

Edukasi Berbasis Literasi Sains dalam Membentuk Kebiasaan Konsumsi Makanan Bergizi pada Generasi Alpha

Siti Zahra Mulianti Natsir^{1*}, Erma Suryani Sahabuddin², Hardiyanti Hatibu³, Sitti Hajar⁴,
Rifhani Handayani L.⁵

^{1) 2) 3) 4)} Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar
siti.zahra.mulianti@unm.ac.id^{*}, ermasuryani@unm.ac.id, hardiyanti.hatibu@unm.ac.id, sittihajar@unm.ac.id,
rifhani.handayani@unm.ac.id
(*Corresponding Author)

Riwayat artikel

Dikirim : 12-05-2026
Direvisi : 23-05-2026
Diterima : 24-05-2026

Kata kunci

Edukasi Gizi,
Literasi sains,
Generasi Alpha,
Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Kebiasaan konsumsi makanan tidak sehat pada anak sekolah dasar menjadi salah satu permasalahan yang meningkat pada era Generasi Alpha. Paparan media digital dan tingginya konsumsi makanan instan menyebabkan siswa lebih tertarik mengonsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak dibandingkan makanan bergizi seimbang. Hasil observasi awal di UPT SPF SD Negeri Layang III Kota Makassar menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih memiliki kecenderungan mengonsumsi jajanan instan dan minuman manis tanpa mempertimbangkan kandungan gizi maupun dampaknya terhadap kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman dan membangun kebiasaan konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains pada siswa sekolah dasar. Kegiatan dilaksanakan pada siswa kelas IV dan V dengan jumlah peserta sebanyak 35 siswa. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, tanya jawab, dan diskusi menggunakan media visual berupa poster dan gambar makanan sehat. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* berbasis *framework* literasi sains PISA 2025 yang mencakup domain kompetensi sains, pengetahuan sains, *environmental science*, dan identitas sains. Hasil menunjukkan peningkatan skor rata-rata siswa dari 59,7 menjadi 85,7. Kegiatan ini efektif meningkatkan literasi sains siswa terkait konsumsi makanan bergizi dan perilaku hidup sehat. Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan literasi sains siswa dalam memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi serta mendukung pembentukan kebiasaan hidup sehat pada Generasi Alpha di sekolah dasar.

ABSTRACT

Unhealthy eating habits among elementary school students have become an increasing concern in the Generation Alpha era. Exposure to digital media and the high consumption of instant foods cause students to prefer foods high in sugar, salt, and fat rather than balanced nutritious foods. Initial observations at UPT SPF SD Negeri Layang III Makassar revealed that most students tended to consume instant snacks and sugary drinks without considering nutritional content or health impacts. This community service program aimed to improve students' understanding and develop healthy eating habits based on scientific literacy among elementary school students. The program involved 35 fourth- and fifth-grade students. The activities were conducted through interactive lectures, question-and-answer sessions, and discussions supported by visual media such as posters and healthy food illustrations. The evaluation was carried out using pre-tests and post-tests developed based on the PISA 2025 scientific literacy framework, covering the domains of scientific competence, scientific knowledge, environmental science, and science identity. The results showed an increase in students' average scores from 59.7 to 85.7. The program effectively improved students' scientific literacy regarding nutritious food consumption and healthy lifestyle behaviors.



Open access under CC-BY-SA

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan penting sehingga membutuhkan asupan gizi yang cukup dan seimbang. Pemenuhan kebutuhan gizi pada anak tidak hanya berpengaruh terhadap pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, konsentrasi belajar, dan kesehatan secara umum. Kebiasaan konsumsi makanan sehat perlu dibangun sejak dini karena pola makan anak pada usia sekolah dasar cenderung terbawa hingga usia dewasa. Pendidikan gizi pada anak sekolah menjadi salah satu upaya penting dalam membentuk perilaku hidup sehat dan meningkatkan kualitas kesehatan generasi muda (Quigley et al., 2025). Selain itu, program edukasi gizi berbasis sekolah terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat (Liao et al., 2025).

