

Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School/NGTS*) di Indonesia

Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat



Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School/NGTS*) di Indonesia

Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat

Penyunting

Luh Ade Ari Wiradnyani
Judhiastuty Februhartanty

Penyusun

Luh Ade Ari Wiradnyani
Judhiastuty Februhartanty
Cahya Ayu Agustin
Aisyah Nurcita Dewi
Evi Ermayani



Southeast Asian Ministers of Education Organization
Regional Centre for Food and Nutrition (SEAMEO RECFON)
2022

Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School/NGTS*) di Indonesia:

Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat.

vii, 157 hlm.; 21 x 29,7 cm.

Penyunting:

Luh Ade Ari Wiradnyani

Judhiastuty Februahartanty

Penyusun:

Luh Ade Ari Wiradnyani

Judhiastuty Februahartanty

Cahya Ayu Agustin

Aisyah Nurcita Dewi

Evi Ermayani

ISBN: 978-623-7759-82-9 (PDF)

Desain dan Tata letak:

Riqqo Rahman

Bekerja sama dengan:

Fit for School Program, GIZ

Penerbit:

Southeast Asian Ministers of Education Organization Regional Centre for Food and Nutrition

(SEAMEO RECFON)

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, Republik Indonesia

Jalan Utan Kayu No. 1A, RT 001 RW 008, Kel. Utan Kayu Utara, Kec. Matraman, Jakarta Timur 13120

Phone. 021-22116225, Fax. 021-22116465

Website. www.seameo-recfon.org

Email. information@seameo-recfon.org

Copyright © 2022.

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang mengutip dan memperbanyak karya tulis ini, tanpa izin tertulis dari pemegang hak cipta, sebagian atau seluruh dalam bentuk apapun, seperti cetak, fotokopi, mikrofilm, dan rekaman suara.

KONTRIBUTOR

SEAMEO RECFON	Dwi Nastiti Iswarawanti Helda Khusun Aziz Jati Nur Ananda
FIT FOR SCHOOL PROGRAM, GIZ	Rigil Munajat
MAN 16 JAKARTA	Dwi Karuniawan
SMAN 1 SINGOSARI, KABUPATEN MALANG	Eko Budhi Kurniawati Zainal Fanani
SMAN 1 LAWANG, KABUPATEN MALANG	Erwin Qodariyah Muhammad Rifqy Najich
SMK DIPONEGORO TUMPANG, KABUPATEN MALANG	Reni Rohmawati Marisa Amalia Nugraha Ihya Ulumuddin
SMAN 1 TEBAS, KABUPATEN SAMBAS	Fitri Hayati Sri Murti Mulyadi
SMAN 2 SAMBAS, KABUPATEN SAMBAS	Rikawati Etie Guarie
SMKN 1 TEBAS, KABUPATEN SAMBAS	Erdina Nana Nirwana
MA BASIUNI IMRAN, KABUPATEN SAMBAS	Nur Halimah Riko Siti Hafidhatul Munawaroh
SMK GEO INFORMATIKA, KABUPATEN BOGOR	Mahyubi Ledia
SMK FARMASI GALENIUM, KABUPATEN BOGOR	Herbangun Ardi M. Kenli K. Tampoliu Desty Dwi Kayanti
SMK WIKRAMA, KOTA BOGOR	Feri Firmansyah Kiki Rizki Romadhoniyah Iin Mulyani
SMK TUNAS HARAPAN PATI, KABUPATEN PATI	Ratnasari
SMAN 1 SLAWI, KABUPATEN TEGAL	Heti Setiariningsih
SMAN 1 BANGIL, KABUPATEN PASURUAN	Ery Widiastuti

KONTRIBUTOR

LOKUS PROVINSI DKI JAKARTA

UNIVERSITAS PROF. DR. HAMKA

Nursyifa Rahma M
Imas Arumsari

SEAMEO RECFON

Aisyah Nurcita Dewi
Indah Suci Widyahening

LOKUS KABUPATEN MALANG

POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENKES MALANG

Sugeng Iwan Prasetyo
Annasari Mustafa

SEAMEO RECFON

Aisyah Nurcita Dewi
Dwi Nastiti Iswarawanti

LOKUS KABUPATEN SAMBAS

POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENKES PONTIANAK

Jurianto Gambir
Desi

SEAMEO RECFON

Evi Ermayani
Umi Fahmida
Cahya Ayu Agustin

PENINJAU

Jesus C. Fernandez

Nurbaya

ADMINISTRASI

Ruri Citra Asri

Rifa Fauziyyah

Kata Pengantar

Nutrition Goes to School (NGTS) atau Gizi untuk Prestasi adalah salah satu program unggulan SEAMEO-RECFON untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi masyarakat di Asia Tenggara, khususnya untuk mendukung anak usia sekolah dan remaja untuk mencapai siswa yang AWESOME (*Active, Well nourished, and Smart Of Me*) melalui berbagai kegiatan yang terintegrasi dengan kegiatan sekolah/madrasah.

SEAMEO RECFON, bekerja sama dengan mitra dari institusi akademisi dan Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) - Mitra Pembangunan Pemerintah Jerman, memberikan peningkatan kapasitas dan pendampingan teknis pelaksanaan program ke sekolah/madrasah di beberapa lokus di Indonesia. Sampai saat ini pendampingan teknis dalam menjalankan program NGTS dilakukan di tujuh kabupaten/provinsi di Indonesia yaitu Kabupaten Bogor, Kota Bogor, Kota Cimahi, Kota Cirebon, Provinsi DKI Jakarta, Kabupaten Klaten, Kabupaten Malang, dan Kabupaten Sambas. Selain itu, SEAMEO RECFON mendampingi sekolah/madrasah alumni dari Pelatihan Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah dan Remaja yang telah kami laksanakan, termasuk di daerah 3T (Terdepan, Terluar, dan Tertinggal) di Indonesia.

Banyak kegiatan, pembelajaran, dan praktik baik telah dihasilkan selama pelaksanaan program NGTS yang perlu didokumentasikan dengan baik, untuk disebarluaskan ke lebih banyak sekolah/madrasah dan pemangku kepentingan lainnya yang peduli tentang upaya peningkatan praktik gizi berbasis sekolah/madrasah. Atas dasar itu, dengan dukungan para mitra, SEAMEO RECFON menyusun buku “Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School*/NGTS) di Indonesia: Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat”.

Buku ini berisi tulisan-tulisan dari 14 Sekolah Menengah Atas (SMA) /Madrasah Aliyah (MA) yang disusun oleh tim pelaksana program NGTS di masing-masing sekolah/madrasah mengenai praktik baik pelaksanaan kegiatan termasuk pembelajaran, faktor kunci, dan rencana lanjut masing-masing sekolah/madrasah. Kami juga menyertakan tulisan-tulisan yang mewakili perspektif masing-masing tim pendamping lokus dalam memastikan kegiatan di setiap sekolah/madrasah binaan berjalan dengan lancar. Selain untuk tingkat SMA, kami juga menyusun buku serupa untuk tingkat SD dan SMP sederajat termasuk pendidikan madrasah. Setiap buku disusun dalam Bahasa Indonesia dan Inggris untuk memperluas jangkauan pembaca dan meningkatkan kebermanfaatan buku ini.

Kami berharap buku “Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School*/NGTS) di Indonesia: Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat” ini dapat menjadi acuan, baik di Indonesia dan negara lainnya, dalam perencanaan dan pelaksanaan program gizi dan kesehatan berbasis sekolah/madrasah.

Direktur SEAMEO RECFON,



Prof. dr. Muchtaruddin Mansyur, Ph.D

Kata Sambutan

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) senantiasa mendukung secara aktif upaya peningkatan kesehatan siswa dan warga sekolah lainnya, salah satunya melalui program Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M). Guna menguatkan kembali peran dan pelaksanaan UKS dalam menciptakan gerakan hidup sehat di sekolah, di pertengahan tahun 2022 lalu Kemendikbudristek meluncurkan Kampanye Sekolah Sehat dimana ‘Sehat Bergizi’ dan ‘Sehat Fisik’ menjadi dua dari tiga aspek utama kampanye tersebut yang semakin menekankan pentingnya pelaksanaan Konsep Gizi Seimbang di sekolah guna mewujudkan peserta didik yang sehat dan berprestasi. Kemendikbudristek juga mendukung dan berpartisipasi aktif dalam mengawal pelaksanaan Rencana Aksi Nasional Peningkatan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja 2022-2024, dimana Gizi termasuk dalam salah satu komponen utamanya.

Oleh karenanya, sebagai bagian dari Kemendikbudristek serta sesuai dengan mandat yang diemban, SEAMEO *Regional Centre for Food and Nutrition* (SEAMEO-RECFON) mendukung upaya promosi gizi berbasis sekolah melalui Program Gizi untuk Prestasi atau *Nutrition Goes to School* (NGTS). Kemendikbudristek juga mengapresiasi peran Fit for School Program, GIZ yang merupakan mitra SEAMEO RECFON untuk penguatan aspek sanitasi dan manajemen berbasis sekolah.

Dengan merujuk pada Trias UKS/M, penguatan komponen gizi yang ditekankan pada Program Gizi untuk Prestasi sangat penting dalam pelaksanaan Trias UKS/M secara menyeluruh serta mempersiapkan sekolah untuk memenuhi target dalam stratifikasi UKS/M sebagai bentuk evaluasi pelaksanaan UKS/M di tingkat sekolah. Selain itu, konsep Program Gizi untuk Prestasi yang mengedepankan integrasi berbagai kegiatan yang mampu laksana, terintegrasi dengan agenda sekolah termasuk kegiatan belajar mengajar, serta melibatkan warga sekolah secara aktif sangat sejalan dengan konsep ‘Sekolah/Madrasah Sehat’ yang diprakarsai oleh Kementerian Kesehatan, Kemendikbudristek, Kementerian Agama serta Kementerian Dalam Negeri. Konsep ini menjadi kunci dalam menggerakkan Program UKS/M di sekolah sebagai identitas yang didapat dari pembiasaan hidup bersih dan sehat dari warga sekolah termasuk peserta didik serta warga sekolah lainnya, dan bukan fasilitas kesehatan fisik di sekolah semata.

Kami berharap Tiga Seri Buku Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi di Indonesia ini dapat menjadi sumber informasi, inspirasi dan motivasi bagi sekolah dalam meningkatkan pelaksanaan UKS/M, khususnya sebagai penguatan pelaksanaan komponen gizi untuk menciptakan lingkungan sekolah yang sehat guna mendukung terwujudnya peserta didik yang sehat, kuat, dan cerdas berkarakter.

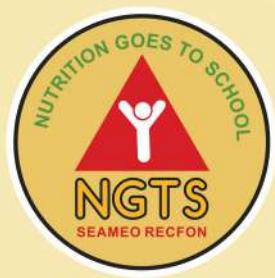


Dr. Iwan Syahril, Ph.D.

Direktur Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi RI

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	v
KATA SAMBUTAN	vi
DAFTAR ISI	vii
PENDAHULUAN	1
Latar Belakang	1
Program Promosi Gizi Berbasis Sekolah di Indonesia	3
Program Gizi untuk Prestasi/ <i>Nutrition Goes to School</i> (NGTS)	8
Sistem Informasi NGTS	19
Manajemen Program Gizi dan Kesehatan di tingkat Sekolah/Madrasah	23
PRAKTIK BAIK PELAKSANAAN PROGRAM NGTS DI SEKOLAH/MADRASAH	27
MAN 16 Jakarta, DKI Jakarta	28
SMAN 1 Singosari, Kabupaten Malang	36
SMAN 1 Lawang, Kabupaten Malang	43
SMK Diponegoro Tumpang, Kabupaten Malang	49
SMAN 1 Tebas, Kabupaten Sambas	55
SMAN 2 Sambas, Kabupaten Sambas	62
SMKN 1 Tebas, Kabupaten Sambas	70
MA Basiuni Imran, Kabupaten Sambas	77
SMK Geo Informatika, Kabupaten Bogor	84
SMK Farmasi Galenium, Kabupaten Bogor	92
SMK Wikrama, Kota Bogor	99
SMK Tunas Harapan Pati, Kabupaten Pati	107
SMAN 1 Slawi, Kabupaten Tegal	116
SMAN 1 Bangil, Kabupaten Pasuruan	124
PENGALAMAN MENDAMPINGI SEKOLAH/ MADRASAH DALAM MELAKSANAKAN PROGRAM NGTS	133
Pendampingan Sekolah/Madrasah di Lokus Provinsi DKI Jakarta	134
Pendampingan Sekolah di Lokus Kabupaten Malang	140
Pendampingan Sekolah/Madrasah di Lokus Kabupaten Sambas	145
KESIMPULAN DAN PENUTUP	154



PENDAHULUAN



PENDAHULUAN

Latar Belakang

Saat ini populasi remaja di dunia berusia 10-19 tahun sebanyak 1,3 miliar orang (<https://data.unicef.org/how-many/how-many-children-are-in-the-world/>). Kelompok populasi usia muda ini memegang peranan dalam pencapaian *Sustainable Development Goal* atau Tujuan Pembangunan Berkelanjutan di tahun 2030. Di Indonesia, 24,3% populasi atau sekitar 66,4 juta orang merupakan anak usia sekolah dengan kisaran usia 6-19 tahun (BPS, 2021). Anak usia sekolah memiliki karakteristik yang unik. Pada rentang usia tersebut terjadi pertumbuhan yang cepat sehingga mereka membutuhkan asupan gizi yang cukup untuk mendukung tumbuh kembang serta pematangan fungsi organ tubuh mereka. Secara khusus, status gizi yang baik akan mendukung proses pembelajaran anak usia sekolah baik terkait akademik maupun non-akademik.

Saat ini, permasalahan gizi masih menjadi tantangan penting yang harus segera diatasi dalam mencapai status kesehatan yang baik. Tiga beban malnutrisi (*triple burden malnutrition*) seperti gizi kurang, gizi lebih dan kurang gizi mikro seperti anemia pada anak usia sekolah masih tinggi di Indonesia. Satu dari 3 anak usia sekolah di Asia Tenggara, termasuk di Indonesia, menderita anemia. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar, prevalensi anemia di Indonesia untuk usia 15-24 tahun adalah 32.0% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Anemia dapat menurunkan produktivitas dan kemampuan siswa untuk mengikuti pembelajaran dan aktivitas sehari-hari dengan baik karena merasa lelah dan kemampuan konsentrasi yang menurun. Selain itu, anemia dan gizi kurang juga mengakibatkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan secara umum. Di lain pihak, masalah gizi lebih juga menjadi perhatian dimana prevalensi obesitas anak usia sekolah meningkat sehingga meningkatkan risiko terjadinya penyakit kronik pada usia lanjut mereka seperti hipertensi, diabetes, atau kanker (Kementerian Kesehatan 2018, *Global Nutrition Report*, 2020). *Global Nutrition Report* mengungkapkan bahwa berbagai bentuk kekurangan gizi yang umum diderita oleh anak usia sekolah di Asia Tenggara ini adalah akibat praktik asupan makan yang buruk, seperti melewatkannya sarapan, asupan gizi yang tidak seimbang, dan sering mengonsumsi makanan tinggi gula, garam dan lemak.

Selain di rumah, siswa menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah/madrasah. Oleh karena itu, sekolah/madrasah memegang peran yang sangat penting dalam memberikan paparan yang tepat untuk menanamkan pembiasaan praktik gizi yang baik pada siswa. Pangan yang tersedia di lingkungan sekolah/madrasah akan menjadi sumber asupan energi dan gizi harian siswa dan warga sekolah lainnya. Studi menunjukkan bahwa perilaku gizi dan kesehatan termasuk asupan siswa dapat dipengaruhi oleh teman sebaya, lingkungan sekolah dan paparan informasi dari berbagai media termasuk media sosial. Karena itulah sekolah/madrasah perlu memastikan bahwa paparan yang diterima siswa baik paparan fisik individu maupun lingkungan sosial memberi pengaruh yang positif dalam membentuk kebiasaan siswa.

Banyak studi yang menunjukkan bahwa sekolah/madrasah mampu dan telah berperan efektif dalam membentuk perilaku termasuk dalam membekali siswa dengan pengetahuan dan kemampuan untuk memilih pangan yang sehat, bergizi seimbang dan aman bagi dirinya. Kegiatan edukasi gizi perlu diberikan sedini mungkin baik melalui pembelajaran kurikuler, ekstrakurikuler, maupun kegiatan sekolah lainnya. Kegiatan dilakukan secara terintegrasi melibatkan seluruh warga sekolah/madrasah seperti kepala sekolah/madrasah guru, tenaga pendidik, orang tua serta siswa, dan masyarakat di

sekitar lingkungan sekolah/madrasah sehingga terbentuk lingkungan yang secara bersama-sama dan konsisten memfasilitasi pembiasaan perilaku makan yang sehat dan bergizi serta pembentukan karakter hidup sehat bagi warga sekolah/madrasah termasuk siswa.

Sejak tahun 2016, SEAMEO RECFON (*Regional Center for Food and Nutrition*) menginisiasi program unggulan yang dinamakan *Nutrition Goes to School (NGTS)* atau Gizi untuk Prestasi. NGTS merupakan program multisektor berbasis sekolah yang menekankan peran sekolah sebagai media yang efektif dalam pembentukan karakter dengan fokus pada penanaman kebiasaan praktik gizi yang baik di sekolah dan di rumah. Program ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mewujudkan siswa yang aktif, bergizi baik dan cerdas (*Active, Well-Nourished, and Smart of Me*, yang biasa disingkat dengan istilah AWESOME). Informasi yang lebih rinci tentang NGTS dijelaskan pada bab ‘Program *Nutrition Goes to School/Gizi untuk Prestasi*’ di buku ini.

Buku ini merupakan kompilasi berbagai praktik baik pelaksanaan NGTS di tingkat satuan pendidikan yang ditulis oleh tim NGTS sekolah/madrasah yang menjadi dampingan SEAMEO RECFON dan mitra di beberapa lokasi fokus yaitu Kota dan Kabupaten Bogor, Kota Cimahi, Kota Cirebon, Kabupaten Malang, Kabupaten Sambas, Kabupaten Klaten, dan Provinsi DKI Jakarta. Selain itu, sekolah/madrasah di daerah ekstra lokus seperti Kota Bekasi, Kabupaten Banyumas, Kabupaten Bojonegoro, Kabupaten Sragen, Kota Sukabumi, Kabupaten Tegal, Kabupaten Pati, Kabupaten Gorontalo, Kabupaten Nias Utara, dan Kota Pasuruan juga turut berbagi praktik baik mereka. Seri buku ini terdiri dari tiga buku terpisah yaitu untuk jenjang Sekolah Dasar dan sederajat, SMP dan sederajat, serta SMA dan sederajat. Tiap buku mengulas latar belakang, pelaksanaan praktik baik maupun tantangan yang dihadapi sekolah serta inovasi yang dilakukan, faktor kunci keberhasilan kegiatan, serta rencana ke depan.

Program Promosi Gizi Berbasis Sekolah di Indonesia

Berbagai masalah gizi dan kesehatan pada anak usia sekolah dan remaja memerlukan intervensi yang tepat. Perbaikan gizi pada anak usia sekolah dan remaja dapat dilakukan berbasis institusi kesehatan, berbasis masyarakat maupun berbasis sekolah/madrasah. Di Indonesia, dari sekitar 57,6 juta anak dan remaja (usia 5-17 tahun), 83,32% anak masih berstatus sekolah. Oleh karena itu, sekolah/madrasah dapat menjadi salah satu tempat terbaik untuk menjangkau anak dan remaja.

Dalam Peraturan Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kesehatan No 1 tahun 2022 tentang Rencana Aksi Nasional Peningkatan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja (RAN PIJAR) meningkatkan status kesehatan dan gizi anak usia sekolah dan remaja adalah salah satu dari komponen kesejahteraan tersebut. Penguatan program gizi yang mendukung status gizi melalui diet yang optimal dan aktivitas fisik yang cukup adalah salah satu fokus strategi yang akan diambil disamping penguatan untuk perbaikan kesehatan fisik dan mental, peningkatan aktifitas fisik, isu pernikahan dini dan isu kesehatan reproduksi.

Pemerintah Indonesia telah memiliki beberapa program intervensi gizi berbasis sekolah/madrasah. Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) merupakan wadah dari berbagai kegiatan terkait kesehatan yang ada di sekolah. Pada tahun 2014, empat kementerian mengeluarkan Peraturan Bersama tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) yang tertuang dalam Peraturan Menteri Pendidikan, dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama, dan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 6/X/PB/2014; Nomor 73 Tahun 2014; Nomor 41 Tahun 2014 dan Nomor 81 Tahun 2014.

Peraturan Bersama tersebut memuat tujuan UKS/M yaitu untuk meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajar siswa dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat serta menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat, sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis siswa. Pelaksanaan membina, mengembangkan, dan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa dilaksanakan secara terencana dan bertanggung jawab melalui program pendidikan yaitu kegiatan ko-kurikuler (pendidikan dalam jam belajar), ekstrakurikuler (pendidikan di luar jam belajar), dan melalui usaha-usaha lain di luar sekolah yang menunjang perilaku dan karakter hidup bersih dan sehat. Sasaran UKS/M adalah warga sekolah (kepala sekolah, guru, siswa, pegawai sekolah), unsur tim pelaksana UKS/M di tiap jenjang pendidikan serta unsur masyarakat. Dengan demikian, UKS/M menjadi saluran utama pelaksanaan berbagai kegiatan terkait kesehatan (termasuk promosi gizi) di sekolah/madrasah.

Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) sebagai ‘pintu masuk’ berbagai kegiatan promosi kesehatan di sekolah/madrasah



1. Pendidikan kesehatan

- Gerakan literasi kesehatan.
- Pendidikan keterampilan hidup sehat.
- Cuci tangan bersama.
- Sikat gigi bersama.
- Aktivitas fisik pada jam istirahat dan pergantian jam pelajaran.
- Sarapan dan kudapan bersama dengan bekal gizi seimbang.

2. Pelayanan kesehatan

- Penjaringan kesehatan dan pemeriksaan berkala.
- Imunisasi, pemberian obat cacing dan tablet tambah darah.
- Pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K).

3. Pembinaan lingkungan kehidupan sekolah yang sehat

- Pembinaan kantin dan pedagang kaki lima.
- Pengelolaan sampah.
- Tanaman pangan.
- Pemberantasan sarang nyamuk.
- Pembinaan kader kesehatan sekolah.
- Suasana sekolah yang menyenangkan (senyum, sapa, salam, sopan, santun).
- Sekolah bebas asap rokok, napza dan kekerasan.

Tujuan UKS/M:

Meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajar peserta didik dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat serta menciptakan perilaku hidup dan lingkungan Pendidikan yang bersih dan sehat

Sasaran UKS/M:

Warga sekolah, unsur tim pelaksana UKS di tiap jenjang, dan unsur masyarakat

Gambar 1. Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah di Indonesia

Melalui UKS/M, Pendidikan Kesehatan dapat dilaksanakan melalui kegiatan kurikuler maupun ekstrakurikuler. Kegiatan kurikuler disesuaikan dengan kurikulum yang berlaku untuk setiap jenjang pendidikan dan dapat di integrasikan ke dalam mata pelajaran, misalnya Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, Ilmu Pengetahuan Alam, bahkan mata pelajaran yang selama ini dianggap tidak terkait secara langsung dengan gizi, seperti Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler dilakukan diluar jam pembelajaran dan dapat berupa kegiatan kebun sekolah, pramuka, majalah dinding, berbagai lomba, palang merah remaja, OSIS, dan lainnya.

Pada kegiatan Pendidikan Kesehatan, salah satu sumber informasi gizi dan kesehatan adalah Buku Rapor Kesehatanku. Buku ini diterbitkan oleh Direktorat Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan pada tahun 2017, yang terdiri dari dua seri, yaitu seri Informasi Kesehatan (berisi informasi terkait kesehatan dan tumbuh kembang siswa) dan seri Catatan Kesehatan (berisi catatan kesehatan siswa dari hasil Pelayanan Kesehatan di sekolah, puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya). Kedua seri ini digunakan secara berdampingan. Buku Rapor Kesehatanku disusun khusus untuk siswa tingkat SD/MI, tingkat SMP/MTs dan SMA/SMK/MA. Buku ini diharapkan dibaca oleh siswa (misalnya saat sesi literasi selama 15 menit) dan orang tua. Selain itu, petugas kesehatan serta guru diminta untuk menjelaskan isi buku ini kepada para siswa. Beberapa bahasan yang berhubungan dengan topik gizi di antaranya gizi seimbang (termasuk contoh menu berbagai kelompok umur), membiasakan sarapan, jajan di kantin sekolah, mengukur status gizi setiap 6 bulan sekali, perilaku hidup bersih dan sehat, beberapa masalah kesehatan terkait gizi, dan olahraga/aktivitas fisik. Namun hingga saat ini, belum ada publikasi resmi terkait evaluasi penggunaan Buku Rapor Kesehatanku di Indonesia.



Gambar 2. Buku Rapor Kesehatanku Tingkat SMP/MTS dan SMA/SMK/MA

Sementara itu, kegiatan Pelayanan Kesehatan yang menjadi bagian dari kegiatan UKS/M di antaranya adalah pemeriksaan kesehatan, suplementasi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) serta pengukuran status gizi secara berkala. Pengukuran status gizi merupakan bagian dari pemantauan kesehatan bagi siswa yang dilakukan setiap enam bulan sekali dan merupakan salah satu indikator dalam standar pelayanan minimal bidang kesehatan bagi pendidikan dasar. Sedangkan pemberian TTD 1 kapsul setiap minggunya merupakan upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

Pemberian TTD bagi remaja putri ini didasari oleh tingginya prevalensi anemia pada remaja putri serta masih rendahnya asupan zat gizi besi dari makanan. Pemberian TTD bagi remaja putri sudah dimulai sejak tahun 2000, akan tetapi saat itu masih bersifat pengadaan mandiri secara sukarela dan belum menjadi program rutin. Seperti yang tertulis dalam Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian TTD pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur, tujuan pemberian TTD adalah untuk meningkatkan status gizi remaja putri sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting, mencegah anemia, serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal mempersiapkan generasi yang berkualitas dan produktif. Kementerian Kesehatan juga menerbitkan buku Pedoman Penanggulangan dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur pada tahun 2016 sebagai panduan secara rinci mengenai pelaksanaan program TTD bagi remaja putri. Di masa pandemi Covid-19, Kementerian Kesehatan mengeluarkan Panduan Suplementasi TTD di Masa Pandemi Covid-19 yang menjelaskan penyesuaian pelaksanaan program termasuk metode distribusi TTD serta pengawasan dan pencatatan konsumsinya.

Trias terakhir dalam UKS/M adalah Pembinaan Lingkungan Sekolah Sehat. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi perbaikan fasilitas sanitasi, air bersih, fasilitas cuci tangan dan kantin sehat. Pada kegiatan kantin sehat, dilakukan pemantauan kebersihan individu, keadaan sanitasi dan keamanan

makanan jajanan pada kantin sekolah dan pedagang kaki lima sekitar sekolah, serta pembinaan mengenai menu di kantin sekolah. Penguatan kantin di sekolah/madrasah juga menjadi salah satu prioritas pada RAN PIJAR untuk mewujudkan praktik asupan yang optimal bagi siswa selama di sekolah/madrasah.

Sebagai bagian dari upaya penguatan kantin sehat sekolah/madrasah, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi melalui Direktorat SD dan Direktorat SMA telah mengeluarkan Panduan Kantin Sehat Sekolah di tahun 2021. Selain itu Kementerian Kesehatan juga mengeluarkan Pedoman Higiene Sanitasi Sentra Pangan Jajanan/Kantin atau Sejenisnya yang Aman dan Sehat di tahun 2021. Panduan ini menekankan aspek *hygiene* dan sanitasi untuk menjamin terwujudnya pangan aman di sentra pangan jajanan termasuk kantin sekolah/madrasah. Sebelumnya, di tahun 2013, Badan Pengawas Obat dan Makanan telah mengeluarkan Pedoman Pangan Jajanan Anak Sekolah untuk Pencapaian Gizi Seimbang.



Gambar 3. Berbagai Panduan Terkait Pengembangan dan Penguatan Kantin Sehat Sekolah/Madrasah

Implementasi kegiatan UKS/M tersebut diterjemahkan dalam Program Sekolah/Madrasah Sehat dimana komponen pada masing-masing Trias UKS/M diintegrasikan dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah/madrasah. Di tahun 2021, Kementerian Kesehatan bersama dengan tiga kementerian lainnya

(Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi; Kementerian Agama serta Kementerian Dalam Negeri) mengeluarkan Petunjuk Teknis Pembinaan Penerapan Sekolah/Madrasah Sehat. Di dalam petunjuk teknis tersebut, dijelaskan secara rinci bagaimana kegiatan-kegiatan UKS/M termasuk komponen gizi diintegrasikan dan didorong untuk menjadi bagian dari agenda rutin sekolah. Dalam panduan tersebut, juga dijabarkan mengenai evaluasi pelaksanaan UKS/M yang diukur melalui pengukuran indikator pada Stratifikasi UKS/M. Evaluasi mencakup pelaksanaan dari tiga komponen Trias UKS/M serta aspek Manajemen UKS/M (Gambar 4).



Gambar 4. Petunjuk Teknis Pembinaan Penerapan Sekolah/Madrasah Sehat serta Stratifikasi UKS/M

Beberapa tantangan dalam upaya promosi gizi di sekolah/madrasah misalnya kegiatan sekolah/madrasah yang umumnya fokus pada transfer pengetahuan sesuai kurikulum, keterbatasan waktu dan kapasitas guru dalam melakukan inovasi dalam menyampaikan pesan-pesan gizi di sekolah, ketersediaan sumber daya di sekolah yang seringkali menentukan apakah suatu program akan menjadi prioritas atau tidak. Dari berbagai tantangan tersebut, terdapat beberapa faktor kunci yang berperan penting menentukan pelaksanaan promosi gizi di tingkat sekolah/madrasah, seperti komitmen dan dukungan pimpinan sekolah/madrasah, peningkatan kapasitas guru dalam penyampaian pesan gizi yang benar dengan cara yang menarik, keterlibatan aktif dan dukungan orang tua dan siswa sendiri, penggunaan berbagai pendekatan dan media, serta terintegrasi sebagai bagian dari kegiatan sekolah/madrasah.

Setelah berbagai upaya pemodelan promosi gizi dan kesehatan berbasis sekolah, langkah penting selanjutnya adalah melakukan *scaling-up* upaya-upaya tersebut dan pemerataan implementasi kebijakan sesuai dengan standar mutu yang diharapkan. Selain itu, diperlukan langkah terintegrasi dari berbagai sektor dan berbagai pihak baik pemerintah, swasta maupun masyarakat untuk perbaikan kesehatan dan gizi anak sekolah dan remaja dengan mengacu pada berbagai faktor kunci di atas.

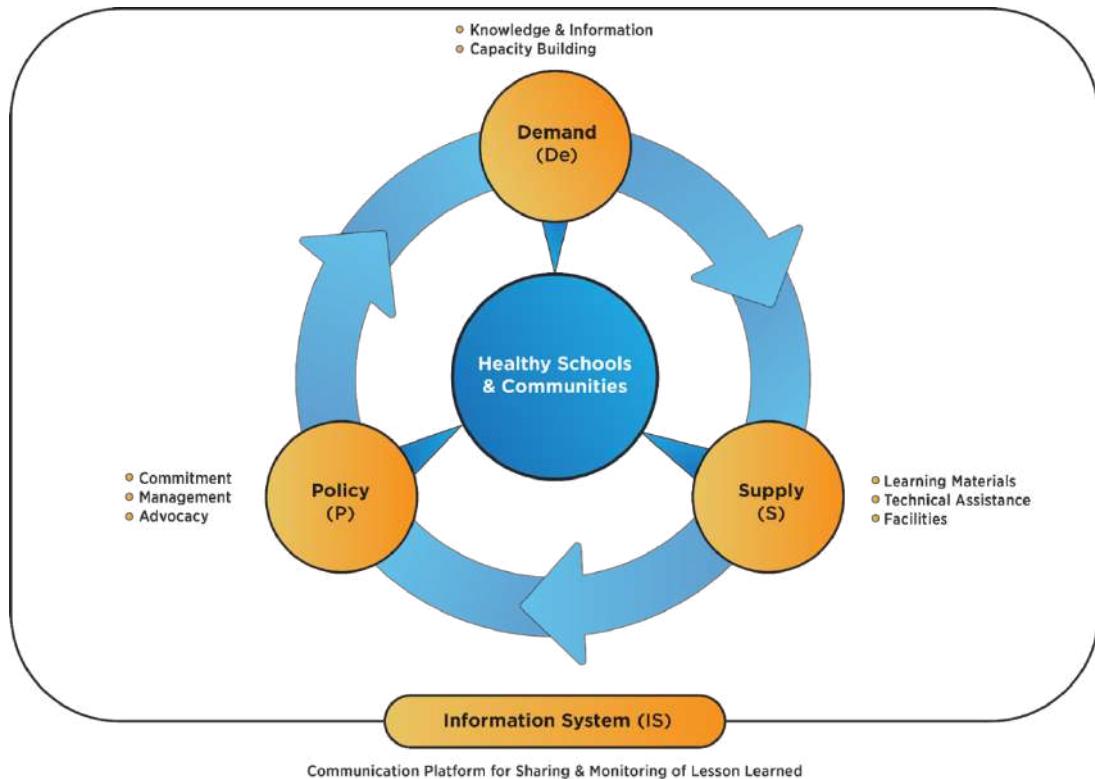
Program Gizi untuk Prestasi/*Nutrition Goes to School* (NGTS)

Program NGTS adalah sebuah program berbasis sekolah/madrasah yang menekankan peran strategis sekolah/madrasah sebagai media dalam mendidik karakter siswa yang berpusat pada praktik gizi yang baik di sekolah/madrasah maupun di rumah dengan pelibatan para pemangku kepentingan dari berbagai sektor. Tujuan akhir program ini adalah terwujudnya siswa yang *AWEOME* yang merupakan akronim dari *Active*, *Well-nourished*, dan *Smart Of ME* yang berarti siswa yang Aktif, Bergizi Baik, dan Pintar. Dalam Bahasa Indonesia, *awesome* juga berarti keren.

Program NGTS dirancang untuk mendukung dan menguatkan program UKS/M yang menjadi payung kegiatan gizi dan kesehatan berbasis sekolah/madrasah. Beberapa komponen dalam Trias UKS/M sangat erat kaitannya dengan gizi, dan terukur dalam evaluasi pelaksanaan UKS/M sebagai indikator dalam Stratifikasi UKS/M. Misalnya siswa memiliki status gizi baik, sekolah/madrasah memiliki kantin sehat, sekolah/madrasah melaksanakan sarapan bersama dengan gizi seimbang, sekolah/madrasah melaksanakan literasi dengan materi kesehatan, Pendidikan Kesehatan (kespro, napza, sanitasi, gizi) terintegrasi dengan mata pelajaran lain, sekolah/madrasah melaksanakan kegiatan CTPS, dan aktivitas fisik bersama.

Kerangka DeSPIS sebagai Panduan Pelaksanaan Program

Pelaksanaan program NGTS mengacu pada kerangka DeSPIS yaitu *Demand*, *Supply*, *Policy*, dan *Information System* (Gambar 1) berikut:



Gambar 1. Kerangka Konsep DeSPIS

- o **Demand creation.** Siswa dan warga sekolah/madrasah lainnya dikapasitasi untuk memiliki kesadaran tentang pentingnya gizi bagi anak sekolah dan remaja. Kesadaran yang baik akan mendorong siswa memiliki *perceived needs* (merasa perlu) untuk melakukan praktik gizi yang baik. Bagi warga sekolah/madrasah lainnya (seperti kepala sekolah, guru, komite sekolah) kesadaran tersebut diharapkan mendorong mereka untuk mengambil peran dalam mendukung siswa melaksanakan praktik gizi yang baik. Peran tersebut diwujudkan dalam bentuk dilaksanakannya berbagai kegiatan edukasi gizi dan pembiasaan praktik gizi yang baik maupun menjadi panutan/contoh langsung bagi siswa.
- o **Supply.** Warga sekolah/madrasah mengupayakan terwujudnya lingkungan sekolah/madrasah yang mendukung siswa untuk bisa menerjemahkan pengetahuan gizi serta kesadaran yang sudah mereka miliki menjadi praktik sehari-hari. Untuk *setting* sekolah/madrasah, dua hal yang menjadi fokus penguatan adalah kantin sekolah dan kebun sekolah.
- o **Policy.** Program NGTS melihat kebijakan sekolah/madrasah (maupun kebijakan di luar sekolah) adalah salah satu faktor kunci pelaksanaan program, terutama terkait komitmen sekolah/madrasah untuk melaksanakan NGTS sebagai bagian dari kegiatan sekolah serta menggalang koordinasi antar guru dan warga sekolah/madrasah lainnya sehingga terpupuk rasa memiliki terhadap program NGTS. Kebijakan sekolah/madrasah juga adalah faktor kunci dalam keberlangsungan program.
- o **Information System.** Dokumentasi dan penyebarluasan program NGTS yang berjalan di tiap sekolah/madrasah merupakan satu aspek yang perlu dilakukan sebagai media promosi, monitoring dan evaluasi, serta apresiasi terhadap berbagai capaian yang sudah dilakukan oleh sekolah/madrasah. Penjelasan yang lebih rinci tentang sistem informasi NGTS dijelaskan tersendiri setelah bagian ini.

Terdapat 4 komponen utama NGTS, yaitu:

- 1) Edukasi Gizi (yang mencakup praktik asupan makan, aktivitas fisik serta kebersihan personal)
- 2) Kantin sehat sekolah/madrasah,
- 3) Kebun sekolah/madrasah, dan
- 4) Gizi kewirausahaan (khusus untuk Sekolah Menengah Kejuruan).

Sebagai catatan, selain penguatan untuk aspek *Supply* dalam kerangka DeSPIS, komponen kantin sekolah/madrasah dan kebun sekolah/madrasah juga menjadi bagian dari aspek *Demand* karena kedua komponen ini adalah media edukasi gizi yang sangat potensial.

Empat Tahapan Pelaksanaan Program NGTS

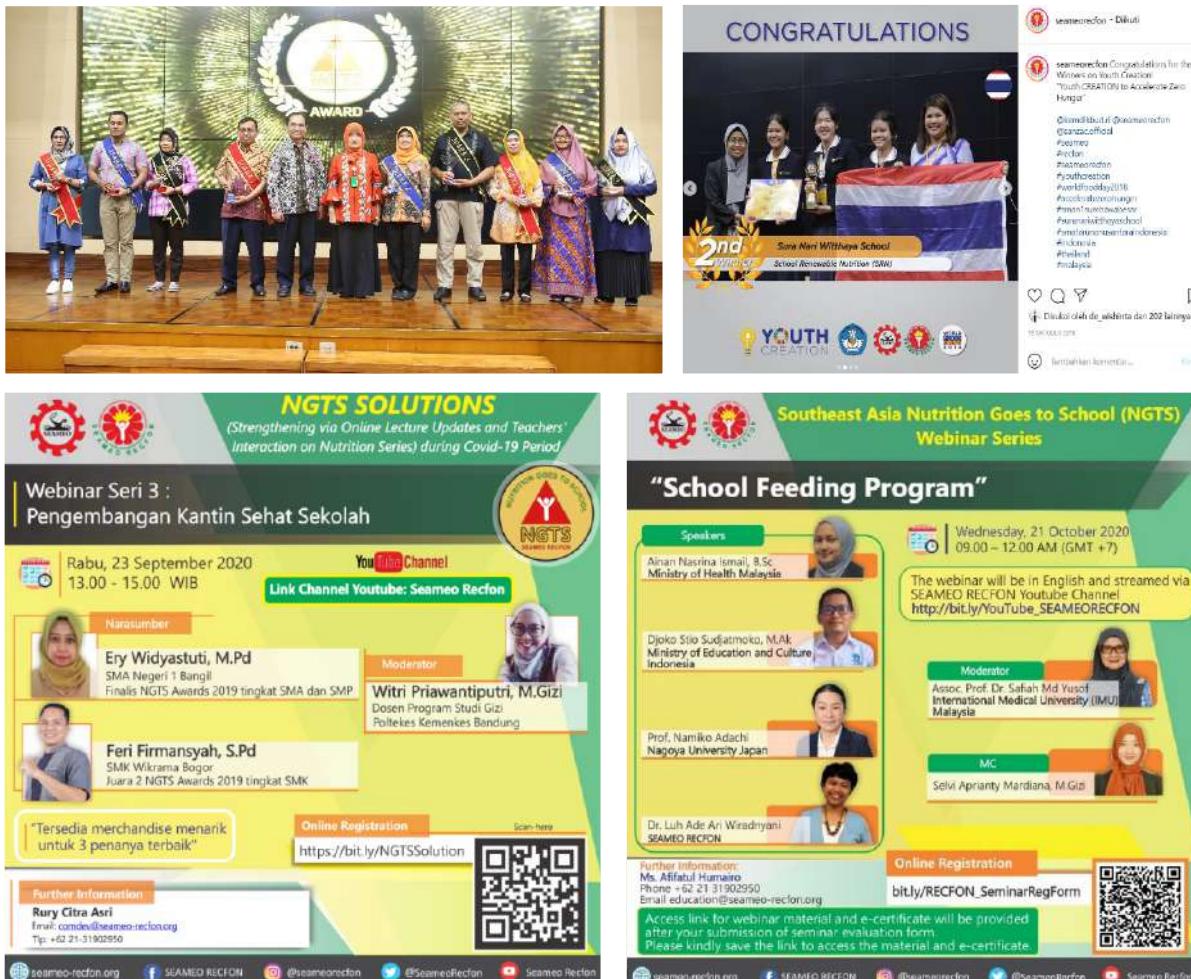
Di tingkat satuan pendidikan, pelaksanaan program NGTS dilakukan dalam empat tahapan, yaitu:

Tahap/Tingkat	Karakteristik
1 (Sosialisasi) Tingkat: Pratama	<ul style="list-style-type: none"> o Satuan Pendidikan telah terpapar tentang NGTS oleh SEAMEO RECFON melalui seminar, lokakarya, dan kegiatan lain yang relevan
2 (Orientasi) Tingkat: Madya	<ul style="list-style-type: none"> o Satuan Pendidikan telah mengikuti pelatihan NGTS yang diselenggarakan oleh SEAMEO RECFON dan/atau institusi akademik yang menjadi mitra SEAMEO RECFON secara tatap muka maupun daring, dan telah mengembangkan rencana tindak lanjut pelaksanaan NGTS di tingkat satuan pendidikan o Satuan Pendidikan telah mendapat intervensi komponen NGTS melalui kegiatan penelitian oleh SEAMEO RECFON dan/atau institusi akademik yang menjadi mitra SEAMEO RECFON
3 (Penguatan) Tingkat: Utama	<ul style="list-style-type: none"> o Satuan Pendidikan telah melaksanakan rencana tindak lanjut secara berkelanjutan, mendapatkan bimbingan teknis dari SEAMEO RECFON dan/atau mitra, melakukan dokumentasi kegiatan secara rutin, serta melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan
4 (Institusionalisasi) Tingkat: Paripurna	<p>Satuan pendidikan telah:</p> <ul style="list-style-type: none"> o Menyatakan komitmen secara tertulis untuk melaksanakan komponen NGTS secara berkelanjutan o Melakukan monitoring dan evaluasi secara rutin, dan melaporkannya kepada dinas terkait o Memiliki kebijakan untuk mengintegrasikan pelaksanaan NGTS ke dalam kegiatan rutin sekolah/madrasah

Tahap Sosialisasi

Sosialisasi program NGTS dilakukan melalui berbagai kegiatan. Misalnya melalui kegiatan **NGTS SOLUTIONS** (*Strengthening via Online: Lecture Updates and Teachers' Interaction on Nutrition Series*) yang diinisiasi SEAMEO RECFON di tahun 2020 sebagai salah satu upaya untuk menyediakan media informasi terkait gizi di masa pandemi Covid-19 kepada para guru dan kepala sekolah/madrasah. Hingga saat ini, NGTS SOLUTIONS telah diikuti oleh 2.295 orang peserta yang hadir secara langsung dan 12.700 viewers yang mengikuti kegiatan ini melalui YouTube. Selain itu, sosialisasi NGTS juga dilakukan ketika SEAMEO RECFON terundang sebagai narasumber kegiatan penguatan UKS/M yang diselenggarakan kementerian serta pemangku kepentingan lain di tingkat provinsi maupun kabupaten/kota.

Pengenalan NGTS juga dilakukan melalui berbagai lomba, baik lomba antar siswa (**Youth CREATION** yang merupakan akronim dari *Youth CREATivity in NutritiON*) maupun antar sekolah (**NGTS Award**). Hingga tahun 2022 ini telah dilakukan 1 kali *NGTS Award* dan 3 kali *Youth CREATION*, dimana 2 *Youth CREATION* di antaranya dilaksanakan untuk tingkat Asia Tenggara.



Gambar 2. Kegiatan pada Tahap Sosialisasi Program NGTS

Tahap Orientasi

Pada tahap ini, sekolah/madrasah mendapat penguatan kapasitas melalui pelatihan bagi guru serta kepala sekolah/madrasah tentang Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah (untuk jenjang Sekolah Dasar dan sederajat) serta Gizi dan Kesehatan Remaja (untuk jenjang Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas dan sederajat). Pelatihan dilakukan dengan metode dalam jaringan (daring) maupun tatap muka.

Hingga tahun 2022 ini, pelatihan tatap muka Gizi dan Kesehatan untuk Anak Sekolah Dasar dan Remaja telah diikuti oleh 594 guru dan kepala sekolah/madrasah dari 163 sekolah/madrasah di 7 area lokus. Pelatihan tatap muka ini diinisiasi oleh SEAMEO RECFON, mitra akademisi maupun oleh pemerintah kabupaten setempat khususnya dinas pendidikan. Pelatihan tatap muka secara umum berlangsung selama tiga hari penuh dengan beberapa penugasan kelompok yang dikumpulkan pasca pelatihan dan menjadi persyaratan untuk mendapat sertifikat pelatihan.

Pelatihan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah dan Remaja dengan metode daring dimulai di tahun 2017. Hingga saat ini, pelatihan telah diikuti oleh total 2.696 guru dan kepala sekolah/madrasah

dari 754 sekolah/madrasah di 34 provinsi (jumlah seluruh provinsi di Indonesia di periode kegiatan pelatihan ini dilakukan) di Indonesia. Target sekolah/madrasah yang menjadi peserta pelatihan secara daring ini merujuk pada berbagai konteks, misalnya sekolah rujukan untuk tiap jenjang di Indonesia, sekolah/madrasah tingkat Sekolah Menengah Atas yang ada di 50 kabupaten/kota prioritas percepatan penurunan stunting di Indonesia, serta program Sekolah Menengah Kejuruan Juara. Dalam melaksanakan pelatihan daring ini, SEAMEO RECFON bekerja sama dengan Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.

Pelatihan secara daring ini dilaksanakan selama total 91 jam pembelajaran dalam periode waktu 2 bulan. Selain konten tentang gizi anak sekolah dan remaja, pelatihan juga menekankan tentang manajemen pelaksanaan program gizi di sekolah termasuk perlunya menyusun rencana kegiatan yang jelas dan mampu laksana serta mensosialisasikannya ke seluruh warga sekolah/madrasah. Metode pelatihan dilakukan dengan mengkombinasikan sesi pertemuan melalui platform zoom, sesi belajar mandiri (termasuk dalam mengerjakan penugasan individu maupun kelompok), serta pendampingan dan koordinasi menggunakan grup WhatsApp yang dipandu oleh 1-2 orang fasilitator. Salah satu penugasan yang diberikan kepada peserta adalah penyusunan rencana ajar, *microteaching*, serta penyusunan rencana kegiatan untuk periode 1 tahun.

Sebagai bagian dari upaya memperluas cakupan program NGTS di Asia Tenggara, di tahun 2021 SEAMEO RECFON bekerja sama dengan Centre for Transformative Nutrition and Health International Medical University (CTNH-IMU) Malaysia menyelenggarakan Pelatihan Kantin Sehat Sekolah secara daring yang diikuti oleh 71 orang peserta dari 25 sekolah di 7 negara (Brunei Darussalam, Kamboja, Indonesia, Lao PDR, Malaysia, Myanmar, dan Filipina). Selama 82 jam pembelajaran tersebut, disampaikan lima topik utama terkait kantin, yaitu panduan gizi seimbang, penyiapan makanan yang aman di kantin sekolah, pengenalan terhadap konsep halal, penyiapan makan yang lebih sehat, serta implementasi kantin sehat sekolah/madrasah di negara-negara di Asia Tenggara.

