

Pengembangan Literasi Gizi Berbasis Pengabdian Masyarakat sebagai Fondasi Pembangunan Berkelanjutan

Firman Fauzi^{1*}, Ade Permata Surya¹, Septiani Juniarti¹, Isfandiari M. Bahanan¹

¹Fakultas Ekonomi & Bisnis, Program Studi Manajemen, Universitas Mercubuana, Jakarta, Indonesia

E-mail: firman.fauzi@mercubuana.ac.id*

Article History:

Received: 12 September 2025

Revised: 20 Oktober 2025

Accepted: 26 Oktober 2025

Keywords: literasi gizi, pengabdian masyarakat, pangan sehat, ibu rumah tangga, pelaku usaha kuliner.

Abstract: Literasi gizi memegang peran penting dalam pembangunan masyarakat berkelanjutan, karena kontribusinya tidak hanya meningkatkan kesehatan individu, tetapi juga mempengaruhi produktivitas tenaga kerja dan efisiensi ekonomi. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi gizi di Kelurahan Meruya Selatan, dengan fokus pada ibu rumah tangga dan pelaku usaha kuliner. Program ini melibatkan pelatihan, serta pendampingan usaha untuk mengembangkan produk pangan sehat yang memiliki nilai gizi tinggi. Melalui pendekatan berbasis ekonomi, masyarakat diharapkan dapat memahami hubungan antara pola makan sehat dan pengelolaan keuangan rumah tangga yang efisien. Hasil dari program ini menunjukkan adanya perubahan dalam pola konsumsi pangan masyarakat yang lebih bergizi dan selektif dalam memilih bahan makanan. Selain itu, pelaku usaha kuliner menunjukkan peningkatan dalam penerapan standar gizi dan inovasi produk pangan sehat yang sesuai dengan kebutuhan pasar. Program ini tidak hanya memberikan dampak pada kesehatan individu, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup dan daya saing ekonomi lokal, yang pada gilirannya berkontribusi pada pembangunan ekonomi yang berkelanjutan. Evaluasi yang dilakukan melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan mengenai literasi gizi di kalangan peserta, serta perubahan positif dalam kebiasaan konsumsi dan pengelolaan pangan sehat.

PENDAHULUAN

Literasi gizi merupakan salah satu aspek yang sangat penting dalam pembangunan masyarakat yang berkelanjutan. Gizi yang baik tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan individu, tetapi juga mempengaruhi produktivitas tenaga kerja, efisiensi ekonomi, serta kualitas hidup secara keseluruhan (Beal, 2017). Di Indonesia, masih banyak masyarakat yang kurang memahami pentingnya pola makan sehat yang seimbang, yang berimbas pada tingginya prevalensi penyakit tidak menular, seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas. Hal ini tidak hanya menambah beban biaya kesehatan bagi keluarga, tetapi juga mengurangi produktivitas masyarakat. Oleh karena itu, pengembangan literasi gizi harus menjadi fokus utama dalam upaya peningkatan kesejahteraan masyarakat, terutama bagi kelompok-kelompok rentan seperti ibu rumah tangga dan pelaku usaha kecil di sektor pangan (BPS, 2023).

Dalam konteks pembangunan ekonomi yang berkelanjutan, literasi gizi memainkan peran strategis. Masyarakat yang memahami pentingnya konsumsi pangan bergizi akan lebih mampu mengelola pengeluaran rumah tangga dengan lebih efisien dan memilih produk pangan yang tidak hanya terjangkau tetapi juga bernilai gizi tinggi. Hal ini penting untuk menciptakan keseimbangan antara kebutuhan nutrisi tubuh dan pembiayaan rumah tangga (Malingkay et.al, 2023). Terlebih lagi, dalam sektor bisnis, pelaku usaha kuliner yang memiliki pengetahuan literasi gizi dapat menciptakan produk pangan yang lebih sehat, yang sesuai dengan tren pasar yang semakin peduli terhadap kesehatan. Peningkatan kualitas produk pangan yang bergizi akan memperkuat daya saing produk lokal di pasar yang lebih luas (Hamdani et.al, 2022).