Perkembangan teknologi digital pada era Generasi Alpha turut memengaruhi pola konsumsi makanan anak. Generasi Alpha merupakan generasi yang tumbuh berdampingan dengan teknologi digital, media sosial, dan informasi visual yang cepat sehingga lebih mudah terpapar promosi makanan cepat saji dan makanan instan. Kondisi tersebut menyebabkan anak cenderung memilih makanan tinggi gula, garam, dan lemak dibandingkan makanan bergizi seimbang. Nutritional literacy atau literasi gizi pada anak sekolah dasar menjadi aspek penting dalam membantu siswa memahami hubungan antara makanan, kesehatan, dan kebiasaan hidup sehat (Liu et al., 2025). Penelitian menunjukkan bahwa tingkat literasi gizi yang baik berhubungan dengan kebiasaan sarapan sehat dan keberagaman konsumsi makanan pada siswa sekolah dasar (Liu et al., 2025).

Literasi sains menjadi salah satu pendekatan yang relevan dalam membangun kebiasaan konsumsi makanan bergizi pada anak sekolah dasar. Literasi sains membantu siswa memahami konsep ilmiah sederhana dalam kehidupan sehari-hari, termasuk kandungan gizi makanan, fungsi zat gizi bagi tubuh, dan dampak konsumsi makanan tidak sehat. Pendekatan berbasis literasi sains dapat membantu siswa mengambil keputusan berdasarkan pengetahuan ilmiah sederhana terkait pemilihan makanan sehat. Sebuah penelitian mengonfirmasi pengembangan food literacy melalui pembelajaran berbasis aktivitas dan permainan edukatif mampu membantu siswa memahami konsep makanan sehat secara lebih menarik dan kontekstual (Brown et al., 2025). Selain itu, pendekatan pembelajaran interaktif dinilai efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa selama kegiatan edukasi kesehatan berlangsung (Brown et al., 2025).

Sekolah dasar menjadi lingkungan strategis dalam membentuk kebiasaan konsumsi makanan sehat pada anak. Lingkungan sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat belajar akademik, tetapi juga menjadi sarana pembentukan perilaku hidup sehat melalui kegiatan edukasi dan pembiasaan. Program edukasi gizi berbasis sekolah yang melibatkan aktivitas langsung seperti praktik memilih makanan sehat, permainan edukatif, dan diskusi interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah dasar (Karpouzis et al., 2025). Program yang dikombinasikan dengan pengalaman langsung seperti pengenalan makanan sehat dan kegiatan praktik sederhana juga lebih mudah dipahami oleh siswa usia sekolah dasar (van Lier et al., 2024).

Berdasarkan hasil observasi awal di sekolah mitra, ditemukan bahwa 70% siswa lebih sering mengonsumsi jajanan kemasan, minuman manis, dan makanan cepat saji dibandingkan membawa bekal sehat dari rumah. Selain itu, siswa masih kesulitan membedakan makanan sehat dan tidak sehat berdasarkan kandungan gizinya. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kegiatan edukasi yang tidak hanya memberikan informasi mengenai makanan sehat, tetapi juga membangun kemampuan literasi sains siswa dalam memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi. Oleh

karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan membangun kebiasaan konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains pada Generasi Alpha di sekolah dasar melalui kegiatan sosialisasi interaktif dan edukatif.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April 2026 di UPT SPF SD Negeri Layang III Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Mitra kegiatan adalah siswa kelas IV dan V sekolah dasar dengan jumlah peserta sebanyak 35 siswa yang terdiri atas 18 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan. Sasaran kegiatan dipilih karena siswa sekolah dasar berada pada fase penting dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat, termasuk kebiasaan konsumsi makanan bergizi. Berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan guru kelas, ditemukan bahwa sebagian besar siswa masih memiliki kebiasaan mengonsumsi jajanan instan, minuman tinggi gula, dan makanan cepat saji dibandingkan makanan sehat dan bergizi. Selain itu, siswa masih kesulitan membedakan makanan sehat dan tidak sehat berdasarkan kandungan gizinya sehingga diperlukan edukasi berbasis literasi sains yang mampu membantu siswa memahami hubungan antara makanan, kesehatan, dan lingkungan secara sederhana.

Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan berupa sosialisasi edukatif mengenai konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains pada Generasi Alpha di sekolah dasar. Pendekatan literasi sains mengacu pada domain PISA 2025 yang meliputi kompetensi sains, pengetahuan sains, konteks *environmental science*, dan identitas sains. Pendekatan ini dipilih agar siswa tidak hanya menerima informasi mengenai makanan sehat, tetapi juga mampu memahami alasan ilmiah di balik pemilihan makanan bergizi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Materi yang diberikan meliputi pengertian makanan bergizi, jenis zat gizi dan fungsinya bagi tubuh, pentingnya sarapan, dampak konsumsi makanan tidak sehat, serta hubungan antara pola konsumsi sehat dengan kesehatan tubuh dan lingkungan. Tahapan kegiatan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Tahapan Edukasi berbasis Literasi Sains

Tahapan Kegiatan	Aktivitas Kegiatan	Domain Literasi Sains PISA 2025	Metode dan Media	Tujuan Kegiatan
Persiapan	Koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi sosialisasi, pembuatan poster dan gambar makanan sehat, serta penyusunan instrumen evaluasi	Pengetahuan sains	Diskusi tim dan penyusunan media visual	Menyiapkan materi dan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik Generasi Alpha
Pengenalan Materi	Penyampaian materi tentang makanan bergizi, jenis zat gizi, manfaat makanan sehat, dan dampak makanan tidak sehat	Pengetahuan sains	Ceramah interaktif, poster, dan gambar makanan	Memberikan pemahaman dasar mengenai makanan bergizi dan kesehatan tubuh
Identifikasi Makanan Sehat dan Tidak Sehat	Siswa mengamati gambar makanan dan mengelompokkan makanan sehat dan tidak	Kompetensi sains	Tanya jawab, diskusi, dan media visual	Melatih kemampuan siswa menjelaskan fenomena ilmiah sederhana terkait

Tahapan Kegiatan	Aktivitas Kegiatan	Domain Literasi Sains PISA 2025	Metode dan Media	Tujuan Kegiatan
	sehat berdasarkan kandungan gizinya			makanan dan kesehatan
Diskusi Dampak Konsumsi Makanan	Siswa mendiskusikan dampak konsumsi makanan instan, minuman tinggi gula, dan pentingnya sarapan sehat	Kompetensi sains dan pengetahuan sains	Diskusi kelompok dan ceramah interaktif	Membantu siswa memahami hubungan antara pola makan dan kesehatan tubuh
Edukasi Hubungan Makanan dan Lingkungan	Penyampaian materi mengenai pengurangan konsumsi makanan instan berkemasan dan pentingnya membawa bekal sehat	<i>Environmental science</i>	Ceramah interaktif dan diskusi	Menumbuhkan kesadaran siswa tentang hubungan pola konsumsi makanan dengan lingkungan
Refleksi Kebiasaan Konsumsi	Siswa menyampaikan pengalaman dan kebiasaan makan sehari-hari serta perubahan yang ingin diterapkan	Identitas sains	Diskusi dan refleksi sederhana	Membangun kesadaran dan tanggung jawab siswa dalam memilih makanan sehat
Evaluasi Kegiatan	Pemberian pertanyaan sebelum dan sesudah kegiatan serta observasi partisipasi siswa	Kompetensi sains dan identitas sains	Lembar evaluasi dan observasi	Mengetahui peningkatan pemahaman dan efektivitas kegiatan sosialisasi

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa terkait konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains. Instrumen *pre-test* dan *post-test* disusun berdasarkan *framework* literasi sains PISA 2025 yang mencakup domain kompetensi sains, pengetahuan sains, *environmental science*, dan identitas sains. Soal yang digunakan berupa *essay* sebanyak 15 nomor yang disesuaikan dengan karakteristik dan tingkat pemahaman siswa sekolah dasar. Domain kompetensi sains digunakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam menjelaskan fenomena ilmiah terkait makanan sehat, domain pengetahuan sains mengukur pemahaman konsep gizi dan fungsi zat makanan, domain *environmental science* mengukur kesadaran siswa terhadap hubungan konsumsi makanan dan lingkungan, sedangkan domain identitas sains mengukur kesadaran dan motivasi siswa dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Hasil *pre-test* dan *post-test* dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata skor sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan untuk melihat peningkatan pemahaman siswa setelah mengikuti program edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains pada Generasi Alpha di UPT SPF SD Negeri Layang III Kota Makassar berlangsung dengan lancar dan memperoleh respons positif dari siswa maupun guru. Kegiatan diikuti oleh 35 siswa kelas IV dan V sekolah dasar. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui ceramah interaktif, tanya jawab, diskusi, serta penggunaan media visual berupa poster dan gambar makanan

sehat. Kegiatan difokuskan pada peningkatan pemahaman siswa mengenai makanan bergizi melalui pendekatan literasi sains yang mengacu pada domain PISA 2025, yaitu kompetensi sains, pengetahuan sains, *environmental science*, dan identitas sains.

