



World Food Programme

SAVING LIVES  
CHANGING LIVES

## Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia

### Ringkasan Eksekutif



KEMENTERIAN KOORDINATOR BIDANG  
PEMBANGUNAN MANUSIA DAN KEBUDAYAAN  
REPUBLIK INDONESIA



Helping the world thrive

Sebelum pandemi Covid-19, anak-anak Indonesia usia 5 hingga 11 tahun telah mengalami tiga beban ganda malnutrisi. Beberapa studi sebelumnya menunjukkan adanya peningkatan risiko malnutrisi di kalangan anak usia sekolah selama pandemi akibat berkurangnya kemampuan keluarga untuk memenuhi kecukupan asupan gizi anak, dan meningkatnya risiko kenaikan berat badan pada anak karena konsumsi makanan berkalori tinggi dan “screen time” yang meningkat. Ketika sekolah secara progresif mulai dibuka kembali pada September 2021, peran program Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) dipandang semakin penting untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat yang diperlukan siswa guna mencapai pendidikan dan hasil

pembelajaran yang berkualitas. Oleh karena itu, dengan dukungan dari Cargill, SEAMEO RECFON dikontrak oleh World Food Programme (WFP) untuk melakukan studi gizi anak usia sekolah terkait pengaruh COVID-19 dan peluang untuk memperkuat aspek gizi melalui UKS/M di Indonesia. Tujuan umum studi ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berpengaruh positif dan/atau negatif terhadap konsumsi makanan sehat pada anak sekolah (usia 6-12 tahun) baik laki-laki maupun perempuan selama periode sekolah ditutup dan pembelajaran hybrid akibat pandemi COVID-19. Secara khusus, studi ini bertujuan untuk: 1) mengetahui pengaruh penutupan sekolah terhadap pola, pengetahuan dan praktik konsumsi makan anak

usia sekolah di Indonesia; 2) mengidentifikasi kebijakan dan program yang ada guna menjamin praktik konsumsi makan yang baik pada anak usia sekolah karena sekolah telah mulai dibuka kembali untuk pembelajaran tatap muka; 3) menggali kesesuaian dan efektivitas intervensi edukasi gizi yang ada saat ini untuk menjaga dan mempromosikan praktik makan sehat pada anak usia sekolah dasar dalam konteks pandemi COVID-19; dan 4) mengidentifikasi pilihan strategis dan jalur perubahan serta membuat rekomendasi yang dapat menjadi katalis dalam peningkatan pelaksanaan program UKS/M khususnya edukasi gizi sesuai dengan skema pembelajaran dalam konteks pandemi COVID-19 dan bencana lainnya. Studi ini akan membantu merumuskan rekomendasi untuk memperkuat pengarusutamaan edukasi gizi ke dalam program UKS/M.

## Metode

Studi ini menggunakan metode kombinasi yang terdiri dari survei kuantitatif, wawancara mendalam, diskusi kelompok terarah, observasi lapangan, dan kajian dokumen. Pengumpulan data dilakukan di tiga kabupaten (Lampung Utara, Pasuruan, dan Kupang) pada Maret 2022. Survei kuantitatif ini melibatkan 660 siswa-siswi sekolah dasar kelas 4-6 untuk mendapat informasi tentang pengetahuan gizi, praktik konsumsi mereka seminggu terakhir, serta perubahan konsumsi mereka dibandingkan sebelum pandemi. Wawancara mendalam serta diskusi kelompok terarah dilakukan untuk menggali informasi terkait pengetahuan dan sikap terhadap praktik konsumsi makan siswa, perubahan konsumsi siswa selama pandemi, faktor pendukung dan penghambat siswa untuk melakukan praktik gizi yang baik. Informasi lain yang juga digali dengan metode ini adalah pelaksanaan program UKS/M, keterpaparan terhadap kebijakan/program/panduan program gizi, pengalaman, dan keefektifan edukasi gizi yang pernah dilakukan serta usulan strategi untuk meningkatkan pelaksanaan program UKS/M termasuk edukasi gizi. Observasi lapangan difokuskan pada fasilitas dan lingkungan pangan yang ada di dan sekitar sekolah/madrasah. Sedangkan kajian dokumen difokuskan pada dokumen kebijakan, peraturan, rencana strategis, panduan program, dan laporan pemerintah yang mendukung praktik gizi seimbang pada anak usia sekolah di Indonesia.