Pelaksanaan NGTS di Kamboja diinisiasi dengan pelaksanaan Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja di bulan Juni 2022. Pelatihan dilaksanakan secara daring selama 5 hari, dihadiri oleh 22 orang guru/kepala sekolah dari 5 Sekolah Menengah Kejuruan di Kamboja. Pelaksanaan pelatihan ini merupakan kerja sama SEAMEO RECFON dengan SEAMEO Technical Education (TED), dengan dukungan Kementerian Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kamboja tingkat pusat dan provinsi, National Institute of Public Health (NIPH) Kamboja, serta Royal University of Agriculture.

SEAMEO RECFON telah mengembangkan beberapa modul terkait gizi dan kesehatan anak sekolah dan remaja yang digunakan sebagai rujukan baik dalam pelatihan maupun pendampingan pasca pelatihan (Gambar 2), serta 3 contoh video rencana ajar dalam Bahasa Indonesia dengan *subtitle* dalam Bahasa Inggris. Dua modul (yaitu Modul Edukasi Gizi Berbasis Kebun Sekolah serta Modul Kantin Sehat Sekolah) tersedia dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Selain itu, dilakukan pengembangan video ajar tentang Manajemen Berbasis Sekolah di tahun 2022 yang merupakan hasil Kerja sama SEAMEO RECFON dan Fit for School Program, GIZ.



Gambar 3. Modul yang Dikembangkan SEAMEO RECFON sebagai Rujukan dalam Pelatihan dan Pendampingan Pelaksanaan Program NGTS di Sekolah/Madrasah (Dapat Diakses Secara Gratis di <http://www.seameo-recfon.org/publications/>)

Tahap Penguatan

Tahap penguatan dimulai setelah sekolah/madrasah mengikuti pelatihan Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah atau Remaja baik secara tatap muka maupun daring. Secara umum, siklus yang dilakukan pada tahap penguatan adalah:

- 1) Finalisasi rencana kegiatan (rencana tindak lanjut/RTL) yang dokumen awalnya sudah dibuat saat sekolah /madrasah mengikuti pelatihan,
- 2) Sosialisasi RTL ke manajemen sekolah/madrasah dan warga sekolah/madrasah lainnya,
- 3) Persiapan dan pelaksanaan kegiatan,
- 4) Dokumentasi kegiatan serta monitoring dan evaluasi.

Terkait penyusunan RTL, tim NGTS sekolah/madrasah mendapat pendampingan untuk menghasilkan RTL yang mampu laksana sesuai dengan sumber daya yang ada di sekolah/madrasah baik dalam hal sumber daya manusia, waktu, serta *budget* bila diperlukan. Untuk itu, di awal, sekolah/madrasah tidak harus membuat RTL yang mencakup seluruh komponen NGTS. Beberapa sekolah/madrasah memulai dengan dua komponen (misalnya edukasi gizi dan kebun sekolah) dengan berbagai kegiatan untuk tiap komponen. Setelah kegiatan tersebut berjalan lancar, sekolah/madrasah selanjutnya didorong untuk mengembangkan RTL nya baik dalam hal menambah komponen, menambah jenis kegiatan di tiap komponen, manambah cakupan peserta kegiatan (misalnya kegiatan yang semula diikuti oleh kelas 4 saja, mulai diperkenalkan untuk kelas 5), menambah keterlibatan warga sekolah selain siswa dan guru (misalnya, merancang kegiatan yang melibatkan partisipasi aktif orang tua, petugas kantin, dll).

Pendampingan dilakukan dengan skema lokus dan ekstra lokus. Untuk pendampingan dengan skema lokus, SEAMEO RECFON bekerja sama dengan mitra akademisi setempat. Saat ini, terdapat tujuh lokus NGTS di Indonesia dan satu lokus di Kamboja. Ketujuh lokus di Indonesia adalah Lokus Kota Cimahi (bekerja sama dengan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan (Poltekkes Kemenkes) Bandung), Lokus Kota Cirebon (bekerja sama dengan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya), Lokus Kabupaten Sambas (bekerja sama dengan Poltekkes Kemenkes Pontianak), Lokus Kabupaten Malang (bekerja sama dengan Poltekkes Kemenkes Malang dan Universitas Brawijaya), Lokus DKI Jakarta (bekerja sama

dengan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka), Lokus Kabupaten Klaten (bekerja sama dengan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta) serta Lokus Kabupaten dan Kota Bogor (belum didampingi oleh mitra akademisi hingga tahun 2022. Perluasan kegiatan NGTS di sekolah/madrasah di Kabupaten/Kota Bogor selanjutnya akan dilakukan bekerja sama dengan Universitas Ibnu Khaldun).

Khusus untuk jenjang Sekolah Dasar sederajat di 3 lokus (Kota Cimahi, Kota Cirebon dan Kabupaten Klaten), pelaksanaan program NGTS mendapat dukungan dari GIZ *Fit for School Program* khususnya dalam penguatan aspek sanitasi di sekolah termasuk pengadaan fasilitas sanitasi di beberapa sekolah, serta penguatan aspek Manajemen Berbasis Sekolah/Madrasah. Jumlah lokus NGTS akan bertambah di tahun 2023 dengan ditandatanganinya nota kesepahaman untuk kerja sama di bidang pangan dan gizi antara SEAMEO RECFON, mitra akademisi, dan pemerintah daerah di lebih dari 10 kabupaten di Indonesia, dimana salah satu kegiatan yang akan dilakukan adalah penguatan gizi dan kesehatan anak sekolah dan remaja melalui program NGTS. Untuk Lokus Kamboja, pendampingan akan dilakukan bekerja sama dengan SEAMEO TED di 5 sekolah yang sudah mengikuti pelatihan.

Untuk skema lokus, kegiatan selalu didahului oleh pertemuan pemangku kepentingan dari berbagai sektor (*stakeholders meeting*) yang bertujuan untuk mensosialisasikan program serta mendapat dukungan dari para pemangku kepentingan tersebut. Dalam pelaksanaannya, para pemangku kepentingan ini juga terlibat sebagai narasumber pelatihan, pengagas pelatihan gizi dan kesehatan untuk guru dan kepala sekolah/madrasah, melakukan monitoring bersama dengan berkunjung ke sekolah/madrasah, serta hadir saat pertemuan monitoring secara daring. Sebagai catatan, kegiatan NGTS di tiap lokus dapat dinamakan khusus sesuai dengan konteks dan kesesuaian program NGTS dengan program yang ada. Sebagai contoh, program NGTS di Lokus Kabupaten Klaten dinamakan Sekolah Sehat Generasi Kuat (SSGK) dan di Lokus DKI Jakarta dinamakan *Islamic Health Promoting School* (I-HELP).

Skema ekstra lokus berjalan dengan target sekolah/madrasah alumni Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja yang tersebar di berbagai kabupaten/kota di Indonesia. Untuk sekolah/madrasah ekstra lokus, pendampingan dilakukan langsung oleh tim NGTS SEAMEO RECFON dibantu oleh fasilitator. Saat ini, jumlah sekolah/madrasah dampingan dengan skema lokus adalah 63 sekolah/madrasah yang tersebar di 7 lokus. Selain itu, terdapat 21 sekolah/madrasah dampingan dengan skema ekstra lokus di 19 kabupaten/kota di Indonesia. Berdasarkan jenjang pendidikan, total sekolah/madrasah dampingan terdiri dari 30 sekolah tingkat SD dan sederajat, 21 sekolah tingkat SMP sederajat, dan 33 sekolah tingkat SMA sederajat. Secara umum, metode pendampingan dilakukan melalui kunjungan langsung ke sekolah/madrasah, diskusi rutin melalui pertemuan daring, dan diskusi melalui grup WhatsApp.



Gambar 4. Kegiatan Pendampingan Pelaksanaan Program NGTS di Sekolah/Madrasah melalui Kunjungan Langsung dan Diskusi Daring

Untuk pelaksanaan NGTS di luar Indonesia, terdapat 5 sekolah di Kamboja (pendampingan akan dimulai di akhir 2022) dan 10 sekolah alumni pelatihan penguatan Kantin Sehat Sekolah yang berlokasi di Malaysia, Filipina, Kamboja dan Indonesia. Saat buku ini ditulis, rencana pendampingan sedang dimatangkan bersama mitra SEAMEO RECFON yaitu International Medical University Malaysia, University of the Philippines Los Banos, serta SEAMEO TED.

Inovasi dan kreatifitas sekolah/madrasah dalam melaksanakan RTL yang sudah disusun terlihat dari berbagai kegiatan yang berjalan, antara lain:

- Berbagai lomba antar kelas terkait gizi dan kesehatan (lomba tumpeng gizi, poster, memasak)
- Integrasi edukasi gizi dalam mata pelajaran
- Edukasi gizi yang disampaikan oleh teman sebaya
- Sarapan seru di sekolah/madrasah dengan membawa bekal dari rumah
- Pembiasaan aktivitas fisik melalui bersepeda bersama, senam dan jalan kaki bersama maupun gotong royong membersihkan sekolah/madrasah
- Penguatan kantin sekolah termasuk melibatkan siswa menjadi penyedia makanan sehat dan memberi masukan tentang menu di kantin sekolah
- Penyampaian pesan gizi singkat saat upacara bendera maupun sebelum istirahat kelas melalui pengeras suara yang terhubung ke setiap kelas
- Menanam sayur dan memelihara ikan bersama di sekolah/madrasah
- Masak bersama di sekolah/madrasah

- Menulis artikel tentang gizi di majalah sekolah maupun di dinding literasi
- Diseminasi kegiatan NGTS di media sosial
- Bakti sosial dengan berbagi makanan sehat ke masyarakat di sekitar sekolah

Adanya pandemi Covid-19 sejak Maret 2022 mempengaruhi pelaksanaan kegiatan NGTS di sekolah/madrasah dampingan, terutama di periode awal pandemi dimana sekolah/madrasah fokus pada penyesuaian metode belajar menjadi belajar dari rumah.



Gambar 5. Contoh Berbagai Kegiatan NGTS yang Dilaksanakan di Sekolah/Madrasah

SEAMEO RECFON dan mitra akademisi sangat menghargai upaya sekolah/madrasah dalam melaksanakan kegiatan NGTS. Sebagai bentuk apresiasi, sekolah/madrasah menerima sertifikat sesuai dengan tingkat yang dicapai, mengundang sekolah untuk menjadi narasumber pada berbagai acara yang relevan baik yang diselenggarakan oleh SEAMEO RECFON (misalnya NGTS SOLUTIONS dan webinar NGTS di tingkat Asia Tenggara, Pelatihan Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah dan Remaja untuk angkatan selanjutnya) maupun yang diselenggarakan oleh kementerian (misalnya webinar peringatan Hari Gizi Nasional dan *Happy Monday* oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi; serta Webinar dari Kementerian Kesehatan). Apresiasi lainnya adalah menampilkan capaian pelaksanaan NGTS sekolah/madrasah di website NGTS dan media sosial SEAMEO RECFON dan mitra akademisi; serta mengundang sekolah untuk menjadi kontributor publikasi NGTS termasuk Buku Praktik Baik Pelaksanaan NGTS di Indonesia ini.

Tahap Institusionalisasi

Saat ini, sekitar 30 sekolah/madrasah dampingan sedang dalam persiapan untuk memasuki tahap institusionalisasi dengan mempertimbangkan pelaksanaan NGTS yang berjalan sangat baik. Sesuai kriteria pada tahap ini, beberapa hal yang perlu lebih dikuatkan adalah pelaksanaan monitoring dan evaluasi yang lebih rutin dan terstruktur, termasuk dokumentasi pelaksanaan kegiatan. Hal lainnya adalah koordinasi yang lebih kuat antara sekolah/madrasah dampingan dan pemangku kepentingan terkait, khususnya dinas pendidikan (untuk sekolah) dan kementerian agama di tingkat kabupaten/provinsi (untuk madrasah). Kegiatan penguatan ini tertunda cukup lama akibat pandemi Covid-19 mengingat prioritas sekolah/madrasah adalah memastikan kegiatan pembelajaran akademik tetap berjalan dengan melakukan banyak penyesuaian ketika metode pembelajaran beralih menjadi belajar dari rumah. Dengan perkembangan yang ada, di tahun 2022 tim NGTS SEAMEO RECFON dan tim NGTS mitra akademisi telah berkunjung ke tiap lokus untuk melakukan komunikasi yang lebih intens dengan sekolah/madrasah dampingan serta pemangku kepentingan setempat.



Gambar 6. Kunjungan ke Dinas Pendidikan Kota Cirebon, Kota Cimahi, Kab. Klaten, Kab. Sambas dan Kantor Cabang Dinas Pendidikan Wilayah 2 Provinsi Jawa Barat

Sistem Informasi NGTS

Sistem Informasi merupakan salah satu komponen dalam kerangka kerja DeSPIS. SEAMEO RECFON menilai pemanfaatan sistem informasi sangat penting sebagai bagian yang terintegrasi dengan program NGTS, khususnya untuk mendukung pengelolaan kegiatan dalam perencanaan kegiatan, pemantauan dan evaluasi pelaksanaan program NGTS. Secara umum, terdapat 3 kategori fungsi sistem informasi program NGTS, yaitu:

Coordinating	Branding	Monitoring & Evaluation, Re-Planning
<ol style="list-style-type: none">1. Penguatan koordinasi antar guru di sekolah/madrasah dalam rangka kegiatan NGTS.2. Sebagai sarana komunikasi dan pembuatan jaringan antara sekolah yang melaksanakan kegiatan NGTS (<i>School Network Communication</i>) untuk dapat saling berbagi informasi.3. Penguatan koordinasi antara sekolah/madrasah dan SEAMEO RECFON, mitra akademisi, dinas pendidikan dan pemangku kepentingan lainnya.	Publikasi dan promosi kegiatan NGTS kepada masyarakat, seperti kampanye sarapan sehat di sekolah/madrasah, atau promosi kegiatan lain yang termasuk dalam kegiatan NGTS.	<ol style="list-style-type: none">1. Sebagai sumber pembelajaran sekolah/ madrasah dalam melakukan siklus perencanaan dan monev kegiatan yang terkait dengan gizi dan kesehatan.2. Pemantauan dan pelaporan kegiatan dalam bentuk multimedia (teks, gambar, dan video).3. Sebagai platform untuk melakukan pemantauan praktik gizi siswa dan status gizi siswa.

Ketiga fungsi di atas, diterapkan di dalam sistem informasi Program NGTS melalui penggunaan beberapa platform yaitu GoogleForm, grup WhatsApp, website NGTS, SBNP, dan SIPP, serta website dan kanal sosial media yang dimiliki sekolah masing-masing. Pada awal kegiatan NGTS, penggunaan Google Form digunakan untuk memantau praktik gizi siswa yang diisi oleh para siswa maupun guru. Namun dikarenakan pengisian rutin form ini tidak berjalan optimal maka saat ini pengukuran status gizi siswa menggunakan pendekatan survei secara daring yang dikoordinasi langsung oleh tim NGTS SEAMEO RECFON. Adapun fungsi dari masing-masing platform antara lain:

No	Platform	Fungsi
1	Grup WhatsApp	<ol style="list-style-type: none">1. Sarana komunikasi antar sekolah di satu wilayah/ lokasi fokus (lokus)2. Dokumentasi kemajuan suatu kegiatan yang dilakukan di sekolah dalam bentuk teks, gambar, dan video
2	Website NGTS https://ngts.seameo-recfon.org/	<ol style="list-style-type: none">1. Informasi tentang profil kegiatan NGTS.2. Update berita terkait kegiatan NGTS.3. Etalase sekolah yang melakukan kegiatan NGTS.4. Website untuk mengunduh modul/bahan ajar NGTS.

No	Platform	Fungsi
3	Website SBNP Platform https://sbnp.seameo-recfon.org/ (SBNP: School Based Nutrition Promotion)	<ol style="list-style-type: none"> Mengunduh materi KIE yang terkait dengan kegiatan Program Promosi Gizi dan Kesehatan berbasis Sekolah/Madrasah. Dokumentasi kemajuan kegiatan promosi gizi dan kesehatan berbasis sekolah/madrasah di Indonesia dan Asia Tenggara. Forum diskusi online untuk Kelompok Kerja (Pokja) SBNP.
4	Website SIPP NGTS https://sipp-ngts.seameo-recfon.org/ (SIPP: Sistem Informasi Pemantauan Program)	<ol style="list-style-type: none"> Monitoring kegiatan sesuai dengan komponen yang ada dalam komponen utama program NGTS (Kesiapan Sekolah, Edukasi Gizi, Kantin Sekolah, dan Kebun Sekolah). Pemantauan hasil monitoring sekolah/madrasah oleh SEAMEO RECFON dan pemangku kepentingan lainnya.
5	Website sekolah/madrasah	Penggunaan platform website, blog, atau sosial media yang dimiliki sekolah/madrasah untuk mempublikasikan kegiatan yang terkait dengan program NGTS.

Sistem informasi program NGTS juga didukung dengan verifikasi melalui pantauan langsung di lapangan dalam kegiatan kunjungan ke satuan pendidikan. Kunjungan ke satuan pendidikan dilakukan dalam rangka klarifikasi informasi dan data yang telah dikumpulkan/dilaporkan sebelumnya, melalui observasi dan diskusi dengan para pengelola kegiatan di tingkat satuan pendidikan. Selain itu, pada masa pandemi Covid-19, kegiatan pemantauan juga dilakukan secara daring melalui platform Zoom meeting atau webinar melalui kanal YouTube.

Terdapat beberapa tantangan dalam hal penggunaan dan pemanfaatan platform yang digunakan. Tantangan ini dapat berupa pemanfaatan sebuah platform yang menyebabkan penggunaannya digantikan dengan platform lain, serta tantangan terhadap sistem informasi program NGTS secara umum. Tantangan tersebut antara lain:

1. Data yang terkumpul melalui WhatsApp membutuhkan upaya tambahan untuk dikelola dengan baik.
2. Website program NGTS belum berfungsi secara optimal untuk mendukung fungsi koordinasi dan *branding* serta monitoring evaluasi program NGTS. Misalnya sistem Informasi belum tersosialisasi kepada pemangku kepentingan dan fitur pada website belum dikembangkan sesuai kebutuhan tersebut.
3. Belum semua satuan pendidikan mempunyai akses yang baik terhadap internet.
4. Dokumentasi kegiatan yang dilakukan oleh satuan pendidikan sudah cukup baik, namun belum memanfaatkan sosial media secara optimal dalam mempromosikan dan mempublikasikan kegiatan NGTS kepada masyarakat luas.
5. Pengelolaan Sistem Informasi belum menjadi prioritas baik oleh sekolah, mitra akademisi maupun SEAMEO RECFON, sehingga belum dialokasikan sumber daya yang cukup.

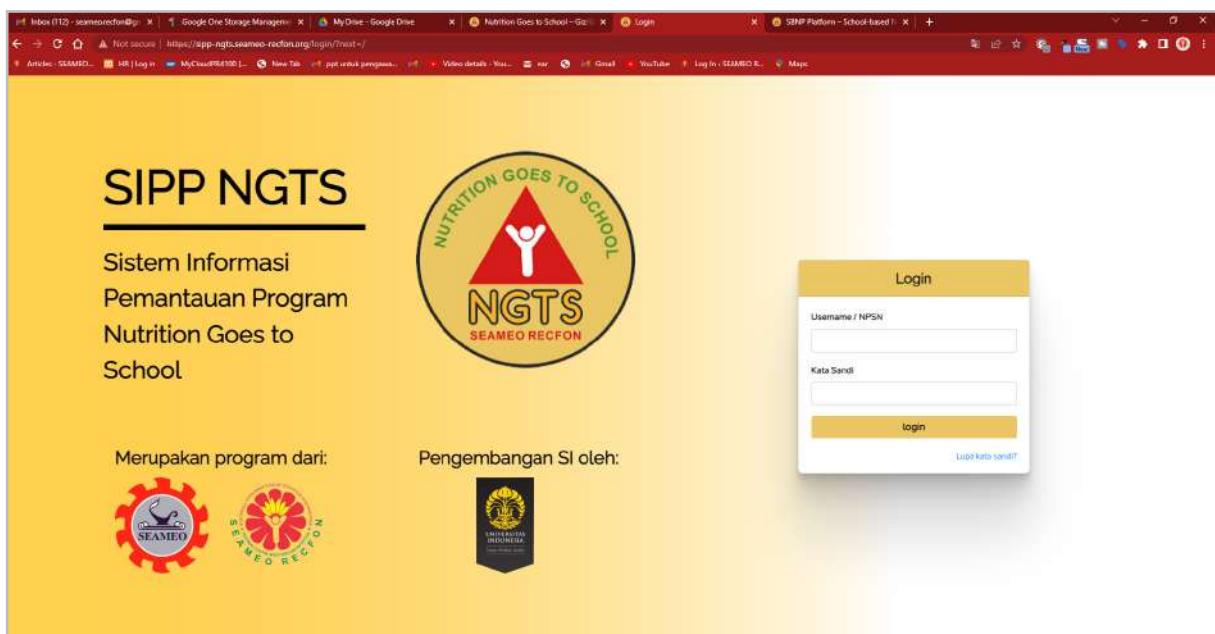
Ke depannya, dua rencana utama penguatan sistem informasi Program NGTS yang akan dilakukan adalah sosialisasi platform sistem Informasi Program NGTS kepada seluruh mitra dan *stakeholder* secara luring dan daring, serta mendorong dokumentasi kegiatan NGTS di sekolah secara rutin sebagai bentuk implementasi konsep DeSPIS secara utuh.

Berikut adalah beberapa contoh tampilan berbagai platform sistem informasi program NGTS:

Website NGTS



Website SIPP NGTS



Website SBNP



Grup WhatsApp

Two side-by-side screenshots of WhatsApp group chats. The left screenshot shows a group chat titled "NGTS SMANESI" with a photo of a group of people and messages from users "Bu Wiwik SMANSI", "Bu EKO SMANSI", and "Iwan". The right screenshot shows a group chat titled "OurGarden-OurHealthyFood" with a photo of a stall and messages from user "Indriyani Supandi" and a promotional message for "BANDUNG 2020 BAMB".

Manajemen Program Gizi dan Kesehatan di Tingkat Sekolah/Madrasah

Pelaksanaan program dan kegiatan di tingkat satuan pendidikan dikenal dengan istilah Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) yang berlaku untuk sekolah dan madrasah.

MANAJEMEN BERBASIS SEKOLAH merupakan konsep dimana satuan pendidikan didorong untuk mempunyai kontrol penuh terhadap pengelolaan sumberdaya, penciptaan kreativitas dan inovasi program dan kegiatan untuk menghimpun segala potensi pendukung yang dapat membantu tercapainya tujuan pendidikan yang paripurna bagi seluruh siswa.

Segala potensi pendukung dapat diartikan sebagai keterlibatan seluruh warga sekolah/madrasah yang dapat terdiri dari:

- 1) **Pihak internal sekolah/madrasah** seperti guru, tenaga pendidikan, staf, siswa, orang tua siswa, pengelola kantin, dan lain-lain, serta
- 2) **Pihak eksternal sekolah/madrasah** seperti petugas dari dinas pendidikan dan dinas pemerintah daerah lainnya, pengawas sekolah/madrasah, puskesmas, alumni, perusahaan, masyarakat sekitar sekolah/madrasah, dan lain-lain.

Berbagai pengalaman terdahulu menunjukkan bahwa keberhasilan pelaksanaan program dan kegiatan di tingkat satuan pendidikan dikontribusi oleh kemampuan kepala sekolah/madrasah dalam mengelola sumberdaya sekolah/madrasah, mulai dari **sumberdaya finansial, ide, tenaga, keahlian, informasi, jejaring, dan lain-lain** yang dimiliki oleh warga sekolah/madrasah sesuai peran masing-masing.

Dalam program gizi dan kesehatan, kegiatan-kegiatannya umumnya diwadahi melalui UKS/M. Kepala sekolah/madrasah sangat perlu mempar diri dengan informasi terkait gizi dan kesehatan serta sanitasi lingkungan sekolah/madrasah. Pemahaman kepala sekolah/madrasah ini menjadi modal bagi beliau dalam menjaring dukungan seluruh warga sekolah/madrasah sehingga mereka berperan aktif dan terlibat dalam mensukseskan program gizi dan kesehatan di satuan pendidikan.

- Keterlibatan warga sekolah/madrasah biasanya didorong melalui kegiatan sosialisasi visi yang jelas dari kepala sekolah/madrasah dalam pengelolaan program gizi dan kesehatan di satuan pendidikan.
- Komitmen kepala sekolah/madrasah umumnya dituangkan dalam bentuk pendeklegasian tugas dengan pembentukan tim khusus yang mendapat tugas secara resmi untuk mengawal perencanaan dan pelaksanaan program gizi dan kesehatan di satuan pendidikan. Dalam banyak pembelajaran dari berbagai satuan pendidikan, tim ini umumnya terdiri dari para guru pembina UKS/M yang dikombinasikan keanggotaannya oleh guru-guru muda untuk kaderisasi.

- Komitmen kepala sekolah/madrasah selanjutnya ditunjukkan dengan:
 - o Adanya **perencanaan** yang jelas terkait kegiatan-kegiatan yang akan dilaksanakan,
 - o Adanya **anggaran serta sumber daya** lainnya yang dialokasikan untuk mendukung terlaksananya kegiatan-kegiatan tersebut, serta
 - o Adanya **wadah pertemuan rutin** untuk membahas segala dinamika pelaksanaan dan pengawasan kegiatan-kegiatan tersebut.

Pertemuan rutin yang dimaksud adalah memanfaatkan wadah pertemuan yang sudah ada selama ini sehingga rutinitas pengawasan terhadap pelaksanaan kegiatan dapat terjaga karena tidak membuat forum baru.

- Komitmen kepala sekolah/madrasah berupa arahan yang jelas tentang target capaian yang diinginkan dari program gizi dan kesehatan yang dilaksanakan di satuan pendidikan menjadi faktor penguatan bagi tercapainya keberhasilan program gizi dan kesehatan di tingkat satuan pendidikan.



Gambar 1: Lima Proses dalam Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) untuk Mencapai Efektivitas Sekolah/Madrasah

Poses pelaksanaan MBS yang dipimpin oleh kepala sekolah/madrasah dapat dikelompokkan menjadi 5 proses seperti yang diperlihatkan pada Gambar 1 dan dijelaskan lebih lanjut pada Tabel 1 di bawah ini. Kelima proses ini merupakan sebuah kesatuan agar MBS dapat berfungsi optimal dalam mendukung tercapainya efektivitas sekolah/madrasah sesuai yang diharapkan.

Tabel 1. Lima Proses dalam Manajemen Berbasis Sekolah (MBS) dan Deskripsinya.

No	Proses	Deskripsi
1	Kepemimpinan dan Tata Kelola <i>(Leadership and Governance)</i>	Proses ini menekankan pentingnya komitmen kepala sekolah/madrasah agar dapat memberikan arahan yang jelas dalam perencanaan, pelaksanaan, pengawasan, dan evaluasi program-program di satuan pendidikan.
2	Keterlibatan Pemangku Kepentingan Sekolah/Madrasah <i>(Stakeholders Engagement)</i>	Proses ini fokus pada kemampuan kepala sekolah/madrasah dalam melibatkan semua pemangku kepentingan baik yang internal maupun eksternal.
3	Manajemen Sumber daya <i>(Resource Management)</i>	Proses ini menegaskan tahapan-tahapan kunci yang perlu dilakukan dalam mengelola segala bentuk sumber daya sekolah/madrasah yang berasal dari internal serta eksternal, berupa sumber daya manusia, fasilitas, finansial, informasi, kepakaran, jejaring, dan sumber daya lain-lain.
4	Perbaikan Berkelanjutan <i>(Continuous Improvement)</i>	Proses ini menegaskan pentingnya upaya yang dilakukan kepala sekolah/madrasah dalam mengidentifikasi, menganalisis, dan mengelola berbagai bentuk perbaikan yang diperlukan secara berkelanjutan melalui sistem yang diciptakan masing-masing satuan pendidikan.
5	Akuntabilitas Kinerja Sekolah/Madrasah <i>(Performance Accountability)</i>	Proses ini menjadi tolok ukur keberhasilan MBS karena capaian program di tingkat satuan pendidikan dapat dibuktikan dengan: <ul style="list-style-type: none"> • adanya pencatatan yang sistematis tentang kinerja yang dilakukan dalam pelaksanaan berbagai kegiatan, serta • adanya dokumentasi dari dampak yang dirasakan baik oleh siswa, warga sekolah/madrasah lainnya, serta pemangku kepentingan yang berkontribusi dalam program sekolah/madrasah.

Contoh Hasil Penerapan MBS yang Baik

Sekolah/madrasah memiliki:

1. Kebijakan dan perencanaan khusus untuk program gizi dan kesehatan (contohnya: dalam bentuk Surat Keputusan Pembina Program).
2. Anggaran kegiatan yang masuk ke dalam rencana pelaksanaan kegiatan sekolah/madrasah.
3. Jadwal pelaksanaan pemantauan yang rutin.
4. Ketersediaan alat dan bahan untuk pelaksanaan kegiatan (contohnya: media KIE untuk promosi kegiatan gizi, air mengalir dan sabun untuk kegiatan kebersihan diri).
5. Program pengembangan kapasitas untuk warga sekolah/madrasah baik untuk guru, tenaga kependidikan, siswa, dan orang tua dalam upaya peningkatan wawasan terkait gizi dan kesehatan.

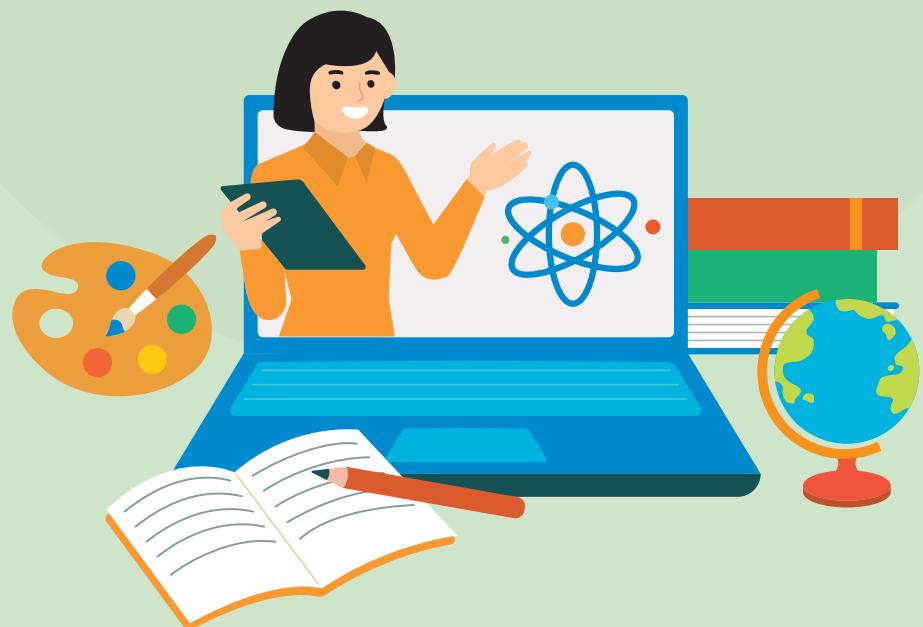
Setelah membaca kumpulan praktik baik dalam penerapan program gizi/kesehatan dan sanitasi di berbagai satuan pendidikan, dengan demikian kepala sekolah/madrasah telah membekali diri dengan pengetahuan dan keterampilan dasar untuk mengelola program gizi dan kesehatan di satuan pendidikan secara efektif.

Hal sederhana yang dapat segera dilakukan adalah:

1. Membuat kajian terkait kondisi gizi dan kesehatan (terutama sanitasi) di sekolah/madrasah.
2. Mengaktifkan peran komite sekolah/madrasah.
3. Memimpin warga sekolah/madrasah dalam menerapkan kegiatan gizi dan kesehatan berdasarkan kebutuhan sekolah/madrasah dan selaras dengan kebijakan dan program UKS/M nasional.
4. Mengintegrasikan kegiatan gizi dan kesehatan di tingkat satuan pendidikan ke dalam mekanisme perencanaan yang ada.
5. Merencanakan dan mengatur kemitraan dan kolaborasi dengan masyarakat untuk lingkungan sekolah/madrasah yang sehat dan mendukung.
6. Memantau dan mengevaluasi pelaksanaan kegiatan gizi dan sanitasi di satuan pendidikan.



PRAKTIK BAIK PELAKSANAAN PROGRAM NGTS DI SEKOLAH/MADRASAH





Penguatan Edukasi Gizi Warga Madrasah MAN 16 Jakarta di Masa Pandemi Covid-19 melalui “Bincang Madrasah” dan “Sarapan Bersama Virtual”



Mengenal Lebih Dekat MAN 16 Jakarta

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 16 Jakarta merupakan lembaga pendidikan berciri khas Islam yang setara dengan Sekolah Menengah Atas. Madrasah kami berdiri sejak tahun 2006 dengan nama MAN 12 Kelas Jauh (KJ) Tegal Alur. Pada tanggal 6 Maret 2009 melalui Surat Keputusan Menteri Agama RI No. 49 Tahun 2009, MAN 12 KJ Tegal Alur ditetapkan menjadi Madrasah Aliyah Negeri 16 Jakarta.

Madrasah kami beralamat di Jalan Kamal Raya, Tegal Alur, Kalideres, Jakarta Barat. Gedung sekolah berdekatan dengan kantor Kelurahan Tegal Alur dan Gedung Pusat Pelatihan Kerja Daerah (PPKD) Jakarta Barat, Provinsi DKI Jakarta. Madrasah kami memiliki jargon “*Open minded, Creative, and Empowerment (OCE)*”, yang menunjukkan bahwa siswa kami memiliki semangat belajar yang tinggi, berjiwa kreatif, serta memiliki keinginan untuk mengembangkan potensi diri seluas-luasnya.

Madrasah kami memiliki 18 rombongan belajar (rombel) yang terdiri dari tiga jenjang, yaitu kelas X, XI dan XII. Jurusan atau peminatan yang ada dalam madrasah ini, yaitu Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (MIPA), Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), dan Agama. Tiap rombel terdiri dari 36 siswa, sehingga total seluruh siswa sebanyak 648 anak.

Penghargaan Adiwiyata Nasional pernah disematkan pada madrasah kami pada tahun 2018. Hal tersebut membuktikan bahwa madrasah kami menggambarkan sekolah yang berwawasan lingkungan. Selain itu, kami juga sangat menaruh perhatian besar terhadap mutu dan prestasi madrasah, terbukti kami berhasil meraih predikat dengan akreditasi A.

Di tahun 2020, madrasah kami menjadi salah satu sekolah binaan dalam program unggulan yang dimiliki SEAMEO RECFON, yaitu *Nutrition Goes to School (NGTS)* yang kemudian diadopsi dengan menambah aspek keislaman menjadi Program I-HELP (*Islamic Health Promoting School Program*), bekerja sama dengan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Kementerian Agama, dan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka (UHAMKA) sebagai mitra pendamping SEAMEO RECFON.

Implementasi Program I-HELP di Madrasah Kami

Sebelum terlibat dalam program I-HELP, madrasah kami sudah rutin menerapkan budaya bersih, sehat, dan peduli lingkungan sebagai implementasi dari program Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M). Hal tersebut ditunjukkan dengan kegiatan rutin seperti Jumat bersih, Jumat sehat dengan sarapan sehat bersama, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk siswa putri, dan kampanye sehat dan peduli lingkungan di lingkungan sekolah. Akan tetapi, hal baik tersebut diadakan sebelum pandemi Covid-19, saat pembelajaran masih dilakukan secara tatap muka.



Setelah mengikuti Pelatihan *Blended Learning Program* NGTS yang diadakan SEAMEO RECFON tahun 2020 lalu, kami mendapatkan banyak sekali inspirasi untuk menerapkan program gizi, kesehatan, dan lingkungan selama masa pandemi Covid-19. Pelatihan *Blended Learning Program* NGTS ini hadir di saat yang tepat untuk menyadarkan madrasah kami akan pentingnya menyampaikan pesan gizi, hidup sehat dan aksi peduli lingkungan kepada seluruh warga madrasah di masa pandemi sebagaimana yang sebelumnya rutin kami laksanakan.

Kepala madrasah kami menyampaikan bahwa, tujuan program I-HELP ini tidak hanya siswa sebagai sasaran utama tetapi, juga seluruh warga sekolah lainnya, agar dapat mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat dan gizi seimbang, baik di sekolah maupun di rumah masing-masing. Kami tidak menemui kesulitan atau penolakan dalam mengenalkan program I-HELP kepada warga madrasah. Hal ini karena edukasi gizi sudah dijalankan secara rutin dan menjadi budaya di madrasah kami jauh sebelum mengikuti pelatihan NGTS. Dengan demikian, pesan-pesan gizi dan kesehatan sangat mudah diterima oleh warga madrasah. Bahkan guru dan siswa merasa mendapatkan tambahan informasi yang berharga terkait gizi. Hal ini ditujukan dari pernyataan yang disampaikan oleh para guru bahwa setelah mendapatkan edukasi gizi dari program I-HELP ini, mereka ingin menerapkan pesan-pesan gizi tersebut kepada anak-anak mereka di rumah. Dengan sambutan positif ini, maka koordinasi dapat berjalan dengan lancar tanpa hambatan.

Sebagai tahap awal, madrasah kami membentuk tim I-HELP, yang diketuai oleh kepala madrasah, dengan anggota kepala TU, wakil kepala madrasah (4 orang), serta wakil kesiswaan, pembina OSIS, serta wali kelas sebagai koordinator I-HELP. Koordinasi tim dipimpin langsung oleh kepala madrasah pada rapat koordinasi dewan guru yang dilakukan tiap bulan. Kepala madrasah mengimbau agar pesan-pesan gizi dan kesehatan ini dapat disampaikan guru kepada siswa secara konsisten dan berkelanjutan ketika pembelajaran dilakukan.

Kami menggunakan forum atau kegiatan sekolah yang telah ada sebelumnya untuk melakukan sosialisasi kegiatan I-HELP. Rencana tindak lanjut (RTL), berupa rincian rencana kegiatan program I-HELP dalam 1 tahun ke depan, yang kami susun saat mengikuti pelatihan I-HELP kemudian disosialisasikan kepada wali kelas dan tenaga pendidik melalui rapat koordinasi yang rutin digelar setiap bulan secara daring. Langkah konkret awal dari pelaksanaan kegiatan dalam RTL adalah menugaskan wali kelas untuk minimal satu bulan sekali mengajak siswa di kelasnya melakukan sarapan dengan prinsip gizi seimbang. Untuk sosialisasi kegiatan I-HELP kepada siswa, kami menggunakan media grup Whatsapp kelas, forum bincang madrasah, dan melalui kegiatan OSIS.

Dalam pelaksanaan kegiatan, Tim I-HELP menyampaikan pesan-pesan gizi dan kesehatan yang didapatkan dari pelatihan sebelumnya kepada siswa sehingga dapat diaplikasikan oleh guru itu sendiri dan siswa dalam keseharian secara sukarela dan berkelanjutan. Kami melaksanakan kegiatan I-HELP dengan mengintegrasikan ke dalam agenda rutin madrasah kami termasuk pada kegiatan belajar mengajar (KBM) ketika diterapkan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) selama pandemi, serta kegiatan-kegiatan OSIS, seperti Milad Madrasah, Pesantren Ramadan, dan *Class Meeting*. Selain itu tentu saja, kepala madrasah memegang kunci utama dalam memberikan instruksi dan menanamkan komitmen kepada guru dan tenaga kependidikan (petugas tata usaha hingga pramubakti dan sekuriti) melalui rapat koordinasi yang dilaksanakan rutin setiap bulan. Program gizi, kesehatan, dan peduli



lingkungan kami laksanakan lebih intensif setelah Tim I-HELP madrasah menyelesaikan pelatihan di bulan September 2020 dan dilanjutkan dengan pendampingan oleh Tim SEAMEO RECFON dan UHAMKA hingga Juni 2021.

Kegiatan yang kami rancang disesuaikan dengan amanah dari kepala madrasah yaitu memasukkan nilai-nilai akhlak, akademik, dan spiritual. Selain itu, kegiatan ini juga terintegrasi dengan program UKS/M utamanya dalam trias UKS/M yang pertama yaitu Pendidikan Kesehatan. Beberapa kegiatan tersebut antara lain:

1. *Class Meeting* semester genap 2021 dilaksanakan lomba majalah dinding virtual serta Lomba debat bertema kesehatan remaja dan aksi peduli lingkungan,
2. Sarapan gizi seimbang yang dikelola oleh wali kelas yang dilaksanakan satu kali sebulan,
3. Bincang Madrasah tiap bulan dengan menyisipkan pesan gizi, kesehatan, dan peduli lingkungan,
4. Milad Madrasah tahun 2021 dengan mengadakan lomba video bertema sarapan gizi seimbang,
5. Pesantren Ramadan “Ramadan Ceria, Ramadhan Kita” dilaksanakan lomba dan workshop mengenai gizi dan penanaman hidroponik,
6. Integrasi pesan gizi dalam pembelajaran yang disampaikan oleh wali kelas selama diberlakukan skema PJJ. Pesan gizi disampaikan saat jam pembinaan wali kelas setiap hari Senin di jam pertama pembelajaran untuk seluruh kelas.

Gambar 1. Kegiatan I-HELP yang Terintegrasi dengan Agenda Rutin Madrasah

Di antara beberapa kegiatan, terdapat dua kegiatan yang dapat berjalan dengan rutin selama masa pandemi Covid-19, yaitu “Bincang Madrasah” dan “Sarapan Bersama Virtual”. Modifikasi serta implementasi kedua kegiatan ini kami rasa cukup mudah karena sebelum masa pandemi, warga



madrasah telah rutin melaksanakannya. Melalui kegiatan ini, pemahaman warga madrasah mengenai anjuran makan yang sehat juga meningkat. Orang tua juga merasa terbantu dengan adanya kegiatan edukasi gizi dan sarapan di sekolah. Kegiatan ini juga menciptakan momen kebersamaan untuk saling memahami dan mempraktikkan pola makan yang sehat. Selain itu, kedua kegiatan ini kami rencanakan untuk diintegrasikan dengan kegiatan yang telah ada agar lebih efisien, misalnya pada saat jam pembinaan wali kelas maupun saat kegiatan belajar mengajar yang dilakukan secara jarak jauh.

Praktik Baik 1: Bincang Madrasah

Awalnya kegiatan Bincang Madrasah ini ditujukan hanya untuk memberikan informasi terkait koordinasi pembelajaran dan kedisiplinan. Setelah dilakukan evaluasi dan modifikasi dengan adanya pandemi Covid-19, dirasa perlu dibuat sebuah solusi agar komunikasi dan koordinasi tidak terputus. Selain itu, kami pun membutuhkan sebuah forum yang dapat menjadi media penyampaian segala informasi yang ada di madrasah. Kami menilai kegiatan Bincang Madrasah sangat potensial untuk menjadi ajang koordinasi dalam menyikapi situasi selama pandemi Covid-19. Informasi seputar gizi, kesehatan, dan lingkungan yang kami dapatkan dari pelatihan sebelumnya, menjadi warna baru dan topik yang ditambahkan ke dalam kegiatan Bincang Madrasah. Kegiatan Bincang Madrasah selama masa pandemi Covid-19 dilakukan setiap bulan secara virtual dengan melibatkan seluruh warga madrasah mulai dari siswa, orang tua, komite sekolah, guru dan tenaga kependidikan. Waktu pelaksanaan kegiatan menyesuaikan dengan ketersediaan waktu pemateri.

Kegiatan Bincang Madrasah ini sebenarnya mengambil jadwal kegiatan belajar mengajar reguler selama 2 jam setiap pelaksanaan. Untuk itu, kami telah berkoordinasi dengan seluruh guru dan wali kelas agar siswa mendapatkan penugasan sebagai pengganti mata pelajaran yang terpakai untuk kegiatan Bincang Madrasah ini. Dalam kegiatan Bincang Madrasah biasanya dilakukan penyuluhan gizi dan kesehatan yang disampaikan oleh narasumber yang berasal dari tenaga pendidik, pembina OSIS, maupun pembina UKS/M. Selain itu, kami juga mengundang pihak terkait lainnya seperti puskesmas dan kelurahan setempat, meskipun pada saat implementasi kegiatan mereka belum dapat hadir.



Gambar 2. Kegiatan Bincang Madrasah dengan Topik "Tumpeng Gizi Seimbang"



Beberapa topik yang telah disampaikan dalam kegiatan Bincang Madrasah meliputi gizi seimbang, pencegahan anemia dengan konsumsi rutin tablet tambah darah (TTD) bagi siswa perempuan, kegiatan hidroponik, maupun sosialisasi kegiatan terkait I-HELP yang akan dilakukan. Topik dan narasumber yang akan dilibatkan dalam kegiatan ini didiskusikan melalui forum tingkat pimpinan yang melibatkan tim I-HELP bersama dengan kepala dan wakil kepala madrasah, serta kepala TU. Forum ini biasanya diselenggarakan secara reguler sebulan sekali melalui metode kombinasi daring dan tatap muka terbatas.

Praktik Baik 2: Sarapan Sehat Gizi Seimbang secara Virtual

Kegiatan sarapan sebetulnya bukan hal yang baru karena sebelum pandemi Covid-19 kegiatan ini sudah dilaksanakan secara rutin dalam kegiatan Jumat Sehat, dengan jadwal setiap hari Jumat minggu ke-dua. Siswa biasanya berkumpul di lapangan untuk sarapan bersama setelah melakukan senam. Tim pembina UKS/M juga dilibatkan dalam kegiatan ini untuk menyampaikan pesan-pesan terkait gizi dan kesehatan remaja secara umum. Sejak diberlakukannya skema PJJ selama pandemi Covid-19, kegiatan ini sempat terhenti sementara. Kemudian, kegiatan ini dapat diadakan kembali setelah kami mengikuti Pelatihan *Blended Learning* Program NGTS, dengan memodifikasi kegiatan dalam bentuk virtual. Tim I-HELP merasa bahwa kegiatan sarapan sehat ini memungkinkan untuk diterapkan oleh siswa dan guru meskipun dari rumah masing-masing. Sejak bulan November 2020, kegiatan Sarapan Sehat Gizi Seimbang rutin dilaksanakan secara daring setiap minimal satu kali dalam dua bulan untuk seluruh kelas. Frekuensi pelaksanaan kegiatan ini kami sesuaikan dengan jadwal sekolah. Misalnya, bila ada ujian tengah maupun akhir semester maka pelaksanaan kegiatan ini kami kurangi.

Kegiatan Sarapan Sehat Gizi Seimbang secara virtual dilaksanakan setiap hari Senin pada jadwal pembinaan wali kelas. Siswa diminta mengirimkan foto diri dan menu sarapan mereka kepada wali kelas melalui grup Whatsapp kelas dengan diberi penjelasan identitas diri, nama makanan beserta penjelasan kelompok bahan makanan pada menu tersebut misalnya karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah-buahan. Kemudian, wali kelas membuat kolase foto sarapan sehat di tiap kelasnya. Bentuk dokumentasi lainnya yang digunakan wali kelas, yaitu pengisian formulir *online* yang sudah disiapkan oleh Tim I-HELP.

Pengisian formulir tersebut juga berguna untuk monitoring capaian kegiatan yaitu dengan memeriksa foto menu sarapan siswa yang wajib dilampirkan pada formulir. Jika ditemukan menu makanan siswa yang belum sesuai dengan pedoman gizi seimbang, misalnya tidak terdapat sayuran atau lauk-pauk, maka wali kelas akan mengingatkan agar siswa tersebut selanjutnya membawa menu makanan yang lebih lengkap. Saat ini, kami belum menerapkan sanksi bagi siswa yang belum membawa menu sarapan sesuai gizi seimbang. Hal ini karena masih ditemui keterbatasan ekonomi sebagian siswa dan orang tua untuk dapat menyediakan menu sarapan yang lengkap. Untuk itu, madrasah kami memiliki gagasan agar kedepannya dapat diberlakukan subsidi silang antar siswa, dengan cara siswa yang lebih mampu membawa menu tambahan bagi temannya yang kurang mampu.

Manfaat yang kami rasakan pada kegiatan ini adalah adanya perubahan pemahaman pada siswa mengenai panduan pemenuhan kebutuhan makan sehari-hari, yang sebelumnya masih menggunakan prinsip "4 sehat 5 sempurna", menjadi "Pedoman Gizi Seimbang" dan konsep "Isi Piringku". Selain



itu, umumnya orang tua sangat mendukung kegiatan sarapan virtual ini. Mereka merasa senang bahwa anaknya bisa perlahan membiasakan juga membantu menyiapkan sarapan pagi di rumah bersama-sama.