Melalui program pengabdian masyarakat ini, Universitas Mercu Buana, khususnya: Fakultas Ekonomi & Bisnis, Program Studi Manajemen, berkomitmen untuk meningkatkan literasi gizi di Kelurahan Meruya Selatan. Program ini menyasar pelaku usaha kuliner dan ibu rumah tangga yang menjadi pengelola konsumsi pangan di rumah tangga. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman yang lebih baik tentang prinsip-prinsip gizi seimbang, serta bagaimana cara memilih dan mengolah bahan pangan yang bergizi namun tetap terjangkau. Selain itu, kegiatan ini juga akan mengedukasi para pelaku usaha di sektor kuliner untuk mengembangkan produk berbasis gizi yang lebih sehat, sehingga mampu bersaing dengan produk serupa di pasar lokal maupun digital.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh masyarakat di Kelurahan Meruya Selatan adalah kurangnya pengetahuan dasar mengenai gizi dan pola makan sehat. Hal ini berdampak pada pemilihan bahan baku pangan yang kurang memperhatikan kandungan gizi, serta kurangnya inovasi dalam menciptakan produk pangan yang bernilai jual tinggi. Di sisi lain, pelaku usaha di sektor kuliner sering kali lebih fokus pada harga murah dibandingkan dengan kualitas gizi yang terkandung dalam produk mereka. Oleh karena itu, program ini tidak hanya memberikan edukasi mengenai pentingnya gizi, tetapi juga memperkenalkan konsep pengelolaan usaha berbasis produk pangan sehat yang memiliki nilai tambah di pasar.

Program ini juga dilaksanakan dengan pendekatan berbasis ekonomi, yaitu dengan tujuan menjelaskan bagaimana konsumsi gizi yang baik dapat mengurangi beban biaya kesehatan jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang manfaat gizi, masyarakat diharapkan dapat membuat keputusan yang lebih bijak dalam memilih makanan yang dikonsumsi. Selain itu, melalui pendekatan *cost-benefit analysis* (CBA), masyarakat akan diberikan wawasan tentang bagaimana mengalokasikan sumber daya secara efektif untuk konsumsi pangan yang sehat dan bergizi (Shetty, 2020).

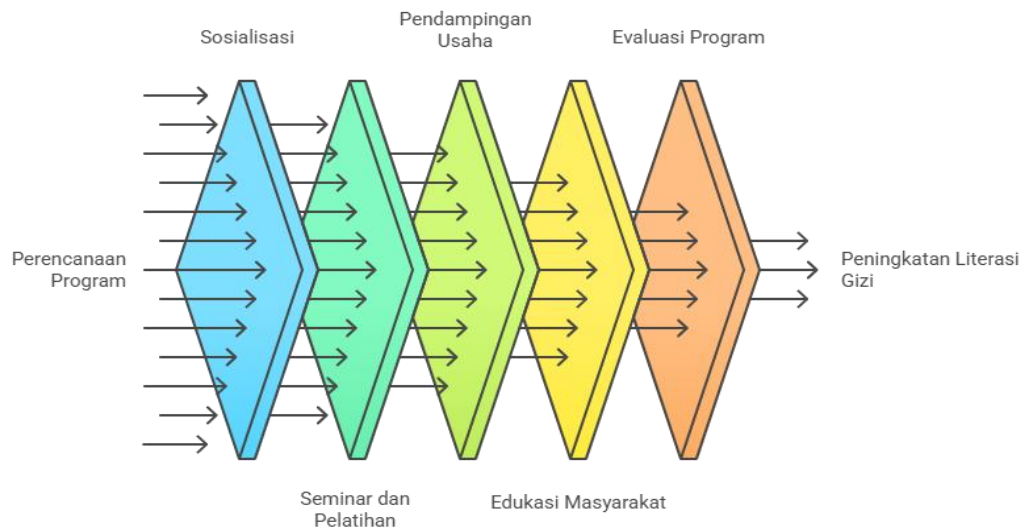
Di tingkat makro, program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap ekonomi daerah. Dengan meningkatnya kualitas hidup dan produktivitas tenaga kerja, diharapkan akan terjadi penurunan biaya kesehatan yang ditanggung oleh keluarga maupun pemerintah. Lebih jauh lagi, masyarakat yang sehat dan produktif akan lebih berkontribusi terhadap pertumbuhan ekonomi yang inklusif dan berkelanjutan (Aulia, 2021). Dengan melibatkan pelaku usaha kuliner, program ini juga mendorong terciptanya peluang bisnis baru yang berbasis pada produk pangan sehat dan inovatif, yang pada gilirannya dapat membuka lapangan kerja baru dan meningkatkan daya saing ekonomi lokal.