Pada tahap awal kegiatan, siswa diberikan beberapa pertanyaan sederhana mengenai kebiasaan konsumsi makanan sehari-hari. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa lebih sering mengonsumsi makanan ringan kemasan, minuman tinggi gula, dan makanan cepat saji dibandingkan makanan sehat seperti buah dan sayur. Selain itu, sebagian siswa belum mampu membedakan makanan sehat dan tidak sehat berdasarkan kandungan gizinya.

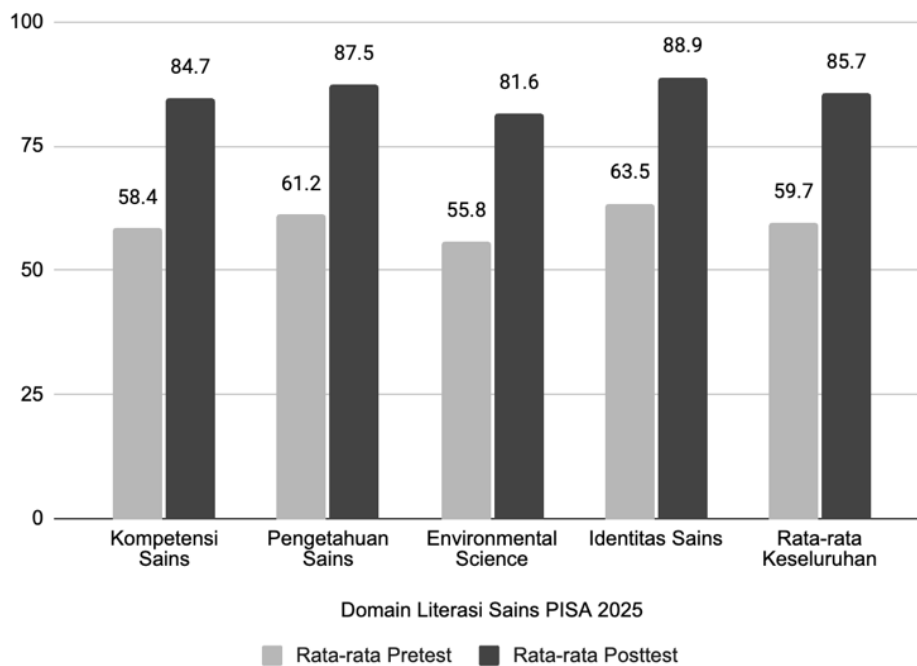


Gambar 1. Kegiatan Edukasi



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan antusiasme tinggi terhadap materi yang disampaikan. Penggunaan media visual membantu siswa memahami konsep makanan bergizi secara lebih konkret dan menarik. Pada domain pengetahuan sains, siswa mulai memahami fungsi zat gizi bagi tubuh, seperti karbohidrat sebagai sumber energi, protein untuk pertumbuhan tubuh, serta vitamin dan mineral untuk menjaga kesehatan tubuh. Siswa juga mampu menyebutkan contoh makanan sehat berdasarkan kandungan gizinya. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa setelah mengikuti kegiatan sosialisasi. Perubahan tersebut dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Grafik peningkatan pengetahuan makanan bergizi

Berdasarkan Tabel tersebut, terjadi peningkatan rata-rata skor peserta dari 59,7 pada *pre-test* menjadi 85,7 pada *post-test*. Peningkatan tertinggi ditemukan pada domain kompetensi sains dan pengetahuan sains dengan selisih sebesar 26,3 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis literasi sains mampu meningkatkan kemampuan peserta dalam memahami konsep makanan bergizi, menjelaskan fenomena ilmiah sederhana terkait kesehatan, serta menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Pada domain *environmental science*, peserta mulai memahami hubungan antara konsumsi makanan sehat dengan keberlanjutan lingkungan, seperti pengurangan konsumsi makanan cepat saji dan pentingnya memilih bahan pangan alami. Sementara itu, pada domain identitas sains, peserta menunjukkan peningkatan kesadaran untuk membiasakan konsumsi makanan bergizi sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Peningkatan skor pada seluruh domain literasi sains menunjukkan bahwa kegiatan edukasi memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman peserta mengenai konsumsi makanan bergizi. Kenaikan rata-rata sebesar 26 poin mengindikasikan bahwa peserta tidak hanya mampu mengingat informasi tentang jenis makanan sehat, tetapi juga mulai memahami hubungan ilmiah antara pola konsumsi, kesehatan tubuh, dan keberlanjutan lingkungan.