Kegiatan Sarapan Sehat Gizi Seimbang Virtual yang sudah berjalan rutin ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa untuk memperhatikan kandungan gizi pada sarapan yang dikonsumsi. Di samping itu, dalam rangka memberikan apresiasi dan motivasi kepada siswa, kami menggelar lomba video sarapan gizi seimbang. Lomba tersebut akhirnya diperkenalkan kepada siswa baru madrasah saat pelaksanaan Masa Ta’aruf Siswa (MATSAMA). Siswa baru ditugaskan untuk membuat video bertemakan sarapan sehat gizi seimbang.



Gambar 3. Contoh Menu Sarapan siswa pada Kegiatan Sarapan Sehat Gizi Seimbang Virtual

Pemantauan dan Dokumentasi Kegiatan

Dalam pelaksanaan pemantauan program, Tim I-HELP tidak berjalan sendiri. Tim didukung oleh peran aktif wali kelas dan anggota OSIS. Wali kelas dan anggota OSIS mendokumentasikan, mencatat, dan melaporkan setiap kegiatan yang mereka terlibat didalamnya untuk dikumpulkan ke Tim I-HELP madrasah untuk dievaluasi dan dilaporkan kepada kepala madrasah. Menurut kami, pelaksanaan monitoring program I-HELP bukan suatu hal yang berat karena dengan ini capaian dan keterlibatan siswa dapat dilihat dan dipantau melalui daftar hadir, kolase foto, dan konten-konten yang sudah diunggah di media sosial OSIS maupun madrasah kami. Biasanya kami melakukan pencatatan kegiatan saat kegiatan tersebut sudah selesai dengan menggunakan formulir *online*, yaitu melalui Google Form yang diisi oleh wali kelas.

Tantangan Pelaksanaan Program I-HELP

Walaupun penerimaan I-HELP di madrasah kami berjalan dengan baik, salah satu kendala yang kami hadapi yaitu pembatasan selama pandemi Covid-19 sehingga dibutuhkan penyeusaian waktu dan pelaksanaan kegiatan yang ada. Koordinasi antar Tim I-HELP sering kali tidak berjalan dengan efektif, padahal kami perlu memastikan agar pesan gizi dan kesehatan dapat disampaikan secara tepat melalui kegiatan-kegiatan yang sudah direncanakan sebelumnya tanpa mengganggu kegiatan akademik.



Faktor Kunci Program I-HELP

Terlepas dari tantangan yang ada, pelaksanaan program I-HELP di madrasah kami dapat diterima oleh warga madrasah dan dilaksanakan dengan baik. Menurut kami keberhasilan pelaksanaan program ini dapat tercapai melalui beberapa faktor kunci sebagai berikut:

a. Keterlibatan Warga Madrasah

Salah satu faktor kunci berjalannya program I-HELP di madrasah kami tidak lepas dari bantuan seluruh warga madrasah. Contohnya, pada kegiatan Bincang Madrasah dengan penyampaian materi atau muatan gizinya bergantian oleh warga sekolah. Selain itu, pengurus OSIS dan Pramuka juga menjadi penggerak kegiatan I-HELP melalui pelibatan aktif di kegiatan budidaya lele, hidroponik, dan lainnya. Hal tersebut menjadikan pelaksanaan program I-HELP menjadi terasa ringan. Selain siswa, orang tua merupakan bagian integral yang tak terpisahkan dalam implementasi program I-HELP di madrasah kami. Adanya dukungan dan sambutan positif yang kami terima dari orang tua/wali siswa yang diwakili komite sekolah merupakan motivasi bagi kami. Mereka merasakan manfaat dari program gizi dan kesehatan yang rutin dipromosikan di madrasah. Beberapa di antara mereka bahkan menyatakan bahwa program gizi ini meringankan tugas orang tua dalam mengedukasi anak-anak mereka terkait pentingnya gizi bagi pertumbuhan. Hal inilah yang selalu menjadi motivasi bagi kami agar putra putri mereka lebih peduli dengan makanan yang akan dikonsumsi dan kesesuaian dengan konsep gizi seimbang.

Tim I-HELP di madrasah kami setidaknya memberikan edukasi dan sosialisasi gizi kepada orang tua/wali siswa pada kegiatan Bincang Madrasah di tiap permulaan semester. Keterlibatan nyata orang tua dalam kegiatan I-HELP ini salah satunya terlihat dari kesiapan siswa kami ketika pelaksanaan sarapan sehat gizi seimbang. Tanpa dukungan orang tua, siswa tentu tidak dapat terlibat dalam kegiatan sarapan yang diadakan pukul 06.30 WIB.

b. Koordinasi

Kami melakukan koordinasi dengan pihak yang terlibat dalam setiap kegiatan I-HELP. Salah satu bentuk koordinasi tersebut yaitu melalui sarana sidang program kerja di bulan November 2020, Kami melakukan koordinasi dengan seluruh pihak termasuk kepala madrasah, guru, dan tenaga kependidikan melalui sidang program kerja tahunan dan rapat yang digelar setiap bulan secara rutin. Melalui forum ini kami dapat berdiskusi mengenai rencana kegiatan termasuk program gizi dan strategi pelaksanaan agar dapat berjalan dengan rutin dan konsisten. Adanya instruksi dari kepala madrasah menguatkan komitmen kami dan para guru untuk bekerja sama dalam kegiatan I-HELP.

c. Integrasi dengan Agenda Rutin Madrasah

Beberapa kegiatan di madrasah kami yang diintegrasikan dengan program I-HELP antara lain kegiatan perlombaan yang digelar saat perayaan hari besar madrasah, pembuatan majalah dinding, penanaman pohon, serta seminar ketahanan pangan (Hidroponik) yang dilaksanakan oleh OSIS dengan narasumber guru mata pelajaran Biologi. Karena kegiatan ini diinisiasi oleh siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler, tentunya akan melahirkan antusias yang besar dari siswa lainnya sehingga program I-HELP dapat mencapai sasaran dan diterima dengan baik tanpa



paksaan. Contoh lainnya yaitu kegiatan Saparan Sehat Gizi Seimbang yang dipandu oleh wali kelas sesuai dengan jam pembinaan, serta selalu menyisipkan pesan gizi, kesehatan, dan peduli lingkungan dalam kegiatan-kegiatan OSIS yang menjadi program kerja mereka. Dengan demikian, program I-HELP di madrasah kami bukan menjadi program baru yang berdiri sendiri tapi justru menyatu dalam program-program lain yang sudah ada dan dilaksanakan di madrasah kami.

Rencana Ke Depan

Rencana selanjutnya, kegiatan I-HELP akan terus dilaksanakan dan berusaha untuk ditingkatkan baik kualitas maupun kuantitasnya. Kepala madrasah dan seluruh warga madrasah berkomitmen pada keberlanjutan program I-HELP ini. Hal tersebut tercermin salah satunya dari instruksi kepala madrasah untuk senantiasa menyisipkan nilai-nilai peduli lingkungan dan edukasi gizi di setiap kegiatan yang ada di madrasah kami. Kami juga berencana untuk mengadakan kegiatan *Literacy Day*, yaitu sesi membaca buku secara mandiri bagi siswa setiap hari Selasa pada awal pembelajaran, dengan sumber bacaan berupa buku digital terkait gizi dan kesehatan remaja.



Kegiatan Remaja Asik dan Kebun Sekolah: Inovasi Program NGTS di SMA Negeri 1 Singosari

Tentang SMAN 1 Singosari

Sekolah kami, SMAN 1 Singosari, berdiri di tahun 2003. Saat itu, kami belum memiliki ruang kelas sehingga harus bergabung dengan SMA Negeri 1 Lawang selama setahun. Pada tanggal 14 Juli 2004, pembangunan gedung sekolah kami telah selesai dan dapat ditempati. Sekolah kami beralamat di Dukuh Tanjung, Jalan Ki Hajar Dewantara No. 1, Desa Banjararum, Kecamatan Singosari, Kabupaten Malang. Hingga saat ini, jumlah guru dan tenaga kependidikan berjumlah lebih dari 70 orang dan jumlah siswa sebanyak lebih dari 1.200 orang.

Visi sekolah kami yaitu “Terwujudnya insan yang religius, berbudi pekerti luhur, berprestasi, dan mampu bersaing di era global”. Salah satu perwujudan dari visi sekolah kami adalah menumbuhkan lingkungan sekolah yang sehat, bersih, aman, dan nyaman. Sekolah yang sehat dapat terlihat dari kesehatan warga sekolahnya. Oleh sebab itu, program kesehatan di sekolah ini menjadi salah satu prioritas kami.

Sejarah Perkembangan NGTS di Sekolah Kami

Pelaksanaan program NGTS di sekolah kami dimulai sejak tahun 2016. Pada tahap perencanaan, kami melaksanakan koordinasi dengan manajemen sekolah terkait program NGTS. Tahap selanjutnya yaitu pembentukan tim guru pembina program NGTS yang dilegalkan oleh kepala sekolah melalui Surat Keputusan (SK).

Sebelum kegiatan berjalan, kami menyusun Rencana Tindak Lanjut (RTL) yang mencakup rincian rencana kegiatan-kegiatan program NGTS dalam 1 tahun ke depan di awal tahun ajaran dengan melibatkan semua tim NGTS bersama manajemen sekolah sehingga program NGTS bisa dilaksanakan meskipun dalam masa pandemi Covid-19. Hasil RTL ini kemudian disosialisasikan pada semua guru dan karyawan dalam kegiatan pertemuan rutin bernama “Man Jadda Wa Jada”. Pertemuan ini bertujuan untuk memaparkan program atau pun laporan kegiatan yang telah dilakukan sekolah.

Kegiatan NGTS yang kami rencanakan di masa pandemi Covid-19 menggunakan metode kombinasi belajar dari rumah (BDR) dan belajar dari sekolah (BDS) dengan tatap muka terbatas. Beberapa kegiatan yang berjalan saat BDR, antara lain Kelas Edukasi Gizi Remaja; Parenting Gizi dan Kesehatan; dan Kegiatan Memasak dan Sarapan Bersama Keluarga. Sementara kegiatan NGTS dengan metode BDS, yaitu edukasi gizi melalui kegiatan kebun sekolah; penyiapan sarana cuci tangan; dan Wisata Panen Kangkung. Terdapat kegiatan yang dilaksanakan dengan kombinasi metode BDR dan BDS, yaitu Pemilihan Duta Gizi Smanesi.

Kegiatan NGTS tersebut turut mendukung pelaksanaan Trias UKS/M terutama pada trias pertama dan ketiga, yakni pendidikan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat. Tim NGTS bersama



dengan panitia kegiatan yang terlibat melakukan koordinasi melalui tatap muka secara informal baik sebelum maupun sesudah kegiatan (evaluasi). Kepala sekolah juga turut hadir saat persiapan maupun evaluasi kegiatan. Ide kegiatan yang kami rencanakan juga kami koordinasikan dengan perwakilan siswa dari ekstrakurikuler Kader Kesehatan Remaja (KKR), Biologi Sains Club (BSC), dan Remaja ASIK (Aktif, Sehat, Pintar dan Kreatif).

Kegiatan NGTS di sekolah kami dirancang agar bisa diikuti oleh semua warga sekolah termasuk orang tua. Beberapa bentuk keterlibatan orang tua antara lain menjadi peserta dalam kegiatan Webinar *Parenting Gizi*. Kegiatan ini disampaikan oleh praktisi gizi di sekolah maupun instansi mitra akademisi pendamping NGTS. Selain itu, orang tua juga terlibat dalam kegiatan kebun sekolah bersama masyarakat sekitar dan memberikan perizinan kepada siswa agar dapat aktif di kegiatan ekstrakurikuler BSC.

Di antara beberapa kegiatan NGTS tersebut, terdapat dua kegiatan yang sudah berjalan dengan rutin selama masa pandemi Covid-19, yaitu kegiatan Remaja ASIK dan kebun sekolah. Kedua kegiatan ini dapat berjalan dengan rutin karena adanya penugasan yang diintegrasikan melalui mata pelajaran. Selain itu, sekolah kami juga mendorong siswa untuk dapat berpartisipasi aktif sehingga siswa dapat termotivasi dan menganggap kegiatan ini sebagai rutinitas yang menyenangkan. Dalam kegiatan Remaja ASIK, terdapat perwakilan siswa yang ditugaskan untuk memberikan sosialisasi terkait topik anemia kepada teman sebaya. Hal ini bertujuan agar materi tersebut dapat dengan mudah diterima dan dipahami oleh siswa. Sementara dalam kegiatan kebun sekolah, seluruh warga sekolah turut dilibatkan mulai dari proses pembibitan hingga panen.

Praktik Baik 1: Remaja Sehat? Ya Remaja ASIK

Remaja ASIK (Aktif, Sehat, Pintar dan Kreatif) adalah kegiatan pembekalan edukasi gizi remaja di sekolah kami yang bertujuan untuk memberdayakan siswa terutama dari kelas reguler tingkat X dan XI. Peserta kegiatan Remaja ASIK mendapat materi pembelajaran berupa modul Panduan Gizi Seimbang (PGS) dari SEAMEO RECFON selama sekali seminggu setiap hari Jumat.

Guru pengajar terdiri dari guru berbagai mata pelajaran dan dibantu oleh mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Malang (Polkesma). Kegiatan Remaja ASIK memberikan pembekalan kepada siswa agar dapat memahami konsep makan dengan gizi seimbang, dan memiliki keterampilan untuk dapat memilih bahan yang masih segar dan baik, mengatur kombinasi masakan, dan menentukan pilihan menu yang sesuai, dengan menggunakan beberapa bahan pangan lokal yang tersedia di lingkungan sekitar, baik di sekolah maupun di rumah.

Modul PGS yang dipelajari oleh peserta Remaja ASIK terdiri atas 18 topik yang menekankan pada pemahaman dan aplikasi konsep gizi seimbang dengan pangan lokal. Salah satu dari topik PGS adalah Remaja dan Anemia. Perwakilan siswa yang telah mengikuti kegiatan Remaja ASIK kemudian berperan untuk menyosialisasikan topik terkait anemia kepada seluruh warga sekolah, khususnya remaja putri. Selain sosialisasi, di sekolah kami juga terdapat kegiatan Pembagian Tablet Tambah Darah (TTD). Pembagian TTD ini dilakukan satu bulan sekali bekerja sama dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Malang yang dilaksanakan oleh Puskesmas Kecamatan Singosari. TTD dibagikan kepada siswa sejumlah satu strip untuk periode 3 bulan.



Gambar 1. Pelaksanaan Kelas Remaja ASIK dan pembagian TTD saat pandemi

Selama skema pembelajaran BDR di masa pandemi Covid-19, kegiatan edukasi gizi tetap berjalan. Harapan kami siswa masih mendapat pengetahuan terkait gizi dan kesehatan meski dengan keterbatasan. Saat BDS, peserta mendapatkan pembelajaran tentang gizi dan kesehatan remaja di sekolah yang terintegrasi dengan mata pelajaran seperti Biologi, Bahasa Inggris, dll. Selain itu, diadakan pembagian TTD bagi siswa putri secara bergiliran saat pembelajaran tatap muka terbatas. Sedangkan selama BDR, kegiatan pembelajaran kelas dan pendidikan gizi, yang juga dikemas dalam bentuk webinar, dilaksanakan menggunakan berbagai platform Google Meet, Youtube, Zoom Meeting, Telegram, dan lainnya. Adapun topik webinar tersebut mengenai Kesadaran Remaja tentang Pola Hidup Sehat.

Selama kegiatan BDR, siswa melakukan kegiatan di rumah dengan bantuan orang tua. Dalam mengerjakan tugas-tugas mengenai topik gizi, misalnya menyusun menu gizi seimbang, siswa mendapatkan lembar kerja dari pendamping kemudian hasil menu gizi seimbang yang disusun didokumentasikan dan dikirim kepada guru atau pendamping. Kami menggunakan platform *Google Form* untuk presensi dan pengumpulan tugas-tugas siswa.

Gambar 2. Pelaksanaan Edukasi Gizi selama Pandemi Covid-19



Praktik Baik 2: Kebunku Subur, Wargaku Sehat, Smanesi-ku Hebat

Sekolah kami memiliki banyak lahan yang belum dimanfaatkan, sehingga kepala sekolah kami berinisiatif untuk mengelola tanah tersebut menjadi kebun sekolah. Adanya kebun sekolah dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran (sarana edukasi), edukasi gizi, dan pengembangan kewirausahaan oleh warga sekolah.

Pengelolaan kebun sekolah kami integrasikan dengan kegiatan rutin ekstrakurikuler BSC. Anggotanya terdiri dari siswa lintas jurusan (IPA, IPS dan Bahasa) yang senang dan ingin mendalami ilmu biologi di bidang pertanian, peternakan, bioteknologi, serta daur ulang limbah (sampah organik). Pada bidang pertanian, kami membudidayakan tanaman sayur seperti sayur kangkung, terung, cabai, tomat dan buah pepaya. Sementara di bidang peternakan kami membudidayakan ikan lele dan gurami. Untuk daur ulang limbah, kami fokus melaksanakan daur ulang sampah organik menjadi pupuk organik. Pupuk ini kami beri label “Pupuk KAS” yang merupakan kepanjangan dari Karya Anak Smanesi.

Siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler BSC terlibat dalam pengolahan lahan tersebut. Kegiatan dimulai dari penyemaian, perawatan tanaman hingga panen dan pasca panen dilakukan secara terjadwal. Sebelum pandemi, kegiatan ini dilakukan dua kali seminggu secara bergiliran. Saat pandemi, perawatan tanaman dilakukan setiap hari dengan jumlah siswa sebanyak 3 sampai 5 orang dengan menerapkan protokol kesehatan ketat.



Gambar 3. Keterlibatan Siswa dalam Perawatan Kebun Sekolah saat Pandemi Covid-19

Mulai Maret 2020, pengolahan lahan kebun sekolah dimulai dengan melibatkan pihak luar, yaitu petani yang tinggal di sekitar sekolah. Sebagai awalan, lahan kebun sekolah tersebut ditanami dengan kangkung karena lebih mudah dirawat, cepat dipanen, dan hasil panen dapat dikonsumsi oleh masyarakat. Di periode tanam berikutnya, kami memberikan pengalaman lebih kepada siswa untuk menanam jenis sayuran lainnya yang merupakan sumber vitamin C, yaitu sayur tomat, terong dan cabai yang dikombinasi dengan kangkung dengan teknik tumpang sari.

Saat musim panen kangkung tiba, kami melibatkan berbagai pihak mulai dari siswa, guru, orang tua, dan masyarakat sekitar dengan menggelar “Wisata Panen Kangkung”.



Gambar 4. Kegiatan Panen Kangkung di Smanesi

Wisata Panen Kangkung adalah tema yang kami buat untuk menarik perhatian siswa, guru, orang tua, serta masyarakat sekitar untuk datang dan mengikuti kegiatan edukasi gizi. Kegiatan ini diselenggarakan selama 3 hari dengan protokol kesehatan yang ketat. Masyarakat yang datang akan dipandu oleh petugas (anggota BSC) tentang teknis panen kangkung disertai pemberian edukasi tentang kandungan gizi dan manfaat sayur kangkung. Pengunjung membayar secara sukarela selama kegiatan Wisata Panen Kangkung ini.

Hasil panen kangkung biasanya dimasak dan dimakan bersama oleh keluarga. Selama pandemi Covid-19, siswa dan orang tua kami bebaskan untuk membuat olahan dengan bahan dasar kangkung sebagai menu sarapan bersama di sekolah sehingga banyak variasi menu berbahan dasar kangkung. Menu sarapan tersebut antara lain seperti plecing kangkung, cah kangkung, pecel kangkung, sayur asem kangkung, dan juga kangkung krispi.



Gambar 5. Aneka Olahan Panen Kangkung Siswa serta Keluarga



Hambatan dan Solusi dalam Implementasi kegiatan NGTS

Kegiatan NGTS di sekolah kami tentu memiliki tantangan dalam pelaksanaannya. Berikut ini beberapa masalah yang kami hadapi beserta solusi yang kami upayakan:

1. Sulitnya memotivasi siswa untuk gemar berkebun. Untuk permasalahan ini kami mencoba membuat kegiatan berkebun menjadi menyenangkan dengan bermain, bercanda, dan bergurau ringan, sesekali siswa diajak untuk makan bersama di kebun.
2. Kurangnya keterlibatan dari warga sekolah terutama pada saat awal pandemi. Untuk permasalahan ini kami mencoba melibatkan semua warga sekolah dengan memberikan informasi tentang kegiatan yang akan dilaksanakan melalui media daring.
3. Siswa dan warga sekolah kurang menyukai sayur. Solusi yang dilakukan adalah menggali ide siswa untuk membuat inovasi olahan sayuran hasil panen kebun sekolah untuk meningkatkan minat siswa makan sayur.

Faktor Kunci Pelaksanaan NGTS

Program NGTS memberikan banyak pembelajaran dan manfaat kepada sekolah kami antara lain tumbuhnya kesadaran siswa untuk memahami materi terkait gizi kesehatan, untuk membiasakan sarapan menu gizi seimbang, siswa lebih rutin mengonsumsi TTD dan terlihat lebih bersemangat dan aktif. Keberhasilan pelaksanaan NGTS di sekolah kami dapat kami raih dengan faktor kunci berikut:

a. Keterlibatan Aktif Warga Sekolah

Adanya dukungan semua elemen sekolah mulai dari kepala sekolah, siswa, orang tua hingga masyarakat di sekitar memegang peran penting keberhasilan pelaksanaan program NGTS di sekolah kami. Contohnya, pada kegiatan berkebun siswa terlibat dari proses penyemaian hingga pemanenan tanaman sayur di sekolah. Orang tua pun dilibatkan khususnya saat masa panen untuk mengolah aneka ragam sayur menjadi menu yang menarik dan sehat.

b. Pemantauan Kegiatan

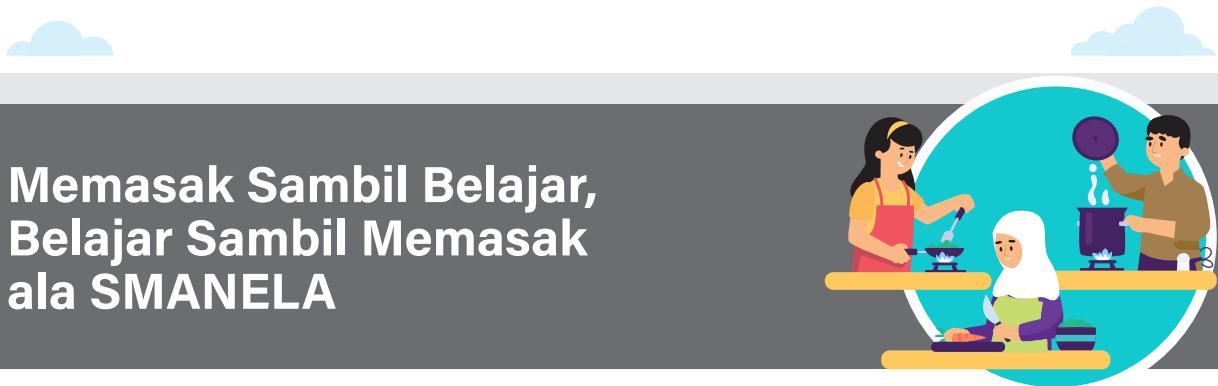
Pemantauan kegiatan dilaksanakan melalui rekapitulasi siswa yang mengisi formulir presensi *online* melalui Google Form sebagai syarat absensi. Selain itu, didiadakan diskusi melalui pertemuan “Man Jada Wa Jada” antara kepala sekolah dengan tim NGTS serta guru lainnya untuk membahas tantangan yang ditemukan dan solusi yang direncanakan. Khususnya bagi pelaksanaan kegiatan kebun sekolah, terdapat kegiatan monitoring yang dilakukan setiap periode tanam sayur oleh kepala sekolah, dan tim NGTS mulai dari desain lahan, jenis tanaman pengolahan, pemeliharaan dan panen serta pasca panen dengan cara mengadakan kunjungan langsung ke kebun. Monitoring kegiatan NGTS juga dilakukan oleh mitra akademisi Polkesma dengan cara memberikan evaluasi dan ide kreatif untuk pengolahan kebun dan pasca panen dengan cara kunjungan langsung secara informal dan komunikasi melalui grup Whatsapp.



Langkah ke Depan Program NGTS di Sekolah Kami

Kedepannya, bila kondisi sekolah dapat berjalan dengan metode tatap muka kembali, kami akan memodifikasi kegiatan-kegiatan NGTS menjadi kegiatan yang lebih bisa menarik minat warga sekolah, orang tua, dan masyarakat sekitar. Adapun wujud modifikasi kegiatan NGTS, antara lain:

1. Pengembangan kebun sekolah sebagai sumber gizi sekolah yang menyediakan aneka bahan pangan bergizi seperti sumber protein dari budidaya ikan, serta sumber karbohidrat, vitamin dan mineral dari tanaman sayur dan buah.
2. Pengembangan kebun sekolah sebagai *Smanesi Park* yang lebih lengkap dengan sarana edukasi gizi dan aneka wahana edukasi.
3. Monitoring kantin sehat akan dilaksanakan secara periodik oleh Tim NGTS.
4. Mendatangkan ahli gizi untuk menyampaikan materi edukasi gizi dan kesehatan kepada warga sekolah pada kegiatan Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS), Hari Ulang Tahun (HUT) sekolah, atau peringatan Hari Gizi Nasional (HGN).
5. Mengembangkan lembar kerja untuk pemantauan kebiasaan sarapan siswa.



Memasak Sambil Belajar, Belajar Sambil Memasak ala SMANELA

Sekilas Mengenai SMAN 1 Lawang

SMAN 1 lawang, yang dikenal dengan nama SMANELA, berdiri sejak tahun 1963 di atas lahan seluas 11.800 m². Sekolah kami telah berhasil mencapai Sekolah Standar Nasional (mandiri) dan terakreditasi A pada tahun 2015. Hal ini merupakan pencapaian kami sebagai barometer pendidikan tingkat SMA di Kabupaten Malang dengan sederet prestasi akademik dan non akademik. Pada tahun ajaran 2020/2021 kami memiliki siswa sebanyak 1263 orang yang terdiri dari 37 rombongan belajar (rombel) dengan jumlah guru sebanyak 74 orang serta tenaga pendidik 29 orang.

Visi sekolah kami yaitu “Terciptanya insan religius, berbudi luhur, berprestasi unggul, berbudaya literasi, serta berorientasi global”. Program NGTS sangat menunjang visi dan misi sekolah kami, diantaranya dengan melaksanakan pemeliharaan dan pengelolaan lingkungan hidup di sekolah dan luar sekolah serta mengembangkan potensi dan kreativitas warga sekolah yang unggul dan mampu bersaing baik tingkat regional, nasional maupun internasional.

Perencanaan Program NGTS di SMANELA

Setiap program yang akan dilaksanakan tidak lepas dari perencanaan yang matang. Kondisi pandemi Covid-19 atau pun Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) bukan hambatan dalam merealisasikan program NGTS. Oleh sebab itu, perencanaan program NGTS disusun dengan tetap memperhatikan kondisi tersebut.

Tim NGTS SMANELA dan pengambil kebijakan melakukan koordinasi sebelum awal tahun dalam menyusun rencana program NGTS di sekolah. Tim yang terlibat dalam penyusunan rencana program NGTS yaitu waka humas, staf humas, pembina UKS/M dan anggotanya, pembina kantin sehat dan anggotanya, serta Tim Percepatan Mandiri Usaha Sekolah (TPMUS). Rancangan yang telah disusun dimusyawarahkan dengan pengambil kebijakan dan manajemen sekolah. Adapun rencana program NGTS-SMANELA sebagai berikut:

1. Edukasi Gizi: dilaksanakan saat awal kegiatan belajar mengajar jam pertama dengan topik Isi Piringku, edukasi gizi untuk orang tua melalui webinar, pembiasaan sarapan setiap hari Jumat di minggu ke-tiga setiap bulan, sosialisasi kegiatan sarapan serta topik pedoman gizi seimbang dalam kegiatan “Food Festival”.
2. Pembiasaan dan Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS): terintegrasi dengan kegiatan pencegahan penularan Covid-19, lomba kebersihan kelas, integrasi dengan penugasan pada beberapa mata pelajaran (membuat poster atau membuat proyek terkait tema PHBS).
3. Kebun sekolah: kegiatan masih difokuskan untuk kalangan guru, dan terintegrasi dengan kegiatan Jumat sehat, bersih dan bergizi.



Program NGTS yang kami rencanakan telah terintegrasi dengan program UKS/M di SMANELA. Kegiatan ini kami rencanakan sebagai dukungan pelaksanaan trias UKS/M melalui pelaksanaan edukasi gizi dan pengembangan lingkungan yang sehat melalui kegiatan PHBS dan Jumat sehat, bersih dan bergizi. Selain itu, tujuan dari program NGTS dan UKS/M juga saling berkaitan yaitu untuk mewujudkan siswa yang sehat dan cerdas melalui pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat dan mengonsumsi makanan yang bergizi.

Berdasarkan rencana program tersebut, tim NGTS-SMANELA memilih dan mempertimbangkan realisasi dari kegiatan-kegiatan NGTS selama masa pandemi agar tetap berjalan dan berkelanjutan. Misalnya, kegiatan sarapan pagi bersama dilaksanakan secara daring karena kondisi tidak memungkinkan untuk tatap muka terbatas.

Dari kegiatan yang kami rencanakan, kegiatan sarapan bersama dan perlombaan memasak merupakan dua kegiatan unggulan kami. Kegiatan ini merupakan upaya yang didorong oleh sekolah agar siswa dapat terus mempraktikkan pola makan yang sehat secara berkelanjutan. Siswa dan orang tua juga menganggap kegiatan sarapan berdampak positif karena siswa menjadi lebih terbiasa sarapan sebelum beraktivitas. Keaktifan dan antusias siswa juga muncul pada kegiatan lomba memasak, baik sebagai panitia maupun peserta lomba. Kedua kegiatan unggulan tersebut dapat menarik dan memotivasi siswa karena mereka dapat saling berinteraksi dengan menunjukkan menu sarapannya serta berkreasi dalam menciptakan makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang.

Praktik Baik 1: Aku Sarapan, Kamu Sarapan, Kita Sarapan

Remaja adalah aset bangsa merupakan estafet pembangunan masa depan. Kami merencanakan kegiatan pembiasaan sarapan berdasarkan hasil observasi. Siswa cenderung kurang memperhatikan sarapan dan menyukai makanan yang kurang sehat, misalnya gorengan, cemilan asin, minuman manis, dan jajanan lainnya. Kegiatan sarapan pagi wajib dilakukan sebagai upaya agar siswa dapat fokus dalam belajar dan beraktivitas.

Sebelum kegiatan sarapan dimulai, beberapa kegiatan yang dilakukan oleh tim NGTS meliputi koordinasi dengan waka humas dan waka kesiswaan dalam mensosialisasikan program pembiasaan sarapan. Tantangan yang muncul dalam menyosialisasikan kegiatan sarapan ini adalah beberapa guru, siswa serta orang tua beranggapan bahwa kegiatan ini aneh dan terkesan dipaksakan. Namun demikian, dengan tim NGTS yang solid dan dukungan penuh dari pengambil kebijakan, kegiatan sarapan pagi bersama secara daring dapat terealisasi.

Selanjutnya, dilakukan penentuan tema sarapan dan persiapan undangan kegiatan. Penentuan tema sarapan ini berdasarkan hasil survei yang menunjukkan masih banyak siswa yang kurang menyukai sayur dan ikan sehingga tema ini kami angkat menjadi salah satu tema sarapan bersama. Tentunya, kegiatan ini tidak dapat berjalan dengan baik tanpa adanya sosialisasi ke orang tua. Tim NGTS-SMANELA berkoordinasi dengan tim IT sekolah untuk menyiapkan media pertemuan daring untuk sosialisasi kegiatan sarapan ini menggunakan Zoom Meeting. Informasi sosialisasi secara daring ini kemudian disebarluaskan kepada wali kelas, guru, siswa, dan orang tua melalui grup Whatsapp pada sehari sebelum kegiatan dilaksanakan. Dalam mempersiapkan menu sarapan, siswa juga diminta turut serta membantu orang tuanya.



Target peserta dari kegiatan sarapan ini adalah seluruh siswa, tetapi diutamakan siswa kelas X. Selama pandemi, Tim NGTS-SMANELA melakukan pendampingan secara bergantian sesuai jadwal dan berkolaborasi dengan perwakilan Majelis Perwakilan Kelas (MPK) serta Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) untuk melaksanakan kegiatan ini.

Kegiatan sarapan ini dilaksanakan setiap bulan pada hari Jumat minggu ke-tiga, pukul 06.30 WIB - 07.00 WIB sebelum kegiatan belajar mengajar secara daring. Sebelum sarapan bersama, wali kelas memberikan apresiasi pada siswa yang telah menyiapkan menu sesuai pedoman "Isi Piringku". Selanjutnya, siswa memperlihatkan menu sarapannya untuk dapat didokumentasikan oleh tim IT sekolah yang bertugas dan dihimpun oleh tim NGTS-SMANELA. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan literasi edukasi gizi dan kesehatan selama 10 menit oleh siswa secara bergantian. Peran wali kelas sangat penting dalam merekap kehadiran siswa pada kegiatan ini.



Gambar 1. Setiap Siswa Menunjukan Menu Sarapannya pada Kegiatan Sarapan Bersama Virtual



Adapun tanggapan orang tua terhadap kegiatan ini sangat positif. Hal ini karena, orang tua merasa bahwa kegiatan ini dapat perlakuan mengubah perilaku siswa yang sebelumnya malas untuk sarapan menjadi semangat dan terbiasa untuk sarapan. Beberapa orang tua juga turut memberikan saran agar pelaksanaan kegiatan sarapan tidak terlalu pagi karena masih ada siswa yang belum terbiasa sarapan pada pukul 06.00 WIB. Kesan yang positif juga disampaikan oleh siswa bahwa mereka merasa senang dengan kegiatan literasi kesehatan melalui kegiatan sarapan bersama-sama. Adapun siswa kelas XI dan XII menginginkan kegiatan sarapan bersama dapat dilaksanakan serentak seluruh siswa. Karena itu, sebagai rencana selanjutnya, kegiatan sarapan bersama virtual ini akan dilakukan secara serentak seluruh siswa, baik kelas X, XI dan XII.



Praktik Baik 2: Memasak Sambil Belajar, Belajar Sambil Memasak (Virtual Cooking Competition)

Kami mengadakan lomba memasak antar siswa yang bertujuan mengembangkan bakat dan kreativitas di bidang memasak serta mengemas edukasi gizi menjadi kegiatan yang menyenangkan bagi siswa. Kegiatan lomba memasak tersebut kami beri nama "Food Festival SMANELA" dengan tema Gizi Seimbang. Kegiatan tersebut juga kami laksanakan dalam rangka memperingati pekan sarapan nasional.

Dalam pelaksanaan kegiatan, kami juga melibatkan pengurus OSIS, yang bertujuan agar siswa tidak hanya sebagai target kegiatan, tetapi juga sebagai pelaksana kegiatan. Jika di tahun sebelumnya kegiatan ini dilaksanakan secara tatap muka, maka pada tahun 2021 dilaksanakan dengan kombinasi 2 metode, yaitu luring dan daring. Selain itu, kegiatan ini dilaksanakan dalam rangkaian kegiatan dimulai dari babak penyisihan hingga babak final.

Pada babak penyisihan, para peserta mendapatkan dispensasi waktu untuk mempersiapkan bahan masakan di rumah dimulai pukul 10.00 WIB dan diserahkan ke sekolah maksimal pukul 12.15 WIB. Dari babak penyisihan tersebut, terpilih 5 perwakilan kelas yang akan mengikuti babak final. Mereka diwajibkan untuk memasak di sekolah dengan waktu 90 menit.

Acara babak final dilaksanakan secara luring di sekolah dan disiarkan secara langsung di kanal Youtube dan akun Instagram sekolah. Kegiatan dimulai dengan sambutan dari wakil kepala sekolah bidang kesiswaan sebagai ketua pelaksana. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi edukasi gizi mengenai "Isi Piringku" dan kegiatan sarapan bersama oleh Ketua Tim NGTS SMANELA. Dalam kegiatan ini, kami juga menyampaikan konsep gizi seimbang (4 pilar dan 10 pesan gizi seimbang). Di akhir babak final, para juri menilai rasa, kreativitas dan nilai gizi yang terkandung dalam makanan yang disajikan oleh peserta.



Gambar 2. Flyer Promosi dan Siaran Langsung kegiatan "Food Festival SMANELA 2021" melalui kanal Youtube Sekolah



Selama lomba berlangsung, antusias para finalis sangat terlihat saat mengikuti kompetisi ini. Hal ini terlihat dari ekspresi wajah gembira dari para finalis dan hasil wawancara saat berlangsungnya kompetisi memasak. Keseruan perlombaan tampak pada menu-menu yang disajikan sesuai dengan menu gizi seimbang, bersih dan sehat. Selama kegiatan, seluruh peserta dan dewan juri yang terlibat menjalankan protokol kesehatan dengan ketat dan waktu pelaksanaan juga dapat dijalankan dengan tepat waktu.



Gambar 3. Menu Sarapan yang dibuat oleh Siswa dalam Kegiatan "Food Festival SMANELA 2021"

Kegiatan lain dari rangkaian lomba ini adalah *talkshow* yang mengangkat tema ekonomi kreatif. Siswa yang merintis bisnis kuliner diundang untuk berbagi pengalaman dan memotivasi siswa lainnya dalam berbisnis sejak remaja. *Talkshow* tersebut berlangsung selama 15 menit. Acara dilanjutkan dengan penjurian dan ditutup oleh pengumuman pemenang lomba memasak.

Monitoring dan Dokumentasi

Kegiatan NGTS diawasi langsung oleh kepala sekolah melalui rapat koordinasi secara jarak jauh atau pun tatap muka terbatas dengan menyampaikan kekurangan dan kelebihan serta solusi yang dapat dilakukan. Kegiatan dokumentasi dan monitoring dilakukan di setiap kegiatan NGTS, misalnya melalui pengisian formulir evaluasi kegiatan oleh peserta melalui Google Form yang disediakan panitia. Siswa mengirimkan foto makanan dan menjawab pertanyaan sesuai materi yang disampaikan melalui formulir tersebut. Dengan demikian, Tim NGTS SMANELA dapat mengumpulkan seluruh dokumentasi dan hasil literasi siswa. Tim NGTS SMANELA berkolaborasi dengan wali kelas dan ketua kelas masing-masing dalam memantau siswa yang berpartisipasi dan yang berhalangan hadir dalam setiap kegiatan. Data ini kemudian dikumpulkan ke Tim NGTS SMANELA dibantu oleh Tim UKS. Evaluasi kegiatan dilakukan bersama-sama setelah kegiatan berjalan dengan menggunakan hasil pengisian formulir evaluasi kegiatan.

Tantangan yang Dihadapi dan Inovasi yang Dilakukan

Pada kegiatan sarapan bersama, hambatan yang kami alami di awal pelaksanaan kegiatan adalah beberapa guru dan wali kelas masih beranggapan kegiatan sarapan bersama secara daring ini aneh. Kami berdiskusi dan musyawarah mencari alternatif solusi lain untuk mengatasi hal tersebut. Akhirnya, bagi siswa yang belum berkesempatan untuk melaksanakan sarapan daring dapat mengunggah foto sarapan bersama di grup Whatsapp kelas yang dipantau oleh wali kelas.



Jika dibandingkan dengan awal pelaksanaan, kegiatan ini cukup berjalan lancar. Kami terus melakukan sosialisasi dan mengingatkan tujuan kegiatan, yaitu membiasakan siswa hidup sehat melalui sarapan sehat, kepada seluruh guru dan wali kelas. Hal ini karena masih banyak siswa yang meremehkan sarapan sehingga siswa tidak sarapan terlebih dahulu sebelum kegiatan belajar mengajar (KBM) sehingga konsentrasi siswa menurun.

Pada kegiatan *Virtual Cooking Competition*, meskipun antusias siswa mengikuti kegiatan ini sangat tinggi, masih ada tantangan dalam hal teknis yang dihadapi yaitu terbatasnya sarana prasarana pendukung untuk kegiatan luring-daring sehingga dibutuhkan persiapan yang cukup matang untuk menunjang kelancaran kegiatan ini. Kami menyiasati hal tersebut dengan melakukan sosialisasi hingga pelaksanaan gladi bersih sebelum hari pelaksanaan kegiatan.

Faktor Kunci dari Pelaksanaan Program NGTS

Kegiatan NGTS ini dapat menambah pengetahuan gizi dan kesehatan bagi guru dan siswa. Perlahan siswa dapat memahami pentingnya sarapan. Selain itu, guru dari berbagai disiplin keilmuan “dipaksa” untuk memahami ilmu gizi dan kesehatan yang pada akhirnya menjadi terbiasa mempresentasikan dan memberikan sesi edukasi dengan topik gizi dan kesehatan kepada siswa. Manfaat lainnya adalah warga sekolah mempunyai kebiasaan untuk menjaga kesehatan mulai dari guru, karyawan, dan siswa melalui pengisian formulir penjaringan kesehatan yang disebarluaskan melalui Google Form yang dibagikan melalui grup Whatsapp.

Walaupun awalnya dipaksa, upaya pembiasaan hidup bersih dan sehat kami rasakan cukup berhasil dengan adanya koordinasi bersama manajemen sekolah dimulai sejak tahap perencanaan. Selain itu, penerimaan yang baik dari siswa dan orang tua terhadap program ini diperkuat dengan adanya sosialisasi kegiatan sebelum hari pelaksanaan. Misalnya pada kegiatan sarapan pagi, sosialisasi kami lakukan melalui grup Whatsapp satu hari sebelum pelaksanaan kegiatan agar orang tua dapat mempersiapkan menu sarapan untuk putra putrinya. Selain itu, pembiasaan menu sarapan juga kami sesuaikan dengan kondisi siswa, yakni mayoritas siswa masih kurang menyukai sayur. Oleh karena itu, pembiasaan sarapan ini merupakan salah satu media yang kami ciptakan agar siswa secara bertahap dapat mengenal dan memahami manfaat dari konsumsi sayur.

Rencana Selanjutnya

Rencana ke depan, kami memfokuskan kepada pelaksanaan kegiatan Sarapan Bersama, Jumat Bersih dan Bergizi, serta Jumat Sehat. Kegiatan ini dapat berupa kegiatan senam di sekolah setiap hari Jumat dan kegiatan membersihkan kelas dan lingkungan sekolah lainnya setiap seminggu sekali sebelum pembelajaran dimulai. Kami juga akan melaksanakan pembiasaan sarapan bagi kelas XI dan XII.

Selain itu, kegiatan rutin Parenting Gizi akan kami lakukan berkolaborasi dengan Poltekkes Kemenkes Malang dan Universitas Brawijaya serta sponsor lainnya. Pengemasan kegiatan edukasi gizi dan kesehatan yang menarik bagi siswa akan menjadi pertimbangan rencana tindak lanjut realisasi program berikutnya. Program lain yang sangat menunjang adalah kebun sekolah sebagai sarana aktivitas fisik dan pengembangan kewirausahaan sekolah.



Majalah Sekolah dan Kantin Sekolah sebagai Sarana Pembelajaran Siswa dalam Pelaksanaan Kegiatan NGTS di SMK Diponegoro Tumpang



Mengenal SMK Diponegoro Tumpang

SMK Diponegoro Tumpang merupakan sekolah swasta yang berlokasi di Jl. Tunggul Ametung No.22 Kecamatan Tumpang, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Sekolah kami berdiri pada tanggal 8 Juli 2009, dan memiliki dua bidang keahlian yaitu Teknik Komputer dan Informatika serta memiliki 4 program keahlian yaitu Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ), Multimedia (MM), Teknik dan Bisnis Sepeda Motor (TBSM), dan Asisten Keperawatan (AK). Untuk tahun ajaran 2020/2021, kami memiliki 22 rombongan belajar (rombel) dengan total siswa 627 orang. Sementara jumlah guru dan tenaga kependidikan berjumlah 59 orang. Informasi terkait SMK Diponegoro Tumpang dapat diakses pada website kami: www.semkadip.sch.id.



Gambar 1. Gedung SMK Diponegoro Tumpang



Implementasi Program NGTS di Sekolah

Pada awalnya, ketika sekolah kami terpilih untuk melaksanakan kegiatan NGTS, kepala sekolah menugaskan 1 orang guru dan 1 orang perwakilan komite sekolah untuk bergabung dengan kegiatan tersebut. Kepala sekolah juga ikut terlibat pelatihan NGTS tersebut.

Setelah pelatihan, tim NGTS dibentuk untuk memudahkan koordinasi dan mulai merencanakan beberapa kegiatan NGTS yang merupakan penugasan pelatihan yang kami ikuti. Sebelum kegiatan NGTS berjalan, sekolah kami juga berkolaborasi dengan pihak manajemen sekolah, yaitu koordinator kesiswaan, kurikulum, serta seluruh warga sekolah terkait kegiatan NGTS ini.

Sosialisasi RTL kepada warga sekolah dilakukan dengan berbagai cara dan pada banyak kesempatan, misalnya pada saat upacara bendera hari Senin, saat kegiatan belajar mengajar (KBM) di kelas oleh guru atau oleh tim yang berkolaborasi dengan guru mata pelajaran terkait, serta melalui Majalah Generasi Tangguh (MAGENTA), majalah yang diterbitkan secara berkala oleh sekolah kami.

Berdasarkan perencanaan program NGTS yang dibuat oleh tim, kami memiliki beberapa kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu: Senam Sabtu Ceria, Kantin Sehat dan Edukasi Gizi melalui Magenta. Program ini merupakan wujud pelaksanaan trias Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pertama dan ketiga yaitu pendidikan kesehatan serta pembinaan lingkungan sekolah yang sehat. Program NGTS juga memiliki tujuan yang sama dengan UKS/M yaitu meningkatkan kesehatan warga sekolah melalui pembiasaan praktik gizi yang baik dan menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif.

Senam Sabtu Ceria biasanya dilaksanakan setiap hari Sabtu sebelum KBM berlangsung. Warga sekolah yang terlibat cukup banyak mulai dari siswa, guru hingga staf administrasi terlibat aktif dalam kegiatan ini. Namun, karena situasi pandemi dan lahan yang terbatas, kegiatan senam ini kami jadwalkan secara bergantian. Kegiatan kantin sehat dan Magenta merupakan dua kegiatan yang akan dijelaskan secara lebih detail. Selain menarik, kedua kegiatan ini melibatkan warga sekolah secara aktif. Kedua kegiatan ini juga dapat melatih keterampilan menulis dan kewirausahaan, khususnya bagi siswa. Melalui pengolahan bahan makanan yang akan dijual di kantin sekolah, siswa diajak untuk saling bekerjasama dengan sesama dan meningkatkan rasa kebersamaan.

Praktik Baik 1: Melatih Jiwa Kewirausahaan melalui Kantin Sehat

Maraknya makanan tidak sehat yang dijual bebas di lingkungan sekolah mendasari tim NGTS untuk mengadakan kegiatan kantin sehat yang berkolaborasi dengan guru mata pelajaran Produk Kreatif (PK). Kegiatan ini diawali dengan pemberian tugas oleh guru kepada siswa secara berkelompok untuk mengembangkan makanan olahan yang sehat, aman dan bergizi.

Siswa ditugaskan membuat kreasi makanan olahan dari bahan pangan lokal yang tersedia di sekitar sekolah seperti sayuran, buah-buahan, atau ikan. Siswa mengolah bahan-bahan tersebut secara berkelompok dan menghidangkannya agar terlihat menarik dan layak dikonsumsi oleh warga sekolah. Setelah itu, siswa menjual makanan hasil kreasi mereka pada saat jam istirahat berlangsung yaitu mulai jam 09.00 hingga 09.30 dengan secara bergantian setiap harinya. Kegiatan ini bermanfaat bagi semua warga sekolah. Selain bisa mendapatkan makanan yang sehat, aman dan bergizi di kantin sehat sekolah, juga bermanfaat untuk membuka wawasan kewirausahaan atau UMKM di sekolah.



Gambar 2. Olahan Makanan yang dijajakan dan dijual oleh Siswa di Kantin Sehat Sekolah

Lahan yang terbatas dan fasilitas kantin yang tidak memadai tidak membuat semangat kami surut. Kami lalu memanfaatkan ruang kelas yang tidak terpakai sebagai kantin sehat sekolah. Penjadwalan untuk siswa yang berjualan disesuaikan dengan jadwal KBM tatap muka terbatas selama pandemi. Sebagai contoh, jika hari ini siswa yang masuk adalah kelas X, maka yang berjualan makanan ditugaskan pada siswa kelas XII begitu juga sebaliknya.

