

IJCSE

Sastra sebagai Media Edukasi Ketahanan Pangan: Literasi Gizi Anak Sekolah Dasar melalui Dongeng Misi Rahasia Piring Pela...

 Artikel

Document Details

Submission ID**trn:oid:::3618:153382258****Submission Date****Oct 1, 2026, 5:39 AM GMT+7****Download Date****Oct 1, 2026, 5:47 AM GMT+7****File Name****IJCSE 120.pdf****File Size****1.5 MB****15 Pages****6,782 Words****44,040 Characters**

9% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text

Exclusions

- 1 Excluded Source

Top Sources

- 6%  Internet sources
 - 4%  Publications
 - 5%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

- 6% Internet sources
- 4% Publications
- 5% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Publication	Muhammad Mufid, Muhlisin Muhlisin, Muhammad Jaeni, Miftahul Huda. "Integra...	2%
2	Internet	jurnal.stikesmus.ac.id	<1%
3	Internet	ejournal.iainpalopo.ac.id	<1%
4	Internet	news.sah.co.id	<1%
5	Internet	123dok.com	<1%
6	Student papers	Surabaya University on 2016-06-08	<1%
7	Internet	www.scribd.com	<1%
8	Student papers	Universitas Nusa Cendana on 2026-06-10	<1%
9	Internet	journal.ummat.ac.id	<1%
10	Internet	jurnal.ciptamediaharmoni.id	<1%
11	Internet	aps.ac.id	<1%

12	Internet	djournals.com	<1%
13	Internet	juris.id	<1%
14	Internet	biotecnia.unison.mx	<1%
15	Internet	journalversa.com	<1%
16	Internet	www.mdpi.com	<1%
17	Internet	www.tdx.cat	<1%
18	Student papers	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia on 2018-04-04	<1%
19	Student papers	Universitas Negeri Padang on 2025-07-15	<1%
20	Internet	ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id	<1%
21	Internet	journal.arimsi.or.id	<1%
22	Internet	jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com	<1%
23	Internet	rima.ufrj.br	<1%
24	Internet	snhrp.unipasby.ac.id	<1%
25	Internet	staffnew.uny.ac.id	<1%

26	Internet	www.ejournal.unma.ac.id	<1%
27	Internet	www.ria.ie	<1%
28	Internet	dthujs.vn	<1%
29	Internet	eprints.uny.ac.id	<1%
30	Internet	parenting.orami.co.id	<1%
31	Internet	repository.ar-raniry.ac.id	<1%
32	Internet	sahabatbahasa2015.blogspot.com	<1%
33	Internet	www.coursehero.com	<1%
34	Internet	www.unisayogya.ac.id	<1%
35	Internet	www1.patikab.go.id	<1%
36	Student papers	Universitas Pendidikan Indonesia on 2021-10-27	<1%

Sastra sebagai Media Edukasi Ketahanan Pangan: Literasi Gizi Anak Sekolah Dasar melalui Dongeng Misi Rahasia Piring Pelangi

Rahmat Setiawan^{1*}, Catur Vircavani^{1b}, Sazy Yulia Widyasari^{2b}, Aliya Zaimah Salsabila^{3b}, Mira Tri Rusdiantari^{3b}, Juniar Kartika^{4b}

¹ Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

² Program Studi Manajemen, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

³ Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

⁴ Program Studi Farmasi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

* Corresponding author: rahmatsetiawan@unipasby.ac.id

To cite this article: Setiawan, R., Vircavani, C., Widyasari, S.Y., Salsabila, A.Z., Rusdiantari, M.T., 7 Kartika, J. (2026). Sastra sebagai Media Edukasi Ketahanan Pangan: Literasi Gizi Anak Sekolah Dasar melalui Dongeng Misi Rahasia Piring Pelangi. *Indonesian Journal of Community Service in Education*, 2(4), 209. <https://doi.org/10.64421/ijcse.v2i4.120>

Articles Information	Abstract
Received : 05-09-2026 Revised : 29-09-2026 Accepted : 01-10-2026 Published : 30-12-2026	This community service activity aimed to provide education on the importance of nutrition, dietary diversity, and healthy lifestyle practices through a children's story entitled <i>The Secret Mission of the Rainbow Plate</i>. The activity was conducted on Thursday, August 20, 2026, at UPT SD 234 Pelemwatu, Menganti, Gresik, involving 70 elementary school students and lasting for 45 minutes. An interactive storytelling approach was employed, integrating storytelling, question-and-answer sessions, chants, and direct interaction with the students. Data were collected through observation using 15 indicators covering students' attention, interest, enthusiasm, participation, and responses to messages related to nutrition and healthy lifestyle practices. The observation results showed that 14 out of 15 indicators were observed during the activity. The students demonstrated sustained attention to the story and actively participated in answering questions and engaging in interactive activities. They also responded to messages concerning breakfast, nutritious and diverse foods, vegetable and fruit consumption, limiting sugary foods and beverages, drinking water, personal hygiene, physical activity, and adequate sleep. However, some students still had difficulty maintaining appropriate behavior and discipline until the end of the activity. These findings indicate that storytelling can serve as an engaging medium for developing children's nutrition literacy while fostering awareness of issues related to food security. Kata kunci: Nutrition Literacy; Storytelling; Children's Literature; Food Security; Elementary School Students. Abstrak Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi mengenai pentingnya gizi, keberagaman pangan, dan pola hidup sehat melalui dongeng <i>Misi Rahasia Piring Pelangi</i>. Kegiatan dilaksanakan pada Kamis, 20 Agustus 2026, di UPT SD 234 Pelemwatu, Menganti, Gresik, dengan melibatkan 70 siswa dan berlangsung selama 45 menit. Pendekatan yang digunakan adalah <i>storytelling</i> interaktif yang memadukan penyampaian dongeng, tanya jawab, yel-yel, dan interaksi langsung dengan siswa. Data kegiatan diperoleh melalui observasi menggunakan 15 indikator yang mencakup perhatian, ketertarikan, antusiasme, partisipasi, serta respons terhadap pesan gizi dan pola hidup sehat. Hasil observasi menunjukkan bahwa 14 dari 15 indikator teramati selama kegiatan. Siswa memiliki perhatian terhadap cerita serta partisipasi aktif ketika menjawab pertanyaan dan mengikuti aktivitas interaktif. Siswa juga menunjukkan respons terhadap pesan mengenai sarapan, makanan bergizi dan beragam, konsumsi sayur dan buah, pembatasan makanan dan minuman manis, air putih, kebersihan, aktivitas fisik, dan tidur yang cukup. Meskipun demikian, siswa masih mengalami kesulitan untuk tetap tertib hingga akhir kegiatan. Kegiatan ini menunjukkan bahwa dongeng dapat menjadi medium yang menarik untuk membangun literasi gizi anak yang korelatif dengan isu ketahanan pangan. Keywords: Literasi Gizi; Dongeng; Sastra Anak, Ketahanan Pangan; Siswa Sekolah Dasar.

