

Edukasi Pangan Lokal melalui Media Video untuk Mendukung Program Makan Bergizi Gratis

Yusnina Maisyaroh¹, Suryani², Nurlaila³, Juni Andriani Rangkuti⁴

¹Program Studi Kebidanan, Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

²Program Studi Informatika Medis, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Sehati

³Program Studi Kewirausahaan, Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

⁴Program Studi Kebidanan, Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

(yusninamaisyarohlubis@gmail.com, 082276142121)

ABSTRAK

Program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan salah satu upaya strategis pemerintah dalam meningkatkan status gizi masyarakat, khususnya anak usia sekolah dan kelompok rentan. Namun, keberhasilan program ini tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan makanan, tetapi juga oleh pemahaman masyarakat terhadap pemanfaatan pangan lokal yang bergizi, aman, dan berkelanjutan. Masih rendahnya literasi gizi serta kurang optimalnya pemanfaatan pangan lokal menjadi tantangan dalam mendukung implementasi MBG di tingkat masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pangan lokal bergizi melalui edukasi berbasis media video. Metode pelaksanaan meliputi identifikasi potensi pangan lokal, penyusunan materi edukasi gizi, produksi video edukatif, serta diseminasi melalui media digital. Media video dipilih karena bersifat komunikatif, mudah dipahami, dan dapat menjangkau masyarakat secara luas. Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya pangan lokal bergizi, meningkatnya keterampilan dalam mengolah pangan lokal menjadi menu sehat, serta dukungan masyarakat terhadap keberlanjutan Program Makan Bergizi Gratis. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan kualitas gizi masyarakat sekaligus memperkuat ketahanan pangan berbasis potensi lokal.

Kata kunci: Edukasi, Pangan Lokal, Media Video, Makan Bergizi Gratis

ABSTRACT

The Free Nutritious Meals (MBG) Program is one of the government's strategic efforts to improve the nutritional status of the community, particularly school-age children and vulnerable groups. However, the success of this program is determined not only by food availability, but also by the community's understanding of the use of nutritious, safe, and sustainable local food. The low level of nutritional literacy and the suboptimal use of local food pose challenges in supporting the implementation of MBG at the community level. Therefore, this community service activity aims to increase public knowledge and awareness about nutritious local food through video-based education. The implementation method includes identifying local food potential, developing nutritional education materials, producing educational videos, and disseminating them through digital media. Video media was chosen because it is communicative, easy to understand, and can reach a wide audience. The expected results of this activity are increased public understanding of the importance of nutritious local food, improved skills in processing local food into healthy menus, and community support for the sustainability of the Free Nutritious Meals Program. This activity is expected to have a positive impact on improving the nutritional quality of the community while strengthening food security based on local potential.

Keywords: Education, Local Food, Video Media, Free Nutritious Meals

1. PENDAHULUAN

Permasalahan gizi anak merupakan tantangan multidimensi yang tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kualitas sumber daya manusia jangka panjang. Secara global, UNICEF (2021) mencatat bahwa lebih dari sepertiga anak mengalami berbagai bentuk malnutrisi, termasuk stunting, wasting, dan obesitas. Anak usia sekolah sangat rentan karena berada dalam fase pertumbuhan dan perkembangan pesat (1).

Makan Bergizi Gratis (MBG), sebagaimana diatur dalam Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional, merupakan inisiatif pemerintah untuk mengatasi permasalahan kekurangan gizi, khususnya pada anak-anak di daerah kurang mampu. Program ini menyediakan makanan bergizi secara gratis di sekolah-sekolah, dengan tujuan memastikan setiap anak memperoleh asupan gizi yang cukup guna mendukung pertumbuhan, perkembangan optimal, serta peningkatan kualitas sumber daya manusia Indonesia di masa depan. Makanan bergizi juga penting untuk meningkatkan kesehatan, mendukung pendidikan, memberdayakan ibu hamil dan menyusui, mengentaskan malnutrisi dan stunting, serta berkontribusi menciptakan lapangan pekerjaan (2).

Presiden Prabowo Subianto menegaskan bahwa program Makan Bergizi Gratis (MBG) merupakan langkah strategis pemerintah untuk memastikan anak-anak Indonesia tumbuh sehat dan cerdas. Program ini dirancang tidak hanya untuk mengatasi persoalan gizi, tetapi juga sebagai investasi jangka panjang bagi kualitas sumber daya manusia dan masa depan bangsa (3). Program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia melalui penyediaan makanan bergizi di sekolah-sekolah dan pesantren. Dengan dukungan dari platform sosial, kampanye gizi ini semakin meluas, menjangkau masyarakat yang lebih luas dan mendorong

partisipasi aktif dalam mendukung kesehatan anak-anak Indonesia (4).