Tim NGTS dan guru piket KBM bergilir mengecek mutu makanan serta keadaan kantin dan menjaga agar tidak terjadi kerumunan. Kegiatan ini kami lakukan sebagai wujud partisipasi aktif kami dalam menjaga protokol pencegahan penularan Covid-19 di sekolah dan menjaga mutu makanan. Sejauh ini belum pernah ditemukan siswa berjualan makanan atau jajanan dengan bahan yang berbahaya.

Praktik Baik 2: Edukasi Gizi melalui Magenta

Selain kegiatan kantin sehat, kami juga menyebarkan informasi gizi dan kesehatan kepada warga sekolah. Salah satunya dilaksanakan dengan memanfaatkan majalah sekolah yang kami namai Magenta atau Majalah Generasi Tangguh. Magenta terbit setiap 6 bulan sekali. Alasan utama kami menggunakan Magenta dalam kegiatan edukasi gizi karena secara umum orang cenderung lebih senang dan tertarik membaca informasi dari majalah yang penuh warna dan gambar. Oleh karena itu, Magenta didesain padat informasi, tidak terlalu panjang, bergambar, dan tentu saja tepat sasaran.

Kami memberi peluang bagi seluruh warga sekolah yang ingin menuliskan karyanya untuk menjadi kontributor pada majalah tersebut. Setelah bahan artikel terkumpul, selanjutnya dilaksanakan seleksi artikel selama kurang lebih 1 bulan. Melalui media ini, Tim NGTS memberikan informasi terkait gizi dan kesehatan kepada pembaca dengan menambahkan dokumentasi kegiatan NGTS di sekolah, contoh menu dan jajanan sehat.



Perencanaan kegiatan dengan melibatkan manajemen sekolah menjadi faktor kunci pelaksanaan edukasi gizi melalui Magenta di sekolah kami. Kepala sekolah kami libatkan sejak proses penganggaran kegiatan hingga penerbitan. Kami menggunakan anggaran sekolah untuk biaya penerbitan Magenta. Tim majalah mengajukan rencana anggaran belanja dan disetujui oleh kepala sekolah. Tim majalah bertugas memproses majalah tersebut sampai selesai. Setelah tercetak 1 majalah sebagai sampel, kepala sekolah mengecek kembali kesesuaian informasi agar lebih akurat.



Gambar 3. Contoh Artikel Terkait Gizi dan Kesehatan yang diterbitkan dalam MAGENTA

Selain majalah cetak, siswa juga menerima majalah dalam bentuk dokumen elektronik sehingga dapat dibaca kapan pun dan di mana pun. Wali kelas menginformasikan kepada orang tua melalui grup Whatsapp bahwa siswa menerima majalah sekolah dan bisa dibaca oleh orang tua.



Monitoring dan Dokumentasi

Dokumentasi kegiatan NGTS dilakukan setelah kegiatan tersebut selesai dengan mengumpulkan foto kegiatan. Guru yang bertugas menjadi penanggung jawab akan menyebarkan foto atau dokumentasi lainnya melalui grup Whatsapp guru dan wali kelas. Kami juga membagikan beberapa kegiatan NGTS melalui media sosial kami. Sedangkan untuk kehadiran siswa yang berjualan di kantin sekolah dapat dilihat dari laporan tim NGTS yang selalu melakukan monitoring.

Kami rutin melakukan koordinasi dengan kepala sekolah setiap minggu. Kami biasanya melaporkan perkembangan kegiatan NGTS dan tantangan yang kami hadapi agar bisa didiskusikan bersama. Koordinasi ini biasanya dilaksanakan melalui grup Whatsapp maupun diskusi informal tatap muka dengan kepala sekolah.

Tantangan Tidak Menghalangi untuk Terus Maju

Cukup banyak tantangan yang kami hadapi dalam implementasi kegiatan NGTS, terutama pada situasi pandemi Covid-19 ini. Intensitas tim NGTS dan guru untuk bertemu dengan siswa berkurang, kurangnya lahan yang digunakan untuk kegiatan kantin sehat dan kegiatan senam yang dibatasi karena pandemi menjadi tantangan dalam pelaksanaan program NGTS. Namun, hal ini tidak mengurangi niat dan keinginan kami untuk terus maju untuk tetap menjalankan program NGTS.

Terkait proses penerbitan Magenta, waktu pengumpulan artikel dan proses pemilihan serta pengeditan artikel berjalan cukup lama karena sumber daya tim yang terbatas, hanya 2 orang. Kendala lainnya adalah proses cetak Magenta harus dilakukan di luar sekolah karena sekolah belum mempunyai alat percetakan untuk majalah. Harapannya, ke depan kami bisa mencetak majalah kami sendiri dan melibatkan guru lainnya pada edisi majalah mendatang.

Faktor Kunci Pelaksanaan NGTS

Terlepas dari tantangan yang ada, banyak sekali pembelajaran yang kami dapat dari program NGTS ini. Selain mendapatkan berbagai informasi terkait gizi pada anak sekolah, kami ternyata mampu berinovasi dalam melakukan kegiatan NGTS meskipun dalam situasi pandemi. Hal ini dapat kami peroleh dengan adanya faktor kunci berikut:

a. Keterlibatan Warga Sekolah

Semua kegiatan NGTS di sekolah kami aktif melibatkan warga sekolah. Beberapa contoh keterlibatan warga sekolah dalam program NGTS di sekolah kami antara lain dengan berjualan jajanan sehat di kantin serta menjadi kontributor Magenta. Keterlibatan siswa dalam kegiatan kantin sehat dengan berjualan bertujuan agar mereka dapat menjadi konsumen cerdas. Selain itu, guru juga dilibatkan dalam melakukan pengawasan makanan yang dijual. Sedangkan untuk edukasi melalui Magenta, kami membuka peluang bagi seluruh warga sekolah untuk terlibat. Hal ini dapat diamati pada pelaksanaan edukasi gizi melalui Magenta. Kepala sekolah kami libatkan sejak proses penganggaran kegiatan hingga penerbitan. Keterlibatan ini memunculkan rasa kepemilikan majalah sebagai produk bersama sehingga warga sekolah dapat termotivasi untuk membaca majalah ini



dan tergerak untuk memulai hidup bersih dan sehat. Jika siswa sudah terbiasa melakukan perilaku sehat di sekolah, maka diharapkan mereka juga dapat menerapkan perilaku sehat ketika di rumah serta dapat mengajak orang tua serta keluarganya untuk berperilaku sehat. Secara khusus, orang tua dilibatkan pada saat siswa akan melaksanakan kegiatan melalui grup Whatsapp untuk memberikan dukungan pada kegiatan tersebut.

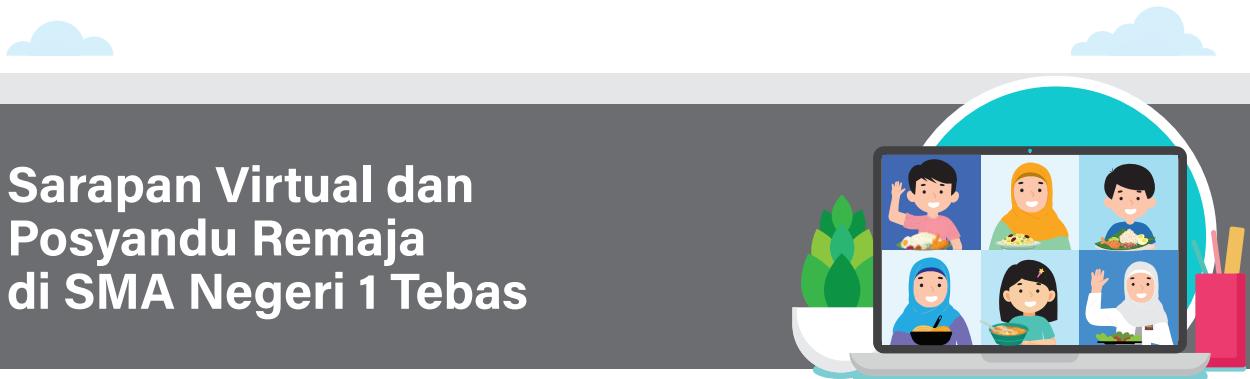
b. Pemanfaatan Sumber Daya di Sekolah Secara Maksimal

Pelaksanaan program NGTS di sekolah tetap dapat berjalan dengan baik dengan adanya pemanfaatan sumber daya sekolah secara optimal. Lahan dan bangunan sekolah yang terbatas untuk fasilitas kantin dan sarana berolahraga, kami siasati dengan memanfaatkan ruang kelas yang tidak dipakai untuk dijadikan sebagai kantin sekolah dan memanfaatkan lahan kosong di depan masjid untuk melaksanakan kegiatan senam setiap hari Sabtu.

Rencana Program NGTS ke Depan

Sekolah kami akan terus melaksanakan program NGTS ini. Harapannya dengan mengimplementasikan program NGTS, sekolah kami bisa mencetak sumber daya manusia yang unggul setelah mereka semua lulus dari sekolah karena mereka selalu mengonsumsi makanan yang sehat, aman dan bergizi dan memiliki bekal pengetahuan serta keterampilan di bidang gizi dan kesehatan. Hal ini juga dapat berguna ketika siswa tersebut dewasa. Mereka bisa berwirausaha dengan menjual makanan yang sehat.

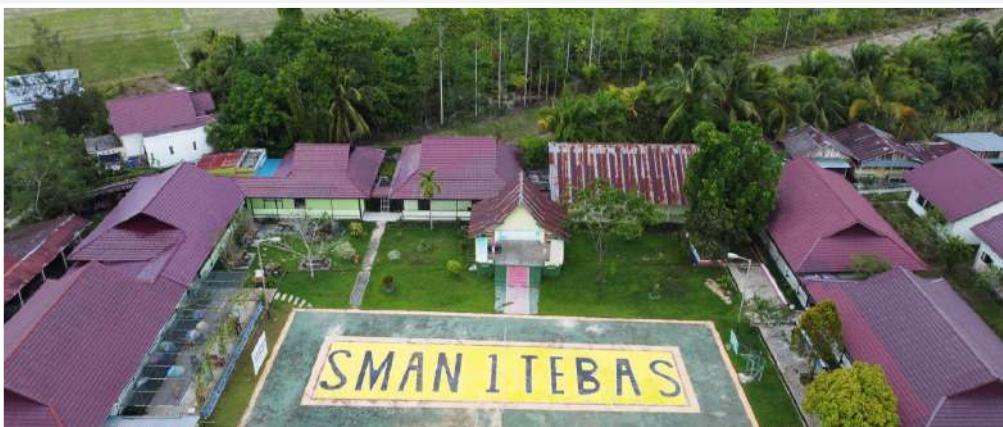
Kami akan mengembangkan setiap kegiatan agar lebih maju lagi dengan menyisipkan informasi gizi pada saat KBM sebagai informasi tambahan untuk siswa. Harapannya, sekolah kami tetap mendapatkan bimbingan dari berbagai pihak seperti Dinas Kesehatan, puskesmas, mitra pendamping (Poltekkes Kemenkes Malang dan Universitas Brawijaya) serta SEAMEO RECFON yang bekerja sama dalam program NGTS ini.



Sarapan Virtual dan Posyandu Remaja di SMA Negeri 1 Tebas

Mengenal SMAN 1 Tebas

Sekolah kami merupakan sekolah pertama di Kecamatan Tebas, Kabupaten Sambas. Kecamatan Tebas merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Sambas yang terletak di poros utama atau jalan nasional yang menghubungkan ibu kota Provinsi Kalimantan Barat dengan wilayah perbatasan Indonesia-Malaysia. Sekolah kami didirikan pada tanggal 20 November 1984, terletak di Jalan Pembangunan No. 3, Tebas Kuala. Kami memiliki 637 siswa yang terbagi ke dalam 18 rombongan belajar yang didukung oleh 27 guru dan 33 tambahan tenaga pendidik. Saat ini, kami menerapkan kurikulum 2013 sebagai dasar kegiatan belajar mengajar. Visi sekolah kami adalah menjadi sekolah yang "Unggul, berbudaya, berwawasan lingkungan dan IPTEK berlandaskan IMTAQ". Untuk mendukung visi ini, kegiatan belajar mengajar (KBM) diperkaya dengan berbagai aktivitas siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler (ekskul). Bidang-bidang kegiatan ekskul yang berjalan saat ini adalah bidang olah raga, seni, dan keagamaan. Pengembangan atau penguatan kurikulum selalu dilaksanakan di bawah program Manajemen Berbasis Sekolah (MBS). Pencapaian dari program tersebut mengantarkan sekolah kami saat ini terakreditasi A.



Gambar 1. Gedung Area SMAN 1 Tebas

Program NGTS di SMAN 1 Tebas

Sekolah kami mengenal program NGTS melalui pelatihan penguatan UKS/M yang diselenggarakan oleh Pemerintah Daerah Kabupaten Sambas, Poltekkes Kemenkes Pontianak, dan SEAMEO RECFON pada tahun 2018. Kemudian kami kembali mengikuti pelatihan "Gizi dan Kesehatan bagi Remaja" dari SEAMEO RECFON secara daring pada tahun 2020. Selanjutnya kami didampingi oleh Poltekkes Pontianak dan SEAMEO RECFON dalam melaksanakan program NGTS, melalui diskusi, pertemuan virtual, dan komunikasi dalam bentuk workshop, kunjungan, serta diskusi langsung.



Kami memahami bahwa salah satu tujuan program NGTS adalah untuk memperkuat UKS/M karena komponen-komponen pada program NGTS sama dengan UKS/M. Karena hal tersebut dan adanya keterbatasan sumber daya maka tim UKS/M di sekolah kami juga mendapat tugas sebagai tim NGTS. Tim UKS/NGTS ini terdiri dari tenaga kesehatan dan Koordinator Program. Tenaga kesehatan di sekolah kami adalah perawat yang direkrut oleh sekolah. Pada program NGTS, tenaga kesehatan bertugas melaksanakan kegiatan-kegiatan di bawah Program NGTS yang telah direncanakan bersama. Sedangkan koordinator UKS/NGTS bertugas memantau serta membantu dalam pelaksanaan kegiatan-kegiatan dan berkoordinasi apabila ada keterkaitannya dengan pihak luar seperti misalnya keterlibatan pihak puskesmas setempat.



Gambar 2. Sosialisasi Program NGTS saat Pertemuan dengan Kepala Sekolah dan Guru (kiri) dan Sosialisasi Kepada Pengurus OSIS dan Kader Remaja (kanan)

Dalam penyusunan kegiatan NGTS, tim UKS/NGTS mendiskusikan Rencana Tindak Lanjut (RTL) bersama kepala sekolah agar rencana kegiatan dimatangkan lalu disetujui oleh kepala sekolah. Beberapa kegiatan NGTS adalah kegiatan yang sudah berjalan di sekolah, yang diperkaya dengan muatan gizi dan kesehatan. Seperti Posyandu Remaja, kegiatannya tidak hanya pengukuran tinggi badan dan berat badan siswa, tetapi kami rangkai dengan aktivitas fisik berupa senam, sarapan bersama, dan pembiasaan cuci tangan. Namun demikian, saat kondisi belajar dari rumah (BDR) selama pandemi Covid-19, RTL yang telah kami buat tidak dapat sepenuhnya dilaksanakan karena kegiatan-kegiatan tersebut kami rancang untuk dilakukan di sekolah. Kami kemudian melakukan penyesuaian pada beberapa kegiatan yaitu sarapan bersama yang dibuat secara virtual, pemberian TTD yang dibagikan secara bergiliran dan terjadwal berdasarkan kelas, serta memberikan edukasi gizi antara lain tentang sarapan, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) seperti kegiatan cuci tangan pakai sabun (CPTS) secara daring dan sesekali berdiskusi melalui grup Whatsapp.

RTL yang telah disusun kemudian disampaikan kepada para guru dan staf dalam rapat yang wajib dihadiri oleh seluruh guru dan staf. Dalam pertemuan ini juga dilakukan diskusi dan koordinasi kegiatan agar pelaksanaannya berjalan dengan baik. Langkah selanjutnya adalah penyampaian rencana kegiatan kepada perwakilan siswa melalui pertemuan OSIS dan para kader sekolah. Mereka diharapkan dapat melakukan sosialisasi kepada seluruh siswa mengenai rencana kegiatan NGTS.



Pada tulisan ini, kami mengedepankan dua kegiatan yang dapat secara rutin kami laksanakan di masa pandemi Covid-19 dengan kreativitas dan modifikasi yang menyesuaikan tuntutan keadaan di masa itu. Kedua kegiatan tersebut adalah Sarapan Virtual dan Posyandu Remaja. Sarapan Virtual merupakan kegiatan inovasi yang dilaksanakan pada masa BDR, sebagai pengganti kegiatan sarapan bersama di sekolah sebelum masa BDR diberlakukan. Sedangkan Posyandu Remaja adalah Kegiatan yang telah dilaksanakan sebelum masa BDR dan kembali dilaksanakan setelah masa BDR berakhir, dimana para siswa telah aktif belajar di sekolah. Kami menamakan Posyandu Remaja mengingat kegiatannya terdiri dari pengukuran BB dan TB serta pengukuran tekanan darah. Kegiatan ini adalah murni kegiatan sekolah, tidak terhubung dengan program Posyandu Remaja di bawah Puskesmas. Kedua kegiatan ini kami tuliskan di bawah sebagai Praktik baik dari sekolah kami.

Praktik Baik 1: Sarapan Virtual

Pada perencanaan awal, pembiasaan sarapan bersama akan dilaksanakan pada saat pelajaran Penjaskes bersama dengan guru Penjaskes dan Tim UKS/NGTS. Namun adanya pandemi Covid-19 membuat semua pola pembelajaran berubah. Pembelajaran dilakukan sepenuhnya dari rumah dan penyampaian materi dilakukan secara daring, termasuk beberapa program sekolah.

Pada program NGTS, kami memodifikasi program pembiasaan sarapan saat Penjaskes menjadi sarapan virtual, dimana siswa melaksanakan sarapan di rumah masing-masing sambil mengaktifkan video. Kegiatan sarapan bersama siswa dilaksanakan sebelum pelajaran dimulai menggunakan aplikasi Google Meet. Siswa bergabung dalam Google Meet per kelas bersama Tim UKS/NGTS. Kegiatan sarapan virtual ini dijadwalkan 2 kali dalam sebulan. Saat sarapan virtual dilaksanakan, terkadang ada siswa yang tidak mengikuti kegiatan ini karena berbagai hal, seperti sakit, mempunyai kendala sinyal, dan lainnya. Siswa yang tidak mengikuti sarapan bersama ini diminta untuk mengirimkan foto saat sarapan melalui pesan pribadi yang dikirimkan kepada guru dan Tim UKS/NGTS. Tim UKS/NGTS memberi waktu dari jam 08.00-10.00 WIB bagi siswa untuk mengirim foto sarapan mereka. Kegiatan sarapan ini memang baru sebatas anjuran atau ajakan, belum ada sistem penilaian atau belum menjadi pendukung mata pelajaran atau kegiatan ekstrakurikuler lainnya. Namun demikian, dengan sudah dijadwalkan secara rutin, kegiatan ini diharapkan dapat melatih siswa membiasakan diri sarapan sebelum pembelajaran dimulai.



Gambar 3. Sarapan bersama Virtual Siswa SMAN 1 Tebas



Bersamaan dengan kegiatan sarapan bersama secara virtual, salah satu kegiatan PHBS yaitu cuci tangan dengan benar juga menjadi bagian dari kegiatan ini. Sebelum sarapan dimulai, kami mengingatkan dan mengajak seluruh siswa untuk mencuci tangan terlebih dahulu sebelum sarapan dimulai. Tidak hanya itu, kami meminta foto atau video siswa yang sedang melakukan cuci tangan dengan 6 langkah. Foto atau video tersebut dikirim melalui grup Whatsapp atau melalui pesan langsung kepada salah satu Tim UKS/NGTS.



Gambar 4. Poster 6 Langkah Cuci Tangan yang dikirim siswa melalui Group WhatsApp

Bentuk monitoring sarapan virtual dilakukan dengan mengabsen kehadiran para siswa. Sedangkan untuk kebiasaan cuci tangan, Tim UKS/NGTS meminta siswa mengirimkan foto dan video cuci tangan 6 langkah sesuai gambar di atas. Setelah masa pembelajaran kembali ke sekolah, kami akan melaksanakan kegiatan sarapan bersama secara tatap muka dengan setting di sekolah, karena kegiatan ini merupakan program utama dari sekolah kami.

Praktik Baik 2: Posyandu Remaja

Posyandu Remaja telah dilaksanakan sejak 2018 di sekolah kami. Kegiatan ini menjadi bagian dari program UKS dengan kegiatan utamanya adalah pengukuran tinggi badan dan berat badan seluruh siswa serta pengukuran tekanan darah. Kegiatan ini bertujuan untuk memantau status gizi dan kesehatan para siswa, terutama untuk melihat berapa banyak siswa yang obesitas maupun kurang berat badan. Kami juga mencetak Kartu Menuju Sehat (KMS) bagi siswa berdasarkan contoh yang didapatkan dari puskesmas untuk mengetahui status gizi siswa.

Posyandu Remaja dijadwalkan secara rutin setiap 6 bulan pada periode *Class Meeting* yaitu setelah ujian sumatif berakhir. Sekolah kami biasanya memberikan waktu bebas pembelajaran selama satu minggu untuk memberikan waktu kepada guru memeriksa soal hasil sumatif dan mengisi rapor sekolah. Pada periode ini, kegiatan sekolah diisi dengan berbagai lomba atau pertandingan antar kelas. Pada periode inilah kegiatan Posyandu Remaja kami laksanakan.



Sebelum adanya program NGTS, kegiatan Posyandu Remaja hanya melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan serta pengukuran tekanan darah pada siswa. Setelah adanya program NGTS, kegiatan Posyandu Remaja diperkaya dengan beberapa kegiatan lain untuk mempromosikan kebiasaan baik bagi para siswa. Saat ini ada 3 kegiatan yang dilaksanakan sebagai rangkaian kegiatan Posyandu Remaja, yaitu:

1. Senam bersama guru dan siswa,
2. Sarapan bersama seluruh siswa,
3. Pengukuran tinggi badan dan berat badan, serta tekanan darah.

Sekolah kami telah memiliki kegiatan reguler untuk sarapan bersama yang dilakukan bersamaan dengan pelajaran Penjaskes. Sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan sarapan maupun senam bersama di atas merupakan kegiatan pelengkap pada kegiatan Posyandu Remaja.

Kegiatan Posyandu Remaja sempat terhenti pada masa pandemi Covid-19 ketika siswa harus belajar dari rumah. Namun setelah belajar di sekolah mulai aktif, kegiatan Posyandu Remaja kembali dilaksanakan. Kegiatan pertama setelah sekolah aktif kembali dilaksanakan pada bulan Desember 2021 setelah selesai pelaksanaan ujian semester. Posyandu Remaja kami laksanakan selama 3 hari berturut-turut untuk kelas yang berbeda. Hari pertama untuk kelas XII, hari kedua untuk kelas XI, dan hari ketiga untuk kelas X.



Gambar 5. Senam Bersama dalam Kegiatan Posyandu Remaja

Pada setiap hari pelaksanaan Posyandu Remaja, rangkaian 3 kegiatan di atas dilaksanakan berurutan, diawali dengan senam, diikuti sarapan bersama, dan diakhiri dengan pengukuran tinggi, berat badan, dan tekanan darah. Senam bersama dilaksanakan selama 30 menit dan dipimpin oleh guru dan siswa yang bertindak sebagai instruktur senam. Setelah pelaksanaan senam, siswa lalu sarapan bersama dengan makanan yang telah disediakan oleh sekolah.

Pengukuran tinggi badan dan berat badan serta pengukuran tekanan darah dilakukan secara teratur. Siswa kelas yang mendapatkan urutan pengukuran diminta berada di kelas untuk mempermudah petugas dalam memanggil para siswa yang mendapat giliran. Siswa kemudian dipanggil ke ruangan lain yang telah dipersiapkan. Mengingat masih dalam masa pandemi, siswa dipanggil per 10 orang ke dalam ruang pengukuran untuk menghindari kerumunan. Setelah satu kelompok selesai dengan pengukuran



berat badan, tinggi badan dan tekanan darah, kemudian akan dipanggil kelompok selanjutnya dan begitu seterusnya sampai selesai pemeriksaan. Hasil pengukuran dicatat pada KMS siswa. Proses pengukuran dan penimbangan dilaksanakan oleh siswa terlatih yang tergabung dalam Kader Remaja di bawah pengawasan guru UKS/NGTS.



Gambar 6. Pemeriksaan Berat Badan dan Tinggi Badan Siswa SMA Negeri 1 Tebas

Tindak lanjut dari kegiatan ini adalah pemeriksaan hasil KMS oleh tim UKS/NGTS. Apabila ditemukan siswa dengan gizi lebih dan gizi kurang, siswa tersebut akan dipanggil untuk diberitahukan hasil pengukurannya. Selanjutnya guru tim UKS/NGTS menanyakan jika ada permasalahan kesehatan atau permasalahan lainnya yang dialami oleh siswa tersebut. Kemudian tim UKS/NGTS memberikan anjuran untuk memperbaiki pola makan dan aktivitas siswa ataup merujuknya ke puskesmas terdekat, terlebih jika kondisi siswa tersebut dalam 3 bulan berturut-turut tidak menunjukkan perbaikan. Sementara pemantauan keterlibatan siswa dalam posyandu remaja dilaksanakan dengan melihat KMS siswa. Siswa yang memiliki data kosong pada KMS akan dipanggil untuk ditanyakan alasan ketidakhadirannya. Siswa yang belum diukur tinggi badan dan berat badannya akan diukur dan dipantau secara berkala melalui pencatatan KMS. Kami menjadikan kegiatan posyandu remaja sebagai kegiatan unggulan karena kegiatan ini sudah terjadwal sebagai kegiatan UKS/NGTS sehingga dapat dipastikan pelaksanaan kegiatannya.

Tantangan dan Inovasi Program

Selama kegiatan berlangsung, kami menghadapi beberapa tantangan seperti ketidakaktifan beberapa siswa dalam kegiatan NGTS, jaringan internet yang terkendala, terbatasnya kuota internet dan minimnya gadget (telepon genggam, laptop) yang dimiliki oleh siswa. Untuk mengatasi ketidakaktifan siswa, pada setiap pertemuan virtual, kami memberikan motivasi dan arahan kepada siswa untuk dapat



terlibat dalam setiap kegiatan NGTS, yang bermanfaat bagi kesehatan mereka. Terkait kendala gawai dan internet, misalnya jika ada siswa yang tidak dapat mengikuti kegiatan sarapan bersama secara virtual maka siswa tersebut dapat mengirimkan video atau foto sarapan yang menunjukkan menu makanan yang dikonsumsi. Tantangan lain yang dihadapi adalah terbatasnya waktu yang tersedia untuk pelaksanaan program NGTS mengingat agenda sekolah yang sudah cukup padat. Untuk itu, kami mengidentifikasi kegiatan sekolah yang telah ada untuk dikombinasikan dengan komponen kegiatan NGTS. Salah satu contohnya adalah program posyandu remaja diperkaya dengan rangkaian kegiatan lain yaitu sarapan dan senam bersama.

Faktor Kunci Keberhasilan Pelaksanaan Program NGTS

Keterlibatan aktif kepala sekolah serta arahan-arahan yang jelas yang diberikan pada berbagai kegiatan NGTS menunjukkan komitmen dukungan beliau terhadap Program NGTS. Kami menyadari bahwa komitmen kepala sekolah adalah faktor kunci keberhasilan program di sekolah kami. Selain itu, kerja sama antara Tim UKS/NGTS dengan para guru dan wali kelas juga berperan penting pada kelancaran pelaksanaan kegiatan-kegiatan NGTS yang berbasis kelas seperti sarapan bersama dan pemberian tablet tambah darah.

Harapan Perkembangan Program NGTS

Kami akan terus melaksanakan kedua kegiatan tersebut baik secara daring maupun tatap muka langsung jika kondisi sudah memungkinkan. Kedepannya, kami akan terus melakukan diskusi dengan kepala sekolah untuk membahas rencana penambahan kegiatan lain seperti penguatan kantin sekolah, dan PHBS sehingga kegiatan NGTS di sekolah dapat lebih bervariasi dan melibatkan siswa secara aktif.



Kebijakan Kepala Sekolah Serta Upaya Membangun Literasi Kesehatan dan Gizi di SMAN 2 Sambas



Mengenal SMAN 2 Sambas

SMAN 2 Sambas adalah salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) pertama yang berada di wilayah Kecamatan Sambas, Kabupaten Sambas, Provinsi Kalimantan Barat. Pada awalnya sekolah kami bernama SMA Sungai Pinang. Setelah dikeluarkannya SK Pendirian pada tanggal 9 Februari 2004, sekolah kami beralih nama menjadi SMAN 2 Sambas. Sekolah kami terletak di jalur utama antara Kota Pontianak dan Kabupaten Sambas sekitar 7 Km dari pusat kota Kabupaten Sambas. Pada tahun ajaran 2021/2022 ini, sekolah kami menerapkan kurikulum 2013 yang diikuti oleh 497 siswa dalam 17 rombongan belajar (rombel) dengan dukungan tenaga pendidik dan kependidikan sebanyak 45 orang yang terdiri dari 34 orang guru dan 11 tenaga tata usaha.



Gambar 1. Sisi Depan Gedung SMAN 2 Sambas

Visi sekolah kami adalah sekolah yang berprestasi berdasarkan iman dan takwa dengan lingkungan yang kondusif. Dengan visi ini, kami selalu mendorong siswa maupun guru untuk selalu aktif meningkatkan prestasi mereka. Berbagai prestasi, baik akademik maupun non akademik, telah kami raih baik di tingkat kabupaten, provinsi, maupun nasional. Prestasi yang kami dapatkan pada tiga tahun terakhir diantaranya adalah juara favorit Duta Genre Putri tingkat nasional tahun 2019. Pada tahun 2019 sekolah kami juga menjuarai Lomba Sekolah Sehat tingkat kabupaten dan mewakili Kabupaten Sambas ke tingkat provinsi. Di tahun yang sama, salah satu guru sekolah kami mendapatkan predikat juara 1 Guru Berprestasi tingkat provinsi di Kalimantan Barat.

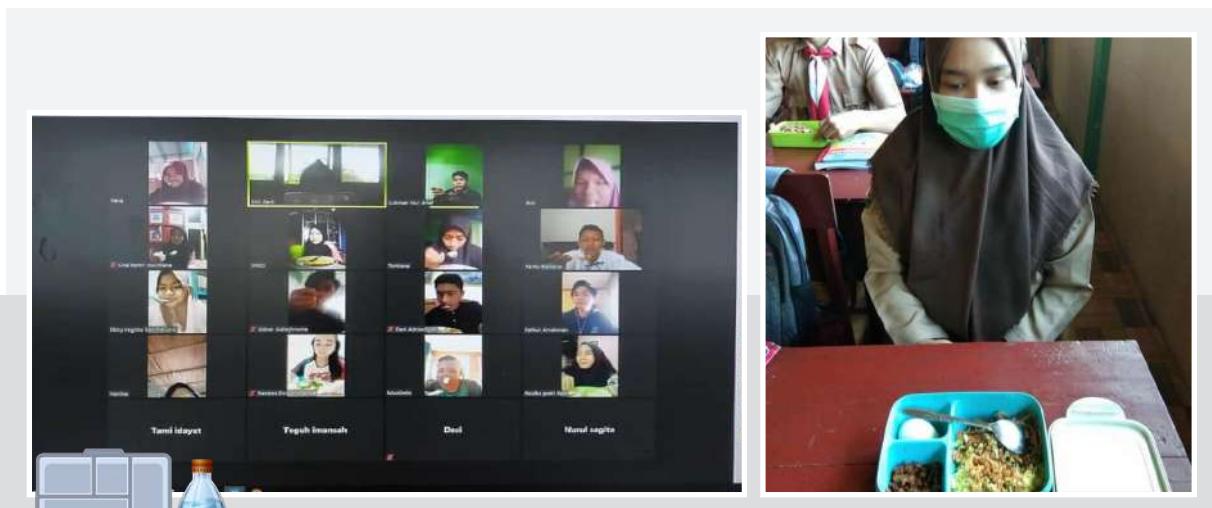


Program NGTS di Sekolah Kami

Pada pelatihan NGTS di tahun 2018, kami disadarkan betapa pentingnya pengetahuan tentang gizi dan kesehatan remaja. Pelatihan tersebut diikuti oleh 3 orang yaitu kepala sekolah dan 2 guru. Karena itulah sekolah kami bersepakat melaksanakan kegiatan NGTS di sekolah didampingi oleh SEAMEO RECFON dan Poltekkes Kemenkes Pontianak. Kami meyakini kegiatan ini memiliki dampak yang sangat besar bagi siswa sebagai generasi penerus bangsa. Disamping itu, kegiatan ini ternyata sejalan dengan program UKS sebagai program utama sekolah terkait promosi gizi dan kesehatan. Setelah mengikuti pelatihan NGTS, kami termotivasi untuk untuk melakukan inovasi di sekolah sehingga kegiatan UKS lebih semarak dan bervariasi. Program UKS dan NGTS akhirnya menjadi program yang saling melengkapi dan tak terpisahkan.

Untuk memulai program NGTS, kami mengadakan rapat sekolah untuk pembentukan tim NGTS. Tim NGTS kemudian berdiskusi bersama kepala sekolah untuk membuat perencanaan program NGTS melalui Rencana Tindak Lanjut (RTL). Kami mengidentifikasi bahwa ada beberapa kegiatan yang telah rutin berjalan yang masuk ke dalam komponen NGTS, seperti senam bersama, sarapan bersama, kantin sekolah dan lain-lain. Selama ini kegiatan-kegiatan tersebut belum menjadi perhatian kami untuk meningkatkan pengetahuan maupun kebiasaan baik para siswa.

Saat ini terdapat beberapa kegiatan NGTS yang telah berjalan di sekolah kami antara lain sarapan sehat, Senam Jumat Ceria, pemberian dan pemantauan konsumsi tablet tambah darah (TTD), kantin sehat sekolah, dan peningkatan literasi gizi. Saat pelatihan NGTS, kami mendapatkan masukan bahwa perencanaan kegiatan dapat dimodifikasi sesuai dengan kondisi pembelajaran dan diintegrasikan dengan kegiatan lainnya agar efisien dan terlaksana dengan rutin. Contohnya saat kondisi Belajar dari Rumah (BDR), kegiatan sarapan sehat dimodifikasi untuk dilaksanakan secara daring dan dikombinasikan dengan kegiatan literasi kesehatan. Selain itu, pelaksanaan kegiatan Senam Jumat Ceria diintegrasikan dengan kegiatan sarapan sehat dan cuci tangan bersama.



Gambar 2. Kegiatan Sarapan Sehat selama Pandemi Covid-19



Kegiatan pemberian TTD atau dikenal di sekolah kami dengan nama “BETAFE” adalah kegiatan yang kami laksanakan untuk mendistribusikan TTD kepada siswa perempuan. Saat BDR, kami membuat jadwal bagi siswi untuk mengambil TTD ke sekolah setiap hari Senin. Kami melaksanakan monitoring kegiatan dengan memeriksa kartu kontrol pengambilan TTD.

JADWAL PENGAMBILAN TAMBAH DARAH (PIL. FE)			
SMA NEGERI 2 SAMBAS			
TAHUN PELAJARAN 2020 - 2021			
WAKTU	NO	NAMA SISWA	KELAS
11.00 - 11.30	1	WILDEA	XII IPS 1
	2	AQRISSA	
	3	APRIANI	
	4	DAMAYANTI	
	5	DWI AYU NINGITIAS	
	6	EVDIANTY	
	7	HAZURA	
	8	HENITA	
	9	PLATAS WITA	
	10	LULU RAHMADI	
11.30 - 11.40	1	MARLINA	XII IPS 2
	2	MELATI PRINCIATI	
	3	NUR AYU NIANSIA	
	4	PUSPA	
	5	RUSTIA	
	6	SAFWA	
	7	SILVINA RESTI SURYANI	
	8	SOPITA	
	9	VIVI HURRIYANTI	
	10	WILMA	
11.40 - 11.50	1	WENDI	XII IPS 2
	2	ASTRI PEMATASARI	
	3	ASRIK	
	4	ATIRA	
	5	DEBRA NOVIYANTI	
	6	DITA PRATINI	
	7	ELKA APRILIANI	
	8	ESTIKRANTI	
	9	INDAH GITA CAHYANI	
	10	SEMA NAZRA	
11.50 - 11.55	1	IRIAN FAHIRA	XII IPS 3
	2	JULIANTI	
	3	KENI	
	4	NITA	
	5	RINDANI	
	6	RENDA PRASANTI	
	7	SEPTI TRIANZANI	
	8	TRENTIE VEROONICA	
	9	TRONANTI	
	10	PUTRI FITRIA	XI IPA 1



Gambar 3. Jadwal distribusi TTD (atas);
Proses pembagian dan konsumsi TTD bersama (bawah)

Kami juga mendapatkan wawasan baru tentang upaya peningkatan pengelolaan kantin sekolah kami. Setelah menerima pelatihan penguatan kantin sekolah tahun 2019 dari SEAMEO RECFON, kami memahami bahwa kantin juga dapat menjadi sarana untuk edukasi gizi. Selain itu, kami pun memahami bahwa peningkatan kualitas makanan yang dijual sama pentingnya dengan sanitasi maupun sarana kantin sekolah yang memadai. Untuk itu, peningkatan kualitas makanan di kantin sekolah menjadi perhatian utama kami saat ini. Para penjual makanan diberikan pengarahan mengenai pelaksanaan kantin sehat di sekolah, termasuk sanitasi dan jajanan sehat yang dijual di sekolah serta kami memasang, selain itu kami memasang papan informasi mengenai kandungan gizi makanan.

Kami ingin berbagi pengalaman dari pelaksanaan kegiatan NGTS di sekolah kami yang didasari oleh 2 praktik baik terkait kebijakan sekolah yang menjadi penguatan keberhasilan pelaksanaan program NGTS di sekolah kami dan kegiatan peningkatan literasi gizi yang melibatkan secara aktif peran guru dan siswa.



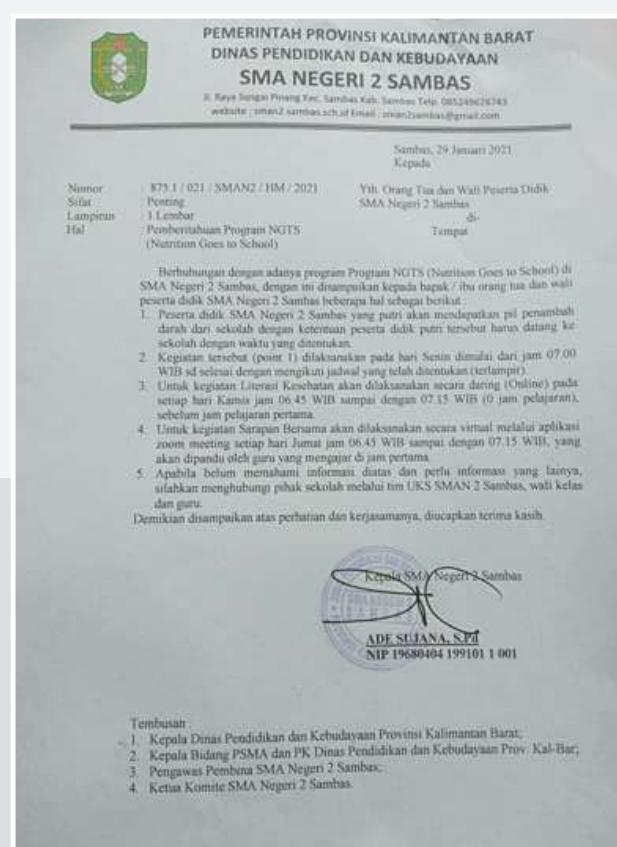
Praktik Baik 1: Kebijakan Sekolah sebagai Kekuatan Program

Pada program NGTS ini, kepala sekolah kami termasuk dalam perwakilan sekolah yang mengikuti Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja tahun 2018. Sejak awal beliau telah memahami pentingnya kesehatan dan kebugaran siswa. Dengan mengikuti pelatihan ini, beliau semakin yakin bahwa program NGTS, yang merupakan penguatan program UKS/M, sangat penting untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran siswa melalui praktik rutin di sekolah. Untuk itu, beliau selalu memberikan dukungan di setiap tahap implementasi program.

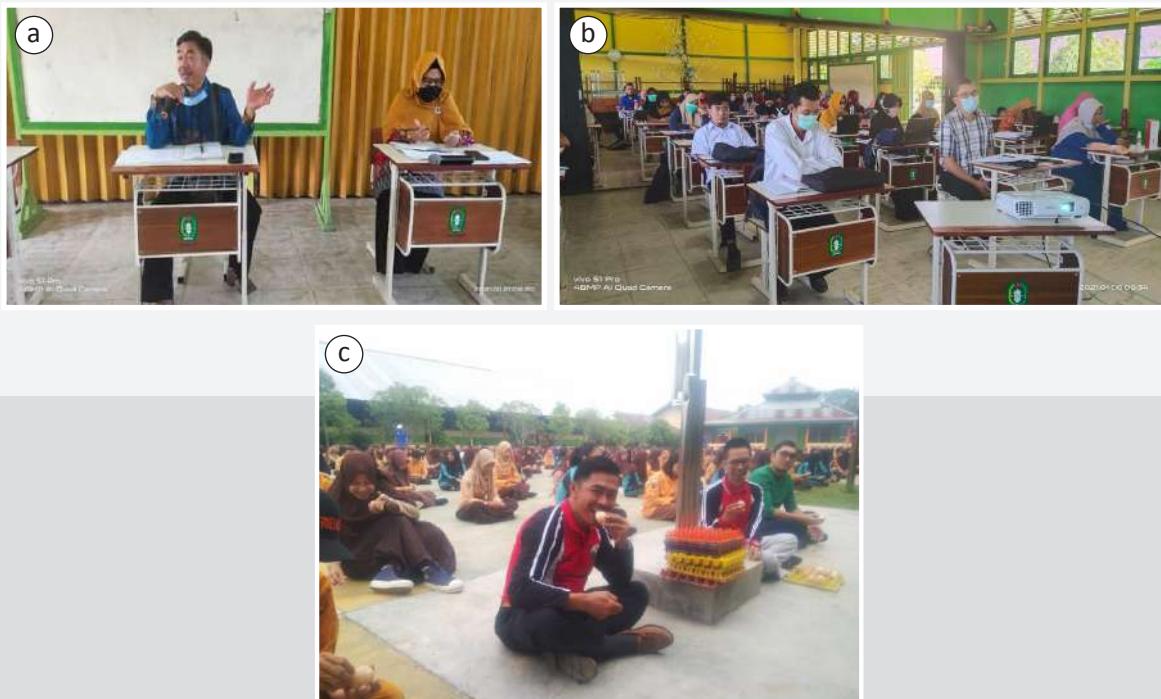
Dukungan kepala sekolah pada program NGTS terlihat melalui berbagai kebijakan dan aksi diantaranya 1) kebijakan tertulis, 2) kebijakan pendanaan, 3) keterlibatan dan kehadiran pada momen penting dan 4) adanya keleluasan bagi tim NGTS untuk mengatur waktu pelaksanaan kegiatan. Beliau juga menunjukkan komitmennya dengan mengupayakan sarana dan prasarana pendukung seperti perbaikan lahan untuk kebun sekolah, perbaikan sarana, dan penambahan berbagai informasi gizi di kantin sekolah.

Pada tahap perencanaan, kepala sekolah mengeluarkan surat tugas bagi tim guru yang ditugaskan menjadi tim NGTS. Selain surat tugas, beberapa kebijakan yang dibuat oleh kepala sekolah dibuat secara tertulis dalam bentuk Surat Keputusan (SK). Misalnya, kepala sekolah mengeluarkan Surat Keputusan program NGTS untuk dilaksanakan oleh seluruh warga sekolah. Surat Keputusan ini kemudian menjadi dasar bagi tim NGTS untuk berkoordinasi dengan guru yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan-kegiatan NGTS.

Pada tahap sosialisasi, kepala sekolah menyampaikan informasi awal mengenai program NGTS dan rencana pelaksanaannya kepada para guru melalui pertemuan khusus. Sosialisasi juga dilaksanakan kepada orang tua, dimana kepala sekolah berperan untuk menyampaikan program NGTS serta arahan yang perlu dilaksanakan oleh orang tua. Beliau juga menekankan harapan dan dukungan aktif orang tua dalam program NGTS. Saat kondisi BDR, sosialisasi program NGTS kepada orang tua dilaksanakan secara daring. Setelah sekolah memulai pembelajaran tatap muka (belajar dari sekolah – BDS), sosialisasi disampaikan secara tatap muka kepada orang tua siswa baru. Pada tahap pelaksanaan, kepala sekolah selalu berupaya menyempatkan waktu untuk meninjau atau ikut serta dalam beberapa kegiatan massal sekolah seperti senam dan sarapan bersama siswa.



Gambar 4. Surat Edaran Kepala Sekolah Perihal Penerapan Kegiatan NGTS di SMAN 2 Sambas



Gambar 5. Sosialisasi Program NGTS oleh Kepala Sekolah (a), Sosialisasi NGTS kepada Orang Tua Siswa (b), Keterlibatan Kepala Sekolah pada Kegiatan Sarapan Bersama (c)

Salah satu kegiatan NGTS di sekolah kami adalah penguatan kantin sekolah. Selain memperbaiki fasilitas, kami terus berupaya meningkatkan kualitas kantin sekolah secara bertahap melalui kesepakatan bersama dengan para penjual makanan. Sejak tahun 2021, kami telah membuat perencanaan untuk meningkatkan pengelolaan kantin menjadi lebih profesional. Salah satunya dengan membuat kesepakatan dengan penjual makanan, diantaranya penjual makanan bertanggungjawab untuk 1) memastikan kebersihan wilayah kantin termasuk kebersihan saluran pembuangan air limbah, 2) menambah variasi jenis makanan yang dijual (nasi rames dengan sayur, bakso, dan soto) atau menyediakan satu jenis makanan sehat (jus, puding, risoles isi sayur dll), serta 3) mengurangi penjualan minuman manis kemasan. Penjual makanan diberikan kesempatan untuk berdiskusi dengan pihak sekolah untuk mencari solusi terbaik terkait pengadaan makanan di kantin sekolah.



Gambar 6. Pengarahan dan Diskusi dengan Penjual Kantin Sekolah



Praktik Baik 2: Peningkatan Literasi Gizi oleh Guru dan Siswa

Dalam upaya peningkatan literasi gizi, sekolah kami membuat 2 kelompok kegiatan literasi. Kegiatan pertama adalah peningkatan literasi gizi melalui jam literasi dimana guru menjadi narasumber bagi siswa. Sesi literasi dilaksanakan setiap hari pada 30 menit pertama di awal pembelajaran, namun topik gizi dan kesehatan kami jadwalkan khusus setiap hari Rabu. Materi terkait penerapan protokol kesehatan di masa pandemi dan gaya hidup sehat juga disampaikan pada sesi ini. Integrasi topik gizi dan kesehatan ke dalam kegiatan literasi sekolah dikuatkan dengan adanya Surat Keputusan oleh kepala sekolah. Penyampaian topik gizi dan kesehatan pada jam literasi dilakukan oleh guru yang mengajar di jam pertama. Integrasi topik gizi dan kesehatan ke dalam kegiatan literasi sekolah dikuatkan dengan adanya SK kepala sekolah. Peningkatan literasi gizi di sekolah kami, dilaksanakan pada masa BDR maupun BDS.

Kegiatan kedua adalah peningkatan literasi gizi diluar jam pembelajaran melalui kegiatan ekstrakurikuler (ekskul) dimana siswa menjadi narasumber bagi siswa lain. Hal ini bertujuan agar siswa menjadi pihak yang proaktif menyampaikan pesan-pesan gizi. Kegiatan ini diberi nama “Literasi Kesehatan SMAN 2 Sambas (LIHATSMANDAS)”. Kegiatan LIHATSMANDAS ini terintegrasi dengan kegiatan ekskul Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) dan Pusat Informasi Anak Sambas (PINTAS). Kegiatan LIHATSMANDAS merupakan pertemuan rutin bagi siswa untuk mendapatkan materi-materi gizi dan kesehatan. Siswa yang terlibat dalam kegiatan ini terlebih dahulu mendapatkan materi dari guru pembina maupun narasumber dari luar sekolah. Mereka kemudian diberikan tugas sebagai duta untuk menyebarluaskan pengetahuan gizi dan kesehatan ke teman-temannya (edukasi teman sebaya).