Copyright ©2026 Rahmat Setiawan, Catur Vircavani, Sazy Yulia Widyasari, Aliya Zaimah Salsabila, Mira Tri Rusdiantari, Juniar Kartika

Indonesian Journal of Community Service in Education (IJCSE) is licensed under a

Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-SA 4.0)

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



1. PENDAHULUAN

Ketahanan pangan cenderung dikaitkan dengan ketersediaan dan keterjangkauan pangan, bukan gizi yang layak, sehingga isu ketahanan pangan seharusnya berkaitan dengan kebutuhan gizi dan literasi tentang apa yang seharusnya dikonsumsi. Dimensi ini menjadi krusial ketika melibatkan konteks anak-anak (Eicher-Miller et al., 2023; Hoteit et al., 2022; Rosales et al., 2023), karena kebiasaan makan dan persepsi mereka terhadap pangan, yang terbentuk melalui pengalaman sehari-hari di rumah, di sekolah, dan di tengah masyarakat luas, menjadi akar masa depan negara. Apa yang mereka konsumsi menjadi nutrisi, nutrisi menjadi gizi, dan gizi seimbang menjadi fondasi utama penentu pertumbuhan fisik, kapasitas intelektual, antisipasi penyakit kronis (Eicher-Miller et al., 2023; Elsborg et al., 2022; Forrestal et al., 2021), serta kualitas sumber daya manusia untuk masa depan bangsa. Oleh karena itu, upaya memperkuat ketahanan pangan menjadi optimal dengan mengikat misi penyediaan pangan, dengan pengembangan literasi gizi, terutama di kalangan anak-anak yang masih membentuk pengetahuan, sikap, dan kebiasaan mereka terkait pangan dan kesehatan (Doustmohammadian et al., 2022). Di sini, sekolah menjadi ruang yang memungkinkan pesan dan pengetahuan gizi disampaikan secara kolektif dan ideologis (Doustmohammadian et al., 2020). Tentu saja, siswa sekolah dasar adalah sasaran yang relevan karena pesan yang diinternalisasikan menjadi bagian dari pemahaman mereka tentang gaya hidup sehat dan mungkin memengaruhi pilihan makanan sehari-hari mereka.

Akan tetapi, dalam konteks pendidikan anak, ini bukan hanya tentang gizi, melainkan tentang bagaimana itu didistribusikan. Metode klasik dan kaku, serta satu arah, mungkin terjadinya tantangan dalam memberikan pesan gizi seimbang, kelompok makanan, atau pola makan sehat. Oleh karena itu, pendidikan gizi bagi mereka perlu disampaikan melalui strategi dan bentuk yang lebih imajinatif sesuai kelompok umur mereka. Di sinilah bercerita menjadi sangat relevan karena bercerita adalah bentuk sastra yang akrab bagi anak-anak. Bercerita memungkinkan pengetahuan disampaikan melalui karakter, peristiwa, dialog, konflik, dan penyelesaian. Melalui cerita, mereka mengikuti pengalaman karakter, merespon pertanyaan, dan mengaitkan narasi tersebut dengan kehidupan mereka sendiri. Dari perspektif sastra anak, nilai bercerita terletak pada fungsi hiburan dan kemampuan untuk mengkonstruksi pengalaman yang bermakna (Braga-Pontes et al., 2022; Pulimeno et al., 2020), sehingga pesan gizi yang tertanam dalam sebuah cerita dapat menjadi lebih lebih nyata. Berdasarkan pertimbangan tersebut, para penulis mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertajuk “Literasi Gizi melalui Dongeng *Misi Rahasia Piring Pelangi*” yang dilaksanakan di UPT SD 234 Pelemwatu, Menganti, Gresik, pada hari Kamis, 20 Agustus 2026. Kegiatan ini melibatkan 70 siswa sekolah dasar di sekolah tersebut dan dilaksanakan dalam sesi yang berdurasi 45 menit. Tentu saja, kegiatan ini dirancang untuk memperkenalkan kepada anak-anak pentingnya gizi sebagai bagian dari menjaga kesehatan dan mendukung pertumbuhan yang sehat, sekaligus menumbuhkan kesadaran mereka akan keragaman makanan, sarapan, konsumsi sayur dan buah, asupan air, kebersihan, aktivitas fisik, serta pengendalian diri dalam mengonsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula, garam, atau lemak.

Dongeng *Misi Rahasia Piring Pelangi* memuat pesan gizi melalui tokoh *Piring Pelangi*; ia adalah pemandu Rara untuk sebuah misi rahasia: menemukan empat kelompok makanan (nasi, lauk pauk, sayuran, dan buah). Itu semua dipersonifikasikan sebagai teman-teman sehat Rara. Setiap karakter memperkenalkan fungsi sederhana dari makanan: nasi memberikan energi, lauk pauk mendukung pertumbuhan dan kekuatan, sayuran membantu menjaga kesehatan, dan buah melengkapi hidangan. Melalui personifikasi ini, konsep-konsep gizi hadir sebagai karakter yang dapat dikenali dan diingat oleh anak-anak. Pesan utama disajikan sebagai bagian dari petualangan Rara untuk mengungkap *rahasia* Piring Pelangi. Cerita ini secara sengaja memperkenalkan kontestasi antara pilihan makanan sehat dan *godaan* anak-anak terhadap camilan yang kurang bergizi (dalam cerita disebut sebagai *Snack Squad*), seperti permen, keripik, donat, makanan goreng, dan minuman manis. Piring Pelangi menjelaskan bahwa makanan itu tetap boleh dikonsumsi, namun tidak boleh dikonsumsi secara berlebihan. Penyajian model ini menjadi signifikan karena pola makan sehat berfokus pada keseimbangan, keragaman, dan pengendalian diri, bukan larangan, disiplin, apalagi hukuman. Selain itu, cerita ini juga mengenalkan konsep konsumsi air, mencuci tangan dengan sabun, aktivitas fisik, kebersihan, dan tidur yang cukup. Cerita ini berakhir ketika Rara pulang ke rumah dan menerapkan apa yang telah dipelajarinya dengan memilih sarapan, beragam makanan, sayuran dan buah-buahan, air, aktivitas fisik, serta kebersihan. Sesi *yel-yel* terakhir menguatkan pesan moral tersebut sehingga mendorong mereka untuk secara kolektif mengingat kembali pengetahuan dan praktik yang diperkenalkan dalam cerita. Pada titik ini, bercerita memungkinkan anak-anak mengartikulasikan pemahaman mereka sendiri terhadap pesan-pesan yang terkandung dalam cerita.