## Temuan

**Tujuan 1:** Pengaruh penutupan sekolah terhadap pola, pengetahuan, dan praktik konsumsi makan anak usia sekolah di Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari separuh anak yang disurvei mengalami perubahan

konsumsi makanan selama pandemi COVID-19. Mereka lebih jarang mengonsumsi buah, daging merah/unggas, dan susu/produk susu. Di sisi lain, mereka lebih sering mengonsumsi makanan sumber karbohidrat dan sayur. Faktor-faktor yang melatarbelakangi perubahan konsumsi makan siswa adalah meningkatnya perhatian terhadap kesehatan dan gizi selama pandemi, menurunnya pendapatan rumah tangga, diterapkannya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), dan perubahan skema pembelajaran. Konsumsi minuman manis juga meningkat selama pandemi, dimana hampir 40% siswa mengonsumsi minuman manis dalam seminggu terakhir. Minuman manis banyak tersedia di sekitar sekolah. Terkait pengetahuan gizi, siswa kurang memiliki pengetahuan yang memadai tentang praktik gizi yang baik khususnya sarapan, keragaman pangan, dan keamanan pangan. Siswa, guru dan orang tua kurang mengenal konsep Gizi Seimbang dan Isi Piringku. Terbatasnya pengetahuan dan akses terhadap informasi gizi yang dimiliki guru dan orang tua membatasi kesiapan mereka untuk mengambil peran dalam mendukung siswa melaksanakan praktik gizi yang baik.

**Tujuan 2:** Kebijakan dan program nasional yang mendukung pelaksanaan praktik gizi yang baik pada anak usia sekolah sudah ada, namun tidak cukup menekankan aspek kualitas pangan, dan pendekatan yang dilakukan belum bersifat menyeluruh serta tidak cukup tersosialisasikan. Kebijakan terkait lingkungan pangan terfokus pada keamanan pangan, sanitasi dan kebersihan, dengan aspek kualitas pangan yang terbatas. Kesadaran pemangku kepentingan, terutama di tingkat kabupaten, terhadap kebijakan, strategi serta program terkait gizi anak usia sekolah sangat terbatas dan koordinasi juga terbatas. Pendekatan berbasis keluarga untuk menjangkau anak usia sekolah juga terbatas. Rencana Aksi Nasional Peningkatan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja (RAN PIJAR) 2022-2024 memang terlihat menjanjikan. Namun, karena RAN ini baru diluncurkan saat studi ini dilakukan maka belum ada hasil yang nyata. Selama pandemi, program UKS/M terfokus pada kegiatan cuci tangan dan sangat sedikit perhatian pada komponen gizi. Tantangan lain pelaksanaan UKS/M adalah kurangnya dukungan terhadap lingkungan pangan di sekolah/madrasah; tidak tersedia data yang memadai tentang praktik makan siswa; terbatasnya akses dan penggunaan data hasil penjangkauan kesehatan; dan secara keseluruhan kurangnya sumber daya, pendampingan dan koordinasi.

**Tujuan 3:** Edukasi gizi sangat penting untuk menjaga dan mempromosikan praktik makan sehat pada anak

usia sekolah dasar terutama dalam konteks pandemi COVID-19. Studi ini mengamati bahwa kegiatan edukasi gizi tidak dilaksanakan secara terstruktur. Walaupun demikian, kegiatan yang dilaksanakan sebetulnya sudah menjawab kesenjangan praktik gizi anak usia sekolah. Selain itu, isu terkait lingkungan pangan yang kurang sehat di sekolah/madrasah dan sekitarnya belum tercakup di dalam edukasi gizi saat ini.

**Tujuan 4:** Pilihan strategis dan jalur perubahan untuk menyesuaikan edukasi gizi dengan modalitas pendidikan saat ini dalam konteks COVID-19 dan bencana lainnya, seperti yang diusulkan oleh pemangku kepentingan utama UKS/M, harus memprioritaskan: (a) skrining kesehatan dan keterlibatan pimpinan daerah secara resmi; (b) peningkatan kesadaran, berbagi pembelajaran praktik baik dan koordinasi; (c) peningkatan kapasitas seluruh pemangku kepentingan; dan (d) penguatan monitoring guna memperkuat UKS/M program, termasuk edukasi gizi. Selain itu, teridentifikasi berbagai tantangan, seperti terbatasnya sumber daya (termasuk materi edukasi gizi), pergantian staf, belum diwajibkannya pelaksanaan edukasi gizi di sekolah/madrasah, terbatasnya partisipasi orang tua, dan rendahnya minat siswa terhadap aspek gizi.