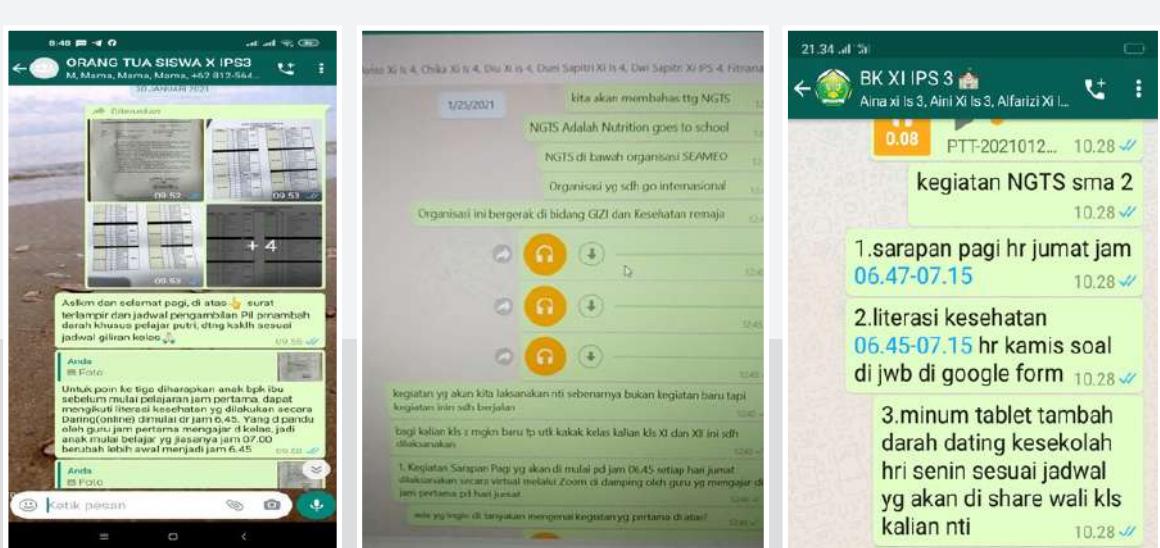
Gambar 7. Sesi Literasi Gizi di Ruang Kelas

Materi-materi disampaikan oleh para guru maupun siswa dengan berbagai cara dan media. Selain penyampaian materi secara langsung, materi juga disampaikan dalam bentuk tulisan, infografis, maupun video. Kegiatan peningkatan literasi gizi dapat dilaksanakan baik pada masa belajar dari rumah (BDR) maupun belajar di sekolah (BDS). Pada perencanaan awal, kegiatan peningkatan literasi gizi dilakukan secara tatap muka. Namun pada tahun 2020 di semester kedua, sekolah mendapatkan instruksi pelaksanaan BDR. Dalam kondisi ini, komunikasi dan aktifitas fisik sangat terbatas, sehingga



kami memutuskan kegiatan peningkatan literasi gizi hanya dilakukan oleh guru pada jam literasi secara daring. Sementara kegiatan para siswa di luar sesi kelas untuk sementara terhenti.

Selama masa pandemi saat BDR, selain berupa penyampaian materi, kami dapat melaksanakan lomba video literasi kesehatan yang dilakukan secara daring. Lomba ini bersifat individu. Video-video yang masuk dinilai oleh tim NGTS dan sebagai salah satu bentuk apresiasi, video yang layak tayang kami publikasikan di kanal YouTube sekolah.



Gambar 8. Pengumuman Kegiatan NGTS Kepada Orang Tua Siswa (kiri), Pengumuman Kegiatan NGTS Kepada Siswa (tengah, kanan)

Tantangan

Tantangan yang kami temui adalah mengajak siswa terlibat pada kegiatan NGTS. Beberapa siswa masih perlu didorong untuk ikut berpartisipasi aktif dalam kegiatan literasi kesehatan. Beberapa siswa masih malu untuk menyampaikan pendapat dan kesimpulan di depan teman-temannya. Kami juga memerlukan bantuan penyediaan materi gizi dan kesehatan dalam bentuk panduan, buku, infografis, atau media berbasis elektronik lainnya karena terbatasnya referensi materi yang kami miliki. Terbatasnya sinyal, kuota internet dan gadget juga menjadi tantangan kami dalam pelaksanaan kegiatan secara daring seperti sarapan virtual melalui Zoom.

Faktor Kunci Pelaksanaan Program NGTS

Dukungan serta komitmen kepala sekolah menurut kami menjadi faktor kunci berkembangnya program NGTS di sekolah kami. Kebijakan kepala sekolah secara tertulis efektif mendorong pelaksanaan program NGTS di sekolah kami. Adanya kebijakan ini memudahkan tim NGTS untuk mendapatkan dukungan dari guru maupun wali kelas dan menjadi dasar pengajuan pendanaan kegiatan sesuai kebutuhan.



Faktor kunci selanjutnya adalah kesediaan dan keterlibatan guru dalam pemberian materi gizi dan kesehatan. Dengan kekerabatan aktif ini, proses peningkatan literasi gizi lebih berkesinambungan. Terakhir, partisipasi aktif dari siswa dalam penyampaian pesan-pesan gizi menjadikan kegiatan literasi lebih dinamis diantara para siswa sekolah kami

Rencana Penguatan dan Pengembangan Program NGTS ke Depan

Program NGTS merupakan program yang akan terus kami laksanakan dan kami kembangkan sehingga manfaatnya dapat dirasakan oleh seluruh warga sekolah, keluarga, dan masyarakat sekitar sekolah. Saat ini kami sudah mengembangkan kegiatan pemeliharaan ikan lele. Berbekal hal ini, kami mengembangkan kebun gizi akuaponik dan budi daya kangkung dan lele dalam ember (BUDIKDAMBER). Kegiatan ini akan dilaksanakan oleh siswa di depan ruang kelas masing-masing. Upaya ini kami rencanakan untuk mendukung kegiatan untuk mendukung kegiatan sarapan sehat dalam upaya meningkatkan gizi siswa dan warga sekolah.

Program lain yang masih dalam proses persiapan adalah program peningkatan kualitas kantin. Pengelolaan kantin akan direvitalisasi dengan manajemen kantin yang baru. Saat ini para penjual di kantin telah diberikan informasi awal mengenai program revitalisasi kantin sehat sekolah. Harapan kami, dengan pengelolaan kantin yang baru, penyediaan makanan atau suplai pangan bagi siswa di sekolah pun lebih sehat, disukai siswa, dan tetap terjangkau.

Peran orang tua sebagai salah satu pemangku kepentingan sangat esensial dalam melakukan perubahan praktik gizi dan kesehatan siswa baik di sekolah maupun di rumah. Oleh karena itu, sekolah perlu menjalin komunikasi yang erat dengan orang tua untuk menggerakkan peran aktif mereka dalam kegiatan NGTS yang melibatkan para siswa. Jalinan kerjasama antara sekolah dengan orang tua siswa melalui komite sekolah saat ini sudah cukup kondusif, begitu pula koordinasi dengan pengawas sekolah, Cabang Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Barat dan Dinas Pendidikan Kabupaten Sambas.





Monitoring Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Secara Daring dan Edukasi Gizi Terjadwal di SMK Negeri 1 Tebas pada Masa Pandemi



Mengenal SMK Negeri 1 Tebas

Didirikan pada tanggal 28 Oktober 2008 di atas lahan seluar 17.400 m², sekolah kami berlokasi di Jl. H. Said Desa Tebas Sungai, Kecamatan Tebas, Kabupaten Sambas, Kalimantan Barat. Dengan bidang keahlian Teknik Komputer dan Informatika, pada awal pendirian kami hanya membuka satu kompetensi yaitu keahlian Teknik Komputer dan Jaringan. Memasuki tahun kedua, kami membuka kompetensi baru yaitu keahlian Rekayasa Perangkat Lunak. Seiring berjalannya waktu dan peminat yang semakin bertambah, kami kembali menambah kompetensi baru pada tahun ajaran 2019/2020 yaitu keahlian Multimedia. Dengan demikian kami memiliki 3 Jurusan yaitu Rekayasa Perangkat Lunak (RPL), Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ), dan Multimedia (MM) hingga saat ini.



Gambar 1. SMK Negeri 1 Tebas

Dalam melaksanakan pembelajaran, kami menggunakan kurikulum 2013. Di tahun ajaran 2020/2021, kami memiliki 633 orang siswa, 32 tenaga guru dan 3 orang tenaga kependidikan. Terkait dengan keahlian kami, pada tahun 2018 dan 2019 kami mendapatkan Juara 2 Lomba Kompetensi Siswa (LKS) SMK *Web Design* tingkat Provinsi Kalimantan Barat, serta pada tahun 2018 kami mendapatkan Juara 3 LKS *Graphic Design Technology* tingkat Provinsi Kalimantan Barat. Visi sekolah kami adalah Berbudaya, Berkualitas, Menguasai Iman dan Takwa (Imtak) dan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Iptek). Selain kegiatan belajar mengajar, terdapat kegiatan ekstrakurikuler (ekskul) yang mendukung keahlian jurusan bidang teknologi informasi (TI), olahraga, seni, dan bidang lainnya. Jenis kegiatan ekskul untuk bidang TI meliputi *Microcontroller* (robotik dan pemrograman), Study Club PANAS (jaringan komputer), dan Desain Web (pemograman dan desain web). Pada bidang olahraga terdapat



ekskul bola voli, futsal, bulu tangkis, tenis meja, dan pencak silat. Bidang seni memiliki ekskul berupa seni tari tradisional dan tari modern. Dan untuk bidang lain, terdapat ekskul menjahit, klub matematika (bernama Skakmat - Sekumpulan Anak Matematika), Pramuka dan Kerohanian Islam (Rohis).

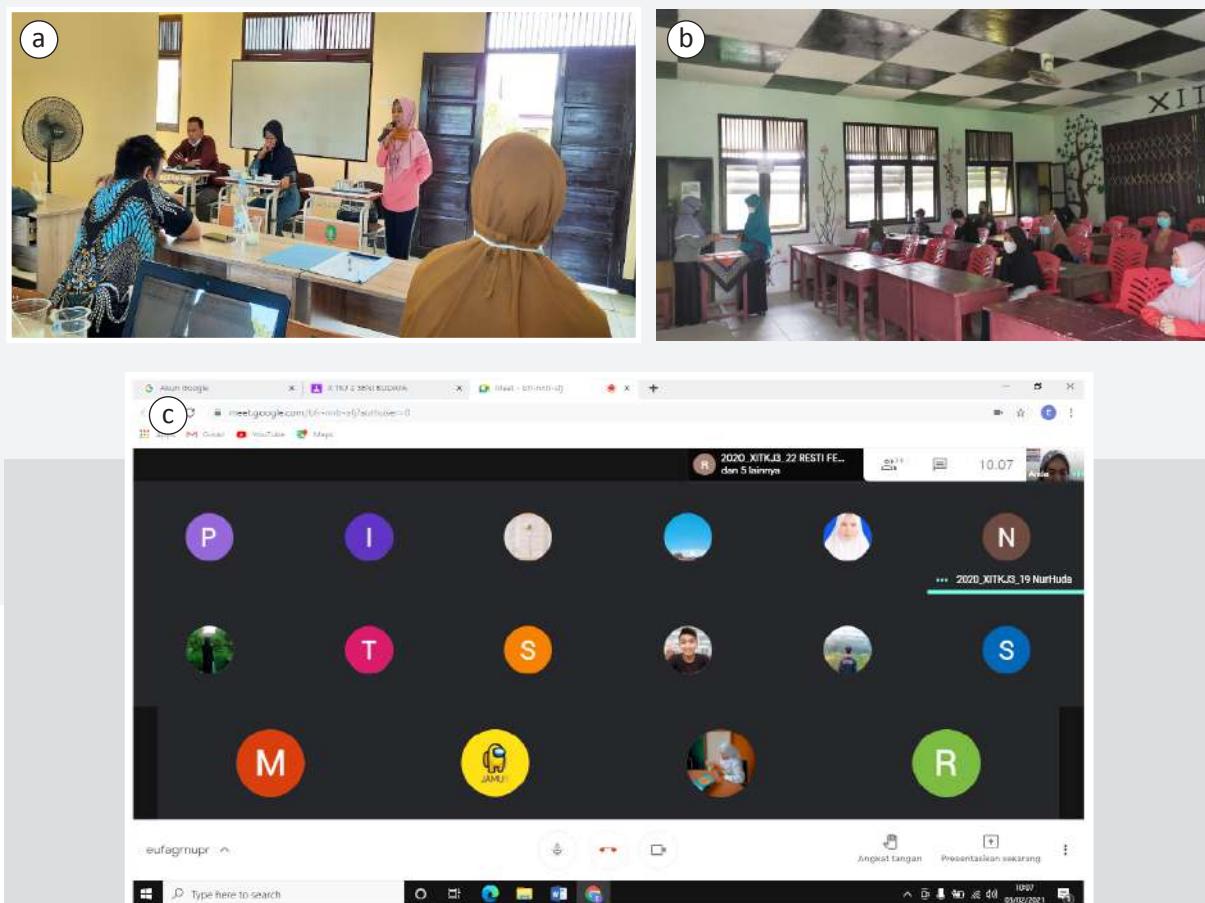
Implementasi Program NGTS di SMK Negeri 1 Tebas

Berawal dari keikutsertaan kami pada Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja bagi guru SMA/MA/ SMK dari SEAMEO RECFON, kami mulai mengenal program NGTS. atau Gizi untuk Prestasi. Pelatihan ini dilaksanakan secara daring bersama sekolah lain dari seluruh Indonesia pada bulan Agustus-September 2020. Kegiatan ini juga merupakan pembuka dari rangkaian kegiatan *blended learning* Sebagai tindak lanjut dari pelatihan daring ini, kami mendapatkan pelatihan lanjutan dan pendampingan yang dilakukan secara intensif, selama hampir satu tahun oleh SEAMEO RECFON dan Poltekkes Kemenkes Pontianak.

Kepala sekolah menunjuk beberapa guru untuk mengikuti pelatihan ini. Perwakilan guru yang ditunjuk kemudian menjadi tim pelaksana kegiatan NGTS. Setelah pelatihan, tim NGTS mulai membuat perencanaan berkoordinasi dengan pihak manajemen sekolah yaitu kepala sekolah dan wakil kepala sekolah bidang kurikulum.

Kami menyadari bahwa terdapat kemiripan antara program NGTS dan UKS/M yang sudah berjalan di sekolah kami. Misalnya, kami membuat kegiatan peningkatan literasi gizi dengan salah satu tujuannya untuk meningkatkan konsumsi Tablet Tambah Darah yang sudah cukup lama berjalan. Topik yang disampaikan pada sesi literasi gizi diantaranya adalah mengenai Anemia, dan Gizi Seimbang. Saat awal pandemi Covid-19 seluruh proses pembelajaran dilakukan dari rumah (BDR). Hal ini berdampak pada kegiatan kesiswaan dan ekstrakurikuler, seperti OSIS dan Pramuka, menjadi terhenti. Baik guru maupun siswa harus beradaptasi dengan proses pembelajaran jarak jauh selama pandemi. Namun demikian, kami mencoba menyiapkan beberapa kegiatan sekolah agar tetap berjalan. Rencana Tindak Lanjut (RTL) kami susun sebagai upaya peningkatan literasi gizi dan kebiasaan baik siswa melalui kegiatan edukasi gizi, pembiasaan aktivitas fisik berupa peregangan, dan monitoring pemberian tablet tambah darah (TTD) untuk remaja putri secara daring. Tim NGTS memutuskan untuk memilih kegiatan tersebut karena memungkinkan untuk dilaksanakan sesuai dengan kondisi pembelajaran yang dilaksanakan secara daring.

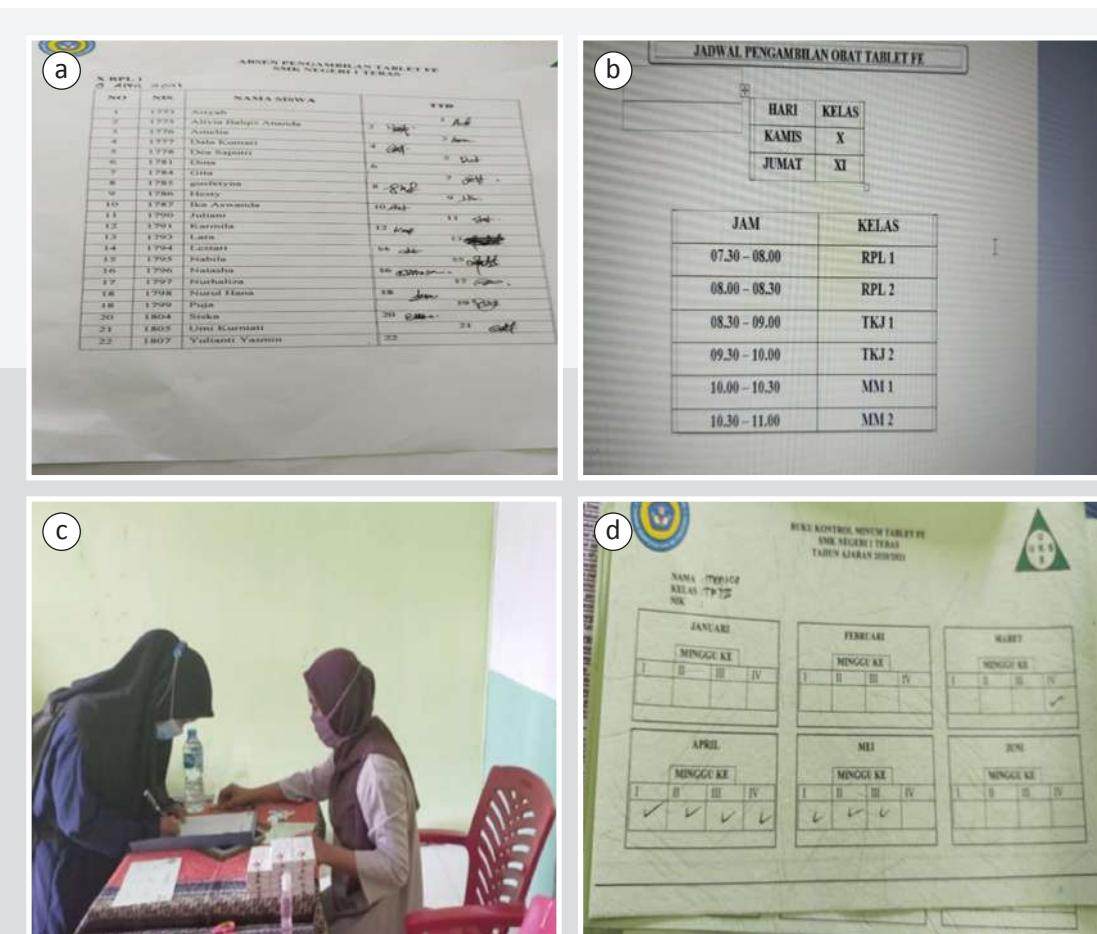
Sebelum pelaksanaan, kami melaksanakan kegiatan sosialisasi program NGTS kepada para guru dan wali kelas agar mereka dapat terlibat aktif dan mendukung program ini. Program NGTS juga diperkenalkan kepada seluruh siswa, baik kepada siswa lama maupun siswa baru. Pengenalan program NGTS kepada siswa lama dilaksanakan di pertengahan tahun ajaran pada pelaksanaan awal kegiatan NGTS. Sementara untuk siswa baru, program NGTS diperkenalkan saat masa pengenalan sekolah. Sedangkan bagi orang tua, kami membuat surat edaran dan melaksanakan pertemuan dengan mereka mengenai program NGTS.



Gambar 2. Sosialisasi Program NGTS kepada Guru (a), Orang tua (b) dan Siswa (c)

Praktik Baik 1. Monitoring Program TTD secara Daring

Setelah perencanaan dibuat dan disetujui oleh kepala sekolah, kegiatan mulai dilaksanakan. Kegiatan pemberian TTD untuk para siswi di sekolah kami telah berlangsung sejak tahun 2018 di bawah koordinasi pihak Puskesmas Kecamatan Tebas. Puskesmas melakukan penjadwalan pengiriman TTD ke sekolah melalui Guru UKS/M setiap awal semester. Setelah mengikuti pelatihan NGTS, kami mempelajari bahwa konsumsi TTD sangat penting untuk menurunkan risiko anemia pada remaja putri. Selama ini, kami belum menggencarkan konsumsi TTD pada siswi. Selain itu, pelaporan yang masih dilakukan secara manual dan belum berjalan dengan baik. Untuk meningkatkan konsumsi dan memastikan para siswi mengonsumsi TTD, kami mengembangkan sistem monitoring konsumsi TTD berbasis web (daring).



Gambar 3. Form pengambilan TTD (a), Jadwal pembagian TTD (b), Pembagian TTD oleh Guru UKS/M (c), Form konsumsi TTD (monitoring) (d)

Pada saat BDS di masa pandemi, Tablet Tambahan Darah didistribusikan serentak pada para siswi pada hari yang sama namun waktu yang berbeda. Pada proses ini kami bekerja sama dengan guru kelas dimana siswi kelas yang mendapatkan giliran pengambilan TTD boleh meninggalkan kelas. Pada saat BDR, kami membuat penjadwalan distribusi TTD untuk menghindari kerumunan. Siswi datang ke sekolah secara bergantian sesuai penjadwalan untuk mengambil TTD dengan mematuhi protokol kesehatan melalui pemeriksaan suhu tubuh, mencuci tangan dengan sabun, dan memakai masker. Distribusi TTD dilakukan setiap dua kali per minggu dan dibagikan per jenjang (kelas X dan XI), lalu dibagi per jurusan. Setiap jurusan dibagi menjadi 2 kelompok (Tabel 1). Khusus untuk kelas XII, mereka hanya diikutkan selama 3 bulan pertama karena harus mengikuti kegiatan Praktek Kerja Lapang (PKL) di luar sekolah. Program PKL merupakan program magang siswa SMK di berbagai perusahaan atau organisasi.

Pada pertemuan pertama pengambilan TTD, para siswi diberikan arahan mengenai teknis pendistribusian, cara mengonsumsi TTD dan pelaporan konsumsi TTD secara daring melalui Google Meet. Selain itu, kami menekankan agar siswi dapat bertanggung jawab dan memiliki kesadaran untuk mengonsumsi TTD secara rutin. Untuk meningkatkan kesadaran konsumsi TTD, kami memasukkan materi tentang pentingnya mengonsumsi TTD dalam mencegah anemia serta dampak anemia pada sesi edukasi gizi.

**Tabel 1.** Jadwal Pengambilan TTD di Sekolah selama masa Belajar dari Rumah

Kelas	JAM	Jurusan SMK
Kelas X: Rabu Kelas XI: Jumat	07.30 – 08.00	RPL 1
	08.00 – 08.30	RPL 2
	08.30 – 09.00	TKJ 1
	09.30 – 10.00	TKJ 2
	10.00 – 10.30	MM 1
	10.30 – 11.00	MM 1

Pada kegiatan pemberian TTD ini, kami menggunakan Google Classroom sebagai media monitoring konsumsi TTD pada siswi. Siswi wajib melakukan absensi secara daring setiap hari Sabtu atau membuat pernyataan terkait konsumsi TTD di minggu tersebut melalui Google Classroom yang kami periksa setiap minggu.

Praktik Baik 2: Peningkatan Literasi Gizi Siswa melalui Edukasi Gizi Terjadwal

Remaja memerlukan arahan dalam memilih dan menerapkan pola hidup sehat serta mencapai prestasi yang diinginkan. Dengan menerapkan pola hidup yang sehat, diharapkan hal ini dapat meningkatkan prestasi siswa secara akademik. Oleh karena itu, kami merencanakan kegiatan edukasi gizi bagi seluruh siswa. Kelas X dan XI mendapatkan sesi ini hingga akhir semester. Namun, seperti halnya pada kegiatan pemberian TTD, siswa kelas XII hanya dapat mengikuti kegiatan edukasi gizi selama 3 bulan pertama karena adanya kewajiban mengikuti program PKL dan ujian akhir sehingga waktu pembelajaran efektif menjadi terbatas.

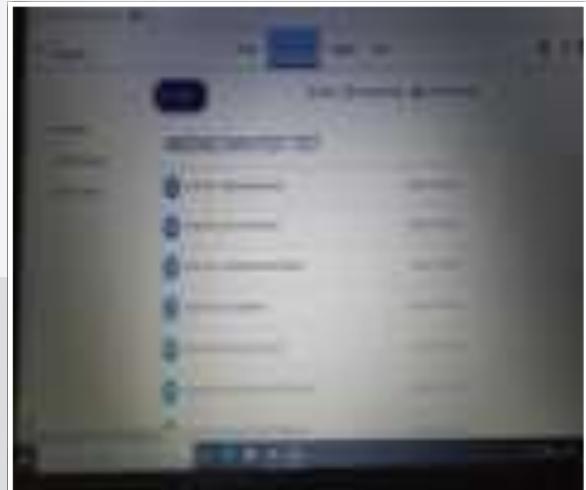
Skema pelaksanaan edukasi gizi yang disetujui oleh kepala sekolah berupa sesi pertemuan di kelas dengan jam pertemuan tersendiri. Edukasi gizi dilaksanakan setiap satu kali per minggu selama 30 menit. Dengan demikian, topik gizi dan kesehatan disampaikan seperti mata pelajaran lainnya. Dengan adanya jam tersendiri, materi gizi dan kesehatan menjadi lebih mudah disampaikan secara menyeluruh. Karena itu, kegiatan ini dianggap pembelajaran yang baik di sekolah kami. Detail kegiatan Edukasi Gizi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Jadwal Edukasi Gizi

Kelas	Jurusan	Hari	Jam Pelaksanaan	Tim Pelaksana
X	RPL, TKJ, MM	Selasa	09.30-10.00	Erdina, S.Pd
XI	RPL, TKJ, MM	Rabu	09.30-10.00	Nana Nirwana, S.Pd
XII	RPL, TKJ, MM	Sabtu	09.30-10.00	Erdina, S.Pd



Pelaksanaan edukasi gizi dibuat menjadi sesi kelas besar dimana siswa dari seluruh jurusan pada jenjang kelas yang sama menghadiri kegiatan ini secara daring melalui Google Meet. Materi yang disampaikan dipersiapkan dalam bentuk rencana ajar dengan topik yang bervariasi, seperti kesehatan remaja, pola hidup bersih dan sehat, bahaya merokok, penyakit diabetes, anemia, gizi seimbang, dll. Kami menggunakan modul NGTS sebagai referensi penyusunan rencana ajar. Modul ini sangat membantu kami dalam menyampaikan materi kepada para siswa.



Gambar 4. Edukasi Gizi melalui Google Meet dan Google Classroom

Kami memberikan kuis sebagai evaluasi kegiatan edukasi gizi melalui Google Classroom. Selain itu, pemberian kuis ini bertujuan untuk membuat siswa lebih memperhatikan materi yang diberikan sebelumnya. Seluruh siswa diwajibkan mengerjakan kuis dengan batasan waktu hingga pertemuan berikutnya. Informasi penggerjaan kuis diberikan disetiap akhir pertemuan. Dari pertanyaan yang kami sampaikan melalui kuis, terdapat peningkatan pemahaman siswa terkait topik gizi dan kesehatan. Hal ini diamati darinilai kuis yang selalu di atas standar yang telah ditetapkan yaitu 60.

Tantangan dan Inovasi Program NGTS

Dukungan para guru dan wali kelas merupakan salah satu faktor penting pemahaman program NGTS di sekolah kami. Meskipun program NGTS telah disosialisasikan, kami tetap memerlukan dukungan penuh para guru untuk pengembangan program NGTS kedepannya. Saat ini kami tetap mengupayakan sedikit demi sedikit, juga memberikan pemahaman kepada para guru mengenai pentingnya gizi dan kesehatan bagi para siswa, dan secara tidak langsung bagi para guru.

Hingga saat ini program NGTS belum disosialisasikan secara menyeluruh dan berkala kepada seluruh orang tua. Informasi terkait NGTS hanya disampaikan kepada orang tua saat pertemuan awal penerimaan siswa baru. Namun, kami menyadari bahwa orang tua berperan penting untuk memotivasi dan mendampingi siswa selama pembelajaran di rumah. Untuk memperkuat hal ini, sekolah menerbitkan surat permohonan kerjasama para orang tua dalam mendampingi dan memfasilitasi proses belajar termasuk kegiatan edukasi gizi baik dalam kondisi pembelajaran di sekolah maupun di rumah.



Dua kegiatan yang telah kami tuliskan di atas dapat dikatakan merupakan kegiatan inovasi kami. Pada kegiatan pemberian TTD, sebelumnya kami melakukan monitoring konsumsi TTD secara manual. Adanya kondisi BDR menyulitkan kan dalam melaksanakan monitoring ini. Menyadari pentingnya monitoring konsumsi TTD, kami mengembangkan bentuk monitoring secara daring berbasiskan web, sehingga kami bisa mendapatkan hasilnya dengan cepat. Selain itu, bagi kami memasukkan sesi edukasi gizi ke dalam jadwal Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) merupakan pencapaian yang sangat baik. Dengan pendekatan ini, materi gizi dan kesehatan dapat dipastikan tersampaikan dan inovasi pembelajaran dengan berbagai ajar dapat dibuat.

Faktor Kunci Pelaksanaan Program NGTS

Adanya pemahaman dan komitmen kepala sekolah yang ditunjukkan melalui kebijakan sekolah yang mendukung program NGTS merupakan salah satu faktor kunci dalam pelaksanaan program NGTS di sekolah kami. Kebijakan tersebut bertujuan agar warga sekolah mendapatkan pengetahuan gizi dan kesehatan di sekolah serta dapat mempraktikkannya secara rutin. Faktor lain yang berperan dalam suksesnya pelaksanaan program ini adalah kerja sama internal tim tim NGTS yang terlihat saat sesi diskusi maupun saling membantu satu sama lain selama pelaksanaan dan monitoring kegiatan. Faktor kunci lainnya yaitu terjalinnya komunikasi dan kerja sama yang baik dengan wali kelas selama pelaksanaan kegiatan NGTS. Laporan dan diskusi mengenai kegiatan NGTS di sekolah antara tim NGTS dengan wali kelas diadakan secara berkala melalui pertemuan rutin dan kegiatan informal. Hal ini ditujukan untuk meningkatkan motivasi, dukungan dan keterlibatan wali kelas secara konsisten dalam program NGTS.

Harapan dan Rencana Kedepan

Kami berharap kedua kegiatan ini dapat terlaksana secara berkelanjutan dengan dengan cakupan target kegiatan yang lebih luas. Disamping mempertahankan kegiatan yang telah berjalan, kami berencana untuk mengembangkan program NGTS dengan menambah komponen lainnya seperti kebun gizi di sekolah. Kami akan mengkaji lebih lanjut rencana integrasi yang sesuai dengan keahlian sekolah kami terkait pelaksanaan kegiatan kebun gizi. Kami berharap program NGTS di sekolah kami semakin maju dengan banyaknya variasi kegiatan yang dapat dilaksanakan. Tentunya kegiatan-kegiatan ini tetap mendukung promosi gizi dan kesehatan di sekolah melalui program UKS.

Terkait organisasi, pembagian tugas tim NGTS akan ditinjau ulang dengan tetap berkoordinasi satu sama lain. Kedepannya, kami akan bekerja sama dengan guru BK untuk menindaklanjuti tantangan yang dialami oleh siswa dengan tetap melibatkan wali kelas.



Kultum Gizi dan Pembiasaan Sarapan di Madrasah Aliyah Basiuni Imran Sambas, Kalimantan Barat



Profil Madrasah Aliyah Basiuni Imran

Madrasah kami merupakan bagian dari Pondok Pesantren M. Basiuni Imran Sambas yang memiliki berbagai jenjang madrasah mulai dari TK Islam, Madrasah Tsanawiyah (MTs) hingga Madrasah Aliyah (MA). Nama Pondok Pesantren M. Basiuni Imran diambil dari salah satu ulama besar yang sudah mendunia Muhammad Basiuni Imran. Pondok pesantren ini dirintis oleh Almarhum beserta masyarakat Sambas pada tanggal 2 September 1979 dengan harapan siswa yang bersekolah dapat mengikuti jejak beliau.

Madrasah kami berusia sama dengan Pondok Pesantren. Namun pada tahun 2010, madrasah kami berganti menjadi MAN 1 Sambas. Karena banyaknya permintaan dari para orang tua santri, madrasah kami mendapatkan ijin dari Kementerian Agama untuk kembali aktif sebagai entitas yang terpisah dari MAN 1 Sambas dan kembali menerima siswa pada tahun 2015. Saat ini madrasah kami menempati lahan seluas 5 hektar bersama dengan pondok pesantren dan MTs. Fasilitas yang kami miliki saat ini terdiri dari ruang kelas, perpustakaan, laboratorium, masjid, asrama, ruang UKS/M, dan fasilitas olahraga. Pada tahun ajaran 2021/2022 ini MA Basiuni Imran memiliki siswa sejumlah 156 orang di bawah bimbingan 21 orang guru. Sebagian siswa madrasah kami berasal dari santri pondok pesantren dan sebagian lainnya merupakan siswa yang bukan santri pondok pesantren.



Gambar 1. Sisi Depan Gedung Madrasah M. Basiuni Imran, Sambas



Program NGTS di Madrasah Kami

Madrasah kami mengenal program NGTS melalui program *blended learning* yang diawali dengan pelatihan daring bagi para guru sekolah/madrasah pada tahun 2020. Kegiatan dilanjutkan dengan penyusunan, pendampingan dan pelaksanaan Rencana Tindak Lanjut (RTL). Pada proses pendampingan, kami didampingi oleh tim dari Poltekkes Kemenkes Pontianak dan SEAMEO RECFON. Sebagai langkah awal, kami melaksanakan sosialisasi program NGTS kepada pihak yayasan dan pesantren. Setelah mendapatkan persetujuan dari yayasan dan pesantren, kami membentuk tim NGTS yang terdiri dari guru UKS/M dan guru olahraga yang sebelumnya telah mengikuti pelatihan. Bersama kepala sekolah dan wali kelas bidang kurikulum, tim NGTS menyusun RTL kegiatan selama satu tahun. Kami menyadari bahwa terdapat kemiripan antara program NGTS dan kegiatan UKS/M yang sudah berjalan di madrasah kami. Misalnya pada Trias UKS/M untuk Menciptakan Lingkungan Sekolah yang Sehat, madrasah kami memiliki kegiatan rutin membersihkan wilayah kelas dan pesantren. Pada program NGTS, kegiatan ini termasuk pada komponen PHBS sekaligus pelaksanaan aktifitas fisik. Untuk Trias Pelayanan Kesehatan, terdapat kegiatan pemberian tablet tambah darah dimana hal ini sejalan dengan komponen NGTS pada komponen edukasi gizi melalui pembiasaan. Dalam rangkaian diskusi perencanaan kegiatan, kegiatan NGTS kami rancang untuk memperkaya program UKS/M yang telah kami laksanakan selama ini. Terdapat dua kegiatan yang kami rancang untuk dilakukan pada masa belajar dari rumah (BDR) yaitu edukasi gizi secara daring dan konsumsi TTD. Selain itu, kami juga merencanakan beberapa kegiatan untuk dilaksanakan saat siswa melaksanakan pembelajaran tatap muka kembali, diantaranya senam bersama, pemberian TTD yang disertai dengan edukasi materi kesehatan, kultum gizi, dan pembentukan kader UKS/M, dan festival makanan.

Sebelum pelaksanaan, kami menyosialisasikan program NGTS kepada seluruh guru melalui rapat rutin agar mereka dapat terlibat penuh dan mendukung program ini. Sosialisasi dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin madrasah. Kemudian, sosialisasi dilanjutkan kepada orang tua/wali melalui grup WhatsApp siswa bersama wali kelas, mengingat saat itu proses pembelajaran dilakukan secara daring.



Gambar 2. Tim NGTS bersama Manajemen Madrasah



Pelaksanaan program NGTS di madrasah kami dimulai pada bulan Januari 2021 dalam kondisi BDR menyesuaikan anjuran pemerintah karena kondisi pandemi Covid-19. Setelah siswa mulai belajar di sekolah, beberapa kegiatan NGTS lainnya mulai dapat dilaksanakan. Dari beberapa kegiatan yang kami rencanakan, terdapat dua kegiatan yang kami unggulkan yaitu peningkatan literasi gizi melalui kultum gizi dan pembiasaan sarapan. Kedua kegiatan ini merupakan kegiatan rutin di madrasah kami dan menjadi lebih bermakna karena diperkaya dengan materi terkait gizi dan kesehatan yang kami dapatkan dari program NGTS.

Praktik Baik 1: Kultum Gizi

Berdasarkan perencanaan, salah satu bentuk edukasi gizi pada program NGTS dengan cara luring (belajar dari sekolah/BDS) adalah dengan memasukkan topik gizi dan kesehatan ke dalam kegiatan rutin madrasah yaitu Kuliah Tujuh Menit (Kultum) pada bulan Ramadhan. Kegiatan ini merupakan media penyebarluasan informasi yang disampaikan kurang lebih selama tujuh menit. Kultum disampaikan sebelum atau setelah sholat dan sebelum berbuka puasa bagi siswa madrasah kami yang menjadi santri di pondok pesantren.

Di bulan Ramadhan (April-Mei 2021), kegiatan kultum diberi tema “Kultum Gizi” yang diselenggarakan setiap menjelang waktu berbuka puasa dengan frekuensi satu kali dalam seminggu. Pengayaan topik pada kultum ini telah mendapatkan persetujuan dari Pimpinan Pesantren Basiuni Imran. Pelaksanaan kultum gizi terintegrasi dengan kegiatan kultum secara umum yang dilaksanakan oleh pihak pesantren dan madrasah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya makanan yang dikonsumsi setelah berpuasa agar memenuhi prinsip gizi seimbang. Materi pertama disampaikan oleh guru UKS/M dengan cara ceramah. Pada pertemuan selanjutnya dengan bimbingan guru UKS/M, perwakilan siswa diberikan tugas untuk menyampaikan materi kultum gizi. Kegiatan kultum ini dilakukan terpisah antara siswa dan siswi. Untuk siswi kegiatan dilakukan di aula asrama, sedangkan untuk siswa putra dilaksanakan di masjid. Kultum gizi oleh siswa/i ini termasuk dalam kegiatan ekstrakurikuler yang dikoordinasikan UKS/M yang juga terlibat sebagai tim NGTS serta penanggung jawab pondok pesantren untuk memastikan kegiatan dapat terlaksana dengan baik.



Gambar 3. Pelaksanaan Kultum Gizi Siswi MA Basiuni Imran



Kegiatan kultum dimulai dengan membaca doa yang dipimpin oleh pengasuh pondok. Kemudian, materi terkait gizi dan kesehatan disampaikan oleh guru UKS/M maupun perwakilan siswa. Sesi tanya jawab juga dilakukan di akhir kegiatan dengan memberikan pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Hal ini ditujukan untuk mengetahui pemahaman siswa.



Gambar 4. Pelaksanaan Kultum Gizi Siswa MA Basiuni Imran

Kegiatan kultum merupakan kegiatan yang wajib diikuti oleh seluruh siswa madrasah kami. Oleh karena itu, sesi ini merupakan kegiatan strategis untuk menyampaikan informasi maupun materi yang perlu diketahui kepada seluruh siswa. Waktu penyampaian materi dengan waktu yang relatif singkat memungkinkan siswa untuk fokus menyimak materi. Di sisi lain, hal ini juga merupakan tantangan tersendiri bagi kami. Namun, adanya persiapan materi yang matang dari guru maupun perwakilan siswa yang bertugas menjadikan kegiatan kultum ini sebagai sarana peningkatan pengetahuan yang baik bagi seluruh siswa.

Praktik Baik 2: Pembiasaan Sarapan sebagai Sarana Edukasi Gizi

Program NGTS memberikan penguatan bagi madrasah kami untuk melaksanakan kegiatan sarapan bersama yang disertai edukasi gizi sebagai kebiasaan baru. Kegiatan sarapan diikuti oleh seluruh siswa madrasah, baik yang berasal dari pondok pesantren maupun dari luar pondok. Kegiatan ini dibagi menjadi dua tahap. Tahap pertama adalah pengenalan siswa terhadap makanan bergizi sesuai dengan panduan Isi Piringku. Tahap kedua yaitu praktik pembiasaan sarapan. Kegiatan ini dirancang dengan menyesuaikan kondisi BDR karena situasi pandemi Covid-19.

Pada tahap pertama, tim guru UKS/M mempersiapkan materi mengenai makanan bergizi dan Isi Piringku dalam bentuk rekaman suara (*voice note*). Materi ini kemudian diberikan kepada para wali kelas untuk diteruskan kepada para siswa melalui grup Whatsapp. Siswa diminta untuk mempelajari materi tersebut dan memberikan ringkasan materi dalam periode waktu 1 minggu untuk dinilai oleh wali kelas. Wali kelas kemudian menilai hasil resume siswa. Penilaian ini menjadi bagian dari penilaian ekstrakurikuler literasi gizi.



Rentang Nilai Foto Isi Piringku

Letter Grade	Percent Grade
A	71-100
B	51-70
C	11-50
D	Tidak Mengumpulkan

Gambar 5. Foto Penugasan Sarapan Siswa bertema “Isi Piringku” (atas)
Penilaian Penugasan Sarapan Siswa (bawah)



Setelah sesi pemberian materi terlaksana, proses pembelajaran dilanjutkan dengan pemberian tugas kepada siswa untuk mengumpulkan foto mengenai menu sarapan mereka setiap minggu. Pengumpulan foto ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terkait konsumsi makanan sesuai dengan panduan Isi Piringku. Secara tidak langsung, pengumpulan foto ini bertujuan agar siswa terbiasa mengonsumsi sarapan di rumah. Seperti penugasan ringkasan materi, foto menu sarapan dikirimkan oleh siswa kepada wali kelas untuk dinilai sesuai dengan kriteria yang telah dibuat (Gambar 5). Kriteria penilaian dibuat dengan membandingkan menu sarapan siswa dengan panduan Isi Piringku yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Setelah pembelajaran tatap muka terbatas diperbolehkan untuk dilaksanakan, kegiatan sarapan bersama kami laksanakan setiap hari Sabtu. Namun kegiatan ini baru diikuti oleh siswa kelas XII sesuai dengan jadwal kehadiran secara bergiliran. Khususnya bagi siswa yang merupakan santri pondok pesantren, menu sarapan disediakan oleh pondok pesantren. Sedangkan bagi siswa yang berasal dari luar pondok pesantren, membawa bekal sarapan dari rumah.

Kegiatan literasi gizi dilakukan bersamaan dengan kegiatan sarapan bersama. Kegiatan ini dimulai dengan adanya pengarahan dan pembukaan acara sarapan bersama oleh kepala madrasah. Acara



kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh tim NGTS. Sebelum sarapan dimulai, terdapat sesi tanya jawab terkait materi yang sebelumnya diberikan kepada siswa untuk menggali pemahaman mereka. Manfaat yang kami rasakan dari kegiatan sarapan bersama adalah meningkatnya konsentrasi belajar pada siswa. Siswa yang rutin sarapan cenderung lebih fokus dalam menerima pelajaran dibandingkan saat kegiatan belum dilaksanakan.



Gambar 6. Sarapan Bersama Siswa Setiap Hari Sabtu

Adanya kegiatan sarapan bersama yang terintegrasi dengan literasi gizi sebagai kegiatan pembiasaan merupakan langkah tepat bagi kami untuk memastikan kegiatan berjalan dengan rutin. Terkait monitoring kegiatan, saat pembelajaran daring kami melakukan pemantauan melalui penugasan dan penilaian penugasan. Sementara, saat pembelajaran tatap muka terbatas, kami mengecek kehadiran siswa saat kegiatan sarapan bersama. Dengan langkah ini, pencatatan kegiatan dapat terlaksana dengan cukup baik.

Tantangan dan Inovasi Program NGTS

Beberapa tantangan yang kami alami khususnya pada saat pembelajaran dilaksanakan secara daring adalah sulitnya melibatkan seluruh siswa dalam kegiatan NGTS. Hal ini disebabkan karena koneksi internet yang tidak stabil, sehingga mengganggu pelaksanaan sarapan bersama. Kesulitan lain yang kami hadapi adalah beberapa siswa yang kurang aktif saat sesi tanya jawab, sehingga tingkat pemahaman siswa sulit untuk diketahui. Selain itu, kelelahan penggunaan gadget juga disampaikan oleh beberapa siswa. Upaya yang dilakukan madrasah kami dalam menghadapi tantangan tersebut adalah dengan memodifikasi penyampaian materi secara daring dengan lebih menarik, misalnya materi edukasi gizi disampaikan dalam bentuk poster dan video animasi, pembuatan kuis, serta apresiasi untuk siswa yang aktif sehingga siswa tidak jemu.



Dokumentasi dan monitoring program NGTS masih menjadi tantangan bagi sekolah kami. Monitoring yang kami lakukan belum tertata dalam bentuk dokumentasi yang baik. Saat ini kami baru melaksanakan dokumentasi seadanya, seperti membuat form kegiatan dan mengkoleksi foto dari beberapa sumber.

Faktor Kunci Pelaksanaan NGTS

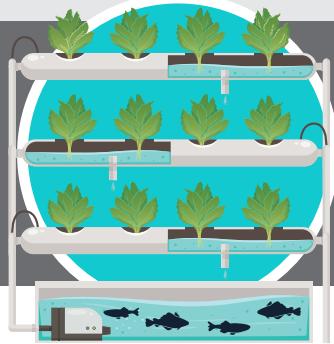
Adanya komitmen kepala madrasah merupakan salah satu kunci utama keberhasilan implementasi program NGTS. Madrasah kami merupakan bagian dari Pesantren Basiuni Imran, dimana kebijakan pesantren menjadi dasar kebijakan madrasah. Suatu program dapat menjadi program di madrasah kami apabila mendapatkan persetujuan dari pihak pesantren maupun yayasan berkenan dengan hal tersebut, sosialisasi serta mengkomunikasikan secara aktif program NGTS kepada pihak Pesantren dan Yayasan menjadi faktor kunci selanjutnya untuk terlaksananya program ini. Sosialisasi program NGTS dengan pihak pesantren sangat membantu kelancaran kegiatan di madrasah kami. Dengan adanya sosialisasi, kami dapat berdiskusi untuk mengidentifikasi potensi integrasi program NGTS di madrasah dengan kegiatan pesantren.

Rencana Pelaksanaan Program NGTS ke Depan

Upaya yang akan kami laksanakan untuk meningkatkan kegiatan yang sudah berjalan adalah dengan melibatkan pihak luar seperti puskesmas dan dinas kesehatan dalam pelaksanaan program NGTS di madrasah kami. Kami juga mengharapkan adanya bimbingan dari SEAMEO RECFON dan Poltekkes Kemenkes Pontianak secara berkelanjutan dalam mengatasi tantangan program NGTS di madrasah kami. Selain itu, kami juga akan meningkatkan pengelolaan manajemen program NGTS di madrasah kami, misalnya terkait dokumentasi kegiatan yang akan dirancang lebih lengkap dan rutin kedepannya. Saat ini kami juga merencanakan inovasi kegiatan dalam RTL periode mendatang. Salah satu kegiatannya yaitu kultum gizi yang akan dilaksanakan secara reguler 2-3 kali dalam sebulan (tidak hanya di bulan Ramadan). Kegiatan ini diintegrasikan dengan kegiatan kultum regular yang telah ada.



Dari Sarapan Sehat hingga Akuaponik: Praktik Baik NGTS di SMK Geo Informatika



Sekilas tentang SMK Geo Informatika

Sekolah kami berdiri pada tahun 2012 silam dan memiliki luas tanah 1840 m² yang berlokasi di Cihideung Ilir RT. 06 RW. 02 Desa Cihideung Ilir Kecamatan Ciampea, Kabupaten Bogor. Sekolah kami mempunyai dua jurusan atau peminatan yaitu Teknik Komputer dan Jaringan serta jurusan Teknik Geomatika yang terdiri dari 12 rombongan belajar. Saat ini kami memiliki 25 orang guru dan 325 orang siswa.

Pelaksanaan Program NGTS di Sekolah Kami

Program NGTS di sekolah kami diawali pada tahun 2017 melalui pemberian materi ajar gizi dan kesehatan untuk yang disisipkan di mata pelajaran Biologi dan sarapan bersama. Selanjutnya, pada tahun 2019, program NGTS di sekolah kami dilaksanakan secara intensif. Setelah perwakilan guru mengikuti pelatihan terkait gizi dan kesehatan, kepala sekolah menandatangani Surat Keputusan (SK) untuk penugasan tim NGTS untuk periode 2019-2022. Tim NGTS tersebut terdiri dari kepala sekolah selaku penasihat, kepala bidang kurikulum selaku penanggung jawab dan guru simulasi digital selaku wakil penanggung jawab dan sekretaris tim NGTS sekolah. Selain itu ada 3 orang guru yang ditunjuk sebagai anggotanya yaitu guru informasi teknologi (IT), guru pendidikan jasmani dan kesehatan (Penjaskes), dan guru teknik penulisan proposal dan laporan (TPPL).