Pada prinsipnya, kegiatan ini didasari oleh perhatian yang lebih luas terhadap ketahanan pangan. Dari sudut pandang ini, literasi gizi di kalangan anak-anak merupakan komponen penting, meski terkadang terabaikan, dalam membangun generasi yang tangguh dalam hal pangan. Anak-anak yang memahami pentingnya makanan yang beragam dan bergizi tidak hanya diperkenalkan pada pola makan sehat, tetapi juga pada nilai makanan itu sendiri serta hubungan antara makanan, kesehatan, dan perkembangan manusia. Memperkenalkan gagasan-gagasan ini melalui sastra anak memberikan kesempatan untuk mendekati isu ketahanan pangan dari perspektif pendidikan dan budaya. Sastra, dalam hal ini, menjadi media yang dapat digunakan untuk menyampaikan pengetahuan tentang pangan dalam bentuk yang dapat dipahami, dinikmati, dan berpotensi diterapkan oleh anak-anak dalam kehidupan sehari-hari mereka (Pulimeno et al., 2020). Untuk mengkaji bagaimana siswa merespons pendekatan pendidikan ini, dilakukan pengamatan selama kegiatan berlangsung. Lembar pengamatan sendiri dirancang untuk mengidentifikasi tingkat perhatian, antusiasme, partisipasi, dan respons siswa terhadap pesan-pesan gizi yang disampaikan melalui *Misi Rahasia Piring Pelangi*. Pengamatan ini tidak dimaksudkan untuk menetapkan hubungan sebab-akibat terhadap perilaku gizi siswa atau mengklaim adanya penurunan langsung angka stunting. Sebaliknya, pengamatan ini digunakan untuk mendokumentasikan keterlibatan langsung siswa selama proses pendidikan dan memberikan refleksi awal mengenai potensi bercerita sebagai media untuk literasi gizi.

Pada akhirnya, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menunjukkan bahwa penguatan ketahanan pangan dapat dimulai dari hal yang mendasar, seperti memfasilitasi anak-anak tentang apa yang ada di piring mereka. Dengan mengkombinasikan sastra anak, bercerita atau mendongeng, literasi gizi, dan ketahanan pangan, *Misi Rahasia Piring Pelangi* menawarkan suatu alternatif dalam menyampaikan pengetahuan terkait kesehatan kepada siswa sekolah dasar. Selain itu, kegiatan ini juga merupakan upaya untuk memperluas fungsi dan peran sastra di luar ruang kelas: sebuah cerita dapat menghibur, merangsang imajinasi, sekaligus mengajarkan anak-anak apa yang harus dimakan, serta mulai menumbuhkan generasi yang memahami, menghargai, dan membuat pilihan yang lebih sadar terkait makanan.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di UPT SD 234 Pelemwatu, Kecamatan Menganti, Kabupaten Gresik, Jawa Timur, pada Kamis, 20 Agustus 2026. Kegiatan melibatkan 70 siswa sekolah dasar sebagai peserta utama. Kegiatan dilaksanakan dalam satu sesi dengan durasi 45 menit. Kegiatan didesain sebagai kegiatan edukasi gizi bagi anak dalam kerangka penguatan literasi tentang ketahanan pangan. Materi tidak diberikan dalam bentuk seminar tradisional atau konvensional, melainkan melalui praktik mendongeng. Dongeng yang digunakan adalah dongeng *Misi Rahasia Piring Pelangi* yang dikembangkan melalui optimalisasi AI oleh para penulis sebagai media edukatif berbasis sastra anak.

Pendekatan yang digunakan adalah partisipatif berbasis dongeng. Pendekatan ini mengombinasikan metode *storytelling*, dialog, pertanyaan, respons verbal siswa, serta aktivitas interaktif yang terdapat dalam alur cerita, sehingga siswa mendengar, merespons, menjawab pertanyaan, memilih makanan, mengikuti instruksi, serta mengulang pesan-pesan kesehatan yang disampaikan. Media utama yang digunakan adalah dongeng *Misi Rahasia Piring Pelangi*, yang dapat diakses melalui tautan ini: <https://s.id/piringpelangi>. Struktur dongeng dikembangkan dengan pola masalah (kebiasaan makan Rara), → penemuan (pertemuan dengan Piring Pelangi), → pilihan (permainan memilih makanan), → perubahan (keputusan Rara setelah memahami pesan yang diperolehnya).

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahap: 1) persiapan materi dongeng, 2) pelaksanaan oleh tim pengabdian, dan 3) observasi-refleksi melalui lembar observasi untuk mencatat respons dan keterlibatan siswa selama kegiatan. Observasi difokuskan pada empat aspek, yaitu perhatian, antusiasme, partisipasi, dan respons terhadap pesan edukasi gizi.

Tabel 1. Daftar poin observasi.

No.	Aspek yang Diamati	Indikator Pengamatan
1	Perhatian	Siswa memperhatikan narator dan jalannya dongeng.
2	Perhatian	Siswa mengikuti cerita dari awal hingga akhir.
3	Antusiasme	Siswa menunjukkan ketertarikan terhadap tokoh atau karakter dalam dongeng.
4	Antusiasme	Siswa menunjukkan ekspresi antusias seperti tersenyum, tertawa, atau menunjukkan rasa ingin tahu.
5	Partisipasi	Siswa menjawab pertanyaan yang diberikan oleh narator.

6	Partisipasi	Siswa mengikuti yel-yel atau kegiatan interaktif secara aktif.
7	Respons	Siswa dapat menyebutkan bahwa sarapan penting sebelum berangkat ke sekolah.
8	Respons	Siswa dapat menyebutkan contoh makanan bergizi, seperti makanan pokok, lauk, sayur, atau buah.
9	Respons	Siswa menunjukkan pemahaman bahwa tubuh membutuhkan makanan yang beragam.
10	Respons	Siswa dapat menyebutkan pentingnya makan sayur dan buah.
11	Respons	Siswa memahami bahwa makanan atau minuman manis perlu dikonsumsi dengan tidak berlebihan.
12	Respons	Siswa dapat menyebutkan air putih sebagai pilihan utama untuk diminum.
13	Respons	Siswa dapat menyebutkan pentingnya mencuci tangan sebelum makan.
14	Respons	Siswa dapat menyebutkan pentingnya rajin bergerak dan tidur yang cukup.
15	Partisipasi	Siswa mengikuti kegiatan sampai selesai dengan tertib.

Adapun *Aspek Indikator Observasi* meliputi: 1) Perhatian (memperhatikan pendongeng, mengikuti alur cerita, dan menunjukkan fokus selama kegiatan), Antusiasme (menunjukkan ketertarikan, kegembiraan, rasa ingin tahu, tawa, atau respons positif terhadap cerita, 3) Partisipasi (menjawab pertanyaan, mengikuti instruksi, memilih makanan, bertepuk tangan, serta mengikuti yel-yel), dan 4) Respons (memberikan jawaban atau respons terhadap pesan tentang sarapan, makanan beragam, sayur dan buah, air putih, pembatasan makanan tertentu, kebersihan, aktivitas fisik, dan tidur). Indikator tersebut ditandai dengan *checklist* (✓). Kegiatan ini dilaksanakan selama 45 menit yang dibagi menjadi 4 sesi: atensi, penokohan, tantangan, konseptualisasi, dan pendalaman.

- Sesi atensi: tahap ini digunakan untuk menarik perhatian dan menciptakan suasana yang komunikatif.
- Sesi pengenalan tokoh Rara: Tahap ini, Rara diperkenalkan melalui kebiasaan makannya. Selain itu, diperkenalkan juga tokoh Piring Pelangi beserta empat *Teman Sehat* dan *Snack Squad* atau *Pasukan Jajan*.
- Sesi tantangan: tahap ini hadir melalui aktivitas pemilihan makanan di mana siswa diminta membantu Rara memilih makanan yang lebih baik untuk tubuh.
- Sesi konseptualisasi: tahap ini mengenalkan konsep isi piring, air putih, cuci tangan dengan sabun, aktivitas fisik, kebersihan tubuh, dan tidur yang seimbang.
- Pada bagian akhir, siswa mengikuti yel-yel *Anak Sehat* yang berisi pengulangan pesan utama dongeng, seperti sarapan, makanan bergizi, air putih, mengurangi konsumsi makanan manis, mencuci tangan, dan rajin bergerak.