Pembahasan

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa sosialisasi makanan bergizi berbasis literasi sains mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa sekolah dasar mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* pada seluruh domain literasi sains PISA 2025, yaitu kompetensi sains, pengetahuan sains, *environmental science*, dan identitas sains. Rata-rata skor peserta meningkat dari 59,7 menjadi 85,7 dengan selisih peningkatan sebesar 26 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan literasi sains efektif digunakan dalam edukasi kesehatan pada siswa sekolah dasar karena membantu siswa memahami konsep gizi melalui konteks kehidupan sehari-hari. Pendidikan kesehatan berbasis sekolah diketahui mampu meningkatkan perilaku hidup sehat pada anak apabila dikemas secara kontekstual dan sesuai dengan karakteristik peserta didik (Quigley et al., 2025).

Peningkatan pemahaman siswa pada domain pengetahuan sains menunjukkan bahwa penggunaan materi sederhana yang dikaitkan dengan pengalaman sehari-hari membantu siswa lebih mudah memahami konsep gizi. Skor pada domain ini meningkat dari 61,2 pada *pre-test* menjadi 87,5 pada *post-test*. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa siswa tidak hanya mampu mengingat informasi tentang makanan bergizi, tetapi juga memahami fungsi zat gizi bagi tubuh dan mampu mengidentifikasi sumber makanan sehat di lingkungan sekitar. Tingginya peningkatan pada domain ini dipengaruhi oleh penggunaan contoh makanan yang dekat dengan kehidupan siswa sehingga konsep sains menjadi lebih konkret dan mudah dipahami. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa program edukasi gizi berbasis sekolah mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pola konsumsi sehat melalui pembelajaran kontekstual dan interaktif (Liao et al., 2025). Selain itu, penelitian lain menjelaskan bahwa literasi gizi memiliki hubungan positif dengan perilaku makan sehat dan kebiasaan sarapan pada siswa sekolah dasar (Liu et al., 2025).

Pada domain kompetensi sains, skor siswa meningkat dari 58,4 menjadi 84,7. Siswa menunjukkan kemampuan dalam mengidentifikasi makanan sehat dan tidak sehat serta menjelaskan dampaknya terhadap kesehatan tubuh. Peningkatan pada domain ini menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswa, tetapi juga melatih kemampuan berpikir ilmiah sederhana dalam mengambil keputusan terkait konsumsi makanan. Kemampuan tersebut terlihat ketika siswa mampu menjelaskan alasan mengapa makanan tinggi gula dan pengawet perlu dibatasi dalam konsumsi sehari-hari. Menurut OECD, kompetensi sains dalam literasi sains mencakup kemampuan menjelaskan fenomena ilmiah dan menggunakan pengetahuan sains dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ceramah interaktif dan diskusi yang digunakan dalam kegiatan ini terbukti membantu siswa memahami konsep makanan sehat secara lebih konkret (OECD, 2023). Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis pengalaman dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman konsep kesehatan pada siswa sekolah dasar (van Lier et al., 2024).

Peningkatan pemahaman pada domain *environmental science* terlihat dari kenaikan skor siswa dari 55,8 menjadi 81,6. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa mulai memahami hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan dengan kondisi lingkungan sekitar. Siswa menyadari bahwa konsumsi makanan instan berkemasan dapat meningkatkan jumlah sampah plastik di lingkungan sekolah. Peningkatan pada domain ini terjadi karena materi edukasi tidak hanya membahas kandungan gizi makanan, tetapi juga mengaitkan dampak perilaku konsumsi terhadap lingkungan secara sederhana dan kontekstual. Kesadaran tersebut menjadi langkah awal dalam membangun perilaku hidup sehat sekaligus peduli lingkungan pada Generasi Alpha. Hasil ini mendukung penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan gizi berbasis lingkungan mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya konsumsi makanan sehat dan perilaku ramah lingkungan secara bersamaan (Karpouzis et al., 2025). Selain itu, penelitian lain juga menjelaskan bahwa integrasi isu kesehatan dan lingkungan dalam pembelajaran mampu meningkatkan kepedulian siswa terhadap perilaku konsumsi berkelanjutan (Gingell et al., 2025).