Program NGTS yang kami rencanakan dituangkan dalam bentuk rencana tindak lanjut (RTL) yang mencakup berbagai kegiatan antara lain: 1) sarapan bersama; 2) edukasi gizi yang terintegrasi dengan pembelajaran Matematika, Penjaskes dan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA); 3) pengukuran tinggi dan berat badan setiap awal semester; 4) pembiasaan cuci tangan pakai sabun (CTPS); 5) aktivitas fisik dalam bentuk senam pagi bersama dan pembiasaan stretching atau peregangan sebelum mulai kegiatan belajar mengajar secara daring; 6) berkebun di sekolah; 7) penyediaan galon air minum isi ulang, dan 8) pemilihan duta gizi.

RTL tersebut dibahas dalam rapat kerja manajemen sekolah dan telah mendapat persetujuan dari kepala sekolah. Kemudian kami melakukan sosialisasi RTL program NGTS kepada siswa baru pada kegiatan masa pengenalan lingkungan sekolah (MPLS). Karena masih dalam situasi pandemi Covid-19, kegiatan sosialisasi dilaksanakan secara daring. Program NGTS sangat penting untuk menguatkan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di sekolah kami yang perlu lebih ditingkatkan pelaksanaannya. Secara komponen, program NGTS sangat terkait dengan program UKS. Misalnya pada trias pertama dan kedua mengenai pendidikan dan pelayanan kesehatan kami wujudkan melalui kegiatan edukasi gizi yang terintegrasi dengan beberapa mata pelajaran serta pelayanan kesehatan melalui pengukuran tinggi dan berat badan secara rutin. Selain itu pembiasaan CTPS, aktivitas fisik serta berkebun kami rencanakan dalam mendukung Trias UKS yang ketiga yaitu menciptakan lingkungan sekolah yang sehat.



Dari beberapa kegiatan yang kami rencanakan diatas, kegiatan sarapan bersama dan kebun sekolah merupakan dua kegiatan yang pelaksanaannya sudah berjalan sejak lama, bahkan kegiatan ini tetap dilaksanakan di sekolah selama masa pandemi. Selain itu, pembiasaan konsumsi makanan yang sehat melalui kegiatan sarapan bersama dan berkebun dapat meningkatkan rasa kebersamaan antara guru dan siswa. Kegiatan ini juga menjadi peluang bagi kami untuk menciptakan inovasi misalnya penentuan tema sarapan dan metode bertanam yang beragam. Inovasi ini penting supaya kegiatan dilaksanakan dengan cara yang menyenangkan. Tentunya kedua kegiatan ini dapat memberikan manfaat serta bekal bagi kehidupan siswa di masa mendatang. Melalui pembiasaan sarapan di sekolah, siswa diharapkan dapat memiliki pola makan yang baik saat dewasa. Melalui kegiatan berkebun, siswa juga dapat melatih *softskill* kewirausahaan serta rasa tanggung jawab akan lingkungan sekitarnya.

Praktik Baik 1: Yuk, Sarapan Bersama!

Sarapan bersama adalah kegiatan yang mengawali program NGTS di sekolah kami yang dilaksanakan pertama kali pada tanggal 17 Agustus 2017. Saat itu, kepala sekolah memberikan pengarahan mengenai pentingnya sarapan dan komitmen sekolah untuk melaksanakan kegiatan sarapan bersama secara rutin setiap tanggal 17 bagi seluruh siswa. Melalui kegiatan sarapan bersama, siswa diharapkan menjadi paham dan dapat mempraktikkan langsung edukasi gizi yang diterima dalam beberapa mata pelajaran. Sebelum sarapan dimulai, Duta Gizi juga memberikan motivasi terkait pentingnya sarapan dengan pengawasan dari guru koordinator NGTS. Di awal pelaksanaan, sebagian besar siswa hanya mengonsumsi gorengan dan nasi uduk sebagai menu sarapan. Namun, sejak pelaksanaan sarapan bersama ini berjalan rutin, menu sarapan siswa menjadi lebih bervariasi. Kegiatan ini secara perlahan berdampak positif yang terlihat melalui pola sarapan siswa yang lebih sehat, bergizi dan beragam.

Sebelum pandemi, teknis pelaksanaan sarapan bersama di sekolah kami cukup unik. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok berdasarkan urutan absensi. Masing-masing kelompok ditugaskan untuk membawa makanan sumber karbohidrat, protein, sayuran dan buah sesuai kesepakatan. Secara tidak langsung hal ini dapat memotivasi dan menumbuhkan rasa kebersamaan untuk saling membawa menu makanan yang sehat. Kegiatan sarapan bersama diawali dengan mengumpulkan siswa dan guru. Siswa menggunakan 3 atau 4 dahan daun pisang yang dijajarkan sebagai alas makanan untuk disantap siswa secara bersama-sama. Begitu pula dengan guru-guru, mereka saling berbagi menu masakan sehingga jenis makanan menjadi lebih variatif. Kami sangat menikmati momen kebersamaan dan variasi makanan yang beragam dalam kegiatan ini.

Untuk membuat siswa dan guru lebih bersemangat, kami memilih tema khusus untuk kegiatan sarapan bersama misalnya tema “sarapan non beras”, dimana siswa dan guru membawa sumber karbohidrat selain beras. Hal ini disambut gembira oleh guru dan siswa. Di awal pandemi, kegiatan sarapan bersama tidak dapat dilaksanakan selama beberapa bulan. Saat itu kami beranggapan pandemi akan segera berakhir. Namun, pandemi masih berlangsung hingga kini. Keadaan ini membuat kami perlu melakukan modifikasi pada kegiatan belajar mengajar termasuk kegiatan sarapan bersama.

Selama pandemi, kegiatan sarapan bersama dilaksanakan secara virtual melalui aplikasi Zoom Meeting. Kegiatan sarapan virtual diikuti oleh seluruh siswa mulai dari kelas X hingga kelas XII. Kegiatan ini dipandu oleh moderator yaitu koordinator NGTS dan Duta Gizi. Pada sesi awal sarapan virtual, duta gizi memberikan edukasi tentang pentingnya sarapan sehat. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan sarapan



bersama. Namun, karena kapasitas *zoom* saat itu masih terbatas sehingga tidak semua siswa dapat mengikuti kegiatan sarapan bersama secara virtual. Akan tetapi, hal ini tidak menyurutkan semangat kami untuk tetap mengadakan kegiatan sarapan bersama secara virtual.

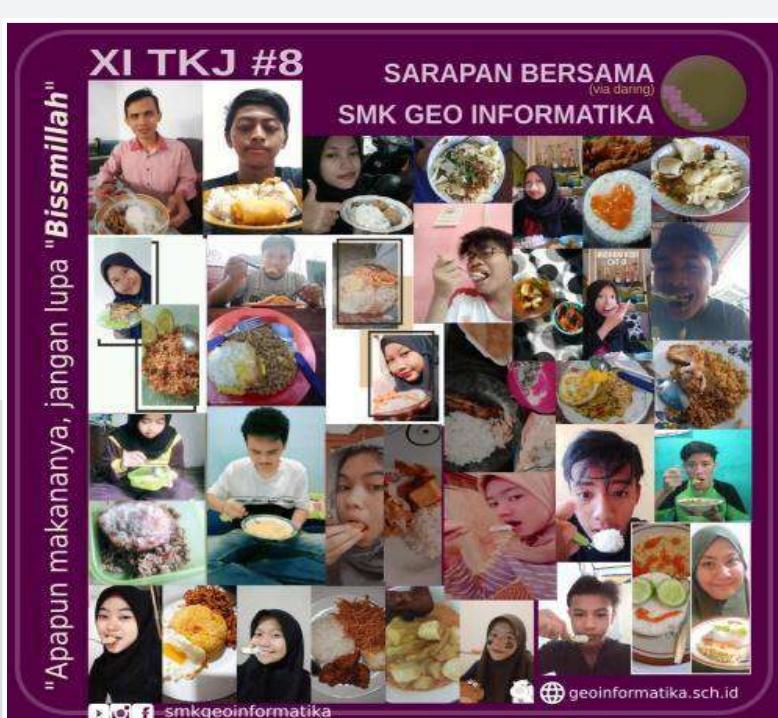


Gambar 1. Partisipasi Aktif Guru-Guru dalam Kegiatan Sarapan Bersama



Gambar 2. Siswa Sarapan Bersama di Kelas Masing-Masing

Kegiatan sarapan bersama secara virtual tetap dilaksanakan hingga beberapa bulan berikutnya. Kapasitas Zoom Meeting yang terbatas kami siasati dengan mengirimkan foto menu sarapan oleh siswa. Teknis pengumpulan foto diserahkan kepada wali kelas masing-masing. Beberapa wali kelas meminta siswa untuk mengunggah foto sarapannya melalui grup Whatsapp kelas, adapun sebagian wali kelas meminta siswa untuk mengunggahnya di media sosial siswa dan menandai wali kelasnya di foto tersebut. Foto tersebut dikumpulkan oleh wali kelas untuk diserahkan ke tim NGTS sebagai dokumentasi kegiatan.



Gambar 3. Pelaksanaan Sarapan Bersama secara Virtual



Praktik Baik 2: Berkebun Akuaponik di Sekolah: Panen Sayur dan Ikan Sekaligus

Selain kegiatan sarapan, sekolah kami berinovasi merancang kegiatan kebun sekolah dengan metode aquaponik. Kegiatan ini merupakan kelanjutan dari hasil pelatihan yang diselenggarakan oleh SEAMEO BIOTROP dan SEAMEO RECFON pada tahun 2018. Kegiatan berkebun ini diharapkan dapat mengasah jiwa kewirausahaan dan rasa tanggung jawab siswa. Kami memilih akuaponik menjadi salah satu metode berkebun sekaligus beternak karena implementasinya yang sangat mudah. Kami menerapkan metode aquaponik tanpa listrik dengan menggunakan alat yang sederhana yaitu ember berukuran 70 liter.

Setiap kelas dibagi menjadi dua kelompok yang masing-masing terdiri dari 15 orang. Selanjutnya, siswa secara sukarela mengumpulkan iuran untuk membeli alat dan bahan seperti ember, ikan lele, gelas aqua, kawat, bibit kangkung, arang, dan tisu. Kebetulan lokasi sekolah kami dekat dengan pembibitan ikan lele serta toko pertanian sehingga cukup memudahkan untuk membeli alat dan bahan tersebut.

Proses persiapan ember dan gelas aqua untuk media tanam kangkung dipandu oleh guru mata pelajaran simulasi digital yang terintegrasi dengan praktik pembuatan video dokumentasi. Setelah media aquaponik selesai disiapkan, bibit ikan lele dimasukkan dalam ember. Adapun bibit kangkung ditebar di gelas aqua. Siswa merawat tanaman secara bergiliran sesuai jadwal yang telah disusun bersama. Sumber dana perawatan kebun dan pakan ikan lele berasal dari dana sekolah sebagai bagian dari kegiatan pengembangan sekolah.



Gambar 4. Ember Hidroponik yang Berisi Ikan Lele dan Tanaman Kangkung



Gambar 5. Perawatan Tanaman oleh Siswa



Gambar 6. Panen Lele di Sekolah

Selama tahap pembibitan, siswa yang ditugaskan secara bergantian (piket) untuk memantau pertumbuhan bibit kangkung dan bibit ikan lele. Setelah kangkung tumbuh dan ikan lele sudah beradaptasi, diperlukan perawatan lanjutan dengan mengganti air dalam ember minimal seminggu sekali. Saat pembelajaran tatap muka, perawatan tanaman secara umum dilakukan pada saat mata pelajaran simulasi digital dan matematika. Sedangkan, untuk memberi pakan pada ikan lele dan perawatan kangkung dilakukan secara langsung oleh siswa setiap hari sesuai pembagian kelompok.



Selama masa pandemi, perawatan tanaman tetap dilakukan seminggu sekali pada saat pelajaran tersebut secara bergantian. Siswa yang datang maksimal hanya 4 orang untuk mengganti air dalam ember. Sementara untuk menyiram tanaman dan memberi pakan ikan lele setiap harinya dilakukan oleh guru piket.

Panen lele bisa dilakukan minimal tiga bulan sekali, namun di sekolah kami dilaksanakan setiap enam bulan sekali pada akhir semester. Kegiatan panen lele dilakukan bersamaan dengan pembagian rapor, sekaligus makan bersama dengan teman sekelas dan guru sebagai bentuk perayaan. Kegiatan panen kangkung dilakukan minimal sebulan sekali atau lebih. Panen dilakukan saat ada mata pelajaran yang terintegrasi dengan kebun sekolah. Kangkung biasanya dimasak di sekolah dan dimakan bersama oleh siswa.

Sejak bulan Juli 2020, sekolah kami juga mulai mengembangkan program kebun sekolah dengan metode tanam buah dalam pot (tabulampot). Kami mengundang narasumber dari SEAMEO BIOTROP sebagai narasumber webinar daring dalam rangka perayaan hari ulang tahun (HUT) sekolah yang mengusung tema implementasi kebun sekolah. Metode tabulampot ini sangat cocok bagi sekolah kami yang memiliki lahan terbatas sekaligus menjadi media pengenalan dan pembelajaran bagi siswa untuk dapat menanam buah dengan waktu panen yang relatif singkat.

Semangat dan Kreativitas Warga Sekolah sebagai Faktor Kunci Pelaksanaan Program NGTS

Siswa sangat antusias dan terlibat aktif pada pelaksanaan kegiatan NGTS di sekolah kami. Dalam kegiatan belajar mengajar, edukasi gizi telah terintegrasi dengan beberapa mata pelajaran yaitu pelajaran Matematika dan Simulasi Digital bagi kelas X dan XI dan TPPL serta mata pelajaran Statistika bagi kelas XII.

Sekolah kami juga memiliki Duta Gizi sejak tahun 2020. Duta Gizi inilah yang turut aktif mendukung sekolah kami dalam pelaksanaan program NGTS. Beberapa tanggung jawab duta gizi adalah memberikan edukasi dan motivasi terkait program NGTS kepada teman sebaya seperti kegiatan sarapan sehat serta membantu dokumentasi pencatatan data berat badan dan tinggi badan siswa kedalam format yang telah ditentukan. Dalam kegiatan akuaponik, Duta Gizi ikut memantau jika ada kelompok yang lalai melakukan perawatan kebun sekolah.

Khususnya untuk kegiatan berkebun, adanya jadwal piket yang disusun bersama selama proses pembibitan hingga perawatan tanaman di kebun sekolah merupakan salah satu faktor kunci pelaksanaan kegiatan berkebun di sekolah kami. Siswa kami libatkan untuk menyusun jadwal piket sesuai dengan kesediaan waktunya. Selain itu, kami menggunakan alat dan bahan yang mudah ditemukan dengan harga yang relatif terjangkau sebagai media tanam sehingga tidak memberatkan siswa. Kami juga mempersiapkan *reward* bagi siswa yang terlibat aktif dalam perawatan kebun akuaponik. Siswa yang aktif akan mendapat apresiasi nilai keterampilan mata pelajaran matematika tanpa ada remedial.

Dalam pelaksanaan program, kami juga berupaya untuk melibatkan orang tua siswa. Tim kurikulum sekolah bertugas untuk menyampaikan program gizi yang telah disusun oleh sekolah pada saat rapat orang tua siswa. Pada kegiatan tersebut, sekolah memaparkan program terkait gizi.



Selain itu, kami juga mengimbau orang tua siswa melalui grup Whatsapp. Harapan kami, orang tua dapat mendukung siswa dan terlibat aktif pada kegiatan NGTS di sekolah dan di rumah. Salah satu keterlibatan orang tua terlihat pada kegiatan sarapan dengan mempersiapkan menu sarapan yang beragam bagi siswa.

Pemantauan Program NGTS

Meskipun UKS di sekolah kami belum terbentuk secara formal dan terstruktur, namun kami berharap melalui kegiatan NGTS ini dapat membantu meningkatkan kesehatan dan status gizi siswa, sebagaimana salah satu tujuan UKS. Untuk mendokumentasikan perkembangan program gizi yang telah kami capai, kami memiliki lembar indikator pemantauan perilaku dan status gizi siswa. Setiap rapat kerja guru per semester, lembar indikator tersebut digunakan untuk mengevaluasi dan mencari solusi dari tantangan yang ditemukan selama pelaksanaan NGTS.

Lembar Pemantauan Perilaku Siswa.

NO	Perilaku	Perubahan			
		Belum berubah	Proses	Sudah	Lain-lain
1	Sarapan Sehat				
2	Merokok				
3	Jajanan tak sehat				
4	Penggunaan Wadah Plastik				
5	Cuci Tangan dengan Benar				
6	Kegiatan Fisik				



Setiap siswa diwajibkan mengisi lembar indikator pemantauan status gizi dan pemantauan perilaku setiap 6 bulan sekali. Lembar indikator dikumpulkan ke wali kelas masing-masing, kemudian dikumpulkan ke tim NGTS. Di samping lembar indikator, kami juga menyiapkan lembar dokumentasi agar setiap kegiatan memiliki dokumentasi dan arsip yang rapi. Berikut merupakan contoh lembar pemantauan status gizi di sekolah kami:

PEMANTAUAN STATUS GIZI SISWA SMK GEO INFORMATIKA					
NAMA					
Kelas					
NO	Waktu	Status Gizi			
		BB	TB	BMI/IMT	Perlu diperhatikan
1	Semester 1				
2	Semester 2				
3	Semester 3				
4	Semester 4				
5	Semester 5				
6	Semester 6				

Bila ditemukan siswa dengan status gizi kurang atau berlebih (*overweight*) maka koordinator NGTS memberikan catatan agar siswa tersebut menjaga pola makan lebih sehat dan dianjurkan untuk berkunjung ke puskesmas untuk dilakukan pemeriksaan lebih lanjut.

Atasi Rintangan dan Cerita Baik NGTS di Sekolah Kami

Bukan karena tiada tantangan yang membuat kami optimis, tetapi karena kami optimis maka tantangan menjadi tiada. Tidak mudah melaksanakan program yang tidak secara langsung berhubungan dengan sesi pembelajaran. Terlebih jika dalam pelaksanaannya, tidak ada umpan balik yang bisa dirasakan secara langsung.

Dalam pelaksanaan program NGTS, sekolah kami masih menghadapi beberapa tantangan, diantaranya:

1. Tidak semua guru mendukung dan terlibat secara konsisten pada program NGTS. Kami meminta dukungan kepala sekolah untuk terus memotivasi dan mengingatkan guru tersebut bahwa NGTS telah menjadiprogram sekolah. Sekolah kami juga berupaya mengintegrasikan



program NGTS ke kegiatan tahunan sekolah (MPLS, Geo Event). Geo event merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk memperingati ulang tahun sekolah. Selama dua tahun terakhir, pelaksanaan MPLS telah terintegrasi dengan edukasi gizi. Dalam kegiatan Geo event kami mengimplementasikan komponen NGTS melalui kegiatan aktivitas fisik (jalan sehat) dan sarapan bersama serta lomba membuat video bertema kebun sekolah. Selain diikuti oleh siswa kami, kegiatan ini juga melibatkan sekolah tingkat SMP di sekitar sekolah kami.

2. Beberapa siswa lupa dengan jadwal kegiatan NGTS yang ditentukan karena hari libur sekolah. Hal ini kami siasati dengan mengingatkan siswa lewat WhatsApp grup kelas (melalui wali kelas) dan grup Whatsapp angkatan (melalui Admin Geo).

Selama kurang lebih 4 tahun melaksanakan program NGTS, kami mendapatkan banyak pengetahuan dan teman baru. Misalnya siswa kelas XII yang sedang melakukan praktik belajar lapangan (PBL) tetap membiasakan sarapan bersama meskipun tanpa diawasi oleh guru dan wali kelasnya. Beberapa orang tua bahkan ikut mengimplementasikan berkebun di rumah dengan metode aquaponik. Semua pengalaman dan praktik baik ini tidak lepas dari dukungan SEAMEO RECFON, SEAMEO BIOTROP dan Puskesmas Cihideung Udik. Puskesmas telah mendistribusikan tablet tambah darah (TTD) dan sesekali mengadakan pelatihan terkait anemia dan TTD di sekolah kami. Kami juga mendapatkan akses untuk mengundang petugas puskesmas pada beberapa kegiatan di sekolah baik sebagai narasumber, juri maupun dukungan lainnya.

Ke depannya, kegiatan sarapan akan terus dilaksanakan dan menjadi program andalan sekolah kami. Supaya lebih semarak, kami akan merencanakan tema sarapan dan memberikan bentuk apresiasi lainnya bagi siswa yang memenuhi syarat. Variasi tanaman di kebun aquaponik juga akan terus dikembangkan dengan menambahkan tanaman hias, sayuran dan buah yang memiliki waktu panen yang singkat.

Kami berencana mengundang SEAMEO BIOTROP dan SEAMEO RECFON untuk terlibat sebagai narasumber dalam berbagai kegiatan sekolah. Selain itu, kami juga berencana menambahkan kegiatan aktivitas fisik berupa pembiasaan jalan sehat seminggu sekali untuk seluruh kelas dan guru. Kami juga akan menyampaikan hasil pemantauan status gizi kepada orang tua siswa pada saat pembagian rapor atau rapat orang tua. Rencana lainnya adalah mengundang pihak puskesmas untuk memberikan edukasi gizi terkait anemia, konsumsi TTD, dan PHBS.



Mencegah Masalah Gizi pada Siswa di SMK Farmasi Galenium dengan Pengukuran Rutin Status Gizi dan Makan Bersama



Tentang Sekolah Kami

Sekolah kami, SMK Farmasi Galenium berdiri pada tahun 2008 yang berlokasi di Jalan Raya Cibanteng, Ciampea, Kabupaten Bogor. Kami hanya mempunyai satu jurusan atau peminatan yaitu farmasi dengan kompetensi keahlian farmasi klinis dan komunitas. Jumlah siswa pada tahun 2021 mencapai 122 orang yang terdiri dari 19 siswa dan 103 siswi, sedangkan jumlah guru sebanyak 20 orang.

Sekolah kami telah bekerjasama dengan sejumlah instansi antara lain dengan Puskesmas Cihideung Udk yang mencakup kegiatan penyuluhan kesehatan, Praktik Kerja Lapangan (PKL), kegiatan vaksinasi dan pemberian tablet tambah darah (TTD) untuk siswa sejak tahun 2018. Selain itu, kami telah bekerja sama dengan Fakultas Ekologi Manusia (FEMA) Institut Pertanian Bogor (IPB) dalam bentuk konsultasi gizi kepada siswi pada tahun 2018.

Melangkah Pasti dengan Perencanaan dan Sosialisasi

Program NGTS terlaksana lebih intensif setelah perwakilan guru mengikuti Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja pada tahun 2019. Selama pelatihan, kami diberikan petunjuk teknis untuk menyusun rencana tindak lanjut (RTL) untuk pelaksanaan NGTS di sekolah kami. Saat itu, RTL yang kami susun meliputi kegiatan makan siang bersama setiap hari Jumat, lomba menanam sayuran di pot dalam rangka memperingati Hari Kemerdekaan Republik Indonesia, pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan aktivitas fisik berupa senam pagi bersama.



Gambar 1. Peserta dan Narasumber "Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja bagi Guru" Bulan Juli 2019



Seiring berjalan waktu, kegiatan yang kami rencanakan pun bertambah diantaranya integrasi edukasi gizi ke dalam mata pelajaran, sarapan bersama, pemberian TTD dan penyuluhan anemia, menanam sayur secara hidroponik dan pengelolaan kegiatan terkait NGTS melalui media sosial.

Saat pandemi Covid-19, beberapa kegiatan dimodifikasi menjadi metode daring, misalnya makan siang secara virtual dan berolahraga di rumah. RTL yang telah kami susun kemudian disosialisasikan ke warga sekolah seperti ke manajemen sekolah, orang tua dan siswa. Kegiatan tersebut merupakan wujud dari komitmen para guru pada program NGTS yang terus berjalan hingga saat ini.



Gambar 2. Kegiatan Tari Tradisional
(Aktivitas Fisik di Rumah)



Gambar 3. Lomba Menanam Sayur dalam Pot

Integrasi kegiatan edukasi gizi telah dilaksanakan di sekolah kami pada mata pelajaran Biologi. Pada kegiatan pembelajaran tersebut siswa diberikan pemahaman bahwa tubuh membutuhkan energi agar setiap organ tubuh dapat berfungsi dengan baik. Selain itu siswa juga diberikan pemahaman tentang dampak negatif obesitas, anemia, dan memiliki konsep citra tubuh yang kurang baik. Supaya semakin menarik, kami juga mengadakan kegiatan debat antar siswa mengenai topik Pentingnya Sarapan bagi Remaja di mata pelajaran Biologi. Integrasi edukasi gizi juga terdapat pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dan mata pelajaran Seni Budaya yang terkait dengan aktivitas fisik yaitu melakukan tari tradisional di rumah.





Gambar 4. Kegiatan Debat Kelas XI mengenai "Pentingnya Sarapan"

Diantara kegiatan yang telah kami rencanakan, pengukuran status gizi dan makan siang bersama merupakan dua kegiatan yang telah dilaksanakan dengan rutin di sekolah kami. Kegiatan pengukuran status gizi dan makan siang bersama juga saling terkait satu sama lain. Melalui kegiatan pengukuran tinggi dan berat badan secara rutin, kami dapat mengetahui secara umum gambaran status gizi siswa dan merencanakan kegiatan di sekolah untuk menanggulangi masalah gizi. Salah satunya melalui kegiatan makan siang bersama. Kegiatan ini merupakan upaya yang dilaksanakan oleh sekolah untuk menurunkan angka obesitas pada siswa. Meskipun obesitas pada siswa masih ditemukan hingga saat ini, namun dengan adanya pembiasaan makan siang sesuai dengan pedoman gizi seimbang, secara bertahap diharapkan dapat mempengaruhi status gizi siswa. Selain menyenangkan, siswa juga dapat menerapkan secara langsung pengetahuan mereka tentang gizi seimbang saat sesi makan siang bersama.

Praktik Baik 1: Pengukuran Status Gizi

Pengukuran status gizi secara rutin sangat penting untuk memantau status gizi agar risiko mengalami gizi lebih maupun gizi kurang dapat diketahui sedini mungkin sehingga dapat dilakukan pencegahan. Pemantauan status gizi merupakan bagian dari empat pilar gizi seimbang.

Sejak tahun 2018, data pengukuran berat badan dan tinggi badan siswa dimasukkan ke dalam data periodik siswa dalam Data Pokok Pendidikan (DAPODIK). Pengukuran status gizi dilakukan secara rutin kepada seluruh siswa setiap tahun ajaran baru. Data ini selalu diperbarui dalam DAPODIK sekolah dan dapat diakses setiap saat oleh operator sekolah. Dari hasil pengukuran status gizi di sekolah kami, setiap tahunnya ditemukan kejadian obesitas pada siswa sekitar 10%.



Gambar 5. Pengukuran Berat dan Tinggi Badan Siswa sebagai bagian dari Pemantauan Status Gizi

Sebelum pandemi, pengukuran status gizi tersebut dapat dilakukan dengan mudah tanpa ada kendala. Namun saat pandemi, pengukuran berat badan dan tinggi badan diatur dalam beberapa sesi agar tidak menimbulkan kerumunan di sekolah. Sebanyak 18 orang siswa yang diukur tinggi dan beratnya dalam setiap sesi, mengakibatkan kegiatan pengukuran status gizi baru dapat selesai setelah beberapa hari. Kegiatan tersebut dilakukan di ruang UKS sekolah secara bergiliran. Siswa, khususnya anggota Palang Merah Remaja (PMR) diberi peran dan tanggung jawab untuk melakukan pengukuran secara bergantian. Mereka juga menginput data berat badan dan tinggi badan siswa dalam formulir menggunakan microsoft excel yang telah disediakan oleh koordinator program NGTS. Selanjutnya dilakukan perhitungan indeks massa tubuh (IMT) secara otomatis di formulir tersebut. Hal ini sangat memudahkan proses analisis hasil pengukuran status gizi siswa.

Hasil dari analisis pengukuran status gizi tersebut dilaporkan ke pihak Puskesmas setempat. Bila ditemukan siswa dengan status gizi yang lebih maupun kurang, siswa tersebut diberikan motivasi dan saran oleh wali kelas agar dapat menerapkan gizi seimbang baik terkait asupan makan maupun aktivitas fisik.



Praktik Baik 2: Serunya Makan Siang Bersama

Tahap persiapan kegiatan makan siang bersama dilakukan dua hari sebelum pelaksanaannya. Pada tahap ini, peran wali kelas sangat penting karena wali kelas dan siswa harus menyepakati menu dan membagi tugas penyiapan menu makan siang. Sebelumnya, wali kelas dan siswa juga telah mendapatkan sosialisasi untuk kegiatan ini. Menu makan siang yang disusun disarankan dapat memenuhi pedoman gizi seimbang dengan mengacu pada “Isi Piringku”.

Pertama, wali kelas melakukan diskusi dengan siswa untuk penentuan menu makan siang. Kemudian, wali kelas memandu siswa untuk dibagi menjadi empat kelompok yang akan bertugas menyiapkan makan siang bersama. Tugas rutin wali kelas adalah memasak nasi dan sayuran. Sementara tugas siswa membawa lauk pauk dan buah dari rumah. Setiap siswa melakukan iuran sebanyak Rp.2.000,-/hari dalam bentuk tabungan kelas. Sebagian dana tersebut digunakan untuk membeli bahan makanan yang diperlukan untuk kegiatan makan siang bersama. Kegiatan makan siang bersama tidak lepas dari pendampingan orang tua di rumah, baik untuk penyiapan bahan makanan dan pengolahannya.

Kami menggunakan ruang kelas sebagai ruang untuk makan siang bersama. Sebelum makan, siswa diwajibkan mencuci tangan di tempat cuci tangan sebagai bentuk praktik PHBS. Wali kelas atau guru lain akan menjelaskan manfaat dari menu makan siang hari itu lalu dilanjutkan dengan makan siang bersama.

Dalam kegiatan makan siang bersama, siswa belajar memahami keanekaragaman makanan, kandungan gizi, serta anjuran mengonsumsi sayur dan buah. Kami juga mengedukasi siswa untuk mengurangi asupan gula, garam, dan lemak karena dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas dan hipertensi. Siswa dianjurkan untuk mengonsumsi air putih dalam jumlah yang cukup.

Kegiatan makan siang bersama ini dipantau oleh tim monitoring NGTS sekolah dan dilaporkan kepada kepala sekolah. Tiap pelaksanaan dibuat dokumentasinya dan daftar hadir siswa dari setiap kelas.



Gambar 6. Kegiatan Makan Siang Bersama



Selama pandemi Covid-19, pelaksanaan kegiatan makan siang bersama tetap kami lakukan secara virtual menggunakan aplikasi Google Meet. Sayangnya, kegiatan makan siang bersama secara virtual ini belum diadakan secara rutin dan hanya diikuti oleh kelas X saja. Salah satu kendala yang kami hadapi selama pandemi adalah kuota internet yang terbatas untuk siswa.

Kegiatan makan siang virtual ini tentunya tidak dapat terlaksana tanpa bantuan orang tua siswa. Oleh karena itu, sebelum hari-H pelaksanaan, kami berkoordinasi melalui grup WhatsApp siswa untuk menyampaikan ke orang tua masing-masing untuk mempersiapkan menu makan siang. Pada pelaksanaan makan siang virtual bersama, siswa diminta menunjukkan menu makan siangnya dan menjelaskan kandungan gizi yang terdapat pada menu tersebut. Kegiatan ini bertujuan untuk mengevaluasi dan memberi pemahaman gizi seimbang pada siswa. Siswa dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang beranekaragam, banyak makan sayuran hijau dan buah-buahan berwarna.



Gambar 7. Makan Siang Virtual "Isi Piringku"

Faktor Kunci dan Tantangan Program NGTS

Secara umum, kegiatan yang kami rencanakan dapat berjalan lancar karena adanya keterlibatan dari seluruh warga sekolah. Adanya sosialisasi RTL kegiatan NGTS kepada seluruh warga sekolah merupakan faktor kunci pelaksanaan program NGTS di sekolah kami. Dalam kondisi pandemi, orang tua juga kami libatkan melalui sosialisasi yang diinfokan melalui grup WhatsApp. Dengan adanya sosialisasi, misalnya pada kegiatan makan siang bersama, baik wali kelas maupun orang tua dapat mempersiapkan menu makan siang secara matang.



Namun, tentu saja ada beberapa kendala yang kami hadapi selama melaksanakan program NGTS. Kendala yang kami hadapi antara lain:

1. Tingkat literasi guru tentang program NGTS belum sama. Hal ini karena tidak semua guru ikut pelatihan NGTS yang diadakan SEAMEO RECFON. Untuk itu, kami mengadakan pertemuan untuk membahas materi yang akan diberikan kepada siswa. Pertemuan ini terintegrasi dengan rapat rutin antara guru dan kepala sekolah yang digelar setiap sekali sebulan. Selama pandemi, pertemuan ini tetap dilakukan dengan tatap muka terbatas dan menjaga jarak.
2. Tidak semua siswa membawa bekal makanan dari rumah seperti yang dianjurkan. Selain itu, makanan kurang sehat yang dijajakan di sekitar sekolah menjadi tantangan bagi siswa dalam menerapkan kebiasaan makan yang sehat secara konsisten. Kami berupaya untuk lebih sering mengadakan sosialisasi ke siswa agar membawa bekal dari rumah dan lebih sering mengadakan makan siang bersama di sekolah.
3. Anggota tim berubah karena ada guru yang tidak lagi bertugas di sekolah kami. Koordinator tim NGTS menyiasati hal ini dengan menunjuk guru lain sebagai pengganti.
4. Edukasi gizi belum masuk ke dalam kurikulum sekolah secara resmi sehingga edukasi gizi belum dilaksanakan secara berkesinambungan. Untuk itu, kami mengusulkan kepada kepala sekolah dan wakil kepala sekolah bidang kurikulum untuk memasukan materi gizi ke dalam KBM dengan menugaskan pada tim guru untuk memberikan materi gizi kepada siswa.
5. Sinyal jaringan yang tidak stabil pada saat pelaksanaan kegiatan secara online menyebabkan tidak seluruh siswa dapat mengikuti kegiatan makan siang virtual.

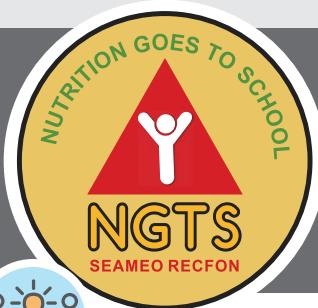
Rencana Kedepan

Pihak sekolah berkomitmen untuk tetap melaksanakan program NGTS di masa yang akan datang. Kedepannya, kami berencana menyelenggarakan kompetisi antar sekolah dan perbaikan kantin sekolah. Terselenggaranya kegiatan ini membutuhkan dukungan dari berbagai pihak. Tidak cukup mengandalkan perorangan saja. Peran serta guru, orang tua dan puskesmas setempat juga diperlukan dalam mendukung terselenggaranya kegiatan NGTS tetap berlangsung di sekolah. Apabila warga sekolah memiliki pengetahuan dan praktik gizi yang baik, maka siswa pun akan memiliki pengalaman pendidikan gizi yang baik pula. Siswa dapat melihat secara langsung dan terdorong untuk ikut mempraktikkan pesan gizi tersebut. Oleh karena itu, peran guru bukan hanya sebagai pemberi informasi, namun guru juga bertindak sebagai fasilitator, motivator dan pembimbing sehingga siswa mampu menerapkan pengetahuan gizi dalam kesehariannya.

Kedepannya, kami perlu menjalin kemitraan dengan berbagai pihak untuk meningkatkan kesehatan siswa, memberikan pemahaman mengenai pendidikan gizi serta meningkatkan pengetahuan gizi kepada guru-guru agar mampu memahami dan menerapkan perilaku hidup sehat dengan gizi seimbang kepada siswa.



Koordinasi, Partisipasi, dan Inovasi: Tiga Kunci Keberhasilan NGTS di SMK Wikrama Bogor



Mengenal SMK Wikrama Bogor

SMK Wikrama Bogor merupakan sekolah kejuruan yang mengedepankan pendidikan karakter berbasis lingkungan yang berdiri pada tahun 1996. Lokasi sekolah kami berada di Kelurahan Sindangsari Kecamatan Bogor Timur, Kota Bogor. Saat ini sekolah kami memiliki tujuh kompetensi keahlian yaitu Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran, Bisnis Daring dan Pemasaran, Perhotelan, Tata Boga, Rekayasa Perangkat Lunak, Multimedia serta Teknik Komputer dan Jaringan. Hingga kini, sekolah kami memiliki guru dan staf sebanyak 114 orang dan mempunyai 1.730 siswa.

Dalam perjalannya, sekolah kami telah meraih berbagai penghargaan seperti *Green School Award* pada tahun 2006, penghargaan *Indonesia Green Award* Tahun secara berturut-turut pada tahun 2012, 2014 dan 2016 dari Yayasan Latofi bekerja sama dengan Kementerian Lingkungan Hidup. Selain itu, kami juga menerima penghargaan sebagai Sekolah Adiwiyata Mandiri pada tahun 2012 dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan Sekolah dengan Kantin Sehat Laik Higiene Sanitasi dari Dinas Kesehatan Kota Bogor.

Sejak awal didirikan, kesehatan siswa dan guru merupakan salah satu prioritas utama yang terus dikembangkan oleh sekolah. Tujuannya agar dapat mencetak lulusan yang memiliki jiwa dan raga yang sehat yang menjadi modal dasar siswa untuk melangkah ke dunia kerja, berwirausaha, ataupun melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Untuk mewujudkan hal tersebut, sekolah kami bekerja sama dengan berbagai pihak diantaranya dengan Dinas Kesehatan Kota Bogor, Badan Pengawas Obat dan Makanan dan SEAMEO RECFON.

Berjalannya Program NGTS di Sekolah

Program NGTS selaras dengan program kesehatan yang telah dijalankan dan yang akan dikembangkan oleh sekolah. Misalnya program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), program *Education Sustainable for Development* (ESD), program Pembelajaran dan program Budaya Sekolah, dan program Pendidikan Karakter. Koordinasi dengan pihak manajemen sekolah sangat penting dilakukan karena program NGTS terkait dengan berbagai program sekolah. Oleh karena itu, tim pelaksana NGTS selalu berkoordinasi dengan para koordinator program tersebut di bawah koordinasi kepala sekolah. Hal ini dilakukan untuk meminimalisir kesalahpahaman dan tumpang tindih antara satu kegiatan dengan kegiatan lain. Semua jadwal kegiatan dari berbagai program juga diintegrasikan ke dalam kalender sekolah.

Sebelum program NGTS dilaksanakan, kami memiliki beberapa tahapan proses perencanaan. Proses pertama diawali dengan pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari Bidang Edukasi, Bidang Pelayanan dan Bidang Lingkungan lalu dilanjutkan dengan penyusunan program kerja. Penyusunan



program kerja tersebut mencakup penyusunan jadwal, alat monitoring dan evaluasi pelaksanaan NGTS, koordinasi dengan manajemen sekolah, serta sosialisasi kepada seluruh warga sekolah.

Sosialisasi kepada warga sekolah dilakukan dengan berbagai cara, misalnya setelah upacara bendera hari Senin, setelah kegiatan keagamaan di pagi hari dan pada kegiatan bimbingan dari wali kelas di setiap gugus wilayah tempat tinggal siswa (rayon). Selama masa pandemi, dimana siswa belajar dari rumah, sosialisasi dilakukan dengan menggunakan aplikasi konferensi video dan media sosial kepada siswa dan orang tua di rumah.

Program NGTS di sekolah kami dibagi menjadi 3 bidang kegiatan sesuai dengan trias UKS yaitu 1) bidang edukasi gizi, 2) bidang pelayanan dan 3) bidang lingkungan. Pelaksanaan program tersebut terintegrasi dengan kegiatan kurikuler dan ko-kurikuler di sekolah. Pada bidang edukasi gizi, beberapa kegiatan yang berhasil dilaksanakan yaitu zona motivasi kesehatan, kegiatan sarapan bersama di sekolah, *parenting* gizi, integrasi gizi ke dalam mata pelajaran, dan budaya literasi sekolah terkait gizi dan pengelolaan kantin sehat serta penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pada pengelolaan kantin sehat, sekolah melibatkan siswa secara aktif dalam pengelolaan kantin sekaligus sebagai praktik kewirausahaan yang disebut sebagai *Competency Based Training* (CBT) kewirausahaan yang terintegrasi ke dalam mata pelajaran Kewirausahaan.



Gambar 1. Siswa Melaksanakan CBT dan Bertugas sebagai Penjaja Makanan di Kantin



Gambar 2. Kegiatan Praktik Siswa di Cafe Wikrama



Gambar 3. Kegiatan Sarapan Bersama dengan Membawa Makanan Gizi Seimbang



Gambar 4. Contoh Bekal Makan Gizi Seimbang oleh Siswa



Bidang pelayanan meliputi kegiatan pembentukan Kader Kesehatan Remaja (KKR), pemeriksaan status gizi siswa, pemantauan kebugaran siswa, pemeriksaan kesehatan secara rutin, dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Kegiatan lainnya adalah pendampingan kesehatan dalam berbagai kegiatan sekolah diantaranya Bantara (kegiatan kepramukaan) dan pelatihan P3K bagi warga sekolah.

Pada bidang lingkungan, kegiatan yang dilaksanakan adalah kebun sekolah yang melibatkan siswa secara langsung dalam proses pengelolaannya. Kegiatan kebun sekolah sekaligus menjadi tempat praktik lingkungan hidup yang terintegrasi ke dalam mata pelajaran IPA-PLH yang disebut sebagai bagian dari CBT Pendidikan Lingkungan Hidup. Kegiatan kebun sekolah meliputi pembibitan hingga pemanenan tanaman serta pembersihan sekolah. Bidang ini juga terintegrasi dengan program ESD dimana siswa menerima edukasi terkait beberapa topik seperti perubahan iklim, penghematan energi, pengelolaan dan daur ulang sampah, dan gaya hidup yang berkelanjutan (*sustainable lifestyle*).



Gambar 5. Kebun Sekolah di Atap Gedung Sekolah

Dari kegiatan yang kami rencanakan, dibawah ini akan dijelaskan 2 kegiatan NGTS secara lengkap yaitu kegiatan *Parenting Gizi* selama masa pandemi dan kegiatan monitoring NGTS melalui Buku dan Jurnal Kejar Prestasi. Kedua kegiatan ini kami pilih didasari selain pelaksanaannya sudah berjalan dengan baik sebelum masa pandemi. Khususnya melalui kegiatan *Parenting Gizi*, orang tua kami libatkan secara aktif untuk mendukung praktik gizi yang baik selama di rumah maupun di sekolah. Dengan adanya *Parenting Gizi*, terdapat perubahan positif yang diamati yaitu bekal makanan yang disiapkan oleh orang tua siswa yang lebih beragam. Perubahan ini dapat kami amati karena adanya dokumentasi rutin melalui Buku dan Jurnal Kejar Prestasi untuk memantau kegiatan terkait gizi dan kesehatan di sekolah kami. Selain itu, dua kegiatan ini juga mudah dan dapat dilakukan dengan modifikasi daring di masa pandemi.





Praktik Baik 1: Parenting Gizi pada Masa Pandemi

Parenting Gizi sebagai salah satu program kerja NGTS di sekolah dilakukan dengan tujuan untuk menyampaikan edukasi gizi kepada para orang tua siswa. Kegiatan tersebut merupakan upaya sekolah untuk mendapatkan dukungan dari orang tua siswa. Sebelum adanya kegiatan *parenting*, banyak siswa hanya membawa nasi dan mie instan sebagai bekal sarapan ke sekolah. Hal ini karena dianggap praktis, murah dan membuat kenyang. Setelah diberikan *Parenting Gizi*, perlakuan mulai banyak perubahan pada bekal yang dibawa oleh siswa. Bekal sarapannya mulai beragam dan memperhatikan komposisi kandungan gizinya. Hal ini terlihat dari menu yang dibawa oleh siswa yang sudah mulai memasukkan sayur dan buah dalam bekalnya.

Parenting Gizi melibatkan orang tua yang diundang oleh pihak sekolah pada jadwal yang telah ditentukan untuk mendapatkan sosialisasi tentang gizi dan kesehatan. Pada kegiatan *Parenting Gizi*, orang tua mendapat informasi tentang gizi, termasuk tentang upaya pemenuhan gizi yang baik bagi putra putri mereka untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Awalnya, kegiatan ini kurang mendapat apresiasi dari orang tua. Namun, kesan orang tua menjadi positif setelah memahami materi yang diberikan. Banyak orang tua yang sadar bahwa selama ini mereka kurang mengetahui makanan apa yang sebaiknya diberikan kepada putra putrinya khususnya bekal makanan yang dibawa ke sekolah.

Selama ini orang tua beranggapan bahwa makanan itu yang penting enak dan mengenyangkan, sehingga belum ada perhatian khusus tentang kandungan gizinya. Dengan adanya kegiatan *Parenting Gizi*, orang tua pun akhirnya paham bahwa makanan gizi seimbang bukan hanya soal harga makanan, namun yang paling penting adalah kandungan gizi makanan tersebut. Kegiatan *Parenting Gizi* sebelum pandemi kami laksanakan satu tahun sekali setiap awal tahun ajaran pada kalender pendidikan.



Gambar 6. Kegiatan *Parenting Gizi* tahun 2019 (kiri) dan Kegiatan *Parenting* saat pandemi tahun 2021 (kanan)



Selain mengajak orang tua, kegiatan *Parenting Gizi* melibatkan pihak luar sekolah sebagai pemateri yaitu dari SEAMEO RECFON dan Dinas Kesehatan Kota Bogor untuk meningkatkan penerimaan informasi dari orang tua. Dalam materinya, narasumber memberikan contoh menu makanan yang sehat dengan menu yang sederhana sehingga memudahkan untuk dilakukan oleh orang tua siswa. Tema yang disampaikan dalam sesi *parenting* kami sesuaikan dengan kondisi sekolah. Misalnya topik tentang ‘Menu Bekal Sehat untuk Siswa’ dipilih karena, berdasarkan pengamatan kami, bekal yang dibawa mayoritas siswa kurang beragam. Indikator keberhasilan yang dapat dilihat dari kegiatan *parenting* tersebut adalah bekal sarapan yang dibawa oleh siswa ke sekolah menjadi lebih beragam.

Selama masa pandemi Covid-19, sekolah kami melakukan kegiatan pembelajaran secara daring. Begitu pula kegiatan *Parenting Gizi* akan dilakukan menggunakan aplikasi konferensi video setiap enam bulan sekali. Rencana materi yang diberikan pada kegiatan parenting gizi berikutnya yaitu mengenai ragam aktivitas fisik yang bisa dilakukan di rumah serta sosialisasi PBHS. Topik ini kami pilih karena selama belajar dari rumah siswa kurang beraktivitas fisik dan lebih banyak beraktivitas dengan gawainya

Praktik Baik 2: Buku Kejar Prestasi dan Jurnal Kejar Prestasi

Secara umum, proses pemantauan siswa dalam berbagai program di sekolah, termasuk program NGTS, dilakukan menggunakan dua pendekatan. Pada kondisi belajar dari sekolah, kami menggunakan Buku Kejar Prestasi (BKP) dan *peer monitoring* (melalui duta). Sementara monitoring kegiatan NGTS pada masa belajar dari rumah dilaporkan oleh orang tua melalui Jurnal Kejar Prestasi (JKP) setiap seminggu sekali melalui wali kelas.

Sebelum pandemi, dokumentasi kegiatan NGTS untuk pemeriksaan kantin dilakukan oleh duta gizi setiap hari. Adapun kegiatan lain dimonitor oleh guru. Misalnya, kegiatan kebun sekolah dimonitor oleh guru koordinator kebun sekolah setiap bulan yang meliputi hasil panen dan inventaris tanaman. Kegiatan sarapan bersama di monitor langsung oleh koordinator kegiatan NGTS setiap bulan. Kegiatan tersebut meliputi memantau jenis makanan yang dibawa oleh siswa dan perkembangan keikutsertaan siswa dalam kegiatan sarapan. Hasil pencatatan tersebut dikumpulkan oleh guru koordinator NGTS untuk dilaporkan kepada kepala sekolah.