Program ini diharapkan tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi masyarakat Kelurahan Meruya Selatan, tetapi juga dapat menjadi model bagi daerah lain yang menghadapi permasalahan serupa. Dengan melibatkan berbagai pihak, termasuk akademisi, pemerintah daerah, dan pelaku usaha, pengembangan literasi gizi berbasis pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menciptakan ekosistem yang mendukung kesejahteraan masyarakat secara berkelanjutan. Sinergi antara pihak-pihak tersebut sangat penting untuk memastikan keberlanjutan program ini, serta meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang pentingnya gizi dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui serangkaian tahapan yang terstruktur dan berorientasi pada pencapaian tujuan utama, yaitu peningkatan literasi gizi masyarakat dan pelaku usaha di Kelurahan Meruya Selatan. Tahapan-tahapan ini dirancang untuk memberikan dampak jangka panjang dalam peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui pemahaman tentang pentingnya konsumsi pangan yang bergizi, serta dampaknya terhadap kesehatan dan produktivitas ekonomi. Metode yang diterapkan mengedepankan pendekatan partisipatif yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap kegiatan.

Meningkatkan Literasi Gizi Masyarakat



Gambar 1. Tahapan Metode Pelaksanaan

Tahap pertama adalah perencanaan dan sosialisasi program. Pada tahap ini, koordinasi dilakukan dengan pemerintah setempat, yakni Kelurahan Meruya Selatan, untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam pelaksanaan program. Sosialisasi dilakukan untuk menginformasikan masyarakat mengenai pentingnya gizi dan bagaimana program ini dapat memberikan manfaat langsung bagi mereka. Selain itu, target peserta juga ditentukan berdasarkan hasil analisis kebutuhan masyarakat, terutama yang berkaitan dengan pola konsumsi pangan di rumah tangga dan usaha kuliner. Sosialisasi ini juga bertujuan untuk mendapatkan partisipasi aktif dari ibu

rumah tangga, pelaku usaha kuliner, serta masyarakat umum yang memiliki potensi untuk menjadi agen perubahan dalam peningkatan literasi gizi di lingkungan mereka.

Setelah tahap perencanaan dan sosialisasi, kegiatan berikutnya adalah pelaksanaan seminar dan pelatihan literasi gizi berbasis ekonomi. Seminar ini diselenggarakan dengan tujuan untuk memberikan wawasan dasar mengenai gizi seimbang, pentingnya konsumsi pangan yang bergizi untuk kesehatan, serta hubungan antara pola makan sehat dan produktivitas ekonomi. Materi yang disampaikan mencakup konsep dasar gizi, cara memilih makanan sehat, serta penerapan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pelatihan juga diberikan kepada para pelaku usaha kuliner untuk mengembangkan produk berbasis gizi yang memiliki nilai tambah dan daya saing tinggi di pasar. Para peserta pelatihan diberikan pemahaman tentang bagaimana menciptakan produk makanan sehat yang tidak hanya memenuhi standar gizi, tetapi juga menarik bagi konsumen.

Selanjutnya, dalam rangka memperkuat materi yang telah diberikan, dilakukan pendampingan kepada pelaku usaha dalam proses pengembangan produk pangan sehat. Pendampingan ini bertujuan untuk membantu pelaku usaha kuliner dalam merancang dan mengembangkan produk berbasis gizi yang sesuai dengan permintaan pasar yang semakin peduli terhadap kesehatan. Selain itu, pelaku usaha diberikan bimbingan dalam hal inovasi produk, pengolahan bahan pangan yang sehat, serta penerapan standar gizi dalam proses produksi. Pendampingan ini juga mencakup strategi pemasaran berbasis kesehatan, yang akan meningkatkan daya saing produk mereka di pasar lokal dan digital. Pelaku usaha diharapkan dapat mengadopsi praktik-praktik produksi pangan yang tidak hanya sehat, tetapi juga ramah lingkungan dan berkelanjutan.