Pada domain identitas sains, skor siswa meningkat dari 63,5 menjadi 88,9 dan menjadi domain dengan capaian *post-test* tertinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa siswa mulai menyadari pentingnya menjaga kesehatan tubuh melalui pemilihan makanan yang tepat serta memiliki motivasi untuk menerapkan kebiasaan makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Tingginya capaian pada domain ini menunjukkan bahwa pendekatan literasi sains yang dikaitkan dengan aktivitas reflektif dan pengalaman sehari-hari mampu membangun kesadaran personal siswa terhadap pentingnya pola

hidup sehat. Perubahan sikap tersebut menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi tidak hanya berdampak pada aspek kognitif, tetapi juga pada pembentukan kesadaran dan tanggung jawab siswa terhadap kesehatan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis aktivitas dan refleksi mampu membantu siswa membangun identitas positif terhadap perilaku hidup sehat (Brown et al., 2025). Hal serupa juga dikemukakan oleh (Radicioni et al., 2026) bahwa kegiatan reflektif dalam pendidikan kesehatan dapat meningkatkan motivasi siswa dalam menerapkan perilaku sehat secara mandiri.

Keberhasilan kegiatan pengabdian juga dipengaruhi oleh penggunaan media visual berupa poster dan gambar makanan sehat yang membantu siswa memahami materi secara lebih menarik dan mudah dipahami. Karakteristik Generasi Alpha yang cenderung menyukai pembelajaran visual dan interaktif membuat penggunaan media visual menjadi faktor pendukung utama dalam pelaksanaan kegiatan. Media visual membantu siswa menghubungkan konsep sains dengan situasi nyata sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Selain itu, media visual dalam pembelajaran kesehatan mampu meningkatkan perhatian dan pemahaman siswa sekolah dasar terhadap materi yang disampaikan (Gingell et al., 2025).

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa keterbatasan dalam pelaksanaan program. Durasi intervensi yang relatif singkat menyebabkan perubahan perilaku konsumsi siswa belum dapat diamati secara mendalam dalam jangka panjang. Selain itu, kebiasaan siswa membeli jajanan tidak sehat di lingkungan sekolah serta pengaruh pola konsumsi keluarga masih menjadi tantangan dalam membentuk perilaku makan sehat secara konsisten. Faktor lingkungan keluarga memiliki peran penting karena kebiasaan makan anak umumnya dipengaruhi oleh pola konsumsi di rumah. Pembentukan kebiasaan konsumsi sehat pada anak memerlukan dukungan berkelanjutan dari sekolah dan keluarga agar perubahan perilaku dapat berlangsung secara konsisten (Radicioni et al., 2026).

Kegiatan pengabdian ini memiliki implikasi praktis dalam mendukung program pendidikan kesehatan di sekolah dasar. Pendekatan literasi sains berbasis domain PISA 2025 dapat dijadikan model edukasi kesehatan yang kontekstual dan relevan bagi Generasi Alpha karena tidak hanya menekankan aspek pengetahuan, tetapi juga kemampuan berpikir ilmiah, kepedulian lingkungan, dan pembentukan identitas sehat siswa. Program sosialisasi makanan bergizi berbasis literasi sains berpotensi dikembangkan menjadi kegiatan rutin sekolah melalui integrasi pada pembelajaran IPA dan program UKS. Selain itu, hasil kegiatan menunjukkan bahwa integrasi pendidikan kesehatan dan literasi sains mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam mengambil keputusan terkait kesehatan sehari-hari secara lebih kritis dan bertanggung jawab.

PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan edukasi kebiasaan konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains pada Generasi Alpha berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa sekolah dasar terkait pentingnya pola makan sehat. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* pada seluruh domain literasi sains PISA 2025, yaitu kompetensi sains, pengetahuan sains, *environmental science*, dan identitas sains, dengan rata-rata skor meningkat dari 59,7 menjadi 85,7. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan literasi sains efektif membantu siswa memahami hubungan antara konsumsi makanan bergizi, kesehatan tubuh, dan lingkungan secara kontekstual. Peningkatan tertinggi pada domain identitas sains dan pengetahuan sains menunjukkan bahwa kegiatan edukasi tidak hanya meningkatkan aspek pengetahuan, tetapi juga membangun kesadaran dan motivasi siswa untuk

menerapkan kebiasaan makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Keberhasilan program turut didukung oleh penggunaan media visual, diskusi interaktif, dan contoh kontekstual yang sesuai dengan karakteristik belajar Generasi Alpha.

Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan, terutama pada durasi intervensi yang relatif singkat sehingga perubahan perilaku konsumsi siswa belum dapat diamati secara mendalam dalam jangka panjang. Selain itu, lingkungan keluarga dan kebiasaan konsumsi di luar sekolah juga menjadi faktor yang memengaruhi keberlanjutan perilaku makan sehat siswa. Secara praktis, hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan literasi sains berbasis domain PISA 2025 berpotensi diterapkan sebagai model edukasi kesehatan di sekolah dasar melalui integrasi pada pembelajaran IPA maupun program UKS. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi yang berkelanjutan serta kolaborasi antara sekolah dan keluarga agar pembentukan kebiasaan konsumsi makanan bergizi pada Generasi Alpha dapat berlangsung secara konsisten dan berkelanjutan.

Saran

Kegiatan edukasi makanan bergizi berbasis literasi sains perlu dilaksanakan secara berkelanjutan agar pembentukan kebiasaan konsumsi makanan sehat pada Generasi Alpha dapat berlangsung secara konsisten. Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi gizi berbasis domain literasi sains PISA 2025 ke dalam pembelajaran IPA maupun program UKS sehingga siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mampu menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, keterlibatan orang tua dan lingkungan keluarga perlu diperkuat karena kebiasaan konsumsi anak dipengaruhi oleh pola makan di rumah. Pengembangan media pembelajaran yang lebih interaktif, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik Generasi Alpha juga perlu dilakukan agar kegiatan edukasi kesehatan menjadi lebih menarik dan efektif. Penelitian atau kegiatan lanjutan dengan durasi intervensi yang lebih panjang disarankan untuk melihat keberlanjutan perubahan perilaku konsumsi makanan sehat pada siswa sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak UPT SPF SD Negeri Layang III Kota Makassar atas dukungan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kepala sekolah, guru, dan seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosialisasi konsumsi makanan bergizi berbasis literasi sains. Selain itu, penulis mengapresiasi seluruh pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Brown, J. M., Rita, N., Franco-Arellano, B., LeSage, A., & Arcand, J. (2025). Evaluation of a curriculum-based nutrition education intervention protocol in elementary schools: Nonrandomized feasibility study. *JMIR Formative Research*, 9, e69242. <https://doi.org/10.2196/69242>
- Gingell, T., Esdaile, E., & Gallegos, D. (2025). School food and nutrition environments in Australian primary schools: A scoping review. *PLOS ONE*, 20(7), e0327310. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0327310>
- Karpouzis, F., Anastasiou, K., Lindberg, R., Walsh, A., Shah, S., & Ball, K. (2025). Effectiveness of school-based nutrition education programs that include environmental sustainability components on fruit and vegetable consumption of 5–12-year-old children: A systematic review. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 57(7), 627–642. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2025.02.008>
-



- Liao, S.-F., Tseng, H.-M., Chen, J.-D., Chen, C.-M., & Li, S.-C. (2025). A pilot evaluation of a school-based nutrition education program with provision of fruits and vegetables to improve consumption among school-age children in Palau. *Nutrients*, 17(6), 994. <https://doi.org/10.3390/nu17060994>
- Liu, L., Ren, X., Li, W., Zhao, S., Guo, X., Yan, R., Guo, X., & Li, R. (2025). Nutritional literacy and health behaviors in primary school students in China: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25(1), 2275. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23420-w>
- OECD. (2023). *PISA 2025 science framework (draft)*. https://pisa-framework.oecd.org/science-2025/assets/docs/PISA_2025_Science_Framework.pdf
- Quigley, F., Lynch, L., Price, R., Hollywood, L., Gallagher, A. M., Mooney, E., McCloat, A., & Moorhead, S. A. (2025). 'I want food to be tasty and healthy': School-children's experiences with nutrition education and messaging. *Health Promotion International*, 40(5). <https://doi.org/10.1093/heapro/daaf151>
- Radicioni, E., Casini, L., & Fantechi, T. (2026). Understanding healthy eating intentions and behaviour through an extended theory of planned behaviour: The role of sustainability beliefs. *Food Research International*, 237, 119337. <https://doi.org/10.1016/j.foodres.2026.119337>
- van Lier, I., van Mil, E., & Havermans, R. C. (2024). Long-term effects of a school-based experiential nutrition education intervention. *International Journal of Health Promotion and Education*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/14635240.2024.2421557>