Beberapa kegiatan yang terkait NGTS dimasukkan ke dalam BKP diantaranya tabel pengamatan menu makanan yang dibawa ke sekolah, tabel pelibatan siswa dalam proses pengelolaan kantin/CBT, tabel rangkuman materi sosialisasi dari pihak sekolah dan penilaian bagi siswa yang menjadi duta. Semua pengamatan yang dilakukan dikontrol oleh pihak sekolah melalui guru. Siswa diwajibkan untuk mengisi BKP untuk kemudian dilaporkan kepada orang tua.

Selama pandemi, semua komponen NGTS yang dilakukan dicatat dalam JKP yang meliputi konsumsi makanan gizi seimbang, aktivitas fisik dan kegiatan berkebun di rumah serta tabel kegiatan PHBS di rumah. Kegiatan konsumsi TTD dimonitor menggunakan kartu khusus yang diterbitkan oleh Puskesmas. Berbeda dengan kondisi saat belajar di sekolah, semua pengamatan di JKP dilakukan oleh siswa dan orang tua. Orang tua wajib menandatangani JKP untuk dilaporkan kepada pihak sekolah setiap minggunya melalui Google Classroom. Siswa yang rutin melaporkan JKP-nya akan mendapat poin tambahan terkait sikap yang akan dicantumkan dalam rapor



perkembangan karakter siswa. Hal ini penting untuk dapat memotivasi siswa dan orang tua untuk melakukan pencatatan secara rutin melalui JKP.

Hasil pemantauan BKP dan JKP dijadikan sumber data untuk menilai kemajuan kegiatan dan keterlaksanaan program NGTS. Dengan adanya BKP dan JKP, pihak sekolah dapat mengukur keterlaksanaan program kerja. BKP dan JKP juga menjadi alat evaluasi untuk melaksanakan program berikutnya sehingga program selanjutnya bisa berjalan dengan lebih baik.

Gambar 7. Buku Kejar Prestasi (BKP) dan Jurnal Kejar Prestasi (JKP)



Tantangan dan Inovasi dalam Program NGTS

Kami menghadapi beberapa tantangan dalam pelaksanaan program NGTS selama belajar di sekolah. Tantangan pertama, masih adanya siswa dan orang tua yang beranggapan “makanan yang penting kenyang” yang tidak mempertimbangkan kebutuhan gizi. Kedua, masih ada yang beranggapan bahwa pengukuran status gizi dan konsumsi TTD itu tidak penting. Kebanyakan keluarga siswa memang berasal dari kalangan menengah kebawah, sehingga sosialisasi dari pihak sekolah harus dilakukan berkali-kali untuk sedikit demi sedikit untuk dapat merubah anggapan ini. Ketiga, pelaksanaan NGTS di bidang lingkungan mengalami kendala karena masih ada siswa yang tidak mandiri dalam pengelolaan kebun sekolah.

Saat pembelajaran dari rumah tantangan yang dihadapi yaitu fasilitas yang kurang memadai dan keterbatasan orang tua dalam mengisi JKP sebagai bentuk monitoring siswa. Hal ini karena orang tua pun sibuk bekerja dan kurangnya pemahaman orang tua dalam mengisi JKP tersebut. Untuk itu, sekolah telah memberikan pengulangan informasi mengenai cara pengisian JKP melalui grup WhatsApp rayon maupun telepon yang dilakukan oleh pembimbing rayon. Namun, hal ini masih menjadi tantangan bagi kami karena masih ada sebagian orang tua yang belum mengisi JKP ini.

Untuk menghadapi tantangan tersebut, kami melakukan beberapa inovasi untuk meningkatkan pemahaman tentang makanan gizi seimbang. Beberapa cara yang kami lakukan antara lain: (1) pemberian program parenting tentang makanan gizi seimbang bagi orang tua, (2) program pembiasaan sarapan sehat melalui sarapan bersama dengan menu gizi seimbang, (3) pelatihan bagi penjamah makanan dalam hal kebersihan diri penjaja makanan, dan (4) pengecekan persyaratan makanan laik konsumsi di kantin sekolah.

Selain itu, sekolah pun mewajibkan siswa untuk melakukan pengukuran status gizi sebagai salah satu materi dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dan pemberian edukasi tentang manfaat TTD. Untuk pengelolaan kebun sekolah, pengawasannya dilakukan oleh kakak tingkat dengan sistem tutor sebaya di bawah pengawasan guru mata pelajaran IPA PLH.

Selama belajar dari rumah, kami membantu memenuhi fasilitas siswa yang kurang memadai dengan cara (1) pemberian bantuan kuota belajar, (2) subsidi silang untuk siswa yang tidak mempunyai alat memadai, (3) membuat tim *helpdesk* yang akan membantu orang tua dan siswa melaksanakan kegiatan daring, serta (4) memaksimalkan peran pembimbing siswa (wali kelas).

Faktor Kunci Pelaksanaan Program NGTS

Terlepas dari tantangan yang ada, semua capaian implementasi program NGTS dapat kami raih melalui dua kunci berikut:

- Partisipasi Aktif.

Kami mengajak partisipasi aktif semua warga sekolah pada setiap kegiatan NGTS. Tidak hanya guru saja yang aktif, namun siswa, kepala sekolah, pengelola kantin hingga orang tua pun terlibat aktif dalam setiap kegiatan.



Kepala sekolah kami libatkan mulai dari perencanaan hingga pelaporan kegiatan yang dicatat melalui BKP dan JKP. Salah satu contoh partisipasi aktif siswa kami wujudkan berupa pembentukan duta yang dimulai sejak tahun 2019. Sekolah membentuk Kader Kesehatan Remaja yang didalamnya terdapat berbagai duta antara lain Duta Gizi, Duta Lingkungan, Duta Juru Pemantau Jentik, Duta Kesehatan, Duta *Peer Counseling* (PC), dan Duta Pasukan Keamanan Sekolah. Pemilihan duta dilakukan dengan memilih 6 orang siswa yang memiliki nilai akademik dan sikap yang baik dari setiap rayon (total ada 34 rayon). Pemilihan ini dilakukan oleh pembimbing rayon dengan berkoordinasi dengan tim NGTS. Duta yang terpilih dilibatkan dalam kegiatan pemantauan pelaksanaan kegiatan di sekolah, misalnya pemantauan makanan yang akan dijual di kantin sekolah, melayani dan mendata peserta pengecekan jentik nyamuk di genangan air dan toilet, serta konseling teman sebaya.

b. Integrasi dan Inovasi

Dengan beragamnya kegiatan yang ada di sekolah kami, diperlukan integrasi dan penyesuaian agar keseluruhan kegiatan dapat berjalan dengan beriringan dan saling mendukung. Salah satu contohnya yaitu pada kegiatan kebun sekolah, selain merupakan wadah praktik dalam mata pelajaran IPA-PLH, dalam kegiatan ini juga kami masukkan muatan gizi dan lingkungan. Kami juga memasukkan topik gizi dalam kegiatan kami yang telah ada sebelumnya yaitu Zona Motivasi Kesehatan setiap 1x/ minggu juga melalui mata pelajaran, Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Produktif Perhotelan dan Tata boga.

Selain itu, untuk meningkatkan minat dan partisipasi, kami membuat inovasi seperti adanya *reward* berupa poin tambahan untuk siswa yang rajin melakukan pencatatan melalui JKP, mengundang narasumber yang kompeten dalam kegiatan *Parenting Gizi* agar orang tua dapat menyampaikan langsung tantangan yang dialami untuk mendapatkan masukan dari narasumber.

Manfaat NGTS dan Rencana Kedepan

Beberapa manfaat yang dapat diamati selama menjalankan program NGTS antara lain siswa menjadi lebih peduli terhadap makanan yang dikonsumsinya, pegawai kantin menjadi lebih terlatih dalam pengelolaan dan penyajian makanan di kantin sekolah, dan jejaring sekolah bertambah. Meskipun masih dalam keadaan pandemi, program NGTS akan kami lanjutkan dengan adanya beberapa tambahan rencana, diantaranya:

1. Mengintegrasikan kegiatan berjemur dan olahraga ringan bersama dalam rangkaian kegiatan belajar mengajar yang rutin dilaksanakan setiap hari dalam kondisi belajar dar rumah.
2. Mengukur status gizi siswa di rumah masing-masing setiap awal semester.
3. Mewajibkan siswa merawat tanaman di rumah dan memasukkannya sebagai kegiatan rutin pembentukan karakter.
4. Mengaktifkan duta *peer counseling* (PC) berbasis rayon. Diharapkan, duta PC dapat melakukan konseling melalui WhatsApp atau tatap muka terbatas. Dutu PC nantinya dapat berkonsultasi ke guru BK dalam menjalankan tugasnya.
5. *Parenting Gizi* online untuk orang tua siswa akan rutin dilakukan.



NGTS, Kunci Lulusan SMK Tunas Harapan Pati yang Sehat dan Siap Mengikuti Seleksi Penerimaan Kerja



Tentang Sekolah Kami

SMK Tunas Harapan Pati didirikan oleh Yayasan Tunas Harapan Bangsa pada tahun 1990 berdasarkan SK 845/103/90 tanggal 20 Juni 1990. Sekolah ini terletak di Kabupaten Pati, Provinsi Jawa Tengah. Pada tahun pelajaran 2020 – 2021 sekolah kami memiliki 107 orang guru dan 2764 orang siswa yang terdiri dari 73 rombongan belajar (kelas) dengan 9 kompetensi keahlian, yaitu: Teknik Pemesinan, Teknik Pengelasan, Teknik Kendaraan Ringan, Teknik Otomasi Industri, Teknik Instalasi Tenaga Listrik, Teknik Komputer dan Jaringan, Teknik Broadcasting, Multimedia, dan Analisis Pengujian Laboratorium.



Gambar 1. Gedung SMK Tunas Harapan Pati

Adanya pelatihan dari SEAMEO RECFON di tahun 2018 dan Yayasan Toyota ASTRA di tahun 2019 terkait pola hidup sehat menggugah kesadaran kami untuk mengembangkan kegiatan edukasi gizi dan kesehatan bagi remaja di sekolah. Pada pelatihan dari Yayasan Toyota ASTRA khususnya, sangat ditekankan bahwa kesehatan lulusan merupakan aspek penting dalam perekrutan calon karyawan di setiap perusahaan.



Gambar 2. Program Pelatihan Pola Hidup Sehat dan Safety Riding bersama Yayasan Toyota ASTRA dan MSIG

Perlu diketahui bahwa misi utama dari SMK Tunas Harapan Pati sebagai sekolah kejuruan adalah menyalurkan siswa lulusan kami ke dunia kerja. Sayangnya, saat itu, data dari tim Bursa Kerja Khusus (BKK) di sekolah kami yang menyalurkan para lulusan ke dunia industri, setiap tahunnya terjadi penurunan jumlah siswa yang lolos seleksi tenaga kerja di berbagai perusahaan terutama pada tahap tes fisik. Penyebab utama tidak lolosnya pada tahap tes fisik ini adalah berat badan yang tidak ideal (kelebihan berat badan dan obesitas), kolesterol tinggi, hipertensi, serta tidak lolos tes gerakan jasmani seperti lari, push up, sit up, dan pull up. Selain itu, informasi dari tim Bimbingan Konseling (BK) sekolah menunjukkan bahwa jumlah siswa yang tidak masuk sekolah dikarenakan sakit meningkat. Adanya penurunan jumlah siswa yang lolos seleksi masuk kerja dan peningkatan jumlah siswa sakit inilah yang membulatkan tekad kami untuk mengembangkan kegiatan edukasi gizi dan kesehatan di sekolah melalui Program NGTS tersebut.

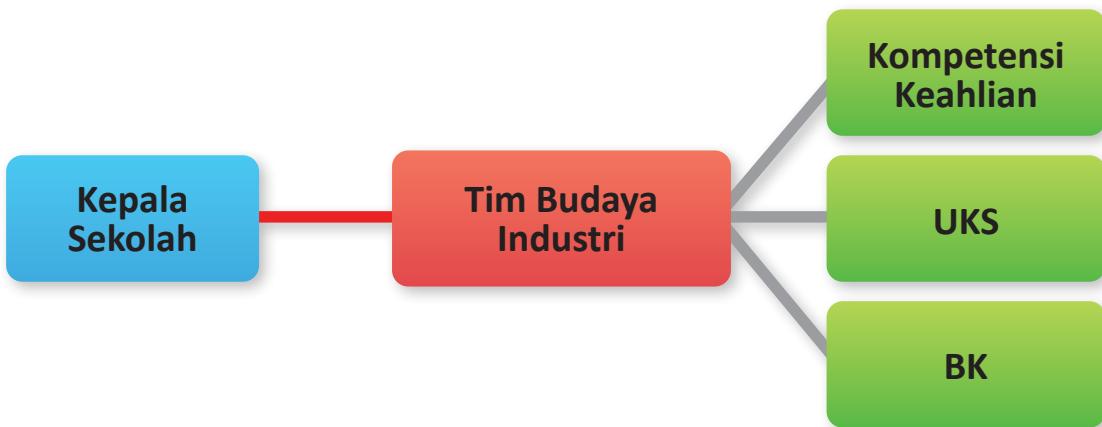
Bersiap untuk Bergerak Bersama

Terkait misi sekolah kami yaitu menyalurkan siswa lulusan ke dunia kerja, maka kepala sekolah memberikan tugas utama pengembangan NGTS di sekolah kami kepada Tim Budaya Industri. Tim Budaya industri bertugas untuk membuat program gizi dan gerakan kesegaran jasmani. Tanggung jawab kegiatan edukasi gizi dan edukasi gerakan kesegaran jasmani diserahkan kepada guru yang telah mengikuti pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja dari SEAMEO RECFON dan Pelatihan Pola Hidup Sehat dari Yayasan Toyota ASTRA.

Secara umum, pelaksanaan kegiatan dilakukan di bengkel masing-masing, dengan menyesuaikan jadwal mata pelajaran produktif/bengkel. Secara khusus, kegiatan gerakan pemanasan ditetapkan sebagai aturan tertulis dalam tata tertib masuk pelajaran bengkel. Oleh karena itu, tanggung jawab



ketiga kegiatan ini diberikan kepada ketua kompetensi keahlian. Kemudian, ketua kompetensi keahlian memberi tugas secara langsung kepada guru produktif di bengkel masing-masing. Jadi pada dasarnya pelaksanaan kegiatan NGTS di sekolah kami merupakan hasil kerjasama antara Tim Budaya Industri dengan ketua dan guru di kompetensi keahlian masing-masing. Perkembangan hasil dari program tersebut akan dievaluasi pada rapot sehat yang didata oleh tim UKS dan data kehadiran siswa dari tim BK.



Gambar 3. Struktur Koordinasi Manajemen NGTS di SMK Tunas Harapan Pati

Kegiatan NGTS yang Berjalan di Sekolah Kami

Secara umum, kegiatan NGTS di sekolah kami dirancang untuk menanamkan pembiasaan makan yang baik dan aktivitas fisik secara rutin. Kegiatan tersebut adalah edukasi gizi, sarapan bersama dengan membawa bekal dari rumah, pembiasaan minum air putih yang cukup, gerakan pemanasan dan gerakan kesegaran jasmani. Untuk mendukung penanaman kebiasaan makan yang baik pada siswa, sekolah kami juga melakukan penguatan kantin sehat sekolah.

Beberapa peraturan yang disepakati untuk mewujudkan kantin sehat ini adalah tidak diperbolehkannya penggunaan bahan aditif makanan sintetis, seperti penyedap rasa, pemanis buatan, pengawet, dan pewarna makanan. Selain itu, kegiatan NGTS di sekolah kami juga mencakup promosi gizi dengan media kebun sekolah. Kebun ini ditanami sayuran, seperti bayam, terong, cabai dan tomat.

Pohon buah juga ditanam di kebun ini, seperti pohon mangga dan jambu biji. Perawatan kebun sekolah berada di bawah tanggung jawab Tim Adiwiyata yang terdiri dari guru sebagai pembina dan siswa sebagai kader adiwiyata. Siswa yang tergabung sebagai Kader Adiwiyata bertanggung jawab dalam menanam dan merawat tumbuhan, serta memanen dan mengolah hasil dari kebun sekolah.



Gambar 4. Kebun Sekolah SMK Tunas Harapan Pati

Dari kegiatan yang sudah terlaksana tersebut, dua kegiatan kami anggap sebagai praktik baik karena dua kegiatan ini diikuti oleh seluruh siswa sehingga menjadikan sebuah gerakan di tingkat sekolah, kegiatan yang terukur, fokus dan mampu laksana, serta inovatif dengan memanfaatkan waktu sebelum sesi bengkel menjadi sesi wajib aktivitas fisik. Kegiatan Makan Sehat Bersama diinisiasi setelah sekolah kami mengenal NGTS melalui Pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja. Adanya NGTS menguatkan pelaksanaan kegiatan Gerakan Kesegaran Jasmani yang sudah berjalan di sekolah, terutama dalam hal penekanan pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan khususnya dalam menjaga keseimbangan energi dalam tubuh. Sedangkan pembekalan tentang pengembangan jenis kegiatan penguatan fisik seperti peningkatan intensitas lari dan gerakan lainnya kami peroleh dari pelatihan yang diadakan oleh Yayasan Toyota Astra.

Praktik Baik 1: Informasi Gizi dan Makan Sehat Bersama Menuju Siswa yang Bergizi Baik

Program gizi merupakan satu paket kegiatan yang terdiri dari kegiatan edukasi gizi seimbang, membawa bekal makan, dan minum air putih. Kegiatan sarapan bersama dengan membawa bekal dari rumah dilakukan setiap hari. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan untuk seluruh siswa kelas X dengan alokasi waktu 2 jam pelajaran mengikuti jadwal yang dibuat oleh tim budaya industri di awal semester. Kegiatan edukasi juga sekaligus digunakan sebagai proses sosialisasi kegiatan membawa bekal makan, minum air putih, dan gerakan aktivitas fisik.

Edukasi gizi dilakukan dengan menyampaikan materi tentang pola hidup sehat secara umum, dengan penekanan pada panduan gizi seimbang terutama menu yang sesuai dengan panduan Isi Piringku yang penerapannya terlihat dalam menu makanan yang dibawa siswa saat makan bersama di sekolah. Materi edukasi disampaikan oleh guru yang telah mendapat pelatihan Gizi dan Kesehatan Remaja oleh SEAMEO RECFON dan Yayasan Toyota Astra. Harapan kami melalui edukasi gizi ini, siswa memahami pentingnya pola hidup sehat yang salah satu dampaknya adalah meningkatnya peluang mereka untuk lolos dalam tahap seleksi masuk kerja. Pemahaman tersebut juga akan memberi kesadaran kepada siswa tentang pentingnya menerapkan pola hidup sehat berupa membawa bekal makan dari rumah dengan menu seimbang dan minum air putih sebanyak dua liter sehari.



Kegiatan membawa bekal makan dan minum air putih dilaksanakan sesuai jadwal pelajaran produktif/ bengkel masing-masing siswa. Di sekolah kami, terdapat dua shift pembagian jadwal pelajaran bengkel, yaitu shift pagi dan shift siang. Siswa yang berangkat shift pagi berkewajiban untuk membawa bekal sarapan dan air minum. Sementara siswa yang berangkat shift siang berkewajiban untuk membawa bekal makan siang dan air minum. Pengisian air minum dapat dilakukan secara mandiri di tempat pengisian air minum gratis yang difasilitasi oleh sekolah. Pengawasan kegiatan bekal makan dan air putih dilaksanakan oleh guru bengkel masing-masing di bawah koordinasi ketua kompetensi keahlian.



Gambar 5. Program Penyuluhan Edukasi Gizi, Membawa Bekal Makan, dan Pengisian Air Minum Gratis



Gambar 6. Penempatan Poster di Tempat yang Strategis di Sekolah sebagai Media Edukasi Gizi bagi Siswa



Praktik Baik 2: Siswa Aktif, Siswa Bugar

Program Gerakan Kesegaran Jasmani merupakan satu paket kegiatan yang terdiri dari edukasi gerakan kesegaran jasmani dan gerakan pemanasan 15 menit sebelum siswa masuk pelajaran produktif/bengkel. Edukasi gerakan kesegaran jasmani berupa penyampaian materi tentang bagaimana gerakan tubuh yang tepat dalam usaha meningkatkan kesegaran jasmani. Materi edukasi ini disampaikan oleh guru olah raga yang juga telah mendapat pelatihan. Pelaksanaan edukasi gerakan kesegaran jasmani juga dilaksanakan pada jam sekolah dengan alokasi waktu 2 jam pelajaran mengikuti jadwal tambahan yang dibuat oleh Tim Budaya Industri di awal semester. Kegiatan edukasi juga merupakan sosialisasi kegiatan gerakan pemanasan 15 menit.

Pelaksanaan kegiatan gerakan pemanasan 15 menit dilakukan sesuai jadwal pelajaran produktif/bengkel masing-masing siswa, dan dilakukan selama 15 menit sebelum pelajaran bengkel dimulai. Gerakan yang dilakukan berupa peregangan otot, *push up*, *sit up*, dan lari. Pelaksanaannya dilakukan di area terbuka di depan bengkel masing-masing. Pengawasan dari kegiatan ini dilakukan oleh guru bengkel yang akan mengajar siswa tersebut. Di sekolah kami, setiap kelas memiliki tiga hari kegiatan belajar di bengkel dalam setiap minggunya. Dengan demikian, setiap siswa melakukan tiga kali dalam seminggu untuk kegiatan kesegaran jasmani ini.



Gambar 7. Program Penyuluhan dan Pelaksanaan 15 menit Gerakan Kesegaran Jasmani Sebelum Masuk Bengkel

Banyak siswa yang memberi tanggapan positif tentang adanya kegiatan ini. Terutama bagi siswa yang memiliki target lolos seleksi masuk kerja di perusahaan yang kompeten dan ternama. Bagi siswa yang kondisi tubuhnya yang terlalu kurus atau terlalu gemuk, maka mereka secara aktif berkonsultasi dengan kami mengenai cara meraih indeks massa tubuh yang normal.



Dukungan dari Semua dan Koordinasi yang Kuat sebagai Faktor Kunci

Kerjasama orang tua dengan sekolah merupakan tahap penentu keberlangsungan kegiatan membawa bekal. Penyampaian program ini kepada orang tua siswa dilaksanakan setiap diadakannya pertemuan dengan orang tua di sekolah. Sosialisasi program ini secara rutin dilakukan setiap pembagian rapor siswa kepada orang tua masing-masing.

Peran Tim UKS juga memegang peran yang besar. Hasil pelaksanaan kegiatan NGTS dievaluasi oleh tim UKS yang mencakup data berat badan, tinggi badan, termasuk pengukuran massa otot, massa lemak, dan massa air dalam tubuh siswa. Data-data tersebut didokumentasikan di dalam Buku Rapor Sehat yang disusun oleh Tim UKS dan kemudian dijadikan sebagai acuan, apakah siswa tersebut secara fisik siap untuk mengikuti tes fisik dalam rangka seleksi masuk kerja. Selain itu, terdapat juga program kerjasama Tim Budaya Industri dengan tim UKS yang berupa pembagian tablet penambah darah (TTD) untuk siswa dan penyediaan kotak makan isi piringku yang dapat digunakan sebagai alat peraga pada program edukasi gizi.

JENIS PEMERIKSAAN	SATUAN	Triwulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Tgl. Hari	Tgl. Minggu	Tgl. Selasa	Tgl. Rabu	Tgl. Kamis	Tgl. Jumat	Tgl. Sabtu	Tgl. Minggu	Tgl. Selasa	Tgl. Rabu	Tgl. Kamis	Tgl. Jumat		
A Pemeriksaan Tanda Vital													
Tekanan Darah	mmHg												
Detak Jantung	/menit												
Frekuensi Pernapasan	/menit												
Suhu	°C												
B Pemeriksaan Status Gizi													
Berat Badan	kg												
Tinggi Badan	cm												
Kategori Status Gizi													
IMT (BB/TB ²)													
TB/UL (Stunting)													
Tanda Klinis Anemia													
(Kelipatan mata bagian dahi bawah pusar, bibir, lidah, telipak tangan pusar)													
C Gaya Hidup (Kesuksesan)													
Sehat													
Jalan													
Rokok Merokok													
Rokok Minuman													
beralkohol dan Narkoba													
Priwayati + Sakit yang pernah diderita													
Keterangan													
IMT (Indeks Masa Tubuh)	Di bawah 18,5 = Berat badan kurang 18,5 – 22,9 = Berat badan normal 23 – 29,9 = Berat badan berlebih (tendensi obesitas) 30 ke atas = obesitas	Stunting	Berat rata-rata tinggi dan ideal menurut Kementerian Kesehatan RI:										
Ramuan IMT : BB dibagi TB kubik			• Diketahui : 1. Tinggi : 49-67,4 cm 2. Umur : 9,2-15,5 cm 3. Tinggi : 75,7-101,3 cm 4. Umur : 96-132 cm 5. Tinggi : 140-145 cm 6. Umur : 158-165 cm										

Lembar Rapor Kesehatan untuk Dokumentasi Data Status Gizi dan Kesehatan Siswa

Monitoring paket kegiatan gerakan kesegaran jasmani terletak pada gerakan standar yang harus dilakukan selama pemanasan sebelum jam pembelajaran produktif. Sedangkan fokus monitoring program bawa bekal terletak pada aspek kelengkapan menu sesuai panduan Isi Piringku dan program minum air putih terletak pada banyaknya konsumsi air putih selama pelajaran bengkel. Sedangkan



evaluasi capaian kegiatan adalah pengukuran indeks massa tubuh beserta komposisi tubuh, seperti komposisi lemak dan otot oleh tim UKS/M dan hasil rekap kehadiran siswa dari tim BK.

Seluruh kegiatan NGTS diawasi secara langsung oleh tim Budaya Industri yang berkoordinasi dengan Ketua Kompetensi Keahlian, UKS dan BK. Tim Budaya Industri bertanggung jawab dalam monitoring keberlangsungan kegiatan penyuluhan edukasi gizi seimbang dan gerakan kesegaran jasmani. Ketua Kompetensi Keahlian bertanggung jawab dalam monitoring terlaksananya kegiatan membawa bekal makan dan gerakan kesegaran jasmani. Sedangkan, tim BK bertanggung jawab dalam monitoring kehadiran siswa yang ijin karena sakit.

Selain dukungan semua pihak dan koordinasi yang kuat, beberapa faktor kunci lainnya adalah:

- Adanya penjadwalan khusus untuk penyuluhan gizi seimbang dan gerakan kesegaran jasmani yang dibuat oleh Tim Budaya Industri membuat program penyuluhan dapat berjalan dengan baik dan teratur.
- Adanya tata tertib di masing-masing bengkel/kompetensi kejuruan dalam melaksanakan kegiatan gerakan kesegaran jasmani menjadi sangat penting untuk menghindari cedera otot ketika bekerja dibengkel, sekaligus untuk meningkatkan kesegaran jasmani.
- Adanya fasilitas pengisian air minum gratis di sekolah menjadi faktor kunci keberhasilan kegiatan penanaman kebiasaan minum air putih minimal dua liter sehari.
- Penekanan berulang tentang gizi seimbang agar terbentuk pemahaman yang baik oleh siswa termasuk rutin beraktivitas fisik terhadap kesiapan fisik ketika mereka seleksi masuk kerja dan adanya program pemantauan status gizi dan komposisi tubuh yang lengkap.

Tantangan yang Dihadapi serta Rencana ke Depan

Tantangan terbesar kami dalam melaksanakan program NGTS ini adalah komitmen bersama untuk terus memelihara keberlanjutan program ini, terutama dari keterlibatan pihak orang tua siswa dalam program membawa bekal makan. Sebagian besar orang tua harus bekerja sehingga memiliki waktu yang sangat terbatas untuk menyiapkan bekal bagi anaknya. Kami, dari pihak sekolah sementara hanya bisa memberi himbauan kepada orang tua pada saat pertemuan wali siswa. Tantangan lain adalah keterbatasan waktu yang dimiliki anggota tim dalam melakukan kegiatan monitoring yang intensif. Sebagai contoh, Kegiatan Makan Bersama hanya dapat dilakukan kepada para siswa dari 2 peminatan saja (dari total 9 peminatan di sekolah kami).

Selain itu, adanya pandemi Covid-19 yang menyebabkan kegiatan belajar dilakukan secara daring membuat beberapa kegiatan tidak berjalan untuk sementara. Kegiatan tersebut adalah perawatan kebun sekolah oleh siswa dan pemantauan status gizi yang berupa pengukuran indeks massa tubuh beserta komposisi tubuh.

Pandemi Covid19 membuat kami harus melakukan adaptasi dan menemukan strategi yang tepat untuk tetap bisa melaksanakan kegiatan NGTS. Terkait pandemi, rencana tindak lanjut yang kami miliki ada dua macam, yaitu kegiatan secara daring dan kegiatan secara luring. Siswa yang pada gilirannya mendapat pembelajaran secara daring akan memperoleh kegiatan NGTS, berupa penyuluhan gizi seimbang dan gerakan kesegaran jasmani, penugasan membuat vlog penyusunan menu makan sesuai



panduan Isi Piringku untuk diunggah di youtube, penugasan membuat vlog mengolah atau memasak makanan yang berbahan sayuran dan buah, dan penugasan membuat vlog kegiatan kesegaran jasmani yang dilakukan. Sementara, bagi sebagian siswa yang belajar secara luring, maka kegiatan utama berupa membawa bekal makan dan gerakan kesegaran jasmani menjadi kewajiban untuk tetap dilakukan di sekolah dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat.

Kami merasa bangga ketika diberi kesempatan menjadi salah satu narasumber pada Webinar NGTS SOLUTIONS Seri 1 yang digagas oleh SEAMEO RECFON di tahun 2020. Kami bersemangat dan berkomitmen untuk terus menjalankan NGTS di sekolah kami.

NGTS SOLUTIONS
(Strengthening via Online Lecture Updates and Teachers' Interaction on Nutrition Series) during Covid-19 Period

Pelaksanaan Gizi untuk Prestasi di Sekolah

Kamis, 30 July 2020
13.00 - 15.00 GMT+7

Jurusan
Budi Sriyanto, S.Pd, M.Pd
SMP N 1 Sodong
Juara 1 NGTS Awards 2019 tingkat SMA dan SMP

Moderator
Almira Sitasari, RD, MPH
Politek Yogyakarta
Dosen Gizi

Youtuber
Yulianus Lase, S.Pd
SD Negeri 070974 Gunungsitoli
Juara 2 NGTS Awards 2019 tingkat SD

Ratnasari, S.Pd, M.Si
SMK Tunas Harapan Pati
Juara 1 NGTS Awards 2019 tingkat SMK

Link Channel YouTube: Seameo Recfon

Bersertifikat
Terbatas Untuk 300 Peserta

Online Registration
<https://bit.ly/NGTSSolution>

GIZI REMAJA
UNTUK PENINGKATAN
PRESTASI SISWA

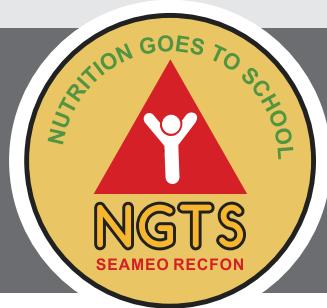
Oleh: Ratnasari, S.Pd, M.Si

NUTRITION GOES TO SCHOOL PROGRAM
SMK TUNAS HARAPAN PATI

Gambar 8. Flyer dan Topik Paparan Sekolah dalam NGTS SOLUTIONS Seri 1, Tahun 2020



Nutrition Goes to School (NGTS) untuk SMANSAWI Sehat



Tentang Sekolah Kami

Sekolah kami, SMA Negeri 1 Slawi, dikenal dengan nama SMANSAWI. Dengan menempati lahan seluas 8550 meter persegi, sekolah kami berada pada posisi strategis di jalan KH. Wahid Hasyim no. 1 Slawi, di jantung kota Kabupaten Tegal Provinsi Jawa Tengah. Siswa kami berjumlah 958 yang terbagi dalam 29 rombongan belajar (kelas), dengan tenaga pendidik sejumlah 55 guru dan tenaga kependidikan sejumlah 17 orang.



Gambar 1. Gedung SMAN 1 Slawi

Sebagai Sekolah Sehat, sekolah kami senantiasa berusaha untuk meningkatkan kualitas pola hidup sehat bagi seluruh warganya, karena gizi, kesehatan dan pendidikan merupakan modal dasar bagi perkembangan anak yang akan berdampak pada performa akademis dan produktivitas. Kami cukup bangga karena sejak berdiri di tahun 1963, telah banyak prestasi akademik dan non akademik yang dapat kami raih. Untuk itu, berbagai program untuk meningkatkan kesehatan sekolah dan warga sekolah telah dilakukan secara rutin dan berkesinambungan. Semua program ini dimotori oleh Tim Kesehatan sekolah dan Tim Kader Kesehatan Remaja (KKR) Gemilang di sekolah kami. Salah satu program SMANSAWI Sehat yang diprioritaskan dan digemakan adalah NGTS yang sangat berperan dalam pengembangan dan pelaksanaan Sekolah Sehat di sekolah kami.

Kegiatan NGTS SMANSAWI Sehat yang Menyenangkan

Beberapa program yang dijalankan dalam kegiatan NGTS SMANSAWI SEHAT antara lain, Edukasi Gizi Remaja, Kesehatan Reproduksi, Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Sarapan Sehat Bersama (Sarasema), Sedekah Sarapan, Jumat Bersih dan Jumat Sehat, sosialisasi dan permainan edukasi keamanan pangan, posyandu remaja, pembagian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri, berkebun sayur dan buah (saybu kuy), apotik hidup dengan menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA),



Ngolam Iwak (memelihara ikan), inovasi makanan bergizi seimbang (Inova Zibang), pemantauan jentik nyamuk, sosialisasi dan pemeriksaan kebersihan dan kesehatan kuku dan rambut, Jaga Untu (menjaga kesehatan gigi) , 3R (*Reuse, Reduse, Recycle*), HUT Segeer (sehat gembira dan berprestasi) dan *ice breaking* asyik.



Gambar 2. Berkebun Sayur dan Tabulampot di *Green House* Sekolah

Pelaksanaan Program dikoordinasikan oleh tim UKS/M yang telah diberi tugas dengan Surat Keputusan oleh kepala sekolah. Tim ini terdiri dari perwakilan wali murid, Puskesmas, kepala sekolah dan guru, serta dibantu oleh Tim KKR dan Tim PMR.

Perencanaan program dibuat pada rapat koordinasi semua tim UKS/M di awal tahun untuk pengajuan rencana kegiatan dan anggaran dalam RAB Sekolah. Monitoring dan evaluasi dilaksanakan setelah kegiatan selesai diselenggarakan dan di akhir tahun pelajaran. Monitoring dan evaluasi dilakukan untuk mengetahui kendala yang dihadapi selama pelaksanaan program sehingga dalam penyusunan program ke depan bisa lebih tertata dan meminimalisir kendala yang mungkin terjadi.

Program ini dilaksanakan secara rutin dalam periode waktu tertentu, terintegrasi ke dalam beberapa mata pelajaran maupun ekstra kurikuler yang sesuai. Program ini dirancang untuk semua warga sekolah, dimana seluruh warga sekolah terlibat di dalamnya sebagai penyelenggara maupun peserta kegiatan. Untuk menunjang kegiatan, sekolah kami memanfaatkan kekuatan media sosial sebagai media yang sangat efektif dalam mensosialisasikan program agar pesan yang ada dapat tersampaikan dengan baik kepada seluruh warga sekolah dan masyarakat luas.



Gambar 3. Salah satu webinar tentang Gizi Remaja yang diselenggarakan sekolah kami



Dari berbagai kegiatan tersebut, dua kegiatan kami angkat sebagai praktik baik, yaitu Sedekah Sarapan melalui kegiatan ODOT serta pelibatan alumni dalam berbagai kegiatan gizi dan Kesehatan di sekolah. Hal yang mendasari dua kegiatan ini menjadi praktik baik adalah membangun partisipasi dari seluruh warga sekolah termasuk alumni, sedekah sebagai bagian dari budaya masyarakat yang mengasah keterampilan sosial siswa dan inovatif dalam menjawab tantangan keterbatasan beberapa siswa yang kurang mampu agar mereka bisa sarapan yang sangat penting untuk mengikuti pembelajaran dengan baik di sekolah. Keterlibatan alumni juga merupakan inovasi dalam mengatasi tantangan sumber daya di sekolah untuk mendukung siswa melakukan praktik gizi yang baik.

Praktik Baik 1: *One Day One Thousand : Sedekah itu mulia*

One Day One Thousand (ODOT) bermakna ‘Seribu Rupiah Sehari’ adalah gerakan dari seluruh warga sekolah untuk berbagi atau bersedekah minimal seribu rupiah dalam sehari untuk membantu warga sekolah dan warga masyarakat yang membutuhkan. Gerakan ini dikoordinasi oleh tim pengurus yang amanah dengan berharap *Ridho Allah SWT* sebagai balasannya. Salah satu tugas pengurus adalah mencatat detil pemasukan dan pengeluaran karena sedekah umumnya berupa uang dengan nominal kecil atau recehan, maka dibutuhkan petugas yang sabar dan teliti sehingga bisa dengan cermat mengelola uang sedekah tersebut.

Dalam penentuan siapa saja yang berhak dan perlu diberi bantuan dilakukan secara musyawarah yang tidak mengikat, dan semua warga sekolah bisa terlibat. Kriteria penerima bantuan tidak terlalu ketat. Oleh karena itu memungkinkan siswa yang sudah mendapat bantuan dari pemerintahpun masih dapat diajukan sebagai penerima bantuan dana *ODOT*. Demikian juga ketika ada siswa yang mengalami kesulitan dalam mendanai transport ke sekolah, tidak mempunyai sepatu atau seragam yang baik, tidak mampu membeli buku ataupun bantuan untuk membeli kaca mata dan keperluan lainnya yang menunjang proses belajar mengajar dapat didanai dengan *ODOT*. Nama-nama siswa calon penerima bantuan diajukan oleh wali kelas masing – masing kepada petugas pengelola dana *ODOT* atas persetujuan kepala sekolah sebagai penanggung jawab.

Salah satu yang diagendakan dalam program ini adalah pengadaan sarapan sehat bagi siswa ataupun warga sekolah lainnya yang kurang mampu dan belum sarapan di setiap paginya karena di rumah memang tidak tersedia makanan, serta tidak memiliki cukup uang untuk membeli makanan di kantin sekolah. Mengingat pentingnya sarapan, khususnya bagi para siswa agar bisa mengikuti proses pembelajaran dengan baik, maka sekolah kami berinisiatif untuk menyisihkan dana yang terkumpul dari kegiatan *ODOT* ini untuk membantu mereka. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan seluruh warga sekolah dapat menikmati sarapan sehat di setiap harinya sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.

Menu makanan yang disajikan adalah nasi bungkus yang dibeli dari penjaja makanan di kantin sekolah yang tentunya memenuhi syarat menu sehat, baik dari komposisi menu maupun kemasannya. Kami menggilir pembelian nasi bungkus ini dari masing-masing kantin yang ada di sekolah dengan perjanjian khusus, dengan pengawasan ketat dari polisi kantin yang terdiri dari perwakilan komite, tim kesehatan sekolah dan Tim KKR. Selain uang yang didapat dari *ODOT*, para siswa ataupun guru dan karyawan yang berkecukupan turut menyumbangkan beberapa bungkus makanan sehingga menambah jumlah nasi bungkus yang disediakan oleh *ODOT*.



Program penyediaan sarapan sehat ini tidak hanya disediakan untuk warga sekolah yang kurang mampu di setiap harinya, namun juga untuk masyarakat sekitar yang membutuhkan di setiap hari Jumat dengan menyediakan beberapa bungkus nasi dan lauk menu sehat, masyarakat yang membutuhkan dipersilahkan mengambilnya secara gratis, ataupun sesekali kami bagikan langsung kepada yang membutuhkan dengan berjalan kaki mengelilingi sekolah sambil beraktivitas fisik.



Gambar 4. *ODOT* Ikut mendanai Penyediaan Sarapan Sehat Secara Gratis bagi Warga Sekolah dan Masyarakat Umum

Sebelum masa pandemi Covid-19 kegiatan Sarapan Sehat Bersama (Sarasema) rutin dijalankan sebulan sekali di hari Jum'at sehat, pengadaan sarapan sehat dari *ODOT* ini sangat membantu kelancaran kegiatan tersebut, karena siswa yang kurang mampu untuk membawa bekal dapat tetap mengikuti kegiatan sarasema ini, bergabung dengan seluruh warga SMANSAWI sehingga tercipta kebersamaan yang penuh dengan kekeluargaan.



Gambar 5. Kegiatan Sarapan Sehat Bersama (Sarasema) di SMANSAWI



Program lainnya yang juga bersumber dari dana *ODOT* adalah memberikan sumbangan tangki air bersih bagi desa-desa di Kabupaten Tegal yang mengalami kekeringan, bantuan sembako untuk daerah yang terkena musibah banjir, bantuan bahan makanan sehat dan bergizi, seperti beras, telur, sayuran, susu, jajanan sehat dan lainnya bagi siswa yang sakit, bantuan keuangan kepada siswa yang mengalami musibah.

Praktik Baik 2: Alumni Sebagai Keluarga SMANSAWI

Sekolah kami telah banyak melahirkan alumni yang berhasil di bidangnya dengan berbagai macam profesi pekerjaan. Mereka tergabung dalam satu wadah organisasi alumni yaitu IKA SMANSA SLAWI (Ikatan Alumni SMA Negeri 1 Slawi) yang pada saat ini diketuai oleh Bapak Letnan Jenderal TNI (Purn.) Agus Kriswanto, seorang purnawirawan TNI-AD yang sebelumnya menjabat sebagai Panglima Kostrad (periode 4 Januari 2018-14 Juli 2018).

Keanggotaan Ikatan Alumni ini bersifat suka rela dalam arti semua alumni SMANSAWI boleh mendaftar sebagai anggota dan dibuktikan dengan kepemilikan kartu anggota IKA SMANSA SLAWI. Dalam berkoordinasi, organisasi ini aktif mengadakan rapat para pengurus secara periodik, terutama ketika ada kegiatan sekolah yang mengikutsertakan para alumni. Adanya ruangan di sekolah yang diperuntukkan sebagai Sekretariat IKA SMANSA SLAWI memberikan kemudahan dalam kinerjanya.



Gambar 6. Kartu Kenggotaan dan Ruang Sekretariat IKA SMANSA SLAWI

Para alumni yang tergabung dalam IKASMANSA Slawi ini sangat aktif menjalankan programnya dalam membantu pihak sekolah menjalankan beberapa kegiatan, termasuk, memberikan doorprize dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan jalan santai sebagai wujud nyata dari kegiatan aktivitas fisik, memberikan pelayanan kesehatan termasuk pemeriksaan gigi secara gratis. Rangkaian kegiatan tersebut biasanya dilaksanakan pada kegiatan HUT sekolah di bulan September sehingga memberikan suasana yang lebih semarak.

Cukup banyak alumni yang berkecimpung di bidang kesehatan, misalnya dokter, perawat, ahli gizi dan yang lainnya. Mereka rutin dilibatkan sebagai narasumber dalam setiap kegiatan Sekolah Sehat di sekolah kami. Program Sosialisasi Edukasi Gizi Remaja dan penyuluhan tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dijalankan juga tidak lepas dari peran serta para alumni.



Gambar 7. Sumbangan *Doorprize* dan Partisipasi Aktif IKA SMANSA SLAWI dalam kegiatan HUT Sekolah



Gambar 8. Partisipasi Aktif Alumni sebagai Narasumber dalam Kegiatan Gizi Remaja, serta Berkebun Sayur dan Buah secara Daring pada Masa Pengenalan Sekolah bagi Siswa Baru, serta Sosialisasi Keamanan Pangan

Kegiatan penyuluhan yang lainnya juga sering dilakukan antara lain, orientasi/penyuluhan tentang penggunaan peralatan kesehatan dan obat-obatan yang ada di ruang UKS/M oleh alumni yang berprofesi sebagai dokter kepada tim pengelola ruang UKS/M, sosialisasi Keamanan Pangan oleh alumni yang berprofesi sebagai petugas sanitarian Puskesmas Slawi. Berkebun sayur dan buah serta pemeliharaan ikan di sekolah juga tak luput dari peran serta para alumni yang kebetulan bertugas sebagai staf pengajar di sekolah kami. Bahkan pembangunan masjid sekolah terencana murni 100 % sumbangan dari para alumni. Semuanya memberikan sumbangsih terbaiknya bagi sekolah tercinta. Jalinan silaturahmi antara sekolah dan para alumninya sangatlah terjaga. Keharmonisan tercipta karena merasa sebagai satu ikatan keluarga besar SMANSAWI tercinta.

Tantangan dan Hal yang Sudah Dilakukan.

Tantangan dalam setiap pelaksanaan suatu kegiatan selalu ada, demikian juga dalam pelaksanaan program *NGTS* SMANSAWI SEHAT ini. Misalnya, beberapa warga sekolah belum memahami dan menerapkan program *NGTS* baik di sekolah maupun di rumah. Hal ini kita maklumi karena terkadang ada warga sekolah yang terpanggil dan ada juga beberapa yang belum terpanggil, semuanya butuh proses. Untuk itu, sekolah kami tak henti-hentinya melakukan sosialisasi pengenalan program *NGTS* kepada seluruh warga sekolah baik secara langsung maupun melalui media informasi yang tersedia,



dengan harapan nantinya seluruh warga sekolah terpanggil dan mampu melaksanakan dan menerapkan praktik gizi dan kesehatan yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Di depan gedung SMANSAWI terdapat area wisata kuliner Kabupaten Tegal, yaitu wisata kuliner Ki Gede Sebayu, jajanan kekinian yang dijajakan sangatlah beragam. Hal ini juga menjadi tantangan bagi pihak sekolah bagaimana bisa membekali edukasi bagi warga sekolah agar dapat memilih jajanan yang sehat dan padat gizi saat membeli makanan di luar. Pihak sekolah juga mengajak pihak terkait, yaitu Puskesmas Slawi dan Dinkes Kabupaten Tegal, untuk bisa secara rutin mengadakan pemeriksaan dan pendampingan terhadap para penjual di wisata kuliner tersebut, sehingga jika sepulang sekolah para siswa dan warga sekolah yang lain, dapat nyaman dan aman dalam membeli jajanan yang tersedia.

Untuk para penjaja di kantin sekolah kami juga memberikan keilmuan tentang bagaimana menyediakan makanan sehat bagi warga sekolah, mereka kami ikutkan dalam kegiatan Sosialisasi Keamanan Pangan sekolah bersama warga sekolah yang lain. Dan alhamdulillah untuk SMANSAWI sudah mendapatkan sertifikat Sekolah dengan Pangan Jajan Anak Sekolah Aman dari Balai Besar POM di Semarang.



Gambar 9. Penerimaan Sertifikat Sekolah dengan PJAS Aman dari Balai Besar POM Semarang, pada 8 Desember 2021, di Semarang



Faktor Kunci dan Rencana ke Depan

Terdapat beberapa faktor kunci yang mendukung pelaksanaan NGTS di sekolah kami. Semua kegiatan dalam *NGTS SMANSAWI SEHAT* didukung sepenuhnya oleh seluruh warga sekolah baik siswa, tenaga pendidik, tenaga kependidikan, komite sekolah maupun wali murid serta para alumni. Tim Kesehatan sekolah dan Tim KKR Gemilang sekolah kami terus berkoordinasi dengan semua unsur terkait termasuk komite dan orang tua/wali siswa dalam menjalankan programnya, terutama tentang edukasi gizi dan keamanan jajan pangan anak sekolah. Tahap evaluasi yang terlaksana dan dokumentasi yang tersusun rapi di setiap kegiatan menjadi modal bagi sekolah kami untuk lebih meningkatkan pelaksanaan program NGTS SMANSAWI SEHAT.

Warga sekolah memiliki kesadaran yang baik bahwa kesehatan adalah sangat penting agar tetap bugar dan produktif. Untuk itu, ke depannya sekolah kami akan tetap melaksanakan kegiatan NGTS sebagai bagian dari upaya mempertahankan dan meningkatkan warga SMANSAWI yang sehat dan berprestasi lebih baik lagi. Mari kita dukung NGTS SMANSAWI sehat!



Inspirasi dan Pembelajaran Saling Melengkapi dari Program Adiwiyata dan NGTS di SMAN 1 Bangil



Mengenal SMAN 1 Bangil Lebih Dekat

SMAN 1 Bangil berlokasi di Jl. Bader No. 3 Kalirejo Kecamatan Bangil Kabupaten Pasuruan, Jawa Timur. Sekolah ini berdiri pada tahun 1981 memiliki luas tanah sebesar 30.200 M² yang terdiri dari bangunan seluas 14.586 M² dan sisanya masih berupa lahan kosong seluas 15.614 M². Lahan kosong tersebut dimanfaatkan sebagai kebun dan hutan sekolah. Sekolah kami memiliki jumlah siswa sebanyak 1.250 siswa, guru dan karyawan sebanyak 115 orang.