Penyuluhan dan edukasi masyarakat menjadi tahap berikutnya yang dilakukan secara intensif. Penyuluhan ini difokuskan pada ibu rumah tangga dan masyarakat umum, dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya gizi dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat diberikan informasi mengenai cara mengatur pola makan yang sehat, pemilihan bahan makanan bergizi, serta teknik memasak yang mempertahankan kandungan nutrisi. Agar materi yang disampaikan mudah dipahami dan diterapkan, penyuluhan dilakukan dengan pendekatan yang sederhana dan mudah diakses oleh semua lapisan masyarakat. Materi penyuluhan juga disampaikan dalam bentuk visual dan praktis, menggunakan contoh-contoh konkret yang dapat diterapkan langsung dalam kehidupan sehari-hari.

Selain penyuluhan, dilakukan juga penyediaan materi edukasi digital dan cetak yang dapat diakses oleh masyarakat secara lebih luas. Materi edukasi ini berupa panduan gizi seimbang, tips memilih bahan makanan sehat, serta informasi tentang inovasi produk pangan berbasis gizi. Dalam hal ini, teknologi digital dimanfaatkan untuk menyebarkan informasi yang dapat diakses oleh masyarakat melalui aplikasi mobile dan platform online. Dengan adanya materi edukasi digital ini, diharapkan informasi gizi dapat lebih mudah disebarluaskan dan diakses oleh masyarakat, baik di perkotaan maupun di daerah-daerah terpencil yang mungkin memiliki akses terbatas terhadap informasi kesehatan.

Untuk mendukung keberlanjutan program, dilakukan juga pendampingan dalam strategi pemasaran digital bagi pelaku usaha kuliner. Pelatihan ini mengajarkan cara memanfaatkan

platform media sosial dan e-commerce untuk mempromosikan produk pangan sehat. Pelaku usaha diberikan pemahaman tentang cara membuat konten yang menarik, teknik pemasaran digital yang efektif, serta cara membangun brand yang berfokus pada kesehatan. Selain itu, pelaku usaha juga diajarkan untuk mengoptimalkan penggunaan teknologi digital dalam mengelola usaha mereka, yang pada gilirannya dapat membantu mereka memperluas jangkauan pasar dan meningkatkan daya saing produk mereka di pasar global.

Tahap berikutnya adalah evaluasi program, yang dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Evaluasi ini penting untuk mengetahui efektivitas program dan untuk menilai sejauh mana perubahan pola konsumsi dan penerapan literasi gizi telah terjadi di masyarakat. Selain itu, dilakukan juga survei dampak program terhadap peningkatan kesejahteraan masyarakat dan pelaku usaha. Hasil dari evaluasi ini akan digunakan sebagai dasar untuk perbaikan dan pengembangan program pada tahun-tahun berikutnya.

Sebagai langkah akhir, sosialisasi dan kampanye dilaksanakan untuk memperluas dampak program ke lebih banyak masyarakat. Kampanye ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat secara luas tentang pentingnya literasi gizi dan bagaimana pola makan sehat dapat meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas ekonomi. Kampanye ini dilakukan dengan menggandeng berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, lembaga pendidikan, dan sektor industri, agar program literasi gizi dapat berkelanjutan dan memberikan dampak positif yang lebih luas. Melalui kerjasama ini, diharapkan dapat terwujud masyarakat yang lebih sehat, produktif, dan memiliki daya saing tinggi, yang menjadi fondasi penting dalam pembangunan ekonomi yang berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat yang diadakan di RPTA Menara Kelurahan Meruya Selatan, Jakarta Barat, bertujuan untuk meningkatkan literasi gizi di Kelurahan Meruya Selatan telah menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi pangan bergizi. Program ini, yang melibatkan ibu rumah tangga, pelaku usaha kuliner, dan masyarakat umum, berhasil menarik perhatian banyak peserta dan meningkatkan kesadaran mereka tentang gizi yang seimbang dan manfaatnya bagi kesehatan jangka panjang. Edukasi yang diberikan melalui seminar dan pelatihan diikuti dengan antusias oleh masyarakat, yang menunjukkan tingginya tingkat keinginan untuk mengubah pola makan dan gaya hidup mereka menuju yang lebih sehat.