## Kesimpulan dan Rekomendasi

Pandemi COVID-19 memicu perubahan konsumsi makan siswa. Walaupun perhatian terhadap kesehatan dan gizi meningkat serta lebih banyak waktu siswa berada di rumah selama pandemi akibat skema pembelajaran yang berubah, hal ini tidak selalu mendorong terwujudnya praktik konsumsi makan yang lebih sehat. Beberapa penyebabnya adalah berkurangnya pendapatan keluarga dan lingkungan pangan yang kurang mendukung. Selain itu, siswa, orang tua dan guru memiliki pengetahuan yang terbatas tentang praktik gizi yang baik.

Walaupun peraturan dan program untuk meningkatkan status gizi siswa sudah ada, namun pelaksanaan, monitoring dan evaluasinya belum memadai untuk bisa mewujudkan dampak yang positif. Pihak sekolah dan orang tua mengetahui faktor-faktor yang diperlukan agar edukasi gizi di sekolah/madrasah menjadi efektif dan beberapa kegiatan sudah dilaksanakan di sekolah/madrasah. Namun, pelaksanaannya masih sangat terbatas dan tidak terselenggara secara terstruktur seperti yang diharapkan. Beberapa strategi diusulkan oleh pemangku kepentingan UKS/M untuk meningkatkan pelaksanaan edukasi gizi sebagai bagian dari program UKS/M, yaitu memprioritaskan gizi bagi anak usia sekolah, peningkatan kapasitas, peningkatan

kesadaran gizi, dan penguatan monitoring. Hasil studi ini menekankan perlunya penguatan kebijakan dan program yang ada saat ini untuk mendukung anak usia sekolah melaksanakan praktik gizi yang baik.

### Rekomendasi dari studi ini adalah:

1. Memastikan lingkungan pangan yang sehat di sekolah/madrasah dan sekitarnya, dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penjaja makanan serta memperkuat asesmen dan monitoring makanan yang dijual oleh penjaja makanan dengan menambahkan indikator gizi selain indikator keamanan pangan.
2. Meningkatkan akses anak usia sekolah terhadap makanan bergizi yang terjangkau, terutama bagi keluarga rentan melalui program jaring pengaman sosial yang ada termasuk meningkatkan kesadaran keluarga penerima manfaat program akan makanan bergizi.
3. Mendukung kerangka kebijakan nasional yang ada dengan menerbitkan kebijakan/peraturan daerah untuk mendapatkan komitmen yang lebih baik termasuk pengalokasian anggaran dan sumber daya manusia.
4. Membangun sistem informasi UKS/M untuk memudahkan akses informasi dan berbagi praktik baik terkait kebijakan, panduan program dan materi edukasi gizi kepada seluruh pemangku kepentingan terutama di tingkat daerah.
5. Memperkuat monitoring dan evaluasi program UKS/M dengan melakukan penilaian tingkat individu (status gizi dan praktik konsumsi makan siswa) dan tingkat sekolah/madrasah (stratifikasi UKS/M).
6. Mengintegrasikan praktik makan siswa ke dalam instrumen penjangkauan kesehatan yang ada sebagai bagian dari surveilans gizi dan menggunakannya untuk pengembangan perencanaan program di tingkat nasional dan daerah.
7. Meningkatkan kesadaran, penguatan kapasitas, pendampingan, dan akses terhadap informasi gizi bagi pemangku kepentingan di daerah, sekolah dan orang tua untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan gizi mereka dalam memfasilitasi kegiatan edukasi gizi anak usia sekolah.
8. Menguatkan peran komite sekolah dalam pelaksanaan kegiatan edukasi gizi di sekolah/madrasah untuk mempromosikan praktik makan sehat pada anak usia sekolah.



## Indonesia Country Office

**World Food Programme**

Wisma Keiai, lantai 9

Jl. Jenderal Sudirman Kav. 3

Jakarta 10220, Indonesia

Telepon: +62 21 5709004

Email: [wfp.indonesia@wfp.org](mailto:wfp.indonesia@wfp.org)

[www.wfp.org/countries/indonesia](http://www.wfp.org/countries/indonesia)

## Kredit Foto:

Foto sampul depan © WFP / Jati

Uji lembar wawancara

SD Plinggisan I Kraton, Pasuruan

Foto sampul belakang © WFP / Jati

Siswa SDN Darun Najah Pasuruan

menikmati jajanan setelah sekolah