Data hasil observasi dianalisis secara deskriptif. Analisis dilakukan dengan mengelompokkan hasil observasi berdasarkan empat aspek utama, yaitu 1) perhatian, 2) antusiasme, 3) partisipasi, dan 4) respons terhadap pesan edukasi gizi. Analisis dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, data observasi dikelompokkan berdasarkan aspek yang telah ditetapkan. Kedua, pola respons peserta diidentifikasi berdasarkan perilaku yang muncul selama kegiatan. Ketiga, hasil observasi diinterpretasikan untuk memaknai bagaimana *storytelling* dapat menciptakan keterlibatan siswa dalam proses edukasi gizi.

Kegiatan dilaksanakan dengan menekankan prinsip perlindungan dan kenyamanan peserta. Materi dongeng disusun dengan kesesuaian bahasa usia siswa dan tanpa pelabelan negatif pada suatu kebiasaan

makan, kondisi fisik, atau nama makanan tertentu. Pesan disampaikan dengan prinsip moderasi, bukan pelarangan absolut. Dengan pendekatan ini, literasi gizi diupayakan tetap edukatif, positif, menyenangkan, dan etis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pendidikan gizi melalui dongeng *Misi Rahasia Piring Pelangi* mendapat tanggapan yang secara umum positif dari para siswa sekolah dasar yang ikut serta. Kegiatan ini berlangsung selama 45 menit dan melibatkan 70 siswa di UPT SD 234 Pelemwatu, Menganti, Gresik. Pengamatan dilakukan sepanjang kegiatan, dengan fokus pada perhatian, minat, dan antusiasme siswa, partisipasi mereka dalam kegiatan interaktif, serta tanggapan mereka terhadap pesan-pesan mengenai gizi dan gaya hidup sehat yang disampaikan melalui cerita tersebut. Lembar pengamatan terdiri dari 15 indikator. Berdasarkan catatan pengamat, 14 indikator teramati selama kegiatan berjalan, sedangkan indikator 15 tidak terpenuhi sepenuhnya. Temuan ini menyiratkan bahwa sebagian besar aspek yang berkaitan dengan keterlibatan dan respons siswa dapat diamati secara langsung saat kegiatan berlangsung.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan.

Pada aspek perhatian, siswa menunjukkan kemampuan untuk mengikuti alur cerita dan memperhatikan narator sepanjang kegiatan. Siswa umumnya mengikuti cerita dari awal hingga akhir dan tetap terlibat dalam kegiatan secara tertib di tiap sesi. Perhatian siswa semakin meningkat ketika karakter *Piring Pelangi* diperkenalkan. Berdasarkan catatan pengamatan, bagian ini menjadi momen yang paling menarik perhatian siswa. Ketertarikan mereka terhadap karakter ini juga menunjukkan bahwa karakter

29 dalam sebuah cerita dapat mempertahankan perhatian siswa terhadap materi yang disajikan. Dalam hal antusiasme, para siswa mengeksposisi respons positif saat kegiatan berlangsung. Pengamat mencatat bahwa para siswa tampak antusias terhadap cerita dan menunjukkan minat pada karakter *Piring Pelangi*. Kehadiran karakter ini mengakselerasi terbentuknya suasana belajar yang lebih menarik dan menyenangkan bagi para siswa. Respons mereka terlihat tidak hanya dalam perhatian mereka terhadap narasi, tetapi juga dalam keterlibatan mereka saat narator mengajukan pertanyaan dan mengajak mereka berpartisipasi dalam kegiatan interaktif. Aspek partisipasi cukup kuat sepanjang kegiatan. Para siswa secara aktif menjawab pertanyaan yang diajukan oleh narator dan dengan antusias ikut serta dalam kegiatan interaktif serta nyanyian bersama. Interaksi ini menunjukkan bahwa para siswa bukan sekadar pendengar, melainkan terlibat langsung dalam proses penyampaian pesan. Partisipasi mereka menjadi semakin jelas ketika materi dikaitkan dengan pengalaman sehari-hari mereka, terutama terkait makanan, sarapan, dan kebiasaan hidup sehat.

31 Selain keterlibatan mereka selama proses mendongeng, pengamatan juga mencatat tanggapan (respons) para siswa terhadap sejumlah *pesan pendidikan gizi* yang terkandung dalam cerita. Mengenai pesan tentang sarapan, para siswa menunjukkan pemahaman bahwa penting untuk sarapan sebelum berangkat ke sekolah dan memulai aktivitas mereka di sana. Mengenai pesan tentang makanan bergizi, para siswa mampu menyebutkan beberapa contoh makanan bergizi, seperti makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan. Para siswa juga menunjukkan pemahaman bahwa tubuh membutuhkan beragam makanan, sehingga makanan yang dikonsumsi tidak boleh hanya berasal dari satu kelompok makanan saja. Pesan-pesan mengenai sayuran dan buah-buahan juga mendapat tanggapan positif. Para siswa menunjukkan pemahaman akan pentingnya mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sebagai bagian dari pola makan sehat. Selain itu, para siswa menanggapi pesan-pesan mengenai makanan dan minuman manis dengan memahami bahwa konsumsi makanan dan minuman tersebut harus dibatasi dan tidak berlebihan. Mengenai pesan tentang konsumsi air putih, para siswa menunjukkan reaksi pemahaman bahwa air putih seharusnya menjadi pilihan utama untuk memenuhi kebutuhan asupan cairan harian. Pesan-pesan yang disampaikan melalui cerita-cerita tersebut juga mencakup aspek-aspek kebersihan dan gaya hidup sehat. Para siswa menunjukkan ekspresi pemahaman akan urgensi mencuci tangan dengan sabun sebelum makan. Selain itu, para siswa memahami bahwa gaya hidup sehat dapat dimulai dengan makanan, serta aktivitas fisik dan tidur yang cukup. Dengan demikian, pesan-pesan yang diserap oleh para siswa tidak hanya mencakup aspek-aspek gizi, tetapi juga berbagai kebiasaan yang menopang dan mendukung kesehatan sehari-hari. Salah satu temuan observasional yang masuk kategori menarik adalah hadirnya respons spontan atau reaksi alamiah dari beberapa siswa yang mengatakan, “Saya juga [ingin] makan sayuran”, atau “Saya mau sehat!” Pernyataan ini menunjukkan bahwa pesan-pesan yang disampaikan melalui cerita telah menarik perhatian emosional para siswa dan mulai dikaitkan dengan pilihan pribadi mereka. Namun, pernyataan ini belum dapat diartikan sebagai bukti perubahan perilaku, melainkan sebagai indikasi respons spontan dan penerimaan awal terhadap pesan-pesan gizi yang disampaikan.

