini yang sedang menjadi perhatian dalam proses pendidikan, mengapa demikian karena kedua hal tersebut sangat melekat dalam kehidupan sehari-hari. Literasi merupakan kemampuan yang merujuk dalam hal membaca, menulis, serta pemahaman teks tertulis, sedangkan numerasi mencakup kemampuan dalam mengerti, mengaplikasikan, dan mengelola angka. (Kusnadi et al., 2024). Kemampuan dalam literasi dan numerasi bermanfaat dalam hal misalnya, membaca label makanan, kandungan gizi dalam sebuah makanan, intruski ataupun petunjuk sebuah tugas. Oleh karena itu, literasi dan numerasi adalah dua keterampilan dasar yang harus dipelajari dan dikuasai terutama pada anak-anak di usia sekolah. Selama ini proses pembelajaran literasi dan numerasi lebih banyak dilaksanakan di dalam kelas, sementara pembelajaran di luar kelas masih jarang dilaksanakan, seperti mengeksplor budaya lingkungan sekolah, budaya sosial disekitar sekolah yang mungkin bisa dijadikan sebagai objek pembelajaran literasi dan numerasi yang lebih menarik dan variatif. Salah satu budaya lingkungan atau budaya sosial di sekitar sekolah yang bisa dijadikan sebagai bahan pembelajaran literasi dan numerasi adalah kebiasaan siswa dalam mengkonsumsi makanan ringan baik snack ataupun minuman yang terkadang tidak diketahui kandungan gizi yang ada di dalamnya, yang terpenting rasanya enak (Kaluku et al., 2023).

Siswa sekolah dasar merupakan sasaran utama penjual jajanan berbagai makanan ringan (Sari, 2017). Hampir semua siswa tidak akan memperhitungkan apakah makanan tersebut bergizi, apakah aman untuk dikonsumsi apalagi sampai harus mengetahui kandungan nilai gizi dalam makanan yang dikonsumsinya, mereka hanya cukup tahu bahwa makanan atau minuman yang dikonsumsi memiliki citarasa yang enak. Dari hasil observasi yang dilaksanakan di SD N 2 Temurejo yang melibatkan kelas 5 ( 27 siswa) menyatakan bahwa seluruh siswa (100%) saat mengkonsumsi makanannya tidak pernah melihat ataupun membaca label nilai gizi yang terkandung didalamnya. Selain itu masih banyak makanan yang beredar dilingkungan sekolah yang memang tidak menyertakan nilai label gizinya. Walaupun pada saat ini regulasi dari sekolah sudah sangat mendukung terkait skrining jajanan yang boleh dikonsumsi siswa karena saat ini semua jajanan terintegrasi di koperasi siswa yang ada di dalam sekolah sehingga memudahkan para dewan guru dalam mengawasi jajanan siswa. SD N 2 Temurejo salah satu sekolah yang menyediakan pengelolaan jajanan siswa yang terintegrasi pada koperasi siswa dan adanya kegiatan rutin jumat sehat dimana siswa

akan mendapatkan makanan ataupun jajanan ringan yang aman dan sehat untuk dikonsumsi oleh siswa. Makanan semua diolah langsung oleh para dewan guru yang ada di SD N 2 Temurejo. Oleh karena itu setiap kali membagikan makanan sehat perlu diketahui nilai gizi yang terkandung didalamnya. Informasi nutrisi adalah detail mengenai kandungan gizi yang tertera pada kemasan makanan atau minuman (Aprianti et al., 2023).

Label atau informasi nilai gizi bermanfaat untuk mengetahui kandungan gizi suatu makanan atau minuman, seperti berapa kandungan gizi dan gizi apa saja yang terkandung di dalam suatu makanan atau minuman (Illavina & Kusumaningati, 2022). Beberapa informasi kandungan gizi yg disertakan dalam suatu label biasanya meliputi nilai vitamin, natrium , kandungan gula, protein dan lemak. Dengan membaca dan mengetahui kandungan gizi, akan memudahkan konsumen dalam mempertimbangkan makanan atau minuman yang akan dikonsumsi, apakah sehat atau berbahaya bagi tubuh. Selain itu, membaca nilai gizi juga bermanfaat Untuk mengatur asupan gizi harian dengan tujuan mencegah kemungkinan terkena penyakit degeneratif. Informasi nutrisi termasuk jumlah porsi per kemasan, kalori total per porsi, dan persentase kecukupan gizi (AKG) yang menunjukkan nutrisi yang terpenuhi dari makanan yang dikonsumsi. Data dari BPOM pada tahun 2015 menunjukkan bahwa 21,24% dari 8.082 label pangan tidak memenuhi persyaratan, angka ini turun menjadi 13,6% pada tahun 2016 dari 7.036 label yang diawasi, namun meningkat kembali pada tahun 2017 menjadi 13,68% dari 8.603 label yang diperiksa (Anggraini et al., 2018).