Salah satu hasil dari program ini adalah perubahan pola konsumsi pangan masyarakat yang lebih memperhatikan kandungan gizi. Sebelum mengikuti program, sebagian besar peserta cenderung memilih makanan cepat saji atau instan yang rendah gizi, namun setelah mendapatkan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang, masyarakat mulai lebih selektif dalam memilih bahan makanan. Hal ini dapat dilihat dari laporan yang dilakukan oleh peserta, yang menunjukkan adanya peningkatan dalam konsumsi makanan yang lebih bergizi, seperti sayuran, buah-buahan, dan makanan yang kaya akan serat. Masyarakat kini lebih menyadari bahwa pola makan yang sehat dapat mengurangi risiko penyakit tidak menular dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Pelatihan yang diberikan kepada pelaku usaha kuliner juga memberikan dampak yang baik. Para peserta pelatihan, yang merupakan pemilik usaha kuliner, mengungkapkan bahwa pemilik usaha kuliner mampu untuk menciptakan produk makanan yang tidak hanya sehat tetapi juga memiliki nilai jual yang tinggi. Beberapa di antaranya telah mulai mengembangkan menu makanan sehat yang kaya akan kandungan gizi, seperti produk berbasis sayuran lokal dan makanan dengan bahan baku organik. Selain itu, pelaku usaha juga menunjukkan peningkatan dalam penerapan standar gizi dalam proses produksinya, yang sebelumnya sering terabaikan demi harga yang lebih murah. Pelaku usaha kuliner kini mengerti pentingnya keseimbangan antara harga dan kualitas gizi untuk keberlanjutan usaha.

Di sisi lain, terdapat peningkatan dalam pemahaman tentang cara-cara yang lebih efektif untuk memasarkan produk berbasis gizi. Para pelaku usaha kuliner yang mengikuti pelatihan digital marketing mulai mengadopsi teknik pemasaran yang berbasis kesehatan. Pelaku usaha kuliner tidak hanya memasarkan produknya sebagai makanan yang lezat, tetapi juga menekankan nilai gizi yang terkandung dalam setiap produk. Beberapa usaha kuliner bahkan mulai memanfaatkan platform media sosial seperti Instagram dan WhatsApp Business untuk menjangkau konsumen yang lebih luas. Strategi ini terbukti efektif dalam meningkatkan penjualan produk pangan sehat, sekaligus memperkenalkan konsep pangan sehat kepada masyarakat yang lebih besar.

Hasil lain yang penting dari program ini adalah peningkatan kesadaran masyarakat tentang dampak pola makan sehat terhadap ekonomi keluarga. Dengan adanya pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan biaya jangka panjang yang dikeluarkan untuk pengobatan penyakit terkait pola makan yang buruk, banyak keluarga mulai mengalihkan sebagian pengeluarannya untuk membeli bahan makanan yang lebih bergizi. Hal ini turut mengurangi ketergantungan kepada produk makanan yang tidak sehat, yang sebelumnya lebih murah namun berdampak buruk bagi kesehatan dalam jangka panjang. Masyarakat juga lebih sadar akan hubungan antara pola makan yang sehat dengan produktivitas tenaga kerja, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan daya saing ekonomi lokal.

Evaluasi yang dilakukan melalui pre-test dan post-test menunjukkan bahwa pemahaman literasi gizi masyarakat meningkat secara signifikan setelah mengikuti program ini. Pada pre-test, banyak peserta yang masih belum memahami pentingnya kandungan gizi dalam makanan sehari-hari. Namun, setelah mengikuti sesi edukasi dan pelatihan, mayoritas peserta menunjukkan peningkatan yang nyata dalam pengetahuan mengenai gizi seimbang. Peningkatan ini juga terlihat dari perubahan dalam kebiasaan konsumsi makanan, yang lebih memperhatikan keberagaman dan keseimbangan gizi dalam setiap makanan yang mereka pilih.

Selain itu, banyak peserta melaporkan bahwa peserta telah menerapkan pola makan sehat. Peserta juga merasa bahwa pengelolaan sumber daya yang lebih baik dalam konsumsi pangan tidak hanya meningkatkan kesehatan, tetapi juga mengurangi biaya pengobatan dan meningkatkan produktivitas kerja. Masyarakat juga mulai memanfaatkan produk lokal yang lebih bergizi, yang sebelumnya kurang dilirik, namun kini dianggap sebagai pilihan yang lebih sehat dan lebih terjangkau.