Pangan lokal adalah pangan yang dikonsumsi oleh masyarakat setempat sesuai dengan potensi dan kearifan lokal merupakan produk pangan yang sudah lama diproduksi berkembang dan dikonsumsi di suatu daerah atau suatu kelompok masyarakat lokal tertentu (5).

Selain untuk memenuhi asupan nutrisi dari anak-anak usia sekolah, penggunaan pangan lokal berpotensi menjadikan program ini lebih berkelanjutan karena bisa meminimalisir buangan karbon dari logistik, memotong rantai distribusi yang panjang, meningkatkan penyerapan tenaga kerja lokal, dan mendorong pertumbuhan ekonomi lokal (6).

Edukasi konsumsi pangan sehat di sekolah juga menjadi strategi jangka panjang penganekaragaman konsumsi pangan dalam membentuk agen perubahan di keluarga dan masyarakat (7).

Media video dinilai efektif dalam menarik perhatian karena menggabungkan unsur visual dan audio, serta memungkinkan penyampaian informasi dengan cara yang menyenangkan dan mudah dipahami (8).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada edukasi pangan lokal melalui media video sebagai upaya mendukung keberhasilan Program Makan Bergizi Gratis. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal bergizi, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam mendukung program pemerintah di bidang peningkatan gizi dan ketahanan pangan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif, dengan memanfaatkan media video sebagai sarana utama penyampaian informasi. Metode pelaksanaan terdiri atas beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi

antara tim pengabdian. Kegiatan pada tahap ini meliputi:

- a. Identifikasi kebutuhan dan permasalahan terkait pemahaman gizi dan pemanfaatan pangan lokal.
- b. Pemetaan potensi pangan lokal yang tersedia.
- c. Penyusunan materi edukasi yang selaras dengan prinsip gizi seimbang dan Program Makan Bergizi Gratis.
- d. Perancangan konsep dan naskah video edukasi pangan lokal.

1. Tahap Pengembangan Media Video

Pada tahap ini dilakukan produksi media edukasi berbasis video yang bersifat informatif dan aplikatif, meliputi:

- a. Pembuatan video edukasi mengenai pentingnya pangan lokal bergizi.
- b. Demonstrasi pengolahan pangan lokal menjadi menu sehat dan bergizi.
- c. Penyampaian pesan gizi yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami oleh masyarakat.

Media video dirancang dengan durasi singkat, visual menarik, serta menggunakan bahasa yang sesuai dengan karakteristik sasaran.

2. Tahap Pelaksanaan Edukasi

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui pemutaran dan penyebaran video edukasi melalui media sosial Instagram dan youtube.

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan, meliputi:

- a. Evaluasi pemahaman masyarakat sebelum dan sesudah edukasi.
- b. Pengamatan perubahan sikap dan minat masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal.
- c. Pengumpulan umpan balik dari mitra terhadap media video dan materi edukasi yang diberikan.

4. Tahap Pelaporan dan Keberlanjutan

Tahap akhir meliputi:

- a. Penyusunan laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
- b. Dokumentasi luaran berupa video edukasi dan publikasi kegiatan.
- c. Penyusunan rekomendasi keberlanjutan agar media video dapat terus dimanfaatkan sebagai sarana edukasi gizi di masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pangan lokal melalui media video menunjukkan hasil berupa peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi pangan lokal bergizi dalam mendukung Program Makan Bergizi Gratis. Masyarakat menjadi lebih mengenal jenis pangan lokal bernilai gizi tinggi serta cara pengolahan yang sehat dan terjangkau. Media video terbukti efektif sebagai sarana edukasi karena mudah dipahami, menarik, dan dapat diakses secara berulang.

Hasil kegiatan ini berkontribusi langsung terhadap Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) Tujuan 2: Tanpa Kelaparan, khususnya Indikator 2.2 (mengakhiri segala bentuk malnutrisi), melalui peningkatan literasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber makanan bergizi. Selain itu, kegiatan ini mendukung SDGs Tujuan 3: Kehidupan Sehat dan Sejahtera, terutama Indikator 3.4, dengan mendorong perilaku konsumsi pangan sehat guna meningkatkan status kesehatan masyarakat.