Hal inilah yang menjadikan dasar kegiatan ini berlangsung, di mana dengan memberikan label informasi nilai gizi pada makanan siswa maka siswa akan mempelajari terkait komponen makanan yang merupakan bagian dari pembelajaran literasi dan nilai gizi yang merupakan bagian dari pembelajaran numerasi pada makanan yang diterima siswa. Adapun kegiatan ini bertujuan untuk memberikan inovasi pembelajaran literasi numerasi yang berdampak dan mengasikkan melalui Informasi Nilai Gizi Makanan Sehat pada Kegiatan Jumat Sehat di SD N 2 Temurejo Bangorejo.

## Metode Pelaksanaan

Metode pengabdian yang dilakukan yaitu pembeian informasi label informasi nilai gizi pada makanan yang akan dibagikan kepada siswa SD N 2 Temurejo Bangorejo dimana sebagai upaya penguatan pembelajaran literasi dan numerasi pada siswa dengan memanfaatkan kegiatan rutin jumat sehat, dengan tahapan persiapan, pelaksanaan dan

penutup. Kegiatan dilaksanakan pada Jumat, 18 Maret 2024 di SD N 2 Temurejo Bangorejo Banyuwangi, jam 08.00 WIB s/d selesai dengan sasarannya siswa kelas 4-6. Alat dan bahan yang digunakan antara lain label informasi nilai gizi es buah dan 1 gelas es buah.

#### Persiapan

- a. Tim melaksanakan survey terkait kegiatan dan budaya yang berhubungan dengan tema pengabdian
- b. Pengajuan proposal ke PPPM STIKES Banyuwangi
- c. Urus perizinan
- d. Koordinasi dengan lahan terkait waktu dan tempat pelaksanaan pengabdian
- e. Persiapan media dan alat yang digunakan untuk pengabdian masyarakat

#### Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan tim pengabdian memberikan label informasi nilai gizi pada setiap cup es buah yang akan di berikan kepada siswa. Label informasi gizi berisi tentang ukuran porsi, nilai gizi tentang energi, lemak karbohidrat dan protein. Kemudian cup es buah yang sudah ditempeli informasi nilai gizi dibagiakan ke siswa, setelah itu siswa mendapatkan semua cap es buah kemudian seluruh siswa diwajibkan membaca terkait kandungan nilai gizi es buah yang akan dikonsumsi. Siswa wajib membaca dan menceritakan kembali komponen gizi dan nilai angka kandungan gizi yang terdapat dalamnya, setelahnya ada pemberian penjelasan dari masing-masing komponen dan manfaat bagi kesehatan tubuh. diakhir dilakukan evaluasi berupa pertanyaan tentang nilai gizi dan komponen gizi sebagai upaya dalam mengukur pemahaman siswa yang merupakan bagian dari literasi dan numerasi. Selanjutnya perlu dilakukan kolaborasi antara pihak sekolah dengan tim ahli gizi untuk mengetahui berbagai makanan sehat dan kandungan gizi yang baik untuk dikonsumsi siswa SD N 2 Temurejo.

#### Penutupan

Acara pengabdian Masyarakat ditutup dengan pembagian doorprize kepada siswa

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil

**Tabel 1. Sasaran Peserta Berdasarkan kelas**

No	Sasaran Peserta	Jumlah	Percentase
1	Siswa Kelas 4	27	100%
2	Siswa Kelas 5	27	100%
3	Siswa Kelas 6	56	100%
Jumlah		103	100%

Dari tabel diatas terlihat bahwasanya peserta dalam pengabdian ini adalah siswa kelas 4,5 dan 6 yang berjumlah 103 siswa dimana semua siswa sudah lancar membaca dan cukup memahami beragai istilah dalam hitung menghitung.