Di sisi lain, terdapat satu indikator yang belum sepenuhnya tercapai, yaitu indikator mengenai kemampuan siswa untuk berpartisipasi dalam semua kegiatan secara tertib hingga selesai. Pengamat mencatat bahwa, pada bagian-bagian tertentu dari kegiatan, cukup sulit untuk mengendalikan siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat antusiasme siswa yang tinggi tidak selalu sejalan dengan kemampuan untuk menjaga ketertiban dalam kelompok yang cukup besar. Dengan 70 siswa yang berpartisipasi, dinamika kelas menjadi salah satu faktor yang memengaruhi pengelolaan perhatian dan perilaku siswa selama kegiatan. Siswa yang sangat responsif dan aktif justru lebih sulit dikontrol ketika kegiatan dilakukan secara kelompok atau kolektif. Oleh karena itu, persoalan pengelolaan kelompok dapat diklaimkan sebagai suatu temuan praktis yang nantinya relevan untuk direfleksikan pada pembahasan lebih lanjut.

Secara keseluruhan, hasil pengamatan menunjukkan bahwa 14 dari 15 indikator terpenuhi selama kegiatan, sementara satu indikator, yaitu menjaga ketertiban hingga akhir kegiatan, belum sepenuhnya tercapai. Artinya, indikator keberhasilan kegiatan mencapai 93,3%. Indikator-indikator yang terpenuhi meliputi perhatian terhadap cerita, minat terhadap karakter, antusiasme, partisipasi dalam kegiatan interaktif, serta tanggapan terhadap pesan-pesan mengenai sarapan, makanan bergizi dan bervariasi, buah dan sayuran, pengendalian konsumsi makanan kurang gizi seperti jajanan, minuman berenergi yang mengandung banyak gula, air minum, kebersihan, aktivitas fisik, dan tidur yang cukup. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan cerita *Misi Rabasia Piring Pelangi* efektif dalam melibatkan siswa dan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi tanggapan terhadap pesan-pesan gizi dalam konteks pembelajaran interaktif. Untuk menegaskan temuan tersebut, 15 indikator observasi dapat dikategorikan ke dalam beberapa aspek seperti yang ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Rekapitulasi hasil observasi keterlibatan dan respons siswa.

Aspek yang Diamati	Nomor Indikator	Hasil Observasi
Perhatian	1–2	Teramati
Keterarikan	3	Teramati
Antusiasme	4	Teramati
Partisipasi	5–6	Teramati
Respons terhadap pesan gizi dan kesehatan	7–14	Teramati
Partisipasi (ketertiban hingga akhir kegiatan)	15	Belum sepenuhnya teramati
Total	15 indikator	14 teramati, 1 belum teramati

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diamati bahwa hampir seluruh indikator yang didesain untuk menganalisis keterlibatan siswa yang terjadi di banyak momen selama kegiatan. Secara mayoritas, hal ini menguraikan suatu gambaran bahwa dongeng cukup relevan dengan mode pembelajaran untuk anak-anak, karena dongeng dengan karya sastra anak menghadirkan fungsi sastra sebagai media penyampaian pesan dan menciptakan interaksi serta memantik respons siswa terhadap materi yang artikulaskan. Dalam konteks kegiatan ini, materi berkaitan dengan gizi dan pola hidup sehat dan para siswa mempelajarinya tanpa ada tuntutan psikologis, obligasi yang mengancam mereka secara mental, atau pendisiplinan berlebihan.

3.2. PEMBAHASAN

Pertama, dari kegiatan ini, dongeng dapat dilihat sebagai suatu pendekatan untuk mengonstruksi literasi gizi. Dongeng dapat menciptakan ruang bagi para siswa untuk mengenali, merespons, dan mendiskusikan pesan-pesan tentang gizi dalam suasana yang lebih dekat dengan dunia mereka sendiri. Dari 15 indikator pengamatan yang digunakan, 14 di antaranya teramati selama kegiatan berlangsung. Indikator-indikator tersebut meliputi **perhatian**, **antusiasme**, **partisipasi**, serta **respons** siswa tentang sarapan, keragaman makanan, buah dan sayuran, pembatasan makanan dan minuman yang kurang bergizi, konsumsi air putih, kebersihan, aktivitas fisik, dan tidur yang cukup. Ini menunjukkan bahwa sastra anak memiliki fungsi yang melampaui hiburan, karena ia dapat hadir sebagai ruang pedagogis di mana pengetahuan abstrak dan normatif diterjemahkan menjadi pengalaman yang lebih familiar, konkret, dan dapat diterima anak-anak (Pulimeno et al., 2020). Secara tidak langsung, hal ini mengkritisi pandangan bahwa pendidikan gizi bagi anak-anak secara tradisional disampaikan melalui komunikasi langsung. Misalnya, anak-anak diinformasikan secara oposisi biner, baik-buruk atau boleh-tidak boleh (Varela et al., 2024). Tentu saja, pendekatan model itu memiliki kelebihan, bahkan anak-anak dapat merepetisi informasi tersebut. Akan tetapi, informasi itu hanya menjadi pengetahuan tanpa dipraktikkan. Oleh karena itu, tantangan dalam pendidikan gizi bukan terletak pada apa yang dikomunikasikan, melainkan bagaimana informasi tersebut dikomunikasikan, bukan mode instruksi satu arah (Bailey et al., 2019; Doustmohammadian et al., 2020; Verdonschot et al., 2023). Maka, informasi tersebut seharusnya ada dalam kemasan yang diterima oleh subjek, dalam konteks ini adalah anak-anak Sekolah Dasar. Bercerita menjadi penting, terutama ketika cerita mulai dikembangkan melalui karakter, peristiwa, konflik, pilihan, dan konsekuensi. Tidak ada parade definisi atau daftar makanan, melainkan mengikuti perjalanan seorang karakter di dalam alur cerita. Dalam *Misi Rabasia Piring Pelangi*, pesan-pesan gizi disisipkan dalam dunia naratif, imajinatif, dan menarik, sehingga memberikan siswa akses untuk mengikuti, membayangkan, dan merasakan, sampai akhirnya, mereka menanggapi. Momen Piring Pelangi memperkenalkan diri dan menjelaskan bagaimana para siswa bereaksi, serta bahwa karakter dapat menjadi jangkar naratif yang membuat perhatian para siswa terikat pada cerita. Dalam perspektif sastra anak-anak, kekuatan cerita anak adalah pengalaman dan imajinasi pembaca (anak-anak). Konsep yang rumit dapat lebih mudah dipahami ketika disajikan melalui karakter dan situasi yang dapat divisualisasikan. Akan tetapi, keberhasilan seperti ini terjadi karena melibatkan sesi pertanyaan, tanya jawab, nyanyian, dan interaksi langsung dengan para siswa. Oleh karena itu, mendongeng adalah komunikasi interaktif yang memposisikan para siswa sebagai pendengar aktif yang berkesempatan untuk mengikuti instruksi dan memberikan umpan balik.