Pemanfaatan media video sebagai sarana edukasi juga mendukung SDGs Tujuan 4: Pendidikan Berkualitas, khususnya Indikator 4.7, melalui penyediaan edukasi nonformal yang meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi dan keberlanjutan pangan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini berperan dalam memperkuat implementasi Program Makan Bergizi Gratis secara berkelanjutan melalui pendekatan edukasi berbasis potensi pangan lokal.

Selain itu, penggunaan media video memiliki potensi keberlanjutan yang tinggi karena dapat diakses kembali dan dibagikan melalui platform digital. Hal ini memungkinkan jangkauan edukasi menjadi lebih luas dan berkelanjutan, serta mendukung upaya pemerintah dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan menunjukkan bahwa edukasi pangan lokal berbasis media video dapat menjadi salah satu strategi pendukung yang

efektif dalam pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis, serta dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik pangan lokal yang berbeda.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi pangan lokal melalui media video efektif meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal bergizi sebagai dukungan terhadap Program Makan Bergizi Gratis, serta berkontribusi pada pencapaian SDGs Tujuan 2 (Tanpa Kelaparan), Tujuan 3 (Kehidupan Sehat dan Sejahtera), dan Tujuan 4 (Pendidikan Berkualitas). Disarankan agar kegiatan ini dilanjutkan dan diperluas dengan pengembangan konten video yang kontekstual sesuai potensi pangan lokal serta melibatkan pemangku kepentingan terkait guna memperkuat dampak dan keberlanjutan program.

5. REFERENSI

UNICEF. 2021. The state of the world's children 2021: On my mind—Promoting, protecting and caring for children's mental health. New York: United Nations Children's Fund

Kementerian Keuangan Republik Indonesia. 2025. Dashboard Makan Bergizi Gratis

Biro Pers, Media, Dan Informasisekretariat Presiden . 2025. Presiden Prabowo: Program Makan Bergizi Gratis Adalah Investasi untuk Masa Depan Bangsa.

Ralali. 2025. Aksi Seru Program Makan Bergizi Gratis: Kolaborasi, Edukasi, dan Inspirasi dari Media Sosial!. <https://www.ralali.com/blog/mbg/aksi-seru-program-makan-bergizi-gratis-kolaborasi-edukasi-dan-inspirasi-dari-media-sosial/>

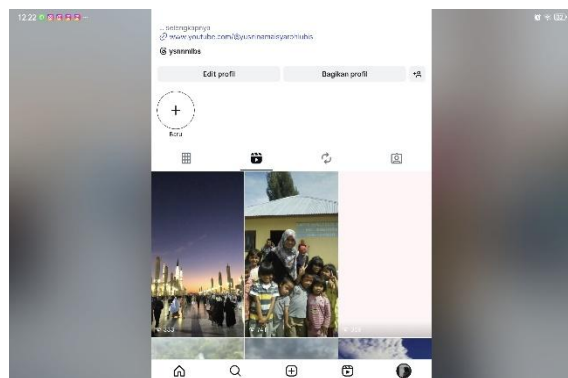
Balai Besar Perpustakaan dan Literasi Pertanian. 2025. Info Literasi: Potensi Pangan Lokal: Alternatif Karbohidrat Sehat Pengganti Beras.

Panggabean, Romauli. 2025. Mengoptimalkan Pangan Lokal dalam Program Makan Bergizi Gratis. <https://wri-indonesia.org/id/wawasan/mengoptimalkan-pangan-lokal-dalam-program-makan-bergizi-gratis>

Badan Pangan Nasional. 2025. NFA Perkuat Edukasi Pangan B2SA untuk Dukung Program Makan Bergizi Gratis.

Khairina; Shofiyanti Nur Zuama; Muhammad Akbar; Nurhayati. 2025. Pengembangan Video Edukasi Gizi Berbasis Makanan Tradisional Dalam Pengenalan Budaya Kaili. Jurnal Caksana: Pendidikan Anak Usia Dini E-ISSN 2622-0547 Vol. 8, No. 1, Juni 2025, pp. 500-509. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/document/detail/5266238>

6. DOKUMENTASI KEGIATAN



Gambar 1. Edukasi Melalui Instagram Telah Ditonton Sebanyak 741 Orang



Gambar 2. Edukasi Melalui Youtube Telah Ditonton Sebanyak 43 Orang