### B. Pembahasan

Dalam kegiatan pengabdian pemberian label informasi nilai gizi pada cup es buah merupakan upaya inovasi media pembelajaran peningkatan pemahaman literasi dan numerasi pada siswa sekolah dasar. Dimana pada label informasi nilai gizi di berikan informasi berupa kandungan komponen dan nilai gizi es buah yang akan dikonsumsi oleh siswa SD N 2 Temurejo Banyuwangi. Nilai informasi gizi yang tertera pada label makanan menjelaskan tentang kandungan gizi apa saja yang tertera di dalamnya beserta nilai angka kandungan pada setiap komponen yang ada dalam sebuah makanan. Hal ini sangatlah selaras dengan tujuan dari pembelajaran literasi dan numerasi. Pembelajaran literasi berfokus pada sebuah teks tulis yang bertujuan dalam hal membaca memahami dan menulis. Sedangkan numerasi berfokus pada sebuah manipulasi angka. Hal ini sangat selaras dengan label informasi nilai gizi yang bisa di baca dan dipahami satuan angka yang tertera di dalamnya.

Sesuai UU No.20 Tahun 2003 pasal 4 ayat 5 (Pemerintah Republik Indonesia, 2003) mengenai prinsip penyelenggaraan pendidikan. Pendidikan adalah kunci bagi kemajuan bangsa Indonesia, yang tidak hanya memerlukan individu yang bisa membaca dan menulis, tetapi juga generasi yang memiliki kemampuan luas dalam segala aspek kehidupan untuk mewujudkan kemajuan bangsa (Khansa & Dewi, 2022). Salah satu langkah penting dalam mewujudkan kemajuan peradaban adalah dengan mendorong budaya 3 literasi di masyarakat. Ini sejalan dengan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (2017), yang menegaskan bahwa untuk menghadapi tantangan abad ke-21, penting bagi bangsa Indonesia untuk memiliki keterampilan literasi yang kuat melalui sistem

pendidikan yang komprehensif, dimulai dari lingkungan keluarga, institusi pendidikan, hingga komunitas sekitar.

Label informasi nilai gizi adalah tempat dimana komposisi makanan tertera secara terinci. Produk dengan campuran bahan beragam biasanya menyajikan informasi ini, diurutkan dari jumlah yang paling banyak hingga yang paling sedikit. Bagi individu yang memperhatikan asupan zat gizi dalam makanan yang mereka konsumsi, informasi ini sangat berharga. Dengan mempelajari label gizi, kita tak hanya turut serta dalam menjaga kesehatan dengan lebih sadar, tetapi juga secara tidak langsung ikut aktif dalam memperhatikan nutrisi yang masuk ke tubuh kita (Dewi et al., 2023). Hasil kajian Badan Perlindungan Konsumen Nasional, hanya 6,7% konsumen di Indonesia yang secara aktif memperhatikan label informasi gizi. Oleh karena itu, sangat perlu pemahaman ini diberikan kepada siswa sekolah dasar agar sejak dini anak-anak sudah lebih peduli pada setiap makanan yang akan dimakan dan membiasakan membaca label informasi nilai gizi pada makanan dan minuman yang akan dikonsumsi.

Komponen dalam sebuah label informasi nilai gizi meliputi berbagai hal seperti 1) Jumlah sajian dalam tiap bungkus mencerminkan takaran saji yang terkandung di dalam setiap paket makanan. 2) Total kalori per sajian adalah jumlah energi yang terdapat dalam masing-masing sajian makanan atau minuman menurut informasi gizi. 3) Angka kecukupan gizi dalam informasi nilai gizi mengacu pada kebutuhan energi rata-rata harian sebesar 2000 kalori. Referensi ini menunjukkan kandungan zat gizi dalam satuan berat seperti miligram (mg), gram (g), atau dalam bentuk persentase (%) AKG. Setiap informasi nilai gizi menggambarkan nilai gizi untuk satu sajian, bukan seluruh kemasan. Hal ini tentu sudah memenuhi bentuk pembelajaran literasi dan numerasi siswa. Selain itu bisa dikatakan es buah adalah jajaran minuman yang sangat banyak diminati karena rasanya yang sangat segar dan manis sangat cocok diminum saat dahaga. Sehingga sangat bermanfaat apabila setiap siswa mengetahui dan memahami kandungan setiap nilai gizi yang tertera di dalamnya (Kutsiah, 2023).



Gambar 1. Kegiatan Berbagi Es Buah



Gambar 2. Media Flayer Kandungan Gizi Es Buah

Gambar di atas menunjukkan proses pembagian es buah dan media informasi kandungan gizi yang dibagikan kepada seluruh siswa. Tidak ada hambatan dalam proses pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di SD N 2 Temurejo karena semua komponen sekolah sangat antusias dan mendukung kegiatan ini.