Kedua, informasi gizi menjadi relevansi pribadi. Ketika ada tanggapan spontan dari beberapa siswa tentang bagaimana mereka ingin sayur, mereka ingin sehat, dan sejenisnya, maka dari sudut pandang sastra dan pedagogi, hal ini menyiratkan bagaimana siswa mengilhami apa yang disampaikan melalui cerita tersebut dengan diri mereka sendiri. Pesan tentang gizi tersebut pada akhirnya diterjemahkan sebagai referensi pribadi. Tentu saja, pernyataan para siswa belum dapat dianggap sebagai bukti faktual yang telah mengubah perilaku konsumtif mereka setelah kegiatan, karena perubahan perilaku membutuhkan waktu, repetisi,

dukungan dari ekosistem lingkungan keluarga dan sekolah, serta ketersediaan pilihan makanan yang sesuai. Karena kegiatan ini hanya berlangsung selama 45 menit, kurang relevan untuk mengklaim bahwa satu sesi mendongeng merupakan intervensi yang mampu secara langsung mengubah kebiasaan makan anak-anak. Akan tetapi, pendidikan dapat dimulai dari hal yang elementer, seperti kesadaran (Binder et al., 2020). Ketika seorang anak mulai memahami bahwa sayuran berkaitan dengan kesehatan dan kemudian mengungkapkan keinginan untuk memakannya, hal ini merupakan respons awal yang patut diperhatikan. Hal ini menjelaskan bahwa pesan tersebut telah diperhatikan, dipahami dalam konteks yang sederhana, dan dikaitkan dengan pilihan pribadi. Dalam konteks pelayanan masyarakat, respons semacam ini penting karena tujuan utama literasi tidak selalu perubahan yang segera, melainkan untuk meletakkan dasar bagi proses berpikir yang dapat berkembang lebih lanjut, terutama ketika orang tua yang memiliki literasi gizi (Hoteit et al., 2022; Mogre et al., 2024; Rosales et al., 2023), yang tentu saja dapat mempengaruhi pola makan sehat, buah dan sayur, untuk anaknya (Blom-Hoffman et al., 2008). Artinya, temuan ini menekankan bahwa sastra dapat hadir sebagai media pendidikan yang memungkinkan pesan disampaikan tanpa klaim otoritatif, karena makna hadir saat pembaca masuk melalui pengalaman naratif. Dengan demikian, mendongeng dapat menjembatani kesenjangan antara informasi dan pengalaman.

Ketiga, karakter *Piring Pelangi* seharusnya dilihat sebagai metafora keragaman makanan. Konsep *Piring Pelangi* adalah elemen kunci dalam cerita ini dan tentu saja, kegiatan ini, karena ia mengombinasikan fungsi estetika dan pendidikan dalam satu metafora. Pelangi identik dengan keragaman warna. Ketika konsep ini diterapkan pada piring, keragaman warna tersebut dapat digunakan untuk memperkenalkan keragaman makanan. Dengan cara ini, istilah-istilah yang relatif abstrak seperti *keragaman makanan* memperoleh representasi visual dan naratif yang lebih mudah dikenali oleh anak-anak. Dari perspektif sastra, metafora semacam ini sangat kuat karena bekerja dengan mengaitkan sesuatu yang baru dengan sesuatu yang sudah dikenal. Anak-anak mungkin belum memahami konsep keragaman makanan dalam terminologi gizi, tetapi mereka memahami bahwa pelangi terdiri dari berbagai warna. Ketika metafora ini diterapkan pada makanan, keragaman menjadi sesuatu yang dapat divisualisasikan melalui pengalaman visual. Proses ini memastikan bahwa cerita dapat membantu bagaimana cara para siswa memandang pesan tersebut (Wang & Basso, 2021). Hal ini berkaitan dengan temuan mengenai respons siswa terhadap pesan bahwa tubuh membutuhkan beragam makanan. Siswa dapat menyebutkan contoh makanan bergizi, seperti makanan pokok, lauk pauk, sayuran, dan buah-buahan, serta menunjukkan pemahaman bahwa makanan yang mereka konsumsi tidak boleh berasal dari satu jenis saja (Varela et al., 2024). Dari perspektif literasi gizi, respons ini cukup signifikan karena menandakan pergeseran dari pemahaman yang sangat sederhana tentang *makanan sehat* menuju gagasan atau ide bahwa kesehatan terkait dengan keragaman dan keseimbangan. Pemilihan terminologi *Piring Pelangi* juga menawarkan akses kepada para siswa untuk teringat secara visual. Dalam proses belajar anak-anak, gambar, karakter, warna, dan narasi dapat berfungsi sebagai alat bantu ingatan yang membantu informasi tersimpan lebih lama. Oleh karena itu, kekuatan *Misi Rabasia Piring Pelangi* terletak pada isi pesannya dan cara pesan tersebut dikemas dalam simbol yang mudah dikenali.

Keempat, literasi gizi dapat dipahami sebagai bagian dari ketahanan pangan. Kegiatan ini mengaitkan pendidikan gizi dengan ketahanan pangan dan memerlukan ketelitian konseptual. Ketahanan pangan, tentu saja, jauh lebih luas daripada sekadar pengetahuan seorang anak tentang makanan sehat, ia berkaitan dengan ketersediaan pangan, akses terhadap pangan, keterjangkauan harga, kualitas, keamanan, serta kemampuan sistem pangan untuk bertahan menghadapi berbagai tekanan. Oleh karena itu, sesi mendongeng selama 45 menit tidak dapat diposisikan sebagai solusi instan terhadap masalah ketahanan pangan. Sistem pangan yang tangguh dan unggul membutuhkan masyarakat yang memiliki literasi tentang pangan yang bergizi, beragam, aman, dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Literasi gizi di kalangan anak-anak adalah investasi dan fondasi jangka panjang untuk membangun masyarakat yang lebih sadar akan pangan. Sekolah menyediakan ekosistem dan lingkungan strategis untuk memulai proses ini. Di sana, anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu hidup untuk belajar dan beradaptasi dengan kehidupan, serta makna dan pola pikir sehingga pengetahuan, kebiasaan, serta preferensi mereka menentukan hidup mereka, terutama literasi gizi, karena dari sana, nutrisi mereka ditentukan. Dengan demikian, *Misi Rabasia Piring Pelangi* hanyalah kontribusi minimalis untuk memperkuat literasi gizi yang memiliki konsekuensi logis dengan ketahanan pangan sejak usia dini. Kontribusinya bukan mengubah sistem pangan, melainkan proses pembentukan individu yang lebih sadar akan apa yang mereka konsumsi. Dalam jangka panjang, kesadaran semacam ini dapat menjadi bagian dari budaya masyarakat yang menghargai makanan bergizi dan beragam serta mengantisipasi isu *stunting* secara tidak langsung. *Stunting* adalah masalah multidimensi; kombinasi kompleks antara gizi, kesehatan (Berhe et al., 2019), sanitasi (Vilcins et al., 2018), sosial ekonomi (Vaivada et al., 2020), dan budaya pengasuhan anak (Wiliyanarti et al., 2022). Oleh karena itu, pendidikan sewajarnya menjelma sebagai suatu intervensi melalui literasi gizi, namun ia bukan intervensi tunggal untuk mencegah *stunting* (Islam et al., 2020; Milwan & Sunarya, 2023; Mulyani et al., 2025; Raiten & Bremer, 2020).