Namun, meskipun hasil yang diperoleh cukup menggembirakan, masih ada tantangan yang perlu diatasi. Salah satu tantangan utama adalah perubahan kebiasaan makan yang sudah menjadi

tradisi dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat yang terbiasa dengan pola makan yang praktis dan cepat seringkali enggan untuk beralih ke pola makan yang lebih sehat karena dianggap merepotkan. Oleh karena itu, diperlukan upaya lanjutan dalam memberikan edukasi yang lebih mendalam dan berkelanjutan tentang manfaat gizi seimbang serta teknik praktis untuk menyiapkan makanan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kendala lainnya adalah keterbatasan waktu yang dimiliki oleh sebagian besar ibu rumah tangga yang menjadi peserta program. Banyak dari peserta yang memiliki tanggung jawab domestik yang cukup besar, sehingga tidak dapat selalu menerapkan semua yang telah mereka pelajari dalam waktu singkat. Untuk itu, perlu adanya program lanjutan yang lebih fleksibel dan dapat disesuaikan dengan jadwal kegiatan peserta. Hal ini akan memastikan bahwa edukasi gizi yang diberikan benar-benar dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun demikian, hasil keseluruhan dari program ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi gizi dapat membawa dampak positif yang signifikan bagi kesehatan masyarakat dan perekonomian keluarga. Dengan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan bergizi, diharapkan program ini dapat memberikan kontribusi terhadap pembangunan ekonomi yang berkelanjutan. Pelaku usaha kuliner yang lebih berpengetahuan tentang gizi juga dapat membuka peluang bisnis baru yang berbasis pada produk pangan sehat, yang pada gilirannya dapat meningkatkan daya saing usaha mereka dan berkontribusi terhadap perekonomian lokal.

Secara keseluruhan, program ini telah berhasil memberikan kontribusi yang baik dalam meningkatkan literasi gizi masyarakat Kelurahan Meruya Selatan. Dengan pendekatan yang berbasis pada edukasi, inovasi produk, serta pemasaran berbasis kesehatan, diharapkan literasi gizi dapat menjadi fondasi yang kuat dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan masyarakat, sekaligus mendorong pertumbuhan ekonomi yang inklusif dan berkelanjutan.



Gambar 1. Foto Pelaksanaan Kegiatan

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat yang bertema "Pengembangan Literasi Gizi Berbasis Pengabdian Masyarakat sebagai Fondasi Pembangunan Berkelanjutan" di Kelurahan Meruya Selatan telah berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat yang bergizi. Melalui berbagai kegiatan edukasi seperti seminar, pelatihan, dan pendampingan usaha kuliner, masyarakat dan pelaku usaha di Kelurahan Meruya Selatan menunjukkan perubahan dalam pola konsumsi pangan. Peningkatan pemahaman mengenai gizi seimbang tidak hanya membawa dampak pada kesehatan individu, tetapi juga pada peningkatan

kualitas hidup dan produktivitas ekonomi. Program ini berhasil memberikan edukasi yang mudah dipahami dan relevan dengan kebutuhan masyarakat, khususnya dalam hal memilih dan mengolah makanan sehat yang terjangkau.

Hasil dari evaluasi program menunjukkan bahwa masyarakat semakin sadar akan pentingnya konsumsi pangan yang bergizi. Sebelum mengikuti program, sebagian besar peserta cenderung memilih makanan cepat saji yang rendah gizi, namun setelah mendapatkan edukasi tentang manfaat gizi, mereka mulai lebih selektif dalam memilih bahan makanan. Pemahaman mengenai dampak buruk dari pola makan tidak sehat juga meningkatkan motivasi masyarakat untuk memperbaiki kebiasaan makan. Perubahan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada pengelolaan sumber daya rumah tangga yang lebih efisien, mengurangi pengeluaran untuk biaya pengobatan akibat penyakit terkait gizi.

Salah satu keberhasilan yang dicapai adalah peningkatan daya saing pelaku usaha kuliner di sektor pangan. Melalui pelatihan yang diberikan, pelaku usaha mulai memahami pentingnya menciptakan produk yang tidak hanya sehat tetapi juga memiliki nilai jual yang tinggi. Pelaku usaha kini lebih berorientasi pada produk pangan yang bergizi, yang disesuaikan dengan kebutuhan pasar yang semakin peduli terhadap kesehatan. Selain itu, strategi pemasaran berbasis kesehatan juga terbukti efektif dalam memperkenalkan produk ke pasar yang lebih luas. Dengan mengadopsi pemasaran digital dan e-commerce, pelaku usaha dapat meningkatkan daya saing usaha dan menjangkau lebih banyak konsumen.