## Kesimpulan

Peningkatkan pemahaman tentang literasi dan numerasi siswa sekolah dasar bisa dilaksanakan dengan memanfaatkan kegiatan rutin sekolah sehingga belajar tidak hanya terfokus di dalam kelas. Pembelajaran literasi dan numerasi juga bisa dilaksanakan di luar sekolah dengan memanfaatkan lingkungan sekitar sekolah dan budaya siswa di sekitar sekolah salah satunya kebiasaan konsumsi jajanan siswa. Siswa dapat menjadikan jajanan yang biasa dikonsumsi menjadi pembelajaran literasi dan numerasi dari informasi nilai gizi di kemasan makanan. Siswa perlu dibiasakan sejak dini untuk peduli dengan kesehatan terutama untuk dirinya sendiri.

## Ucapan Terima Kasih

Tim Pengabdian Masyarakat ingin menyampaikan apresiasi yang mendalam kepada Ketua STIKES Banyuwangi dan Ketua PPPM atas kesempatan berharga yang telah diberikan kepada kami untuk melaksanakan program pengabdian masyarakat. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah dan seluruh anggota komunitas di SD N 2 Temurejo Bangorejo atas dukungan kerjasama, izin dan fasilitas yang diberikan sehingga pengabdian masyarakat tentang inovasi media dan metode belajar literasi numerasi yang mengasikkan dan bedampak melalui berbagi makanan sehat pada kegiatan jumat sehat ini dapat terlaksana dengan baik.

## Daftar Pustaka

- Anggraini, S., Handayani, D., & Kusumastuty, I. (2018). Tingkat Pengetahuan Cara Membaca Label Informasi Gizi Mahasiswa Status Gizi Normal Lebih Baik Dibandingkan Mahasiswa Obesitas. *Indonesian Journal of Human Nutrition (IJHN)*, 5(2), 74–84. <https://doi.org/https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.2>
- Aprianti, Mubarokah, K., Yuantari, M. C., & Rahma, N. S. (2023). Informasi Nilai Gizi Pada Masyarakat Usia Produktif di Kota Semarang, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(3), 406–412. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.406-412>
- Dewi, N. T., Yunita, L., Sukanty, N. M. W., & Ariani, F. (2023). Edukasi Label Informasi Nilai Gizi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Kemampuan Membaca Label Gizi Siswa di SMAN 5 Mataram. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 246–252. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.225>
- Illavina, & Kusumaningati, W. (2022). Pengaruh Edukasi Pembacaan Label Informasi Nilai Gizi dengan Media Slide PowerPoint terhadap Pengetahuan Siswa SMA Kota Depok. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*, 3(1), 27–35. <https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.27-35>
- Kaluku, K., Junieni, Mahmud, & Ruaida, N. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Keiasaan

- Ngemil Terhadap Prestasi Belajar dan Status Gizi (Studi Literatur). *Global Health Science*, 8(2), 69–74. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/ghs8204>
- Khansa, S. D., & Dewi, D. A. (2022). Generasi Milenial Sebagai Penerus Bangsa Dalam Perspektif Nilai Nilai Pancasila. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(1), 1024–1031. <https://doi.org/10.3399/bjgp15X685069>
- Kusnadi, K. P., Tupan, J., Itihuny, D. N., Queljoe, J. S. De, Mainuru, C. A. L., Damer, C., Samal, Z. A., Makassar, Z., Lekahena, Y., Moniharapon, A., & Saiya, A. (2024). Edukasi Literasi dan Numerasi di Lingkungan Pendidikan SD Negeri 1 Tawiri Kecamatan Teluk Ambon. *Pattimura Mengabdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 158–162. <https://doi.org/https://doi.org/10.30598/pattimura-mengabdi.2.2.158-162>
- Kutsiah, S. (2023). *Implementasi Pelaksanaan Literasi Dan Numerasi Di SD Negeri 3 Datarajan Kecamatan Ulubelu Kabupaten Tanggamus*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Pemerintah Republik Indonesia. (2003). *Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Indonesia*. Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Sari, S. G. P. (2017). Analisis Faktor-faktor Kebiasaan Siswa Membeli Jajanan di Sekolah. *JMSP: Jurnal Manajemen Dan Supervisi Pendidikan*, 2(1), 33–40. <https://doi.org/https://doi.org/10.17977/um025v2i12017p033>