Kelima, pada saat observasi, siswa secara aktif menjawab pertanyaan dan berpartisipasi dalam kegiatan interaktif. Signifikannya adalah sebuah poin bahwa bercerita dapat mendorong partisipasi. Siswa bersedia merespons ketika diberi kesempatan untuk terlibat langsung. Akan tetapi, pada indikator 15, siswa yang mengikuti kegiatan hingga akhir secara tertib, belum tercapai sepenuhnya. Meskipun demikian, temuan tidak serta merta menjadi kegagalan kegiatan, ini adalah bagian dari realitas pedagogis. Kegiatan yang melibatkan 70 siswa memperbesar kemunculan dinamika pada antusiasme dan ketertiban karena siswa aktif interaktif, antusias bernyanyi dan merespons, dan menunjukkan respons spontan juga berpotensi menciptakan keriuhan. Dalam kegiatan berbasis sastra anak, tujuannya adalah menumbuhkan keterlibatan, namun tetap memerlukan pengelolaan agar partisipasi siswa tidak berubah menjadi kekacauan. Temuan ini menawarkan pelajaran praktis: mendongeng dalam kelompok besar memerlukan kompetensi manajemen kelas, pengaturan tempo, dan instruksi yang baik. Selain itu, durasi 45 menit juga sebaiknya dibagi secara proporsional antara pembukaan, mendongeng, interaksi, dan penutupan. Dengan jumlah peserta yang lebih sedikit atau dengan bantuan beberapa fasilitator, interaksi individu kemungkinan besar dapat dilakukan dengan lebih efektif. Efeknya, data observasional dan implikasi metodologis menjadi terbatas. Data observasional dari kegiatan ini memberikan gambaran mengenai perilaku siswa selama kegiatan di kelas,

tetapi pengamatan kurang cukup untuk memastikan tingkat penguasaan dan pengetahuan gizi, apalagi transformasi perilaku pascakegiatan. Keterbatasan ini harus ditekankan, karenanya kehati-hatian dalam menafsirkan hasil pengabdian masyarakat dapat ditandai. Kegiatan pengabdian masyarakat mungkin dapat mengklaim suatu efektivitas, akan tetapi kegiatan dapat bersifat inovatif dan interdisipliner. Untuk implementasi di masa depan, evaluasi dapat dikembangkan melalui kombinasi observasi dan alat-alat sederhana lainnya, seperti kuesioner pra kegiatan dan pascakegiatan, tugas yang melibatkan penciptaan cerita serupa, permainan klasifikasi makanan, refleksi singkat, atau evaluasi lanjutan bersama guru dan orang tua. Dengan cara ini, kegiatan-kegiatan tersebut dapat menghasilkan data yang tidak hanya menggambarkan keterlibatan, tetapi juga memberikan gambaran yang lebih kuat mengenai perkembangan literasi gizi siswa.

Salah satu makna penting dari inisiatif ini adalah penekanan sastra yang memiliki fungsi sosial yang lebih luas, bukan hanya objek kesenangan atau studi akademis. Sastra memang dipelajari melalui teks, tokoh, alur cerita, simbol, metafora, dan berbagai perangkat estetika lainnya, namun rangkaian elemen ini dapat digunakan untuk memfasilitasi komunikasi publik dengan tujuan sosial. Dalam *Misi Rahasia Piring Pelangi*, pesan untuk anak-anak dimanfaatkan untuk mengedukasi isu-isu gizi. Di sini, sastra tidak kehilangan identitasnya meskipun digunakan untuk tujuan pendidikan, sebaliknya, ia justru menjadi kekuatan pedagogis. Kegiatan dengan pendekatan ini juga menjelaskan bahwa akademisi perlu meruntuhkan kekakuan disiplin akademis dari kebutuhan sosial. Bidang sastra dapat berkontribusi pada isu kesehatan dan pangan, bukan mengakuisisi kepakaran bidang gizi, melainkan dengan menawarkan kemampuan merangkai narasi untuk menumbuhkan pemahaman humanis dalam skala kecil: penerapan literasi sastra dalam konteks sosial. Anak-anak didorong untuk memahami cerita, sekaligus memahami dunia melalui cerita tersebut. Ketika dunia yang dibahas adalah pangan dan kesehatan, sastra dapat berfungsi sebagai jembatan yang membuat isu-isu ini terasa lebih familiar dengan kehidupan mereka sendiri.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul *Literasi Gizi melalui Cerita Misi Rahasia Piring Pelangi* menjelaskan bahwa mendongeng dapat menjadi pendekatan yang relevan dan menarik untuk memperkenalkan literasi gizi kepada siswa sekolah dasar. Melalui cerita ini, yang dipadukan dengan sesi tanya jawab, menyanyi, dan kegiatan interaktif, para siswa menunjukkan perhatian, minat, antusiasme, dan partisipasi aktif sepanjang kegiatan berlangsung. Dari 15 indikator pengamatan yang digunakan, 14 di antaranya teramati, termasuk respons siswa terhadap pesan mengenai pentingnya sarapan, keragaman makanan, konsumsi buah dan sayuran, pembatasan makanan dan minuman manis, minum air putih, kebersihan, aktivitas fisik, serta tidur yang cukup. Artinya, bercerita dapat membantu menyampaikan pesan gizi dalam bentuk yang lebih relevan dengan kehidupan anak-anak. Akan tetapi, hasil ini harus diterjemahkan dalam konteks; kegiatan hanya berlangsung selama 45 menit dan data diperoleh melalui pengamatan, sehingga temuan ini belum dapat digunakan untuk klaim peningkatan pengetahuan atau perubahan jangka panjang dalam perilaku makan. Selain itu, kegiatan ini memperkuat gagasan bahwa pendidikan gizi dapat diposisikan sebagai bagian dari upaya penguatan literasi gizi sejak usia dini yang