Namun, meskipun program ini telah memberikan dampak yang positif, masih terdapat beberapa tantangan yang harus dihadapi. Salah satunya adalah kebiasaan makan masyarakat yang sudah tertanam cukup lama, sehingga perubahan dalam pola konsumsi tidak dapat dilakukan secara instan. Diperlukan upaya lebih lanjut untuk mempertahankan perubahan pola makan sehat yang telah dimulai dan memperkuat komitmen masyarakat terhadap pola makan bergizi. Selain itu, waktu yang terbatas bagi ibu rumah tangga yang menjadi peserta program juga menjadi tantangan tersendiri dalam menerapkan seluruh materi yang diberikan. Oleh karena itu, program lanjutan yang lebih fleksibel dan dapat disesuaikan dengan jadwal kegiatan perlu dirancang untuk memastikan keberlanjutan perubahan tersebut.

Secara keseluruhan, program ini telah memberikan kontribusi yang baik dalam pengembangan literasi gizi berbasis pengabdian masyarakat. Melalui edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan, literasi gizi dapat menjadi salah satu fondasi penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan pembangunan ekonomi yang berkelanjutan. Masyarakat yang sehat dan produktif memiliki peran yang sangat penting dalam mencapai tujuan pembangunan yang inklusif dan berkelanjutan. Dengan memperluas cakupan program ini ke lebih banyak daerah dan melibatkan lebih banyak pihak, diharapkan literasi gizi dapat terus berkembang dan memberikan manfaat yang lebih luas bagi masyarakat.

PENGAKUAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 24 April 2025 bertempat di RPTA Menara, Kelurahan Meruya Selatan, Jakarta Barat. Kegiatan ini merupakan manifestasi nyata dari tridharma perguruan tinggi, khususnya dalam aspek pengabdian kepada masyarakat, yang bertujuan untuk memberikan kontribusi keilmuan dan pemberdayaan kepada masyarakat secara langsung melalui penyuluhan, edukasi, dan dialog interaktif seputar pentingnya literasi gizi, pola hidup sehat, serta penguatan kapasitas usaha

kuliner berbasis makanan sehat.

Dengan menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, mohon diperkenankan untuk menyampaikan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada pihak Kelurahan Meruya Selatan, khususnya kepada Bapak Tubagus Rafiudin, S. Kom., M. Si selaku Sekretaris Kelurahan, atas kerja sama dan fasilitasi yang telah diberikan. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada seluruh peserta kegiatan, khususnya para pelaku usaha dan warga masyarakat yang telah berpartisipasi aktif sepanjang kegiatan berlangsung. Tak lupa juga untuk menyampaikan penghargaan kepada rekan-rekan dosen dan tim pelaksana yang telah bekerja secara profesional dan berdedikasi dalam menyukseskan seluruh rangkaian kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Aulia NR. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap
 Badan Pusat Statistik (2023). "Kondisi Gizi dan Kesehatan Masyarakat Indonesia." No. Katalog:
 Beal, T, et al. 2017. Global Trends in Dietary Micronutrient Supplies and Estimated Prevalence
 of
 Hamdani NZ, Kamis HZ, Rahman HA. Free Sugar Intake and Dietary Sources among Adult
 Inadequate Intakes. 12(4): e0175554. doi: 10.1371/journal.pone.0175554. e-Collection 2017.
 InterQ. <https://interq-research.com/determining-sample-size-for-qualitative-research-what-is-the-magical-number>
 Maliangkay KS, Rahma U, Putri S, & Istanti ND. (2023). Analisis Peran Promosi Kesehatan
 Dalam
 Mendukung Keberhasilan Program Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Indonesia. Jurnal
 Medika Nusantara, 1(2), 108–122. <https://doi.org/10.59680/medika.v1i2.284>
 Population in Brunei: The National Health and Nutritional Status Survey. WHO South-East Asia
 J Public Health 2022;10: 90-4. DOI: 10.4103/WHO-SEAJPH.WHO-SEAJPH_275_20
 Shetty, S. (2020). Determining Sample Size for Qualitative Research: What Is the Magical
 Number
 Tentang Gizi Remaja. Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK), Vol.02, No.02, Februari2021, pp.
 31-35, ISSN: 2716-0084, <http://jurnal.umus.ac.id/index.php/jigk>