15 korelatif dengan ketahanan pangan. Ketahanan pangan berkaitan dengan ketersediaan pangan serta
kemampuan masyarakat untuk memahami jenis makanan yang bergizi, karena gizi berkaitan dengan
32 pertumbuhan fisik, peningkatan daya pikir atau kecerdasan, serta kualitas sumber daya manusia untuk masa
depan bangsa. Dengan kata lain, sastra terletak pada peran sebagai mediator sekaligus penerjemah isu-isu
abstrak menjadi pengalaman yang lebih mudah dipahami oleh anak-anak. Literasi gizi tidak dimaksudkan
sebagai solusi tunggal bagi masalah malnutrisi atau *stunting*, melainkan sebagai langkah awal dalam
membangun kesadaran dan literasi gizi melalui pendekatan yang disesuaikan dengan karakteristik anak-anak.
25 Dengan demikian, bercerita dapat terus dikembangkan tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai
media pendidikan yang menjembatani sastra, kesehatan, literasi pangan, dan ketahanan pangan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, C. J., Drummond, M., & Ward, P. (2019). Food literacy programmes in secondary schools: a systematic literature review and narrative synthesis of quantitative and qualitative evidence. *Public Health Nutrition*, 22, 2891 - 2913. <https://doi.org/10.1017/s1368980019001666>
- Berhe, K., Seid, O., Gebremariam, Y., Berhe, A., & Etsay, N. (2019). Risk factors of stunting (chronic undernutrition) of children aged 6 to 24 months in Mekelle City, Tigray Region, North Ethiopia: An unmatched case-control study. *PLoS ONE*, 14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217736>
- Binder, A., Naderer, B., & Matthes, J. (2020). The effects of gain- and loss-framed nutritional messages on children's healthy eating behaviour. *Public Health Nutrition*, 23, 1726 - 1734. <https://doi.org/10.1017/s1368980019004683>
- Blom-Hoffman, J., Wilcox, K. R., Dunn, L., Leff, S., & Power, T. J. (2008). Family Involvement in School-Based Health Promotion: Bringing Nutrition Information Home. *School psychology review*, 37, 567 - 577. <https://doi.org/10.1080/02796015.2008.12087868>
- Braga-Pontes, C., Simões-Dias, S., Lages, M., Guarino, M., & Graça, P. (2021). Nutrition education strategies to promote vegetable consumption in preschool children: the Veggies4myHeart project. *Public Health Nutrition*, 25, 1061 - 1070. <https://doi.org/10.1017/s1368980021004456>
- Cotton, W., Dudley, D., Peralta, L., & Werkhoven, T. (2020). The effect of teacher-delivered nutrition education programs on elementary-aged students: An updated systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 20. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2020.101178>
- Doustmohammadian, A., Omidvar, N., & Shakibazadeh, E. (2020). School-based interventions for promoting food and nutrition literacy (FNLIT) in elementary school children: a systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 9. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01339-0>
- Doustmohammadian, A., Omidvar, N., Keshavarz-Mohammadi, N., Eini-Zinab, H., Amini, M., & Abdollahi, M. (2022). The association and mediation role of Food and Nutrition Literacy

- (FNLIT) with eating behaviors, academic achievement and overweight in 10–12 years old students: a structural equation modeling. *Nutrition Journal*, 21. <https://doi.org/10.1186/s12937-022-00796-8>
- Eicher-Miller, H., Graves, L. M., McGowan, B. S., Mayfield, B. J., Connolly, B. A., Stevens, W., & Abbott, A. (2023). A Scoping Review of Household Factors Contributing to Dietary Quality and Food Security in Low-Income Households with School-Age Children in the United States. *Advances in Nutrition*, 14, 914 - 945. <https://doi.org/10.1016/j.advnut.2023.05.006>
- Elsborg, P., Thorsen, A., Ravn-Haren, G., Bonde, A., Andersen, S. G., Vermund, M. C., Klinker, C., & Stjernqvist, N. W. (2021). Improved food literacy among schoolchildren as an effect of a food camp intervention: Results of a controlled effectiveness trial. *Appetite*, 105845 . <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105845>
- Forrestal, S., Potamites, E., Guthrie, J., & Paxton, N. (2021). Associations among Food Security, School Meal Participation, and Students' Diet Quality in the First School Nutrition and Meal Cost Study. *Nutrients*, 13. <https://doi.org/10.3390/nu13020307>
- Hoteit, M., Mohsen, H., Hanna-Wakim, L., & Sacre, Y. (2022). Parent's food literacy and adolescents nutrition literacy influence household's food security and adolescent's malnutrition and anemia: Findings from a national representative cross sectional study. *Frontiers in Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1053552>
- Islam, M., Ullah, A. Z. N., Mainali, S., Imam, M., & Hasan, M. I. (2020). Determinants of stunting during the first 1,000 days of life in Bangladesh: A review. *Food Science & Nutrition*, 8, 4685 - 4695. <https://doi.org/10.1002/fsn3.1795>
- Mogre, V., Sefogah, P., Adetunji, A., Olalekan, O. O., Gaa, P. K., Anie, H. A. N. G., & Tayo, B. (2024). A school-based food and nutrition education intervention increases nutrition-related knowledge and fruit consumption among primary school children in northern Ghana. *BMC Public Health*, 24. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19200-7>
- Mulyani, A., Khairinisa, M. A., Khatib, A., & Chaerunisaa, A. (2025). Understanding Stunting: Impact, Causes, and Strategy to Accelerate Stunting Reduction—A Narrative Review. *Nutrients*, 17. <https://doi.org/10.3390/nu17091493>
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., & Colazzo, S. (2020). Children's literature to promote students' global development and wellbeing. *Health Promotion Perspectives*, 10, 13 - 23. <https://doi.org/10.15171/hpp.2020.05>
- Raiten, D., & Bremer, A. (2020). Exploring the Nutritional Ecology of Stunting: New Approaches to an Old Problem. *Nutrients*, 12. <https://doi.org/10.3390/nu12020371>

- Rosales, A., Young, S., Mendez, T., Shelden, K., & Holdaway, M. (2022). Collaborative Strategies to Improve Nutrition Security and Education: Lessons Learned During a Pandemic. *The Journal of School Health*, 93, 148 - 152. <https://doi.org/10.1111/josh.13247>
- Vaivada, T., Akseer, N., Akseer, S., Somaskandan, A., Stefopoulos, M. E., & Bhutta, Z. (2020). Stunting in childhood: an overview of global burden, trends, determinants, and drivers of decline. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 777S - 791S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa159>
- Varela, P., De Rosso, S., Moura, A., Galler, M., Philippe, K., Pickard, A., Ragelienė, T., Sick, J., Van Nee, R. L., Almlı, V. L., Ares, G., Grønhoj, A., Spinelli, S., & Van Kleef, E. (2023). Bringing down barriers to children's healthy eating: a critical review of opportunities, within a complex food system. *Nutrition research reviews*, 1-58 . <https://doi.org/10.1017/s0954422423000203>
- Varman, S., Cliff, D., Jones, R. A., Hammersley, M., Zhang, Z., Charlton, K., & Kelly, B. (2021). Experiential Learning Interventions and Healthy Eating Outcomes in Children: A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph182010824>
- Verdonschot, A., Follong, B. M., Collins, C., De Vet, E., Haveman-Nies, A., & Bucher, T. (2022). Effectiveness of school-based nutrition intervention components on fruit and vegetable intake and nutrition knowledge in children aged 4–12 years old: an umbrella review. *Nutrition Reviews*, 81, 304 - 321. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuac057>
- Vilcins, D., Sly, P., & Jagals, P. (2018). Environmental Risk Factors Associated with Child Stunting: A Systematic Review of the Literature. *Annals of Global Health*, 84, 551 - 562. <https://doi.org/10.29024/aogh.2361>
- Wang, F., & Basso, F. (2021). The peak of health: The vertical representation of healthy food. *Appetite*, 105587 . <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105587>
- Wiliyanarti, P. F., Wulandari, Y., & Nasrullah, D. (2022). Behavior in fulfilling nutritional needs for Indonesian children with stunting: Related culture, family support, and mother's knowledge. *Journal of Public Health Research*, 11. <https://doi.org/10.1177/22799036221139938>