Sekolah kami mengenal NGTS berawal dari lomba *Healthy School Canteen* di tingkat Asia Tenggara yang diikuti melalui kegiatan SEAMEO Creative Camp pada tahun 2018. Saat itu sekolah kami meraih juara 2. Kemudian pada tahun 2019, sekolah kami lebih mengenal program NGTS melalui kegiatan NGTS Awards yang diselenggarakan oleh SEAMEO RECFON. Saat itu sekolah kami menjadi salah satu finalis tingkat SMP-SMA. Sekolah kami bertambah paham dengan adanya berbagai undangan kegiatan webinar yang diadakan oleh SEAMEO RECFON.

Program NGTS secara langsung mengubah pola pikir Tim Kantin Sehat di sekolah kami. Hal ini berpengaruh positif dalam memberikan pelayanan terbaik kepada siswa melalui peningkatan kesehatan dan perbaikan gizi. Siswa dapat memahami tentang kriteria makanan sehat yang disediakan oleh sekolah, melakukan perilaku hidup bersih dan sehat, serta memahami manfaat makan dengan teratur. Manfaat program NGTS tidak hanya dirasakan oleh siswa. Para pengelola dan penjamah makanan yang berasal dari masyarakat luar sekolah juga menjadi lebih paham tentang makanan sehat, termasuk perilaku hidup bersih yang dapat ditularkan ke lingkungan sekitarnya.

Implementasi Program NGTS di Sekolah Kami Melalui Kolaborasi Tim Kantin Sehat dan Tim Adiwiyata

Sebelum mengenal program NGTS, sekolah kami sudah melakukan berbagai kegiatan yang sejalan dengan program ini. Hal ini dikarenakan sekolah kami juga termasuk dalam Sekolah Adiwiyata. Kegiatan yang dilakukan banyak berorientasi kepada lingkungan dan kesehatan siswa. Awalnya kegiatan difokuskan pada kegiatan peduli lingkungan dan kesehatan siswa serta warga sekolah. Kemudian kegiatan berkembang ke makanan sehat dan aktivitas fisik, upaya penyediaan sarana dan prasarana yang ramah lingkungan serta menjalin kerjasama dengan pihak ketiga.

Karena program NGTS ini dilakukan dengan menunjang gelar Sekolah Adiwiyata ini, maka secara tidak langsung program ini juga sudah kami lakukan secara terprogram dan rutin. Kegiatan ini meliputi 1) aktivitas fisik siswa dengan berolahraga bersama dan membersihkan lingkungan di sekitar kelas, 2) pemilihan makanan sehat yang disediakan oleh kantin sekolah, 3) pemanfaatan hasil kebun sekolah yang diolah dalam bentuk makanan pelengkap, misal daun kemangi dan terong untuk sayur



lalapan serta cabe, tomat untuk sambal, 4) integrasi wawasan lingkungan dalam setiap mata pelajaran, 5) kerjasama dengan pihak di luar sekolah untuk kepedulian lingkungan dengan Dinas Kesehatan, Puskesmas terdekat, dan Dinas Lingkungan Hidup.

Untuk kegiatan yang lebih khusus dalam program NGTS, sekolah kami lebih memfokuskan kepada kantin sehat untuk melanjutkan upaya yang sebelumnya sudah direncanakan. Awalnya, sekolah kami tidak memiliki kantin yang memenuhi standar kesehatan. Setelah menjalin kerjasama dengan Komite Sekolah dan alumni, maka dilakukan pengembangan kantin sekolah yang memenuhi syarat dan layak.

Kami membentuk tim kantin untuk mendukung bangunan fisik kantin yang sudah baik. Langkah ini dimulai dari pembuatan kebijakan manajemen sekolah tentang kantin sehat, penyusunan Tim Kantin yang bertugas menyeleksi penjamah makanan dan makanan yang dijual, uji kelayakan makanan yang bekerjasama dengan alumni, pembangunan karakter siswa yang berorientasi pada pola hidup sehat. Selain itu kami juga mengembangkan sistem pembayaran e-kantin dimana siswa tidak menggunakan uang tunai namun menggunakan kartu yang disediakan oleh sekolah dengan sistem deposit. Hal ini bertujuan untuk mengurangi potensi kontak dengan mikroorganisme yang ada pada uang tunai.



Gambar 1. Komitmen tertulis sekolah dalam program NGTS terkait penerapan kantin sehat



Gambar 2. Seleksi penjamah kantin

Di awal mengikuti kegiatan NGTS ini, tim yang banyak terlibat adalah Tim Kantin Sehat. Tim ini berkolaborasi dengan Tim Adiwiyata. Kolaborasi tim ini disiapkan untuk mengawal kesehatan lingkungan, serta kesehatan warga sekolah, khususnya siswa. Masing-masing tim bertugas berdasarkan Surat Keputusan (SK) kepala sekolah.

SK untuk kedua tim berlaku untuk satu tahun, namun dapat diperpanjang hingga 2 kali kepengurusan. Penanggungjawab tim adalah kepala sekolah, dibantu oleh Penasehat yang berasal dari pihak Komite Sekolah. Sedangkan Ketua Tim Kantin Sehat dan Tim Adiwiyata saling berkoordinasi dibantu oleh Tim Kelompok Kerja (Pokja). Setelah berkoordinasi, tugas Tim Pokja selanjutnya adalah menyusun rencana tentang strategi membuat kantin sekolah yang menjual makanan minuman sehat dengan harga yang tetap terjangkau bagi siswa.



Rencana pertama adalah merekrut dan menyeleksi vendor makanan. Salah satu kriteria vendor adalah memahami tentang makanan sehat. Rencana selanjutnya adalah membuat sistem bagi hasil yang disepakati bersama antara sekolah dan vendor. Kemudian, kami menentukan sistem pembayaran dan harga makanan. Lalu, kami mengupayakan kerjasama dengan instansi berwenang untuk menguji kelayakan makanan yang akan dijual di kantin sekolah, menyusun tugas pokok dan fungsi (tupoksi) bagi tim yang terlibat, serta membuat Perjanjian Kerja Sama dengan vendor terpilih.

Seluruh rencana tersebut dapat berjalan dengan baik dengan adanya koordinasi menyeluruh dari Tim Kantine Sekolah, Tim Adiwiyata dan pihak manajemen sekolah. Seluruh tim berusaha memenuhi semua sarana dan prasarana yang dibutuhkan. Selain itu, kebijakan yang dibuat oleh manajemen sekolah sangat mendukung. Misalnya dengan dibentuknya sistem koordinasi dengan Komite Sekolah yang berperan sebagai Tim Penasehat yang membawa masukan dari wali siswa serta masyarakat.

Tim UKS/M dan Tim Adiwiyata berperan penting dalam merencanakan kegiatan kesehatan lingkungan sesuai dengan Trias UKS/M ketiga dan kesehatan siswa sesuai dengan Trias UKS/M pertama dan kedua. Tim tersebut melakukan kerjasama dengan pihak ketiga di luar sekolah, yaitu Puskesmas terdekat yang bertugas menskrining kesehatan siswa dan memantau makanan sehat yang dijual di kantin sekolah. Sedangkan Tim Kewirausahaan berperan dalam pengolahan makanan sehat yang bahan dasarnya diambil dari kebun sekolah.

Makanan olahan hasil kebun sekolah ini kemudian dijual di kantin sekolah untuk dinikmati oleh siswa dan warga sekolah lainnya. Tim Kewirausahaan beranggotakan siswa dan dibina oleh guru kewirausahaan. Tim ini menjalankan kegiatannya terintegrasi dengan mata pelajaran (mapel) yang dipelajari oleh siswa. Misalnya jika materi dalam mapel mengulas tentang pengolahan makanan dari bahan nabati, maka produk makanan yang disiapkan adalah yang berasal dari tanaman pangan yang ada di sekolah seperti daun kelor, pare, dan terong. Jika topiknya tentang bahan makanan hewani, maka Tim Kewirausahaan akan menggunakan ikan lele atau gurame yang ada di kolam sekolah. Tim ini mengerjakan proyeknya minimal 1 x dalam satu semester. Dengan keterlibatan semua pihak yang ada di sekolah diharapkan upaya kesehatan warga sekolah dapat tercapai dengan usaha bersama ini.

Pengalaman sekolah kami dalam melaksanakan kegiatan NGTS yang membanggakan adalah terbentuknya kemitraan dan adanya berbagai inovasi kegiatan edukasi gizi yang akan diceritakan lebih lanjut berikut ini. Kedua hal ini memberikan keunikan bagi sekolah kami, sekaligus menjadi penguatan bagi tim sekolah dalam menjalankan kegiatan NGTS secara rutin. Khususnya kemitraan yang kami lakukan memberikan dampak positif dalam pembentukan karakter hidup bersih dan sehat bagi siswa dan warga sekolah. Kemitraan dengan pihak luar sekolah ini sangat bermanfaat karena dapat memberikan wawasan positif untuk pengembangan program gizi dan kesehatan di sekolah menjadi lebih baik lagi.

Praktik Baik 1: Kemitraan Sekolah dengan Berbagai Pihak Pemangku Kepentingan

Pembinaan kerjasama yang sudah kami lakukan meliputi kemitraan dengan ahli teknologi pangan yang berafiliasi dengan Universitas Muhammadiyah Malang (UMM). Beliau juga seorang alumni SMAN 1 Bangil tahun 1986. Selain melibatkan alumni, kemitraan juga kami lakukan dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Pasuruan, Balai Besar POM Surabaya, serta Puskesmas Pembantu yang berada di dekat sekolah kami.



Kemitraan yang kami bina difokuskan untuk meningkatkan kantin sekolah kami agar memenuhi standar kantin sehat. Hal pertama yang menjadi perhatian adalah peningkatan mutu pangan yang dijual di kantin sekolah kami, selain tentunya tetap menjaga sarana dan prasarana lainnya yang sudah sangat baik di sekolah kami.

Awal perkenalan kami dengan Balai Besar POM Surabaya terjadi karena keikutsertaan sekolah kami pada kegiatan seleksi Kantin Sehat Sekolah untuk memperoleh Piagam Bintang Keamanan Pangan Kantin Sekolah (PBKPKS). PBKPKS merupakan piagam penghargaan yang diberikan oleh Badan POM RI kepada sekolah yang telah menyelenggarakan keamanan pangan kantin sekolah dengan baik atau dalam proses audit PBKPKS Badan POM RI bernilai baik. Sekolah kami mengikuti kegiatan ini hingga seluruh tahapannya selesai dan kami berhasil memperoleh penghargaan tersebut. Melalui kegiatan dan diperolehnya penghargaan ini memaksa kami untuk dapat mempertahankan predikat tersebut. Oleh karenanya, Balai Besar POM Surabaya selalu mengevaluasi kondisi dan manajemen kantin sekolah kami satu tahun sekali. Kegiatan pengawasan atau monitoring dilakukan 3 kali per tahun di bulan Agustus, September dan Oktober. Pada bulan November dilakukan penilaian untuk menentukan kelayakan sekolah dalam menyandang PBKPKS.

Dampak kegiatan ini bagi sekolah kami, khususnya Tim Katin adalah membuat kami terpacu untuk berusaha keras agar mencapai target, yakni 1) kantin tetap memenuhi standar sehat, 2) penjamah makanan tetap menjaga kualitas makanan yang dijual, 3) penjamah makanan menerapkan karakter ramah lingkungan dengan disiplin dalam menjaga kebersihan peralatan makanan, kebersihan di stan penjual, dan disiplin dalam memakai Alat Pelindung Diri (APD). Hingga saat ini makanan dan minuman di kantin kami telah mengalami pengujian dan pengawasan berkala dari Balai Besar POM Surabaya.



Gambar 3. Monitoring dan Evaluasi dari BPOM Provinsi Jawa Timur



Gambar 4. Praktik siswa di kantin tentang APD

Sekolah kami juga menjalin kemitraan dengan Dinas Kesehatan yang memberikan pelatihan dan pembinaan kepada semua penjamah makanan di kantin sekolah hingga mereka mempunyai Sertifikat Penjamah Makanan. Kegiatan ini dilakukan 1 tahun sekali yang menjadi agenda rutin Dinas Kesehatan untuk mengontrol penjamah makanan sekolah. Dinas Kesehatan memberikan pelatihan kepada seluruh penjamah makanan kantin sekolah di tingkat SMP dan SMA di wilayah Kecamatan Bangil. Pelatihan ini dikemas dengan baik selama lima hari dengan durasi waktu pelatihan 1,5 jam setiap harinya mulai



pukul 07.30-09.00. Waktu ini merupakan waktu senggang para penjamah dimana para siswa sedang mengikuti jam pelajaran sehingga pelatihan dapat diikuti oleh seluruh penjamah makanan sekolah. Di akhir pelatihan, seluruh penjamah makanan dievaluasi, dikumpulkan di aula Dinas Kesehatan.



Gambar 5. Sertifikat Penjamah
Makanan Kantin Sekolah



Gambar 6. Pelatihan dan Monitoring
Evaluasi dari Dinas Kesehatan

Selain itu, komitmen kepala sekolah untuk memastikan bahwa makanan dan minuman yang dijual di kantin sekolah kami benar-benar sehat dan memenuhi kebutuhan gizi siswa, membutuhkan kegiatan kerjasama dengan alumni yang merupakan seorang dosen dan ahli gizi. Kerjasama ini dikemas dalam bentuk MoU Manajemen Pangan Sehat, Aman dan Halal. Fokus utama dalam MoU ini adalah adanya kegiatan pelatihan kepada seluruh warga sekolah tentang pangan sehat, aman dan halal, yang ditindaklanjuti dengan kegiatan pendampingan pelaksanaan kantin sehat, pengenalan bahan tambahan pangan yang alami, serta evaluasi program. MoU ini dimulai pada tahun 2014, dan masih berlangsung hingga sekarang.

Sekolah kami juga menjalin kemitraan dengan Puskesmas Pembantu terdekat. Puskesmas membantu pengujian laik hygiene sanitasi dengan menguji air yang digunakan di kantin sekolah. Berdasarkan hasil uji tersebut, air di kantin sekolah dipastikan aman dikonsumsi dan tidak mengandung bahan dan mikroorganisme berbahaya. Tenaga Kesehatan dari Puskesmas juga melakukan rangkaian kegiatan seperti pengisian kuesioner oleh siswa yang berisi tentang riwayat kesehatan secara umum, riwayat imunisasi dan lainnya, kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan fisik dan penunjang seperti pengukuran tinggi badan, berat badan, pemeriksaan mata, dan pengukuran tekanan darah. Kegiatan skrining kesehatan ini dilakukan khususnya pada siswa kelas X dan XI. Hasil pengecekan kesehatan diisikan di Buku Rapor Kesehatan yang dimiliki oleh setiap siswa. Dalam kegiatan ini, Puskesmas juga bekerja sama dengan tim UKS/M di sekolah kami yang sudah membuat jadwal pemeriksaan siswa. Kelas X biasanya dilakukan pengecekan kesehatan siswa pada bulan November, sementara kelas XI digelar pada bulan Februari.

Komite Sekolah juga menjadi salah satu pemangku kepentingan yang perlu dilibatkan dalam kemitraan. Peran komite sekolah adalah sebagai pemberi pertimbangan dan masukan dalam penentuan dan pelaksanaan kebijakan pendidikan. Selain itu, mereka berperan sebagai pendukung, dari segi



finansial, pemikiran, dan tenaga dalam upaya memajukan sekolah. Berikut merupakan upaya untuk meningkatkan mutu pelayanan pendidikan di sekolah yang melibatkan Komite Sekolah:

1. Memberikan pertimbangan dan masukan dalam penentuan kebijakan sekolah yang tertuang dalam program sekolah dan Rencana Kegiatan dan Anggaran Sekolah (RKAS).
2. Memberikan dukungan yang berupa pendanaan untuk berbagai program sekolah yang tidak dapat didanai dari sumber keuangan yang berasal dari negara seperti pembangunan gedung kantin sekolah, pengadaan peralatan kantin sekolah, pengadaan dan pembangunan unit produk lokal unggulan seperti kolam ikan gurami, patin, dan nila, kebun buah naga, rumah jamur, kolam pemijahan ikan, dan lain sebagainya.
3. Menjalin kerja sama kemitraan dengan pihak ketiga dalam rangka meningkatkan pengembangan sekolah.

Praktik Baik 2: Edukasi Gizi

Sekolah kami menyadari pentingnya memberikan sosialisasi secara rutin kepada siswa tentang pola hidup sehat. Pembiasaan pola makan yang sehat bergizi juga menjadi fokus sekolah kami setelah semakin mengenal program NGTS. Untuk menjadikan kegiatan ini rutin dan berkelanjutan, kegiatan edukasi gizi kami integrasikan ke dalam mata pelajaran. Sekolah kami mengintegrasikan nilai-nilai kesehatan dan pola hidup sehat dalam satu Kompetensi Dasar (KD) di setiap mata pelajaran. Misalnya dalam mata pelajaran Ekonomi, guru menyiapkan Rancangan Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) di mana pada proses pembelajarannya menyisipkan pola konsumsi sehat yang dilakukan oleh konsumen. Untuk mata pelajaran Bahasa Inggris, siswa diminta membuat *story telling* tentang makanan sehat yang dikonsumsi. Selanjutnya pada mata pelajaran Biologi, siswa belajar tentang berbagai macam vitamin, protein yang terkandung dalam makanan sehat. Para guru kami dorong untuk berkreasi menyisipkan topik kesehatan dan gizi pada mata pelajaran lainnya karena hal ini telah menjadi komitmen sekolah kami.

Dengan mengintegrasikan pola hidup sehat, siswa dapat lebih memahami, bahkan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya untuk makanan sehat, banyak siswa yang kini membawa bekal makanan sehat bergizi dari rumah, mereka juga membiasakan cuci tangan dengan sabun dan air mengalir. Pada saat ada siswa yang lupa untuk cuci tangan, siswa lainnya mengingatkan. Siswa juga dilatih untuk membuat makanan sehat dari hasil



Gambar 7. Praktik Topik Makanan Sehat oleh Siswa



kebun sekolah, baik berupa makanan keseharian atau makanan yang mengandung nilai jual. Untuk aktivitas fisik, kegiatan Kerja Bakti menjadi wahana pembelajaran bagi siswa untuk membiasakan gerak tubuh secara aktif. Kegiatan ini minimal dilakukan dengan membersihkan kelas masing-masing secara bersama-sama agar tubuh siswa ikut bergerak aktif minimal 1 kali seminggu.

Pada masa pembelajaran jarak jauh (PJJ) saat pandemi Covid-19, kegiatan siswa berkaitan dengan pola makan sehat dimodifikasi dengan cara siswa memfoto makanan sehat yang berasal dari kebun rumah atau dari lingkungan sekitar. Sedangkan untuk aktivitas fisik, siswa menyertorkan video atau foto kegiatan senam pagi di rumah atau membereskan rumah dengan orang tua. Kegiatan ini dilakukan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (Penjaskes).

Tantangan yang Dihadapi dan Inovasi yang Dilakukan

Dalam pelaksanaannya, terdapat sedikit kendala koordinasi. Hal ini dikarenakan kesibukan anggota tim yang bersamaan juga mempunyai kewajiban mengajar. Koordinasi yang terkadang kurang berjalan dengan baik mengakibatkan jadwal kegiatan turut terkendala. Oleh karena itu, kami segera membentuk Tim Inti NGTS yang terdiri dari Ketua, Sekretaris dan Pembantu Umum. Tujuan dibentuknya tim ini adalah agar kegiatan NGTS tetap dapat terlaksana dengan baik di sekolah. Tugas pokok Tim NGTS adalah memantau kelancaran kegiatan dan selalu memandu koordinasi antar tim yang terlibat yaitu Tim Kantin Sehat dan Tim Adiwiyata.

Dalam menjaga kesinambungan pelaksanaan kegiatan NGTS, tantangan yang kami hadapi umumnya terkait dengan skema pembelajaran tatap muka yang belum dilaksanakan secara penuh. Hal ini menyebabkan implementasi kegiatan-kegiatan dalam program NGTS belum dapat dilakukan secara maksimal selama pandemi Covid-19.

Selama kegiatan Belajar Dari Rumah (BDR) berikut ini beberapa inovasi sekaligus tantangan yang kami hadapi dalam upaya secara konsisten tetap melaksanakan program NGTS yaitu:

1. Sarapan Pagi Sehat

Kegiatan ini dilakukan secara virtual pada jam pertama. Namun tidak semua siswa menyalakan kamera, dengan alasan masih belum siap, sehingga tidak dapat dilihat kegiatan sarapan seluruh siswa.

2. Aktivitas Fisik di Rumah

Siswa menyertorkan foto kepada Guru Penjaskes. Namun banyak foto yang diberikan hanya berupa aksi saja. Ini terbukti dengan hasil tanya jawab yang dilakukan oleh guru kepada siswa. Mereka tidak dapat menjelaskan secara detail kegiatan yang sedang dilakukan dan hanya menjawab dengan memberikan hasil swafoto.

3. Kebun Rumahku

Membuat kerajinan dari limbah bangun ruang dengan membuat pot tanaman dan kemudian digunakan untuk budidaya tanaman pangan misal sayur bayam, sawi, cabe, terong dan sejenisnya. Kemudian siswa diminta menyerahkan foto-foto kegiatan kepada guru Prakarya dan Kewirausahaan (PKWU). Tantangannya, siswa hanya memfoto saat menanam, tapi tidak rutin dalam melakukan perawatan, sehingga banyak tanaman yang mati pada saat pelaporan.



Kegiatan ini berbeda jika dilakukan di sekolah dan ditanam di kebun sekolah. Siswa secara bergiliran melihat hasil tanamannya dan terdapat piket giliran untuk merawat tanaman.

4. Pangan Sehat dan Murah

Kegiatan ini melibatkan kerjasama orang tua dan siswa. Mereka memanfaatkan bahan makanan nabati yang ada di sekitar lingkungannya. Siswa bersama orang tua mengolah bahan tersebut menjadi makanan sehat dan layak jual. Misalnya mengolah singkong menjadi kudapan sehat seperti sawut, lemet dan gethuk. Namun dalam menjalankan kegiatan ini, banyak orang tua yang tidak dapat mendampingi siswa sehingga akhirnya mencari jalan pintas dengan membeli produk makanan jadi. Kegiatan ini berbeda jika dilakukan di sekolah, dimana guru dan siswa dapat menjalankan kegiatan ini bersama sambil menambah pengalaman siswa dalam mengolah makanan sehat.

Pembelajaran dan Faktor Kunci Keberhasilan Pelaksanaan NGTS di Sekolah Sami

Faktor kunci yang menjadi pembelajaran kesuksesan pelaksanaan program NGTS di sekolah kami antara lain:

1. Adanya kerjasama dengan mitra luar yang kompeten di bidangnya membawa dampak positif pada mutu kegiatan yang kami laksanakan. Selain itu mereka juga berperan dalam menambah wawasan bagi sekolah kami dalam memikirkan ide-ide pengembangan ke depannya.
2. Penghargaan yang didapat sebelumnya sebagai Sekolah Adiwiyata membangkitkan semangat kami untuk selalu berbuat lebih untuk melaksanakan kegiatan dengan kualitas yang lebih baik. Dengan adanya penambahan kegiatan dari program NGTS ternyata sekaligus dapat menguatkan program dan kegiatan yang sebelumnya sudah ada di sekolah kami.
3. Terbentuknya tim khusus yang bertugas mengawal pelaksanaan kegiatan dan mengajak peran serta warga sekolah lainnya memberikan dampak yang baik dan meningkatkan rasa kebersamaan karena pekerjaan dilaksanakan bersama-sama secara tim. Hal ini juga didukung dengan adanya komitmen kepala sekolah yang sangat jelas untuk mencapai tujuan kesehatan siswa, tidak hanya capaian akademiknya saja. Dengan adanya Tim seperti ini segala tantangan dan kendala dapat didiskusikan untuk dicarikan pemecahannya.
4. Kegiatan edukasi gizi terintegrasi dengan mata pelajaran menjadikan program NGTS berkesinambungan dalam membentuk kebiasaan siswa untuk hidup bersih sehat dan bergizi baik di sekolah maupun di rumah.

Rencana Keberlanjutan

Dengan optimisme yang ada melihat dampak yang sudah dicapai dalam pelaksanaan program NGTS pada masa sebelum dan selama pandemi Covid-19, kami merencanakan beberapa kegiatan berikut:

1. Menjalin kemitraan dengan Poltekkes terdekat khususnya Jurusan Gizi untuk melakukan pengujian makanan di kantin sekolah kami dan membantu menyusun menu yang lebih memenuhi kaidah gizi seimbang. Selain itu Poltekkes diharapkan dapat membantu melakukan sosialisasi secara



berkala kepada siswa dan warga sekolah tentang pedoman gizi seimbang agar pemahaman kami tentang topik ini meningkat. Kami harapkan saat Pembelajaran Tatap Muka akan dilaksanakan, maka kantin sekolah kami telah siap untuk menjual menu bergizi seimbang.

2. Menggiatkan dan melakukan secara rutin aktivitas fisik berupa senam peregangan yang mudah setiap kali akan memulai kegiatan BDR (melalui *zoom* ataupun *google meets*). Kegiatan ini akan dipandu oleh guru mata pelajaran melalui penayangan video senam peregangan berdurasi sekitar 5 menit. Guru akan diminta untuk menanyakan kesan-kesan para siswa, agar jika diperlukan maka kegiatan ini akan ditingkatkan guna menambah semangat dan kebugaran siswa.
3. Memasak makanan di rumah dari hasil panen kebun sekolah akan kami galakkan kembali mengingat kebun sekolah kami tetap berproduksi meskipun masa pandemi. Dengan demikian para siswa tetap diberi wawasan tentang memproduksi sendiri makanan dari rumah dan hal ini diharapkan dapat mengurangi kebiasaan jajan makanan cepat saji.



PENGALAMAN MENDAMPINGI SEKOLAH/MADRASAH DALAM MELAKSANAKAN PROGRAM NGS





Pendampingan Sekolah/Madrasah di Lokus Provinsi DKI Jakarta



Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA (UHAMKA) merupakan salah satu universitas swasta milik Muhammadiyah yang berlokasi di Jakarta. Awal mula kerjasama UHAMKA dengan SEAMEO RECFON yaitu karena adanya peluang untuk menyelaraskan program, utamanya dengan Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKes) melalui dua program studi yang yaitu Program Studi Ilmu Gizi dan Kesehatan Masyarakat untuk menjalankan program NGTS. Untuk koordinasi pelaksanaan program. Dekan FIKes memberikan mandat kepada Pusat Kajian Kesehatan (PUSKAKES) FIKes UHAMKA untuk menjadi penanggung jawab kegiatan dengan tim inti yang di awal pelaksanaan program berjumlah tiga orang. Kemudian tim ini berkembang dengan bergabungnya dosen lainnya sebagai anggota tim dari NGTS. Saat ini terdapat 12 orang yang bergabung sebagai tim NGTS UHAMKA termasuk pimpinan fakultas dengan berbagai kepakaran dalam bidang kesehatan yaitu gizi, promosi kesehatan, kesehatan lingkungan, kesehatan reproduksi, analisis kebijakan kesehatan dan lainnya. Sementara tim SEAMEO RECFON yang ditunjuk untuk menjadi penanggung jawab pelaksanaan di lokus DKI Jakarta ini berjumlah dua orang. Dalam pelaksanaannya, tim UHAMKA dan tim SEAMEO RECFON bekerja bersama dalam melakukan pendampingan kepada sekolah/madrasah termasuk dokumentasi dan monitoring evaluasi kegiatan, serta melakukan koordinasi dengan pemangku kepentingan terkait,

Pelaksanaan pendampingan kepada sekolah/madrasah binaan dalam program di FIKes UHAMKA, diintegrasikan dengan kegiatan Tri Dharma perguruan tinggi (PT) yaitu kegiatan Pendidikan dan Pengajaran, Penelitian, dan Pengabdian Masyarakat. Secara khusus UHAMKA memiliki satu komponen yang merupakan ciri khas yaitu nilai Al-Islam dan Kemuhammadiyahan dalam menjalankan Tri Dharma tersebut. Sehingga, program **NGTS** kami adaptasi menjadi **I-HELP (*Islamic Health Promoting School Program*)**.

Komponen pada program I-HELP adalah komponen program NGTS yang mendapat penekanan nilai-nilai Islam dan Kemuhammadiyahan di dalamnya. Contohnya, pada komponen kantin sehat dapat diintegrasikan dengan nilai kehalalan yang diperkuat dengan ayat Al-Qur'an pada QS. Al Baqarah: 186. Selain itu, saat melakukan edukasi mengenai gizi seimbang tentang makanan yang dikonsumsi harus sesuai dengan kebutuhan yang direkomendasikan, hal ini diperkuat dengan Hadits HR Bukhari 1984 yaitu "Timbanglah makanan kalian niscaya akan diberkahi".

Kegiatan pengabdian masyarakat yang direncanakan UHAMKA dirancang agar dapat sejalan dengan kebutuhan sekolah/madrasah binaan program I-HELP. Kegiatan pengajaran yang diberikan kepada mahasiswa juga diharapkan dapat diterapkan sebagai program pembelajaran berbasis masalah (*problem-based learning*) yang ditemui pada sekolah/madrasah binaan. Misalnya pada pembelajaran mahasiswa di Praktik Belajar Lapangan (PBL), sekolah maupun madrasah binaan dijadikan sebagai sasaran kegiatan. Mahasiswa mulai mengidentifikasi masalah gizi dan faktor penyebabnya hingga

merancang implementasi atau intervensi kegiatan di sekolah/madrasah. Kegiatan I-HELP saat ini telah didukung oleh universitas, dalam hal ini Lembaga Penelitian dan Pengembangan (Lemlitbang) dan Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) UHAMKA.

Pelibatan Pemangku Kepentingan dalam Program

Sebelum melakukan pendampingan, kami melakukan kegiatan pertemuan bersama dengan pemangku kepentingan. Kegiatan tersebut dihadiri oleh perwakilan Kantor Wilayah Kementerian Agama (Kanwil Kemenag) Provinsi DKI Jakarta, Dinkes Provinsi DKI Jakarta, dan Majelis Dinas Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmen) Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) DKI Jakarta. Luaran dari pertemuan tersebut adalah adanya komitmen dan dukungan dari pemangku kepentingan dalam menjalankan program di wilayahnya serta terpilihnya 11 sekolah/madrasah yang akan ikut serta dalam program I-HELP. Sayangnya, seiring berjalannya waktu terdapat 4 sekolah yang mengundurkan diri dari kegiatan pendampingan lanjutan. Hingga saat ini, terdapat 7 sekolah/madrasah di bawah Lokus DKI Jakarta yang melaksanakan program I-HELP yaitu SMPN 92 Jakarta, SMAN 36 Jakarta, SMAN 61 Jakarta, SMP Muhammadiyah 36 Jakarta, SMP Muhammadiyah 4 Jakarta, MAN 16 Jakarta, dan MTsN 6 Jakarta.



Gambar 1. Pertemuan Pemangku Kepentingan pada 29 Juni 2020 (kiri) dan Pertemuan Pelaporan Program NGTS/I-HELP dengan Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) DKI Jakarta pada 22 Agustus 2022 (kanan)

Dalam praktiknya, kepala sekolah di tiap sekolah/madrasah membentuk tim I-HELP dan menunjuk koordinator program yang bertanggung jawab untuk pelaksanaan kegiatan ini. Secara umum koordinator I-HELP di sekolah adalah wakil kepala sekolah, guru mata pelajaran tertentu misalnya guru kewarganegaraan dan bahasa inggris, maupun pembina ekstrakurikuler seperti PMR maupun OSIS. Sekolah/madrasah yang telah memiliki tim I-HELP yang dibentuk oleh pimpinan menunjukkan umpan balik yang positif dalam setiap agenda I-HELP, baik saat penyelenggaraan di sekolah/madrasah, maupun penguatan dan pendampingan yang kami lakukan. Keberadaan tim I-HELP di sekolah/madrasah sangat memudahkan komunikasi yang dijalin baik melalui grup Whatsapp, komunikasi personal maupun telepon.

Pandemi Covid-19 Menghasilkan Metode Pendampingan Unik

Rangkaian pendampingan ini kami laksanakan sepenuhnya dalam kondisi daring karena situasi pandemic Covid-19. Kegiatan pendampingan kami laksanakan dengan metode *blended learning* yang terdiri dari *In-Service Learning* (IN), yaitu guru dan kepala sekolah menerima peningkatan kapasitas dan *On the Job Training* (ON), yaitu guru dan kepala sekolah menerima bimbingan teknis. Metode *blended learning* ini kami laksanakan secara daring dan bersama dengan sekolah/madrasah lain yang berada di lokus Kabupaten Malang dan Kabupaten Sambas. Dengan metode ini, sekolah/madrasah dapat saling berinteraksi dan memahami kegiatan NGTS yang telah berjalan dengan baik di sekolah/madrasah lainnya.



Gambar 2. Diskusi Daring Kemajuan Program NGTS dengan Sekolah/Madrasah Binaan

Pendampingan kepada sekolah/madrasah kami dimulai saat perwakilan sekolah/madrasah selesai mengikuti pelatihan daring yang dimulai pada Agustus-Oktober 2020 dengan topik gizi dan kesehatan pada remaja. Sekolah binaan di wilayah DKI Jakarta mengikuti pelatihan ini bersama dengan perwakilan guru di 50 kabupaten prioritas stunting. Setelah pelatihan, perwakilan sekolah/madrasah diminta untuk mengembangkan RTL pelatihan untuk implementasi program I-HELP yang mampu laksana. Untuk memastikan bahwa RTL yang akan disusun oleh sekolah/madrasah dapat berjalan baik, kami melakukan pendampingan daring saat penyusunan RTL dengan menjelaskan tahapan pelaksanaan dan bagaimana melakukan dokumentasi kegiatan dengan baik melalui diskusi kelompok, penguatan materi secara daring maupun diskusi melalui grup Whatsapp. Hal ini menyesuaikan dengan situasi pandemi Covid-19 yang masih berlangsung.

Mayoritas kegiatan yang direncanakan dalam RTL oleh sekolah/madrasah dengan kondisi BDR adalah pembiasaan sarapan pagi secara daring dan pemberian edukasi gizi yang terintegrasi dengan kegiatan sekolah misalnya kegiatan literasi, bincang madrasah maupun edukasi gizi daring yang khusus dilaksanakan untuk membahas topik tertentu dengan mengundang siswa dan orang tua siswa.

Kami juga mendampingi beberapa sekolah/madrasah dalam sosialisasi kegiatan I-HELP maupun sosialisasi RTL yang telah disusun. Selain itu kami juga terlibat menjadi narasumber untuk penguatan materi terkait gizi dan kesehatan bagi guru, wali kelas, siswa, orang tua murid, maupun penjaga makanan/petugas kantin baik secara daring maupun tatap muka terbatas. Kegiatan ini juga terintegrasi

dengan kegiatan sekolah yaitu saat masa pengenalan sekolah (MPLS) maupun pesantren kilat saat Ramadhan. Untuk meningkatkan motivasi dan pemahaman mengenai topik gizi dan kesehatan, guru dan kepala sekolah/madrasah juga kami undang untuk mengikuti seminar maupun webinar daring yang kami selenggarakan.

Sebagai tim, kami berusaha untuk saling mendukung, misalnya apabila tim RECFON berhalangan untuk hadir, tim UHAMKA memberikan dukungannya dengan hadir sebagai narasumber pada kegiatan sekolah/madrasah dan sebaliknya. Pembagian materi edukasi gizi seperti flyer, leaflet dan modul kami bagikan secara bergiliran melalui grup Whatsapp.

Pada saat pembelajaran tatap muka dimulai kembali, kami juga mengadakan kunjungan lapangan ke sekolah/madrasah dampingan serta untuk menguatkan komitmen dalam implementasi program I-HELP serta menyusun rencana tindak lanjut selama satu tahun ke depan.



Gambar 3. Tim SEAMEO RECFON menjadi Narasumber Edukasi Gizi untuk Siswa saat MPLS di SMP Muhammadiyah 4 Jakarta (kiri) dan Kunjungan ke MAN 16 Jakarta (kanan)

Tantangan pendampingan yang menjadi peluang

Dalam melakukan pendampingan, tentunya ada tantangan yang kami hadapi, salah satunya kondisi pandemi Covid-19 yang mengharuskan komunikasi kepada tim sekolah lebih banyak dilakukan secara daring. Kurang aktifnya tim dari beberapa sekolah/madrasah saat melakukan komunikasi via grup Whatsapp menjadi kendala tersendiri dalam menindaklanjuti pendampingan. Tantangan ini kami siasati dengan cara memberikan modul, poster maupun *leaflet* terkait topik gizi dan kesehatan yang dibagikan melalui grup Whatsapp agar dapat memancing diskusi dan dapat disebarluaskan oleh guru di grup Whatsapp sekolah/ madrasah masing-masing. Selain itu, kami juga membagi tugas untuk melakukan pendekatan personal melalui chat dan telepon bagi sekolah/madrasah yang kurang aktif.

Adanya kendala jaringan internet saat diskusi secara daring serta ketidakhadiran perwakilan guru karena padatnya kegiatan di sekolah/madrasah juga membuat informasi yang disampaikan tidak lengkap yang membuat tim sekolah masih kurang memahami gambaran keseluruhan pelaksanaan program. Selain itu, adanya perubahan susunan tim I-HELP dari sekolah/madrasah seperti pergantian

pimpinan dan tim guru juga tantangan bagi kami dalam melakukan pendampingan. Hal tersebut membuat pendampingan menjadi kurang efektif karena tim sekolah/madrasah yang baru tersebut perlu mendapat penjelasan kembali tentang program I-HELP, serta pelaksanaan kegiatan perlu penyesuaian kembali secara waktu. Oleh karena itu, pada saat kunjungan ke sekolah/madrasah secara langsung, kami melakukan diskusi dengan sekolah/madrasah mengenai tahapan pelaksanaan I-HELP saat ini sekaligus memberikan motivasi agar sekolah/madrasah dapat terus melaksanakan program ini, termasuk perlunya memberikan informasi yang cukup bagi tim yang baru bila terjadi pergantian.

Kami berupaya secara aktif dengan melakukan pendekatan secara personal kepada tim sekolah/madrasah. Komunikasi pribadi baik berupa chat maupun telepon yang dilakukan cukup membuahkan hasil, karena beberapa tim I-HELP sekolah/madrasah lebih responsif dengan pendekatan personal untuk mendiskusikan bagaimana teknis pendampingan dilakukan, misalnya pada saat kegiatan sarapan virtual ada beberapa sekolah yang mengintegrasikannya dalam kegiatan yang sudah berjalan dengan rutin, misalnya jam wali kelas dan ada sekolah/madrasah yang membuat waktu khusus untuk pelaksanaan kegiatan ini. Diskusi ini penting agar implementasi kegiatan NGTS di sekolah dapat berjalan efektif karena telah disesuaikan dengan kondisi sekolah/madrasah masing-masing.

Hal yang Sudah Berjalan Baik

Terlepas dari tantangan yang ada, banyak hal yang sudah berjalan baik dari pendampingan yang dilakukan, yaitu adanya koordinasi internal yang kami lakukan, baik melalui grup Whatsapp ataupun pertemuan melalui Zoom Meeting untuk membahas tantangan yang dihadapi oleh sekolah/madrasah agar dapat ditindaklanjuti. Misalnya, ketika ada beberapa sekolah Muhammadiyah yang mulai kurang aktif dalam melaksanakan program NGTS/I-HELP, kami berkoordinasi dengan Majelis Dikdasmen PWM DKI Jakarta selaku pemangku kepentingan pada Sekolah Muhammadiyah dengan melakukan pertemuan tatap muka terbatas sekaligus mengundang kepada kepala sekolah dan tim NGTS sekolah yang ditunjuk untuk mengikuti program I-HELP. Sesuai dengan arahan dari Majelis Dikdasmen PWM DKI Jakarta, sekolah yang kurang aktif akhirnya digantikan dengan sekolah Muhammadiyah baru (4 sekolah) yang berkomitmen untuk diikutsertakan dalam program I-HELP.

Selain itu, pendampingan ke sekolah/madrasah dan koordinasi dengan stakeholder juga kami lakukan secara bersama-sama dengan pembagian tugas yang jelas. Hal ini penting agar sekolah/madrasah terbiasa untuk melakukan koordinasi dengan kami, tidak hanya kepada satu pihak saja. Kami juga saling berkolaborasi sebagai narasumber maupun moderator pada kegiatan webinar maupun seminar daring. Acara ini juga mengundang sekolah/madrasah binaan.

Keberlanjutan adalah Kunci dari Program yang Berjalan Baik

Keberlanjutan program I-HELP pada sekolah/madrasah binaan tentunya sangat kami harapkan. Kami sangat mendukung sekolah/madrasah untuk tetap mengimplementasikan kegiatan yang sudah dirancang di dalam RTL menjadi program rutin di sekolah/madrasah dan dapat diperluas capaian serta komponen kegiatannya. Harapannya sekolah/madrasah dapat melaksanakan program ini secara mandiri. Kami merasakan antusiasme tim I-HELP sekolah/madrasah untuk memastikan RTL sekolah/madrasah dapat terlaksana dengan selalu melibatkan kami dalam kegiatan peningkatan kapasitas guru,

siswa, maupun orang tua melalui kegiatan webinar atau pelatihan daring. Kedepannya kami berharap tim I-HELP sekolah/madrasah dapat menjadi narasumber kegiatan peningkatan kapasitas di internal sekolah masing-masing.

Untuk mengoptimalkan program I-HELP sebagai program promosi kesehatan di sekolah berbasis bukti, UHAMKA juga membentuk tim peneliti yang didukung oleh PWM DKI Jakarta. Selanjutnya, kami berharap melalui program I-HELP dapat dihasilkan data untuk penelitian dan model pengabdian masyarakat yang lebih mumpuni, sehingga program ini dapat menjadi sebuah praktik baik kegiatan promosi kesehatan di sekolah/madrasah.



Pendampingan Sekolah di Lokus Kabupaten Malang



Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang (Polkesma), adalah perguruan tinggi di lingkungan Kementerian Kesehatan yang menyelenggarakan pendidikan vokasi dan pendidikan profesi dibidang kesehatan. Gedung Polkesma terletak di Jalan Besar Ijen No. 77 C Kota Malang, Provinsi Jawa Timur. Polkesma memiliki beberapa kampus dan program studi yang tersebar di berbagai kota di Jawa Timur. Polkesma memiliki 23 Program Studi dengan jumlah mahasiswa tahun 2020 sebanyak 5275 orang.

Kerjasama Polkesma dan SEAMEO RECFON berawal dari kegiatan studi yang dilaksanakan tahun 2016 mengenai pengembangan panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal untuk menurunkan anemia pada remaja putri di Kabupaten Malang. Studi tersebut menghasilkan studi lanjutan ditahun 2018-2019 berupa *action research* yang mengusung program Remaja ASIK (Aktif, Sehat, Pintar dan Kreatif). *Action Research* Remaja ASIK bertujuan untuk memberikan pendidikan gizi untuk menurunkan proporsi anemia pada remaja putri melalui pemanfaatan pangan lokal. Remaja ASIK ini menjadi cikal bakal program NGTS di Kabupaten Malang. Dalam Program NGTS, cakupan kegiatan menjadi lebih luas dan tidak hanya ditargetkan pada remaja putri dan anemia.

Pada tahun 2018, dilaksanakan pertemuan antar pemangku kepentingan dalam rangka sosialisasi program NGTS dengan mengundang Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, Kantor Cabang Dinas Pendidikan Jawa Timur Wilayah Kota dan Kabupaten Malang, Kementerian Agama Cabang Kota dan Kabupaten Malang serta Universitas Brawijaya.



Gambar 1. Publikasi kegiatan Remaja ASIK yang digagas oleh Polkesma dan SEAMEO RECFON



Gambar 2. Pertemuan Pemangku Kepentingan terkait Sosialisasi dan Rencana Program NGTS di Kab./Kota Malang, Jawa Timur

Sebanyak 8 sekolah tingkat menengah atas yang terlibat dalam kegiatan Remaja ASIK (SMA) yaitu SMAN 1 Singosari, SMAN 1 Lawang, SMAN 1 Sumberpucung, SMAN 1 Gondanglegi, SMKN 1 Singosari, SMA PGRI Lawang, SMA Islam Kepanjen dan SMA Diponegoro Tumpang mendapatkan pelatihan mengenai gizi dan kesehatan remaja.



Gambar 3. Perwakilan Sekolah Kegiatan Remaja ASIK mengikuti Pelatihan *Training of Trainer* dengan Topik Gizi dan Kesehatan pada Remaja Tahun 2018

Di tahun 2020, sekolah yang terlibat dalam penelitian Remaja ASIK dan 1 sekolah tambahan (SMK Diponegoro Tumpang) mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh SEAMEO RECFON bersama beberapa mitra akademisi yang berkolaborasi dalam program NGTS. Kegiatan ini diawali dengan kegiatan pelatihan atau *In-Service Learning (IN)* bagi perwakilan guru dan kepala sekolah, pada tingkat SMA/MA/SMK. Selanjutnya sekolah binaan menerima bimbingan teknis secara daring melalui diskusi bersama dengan sekolah/madrasah yang ada di lokus lainnya yaitu dari Kabupaten Sambas dan DKI Jakarta melalui kegiatan *On the Job Training (ON)*. Mayoritas sekolah binaan dapat menyelesaikan hingga tahap akhir kegiatan *blended learning* ini, walaupun ada beberapa sekolah yang membutuhkan upaya yang sangat kuat mengingat NGTS adalah program baru sehingga diperlukan dukungan dari pihak kepala sekolah, guru, siswa, orang tua dan tentunya pembinaan dari kami.

Pendampingan sekolah dalam melaksanakan kegiatan NGTS di Kabupaten Malang bagi tim NGTS Polkesma merupakan hal yang luar biasa karena membutuhkan komitmen yang kuat serta kegiatan yang padat. Bagi Polkesma, program NGTS sangat terkait dengan kegiatan pengabdian masyarakat dosen dan mahasiswa. Beberapa contoh kegiatannya antara lain memberikan edukasi dan pelatihan terkait makanan seimbang serta jajanan sehat bagi remaja, makanan bergizi sebagai upaya pencegahan anemia. Selain itu, mahasiswa juga dilibatkan dalam kegiatan pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas serta pengukuran kadar hemoglobin (Hb) secara cepat. Contoh lainnya adalah, dilibatkannya mahasiswa dalam kegiatan pemilihan **kader PRESTASI (Pemerhati Remaja SEhat Tangguh Bergizi)** di SMAN 1 Singosari, dimana mereka akan berperan sebagai *peer tutor* untuk membantu sekolah dalam memonitor gizi dan kesehatan siswa sebaya dan mencegah permasalahan gizi sejak dini. Kegiatan Kader PRESTASI ini merupakan kaderisasi dari kakak kelas ke adik kelasnya secara terus menerus. Dukungan pihak manajemen sekolah serta guru terkait sangat berkontribusi dalam kegiatan ini.

Selain pengabdian masyarakat, NGTS di Polkesma juga terintegrasi kegiatan penelitian serta kegiatan Himpunan Mahasiswa Program Studi D3 Gizi dan Program Studi Sarjana Terapan dan Dietetika. Kegiatan ini sangat bermanfaat karena memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar langsung bersama masyarakat sekolah. Diharapkan mahasiswa mendapatkan pengalaman berharga dan sekaligus meningkatkan wawasan dan ide-ide bahan penulisan karya tulis ataupun skripsi. Bentuk keterlibatan mahasiswa yang berkelanjutan merupakan bentuk kolaborasi antara Polkesma dengan sekolah sekolah, yang diharapkan dapat menguatkan pelaksanaan kegiatan NGTS.

Bentuk pendampingan yang dilakukan

Selama masa pandemi Covid-19, tim NGTS Polkesma, Universitas Brawijaya dan SEAMEO RECFON melakukan pendampingan antara lain diskusi melalui grup Whatsapp, membagikan *flyer* dan *leaflet* yang berasal dari Kementerian Kesehatan maupun instansi lainnya terkait topik gizi dan kesehatan bagi remaja, dan mengundang sekolah binaan untuk berdiskusi secara daring melalui *Zoom Meeting* serta kunjungan lapangan ke beberapa sekolah.



Gambar 4. Diskusi Daring Pemantauan Implementasi Program NGTS di Sekolah Binaan



Gambar 5. Kegiatan Pengabdian Masyarakat oleh Dosen dan Mahasiswa Polkesma di SMAN 1 Singosari

Seluruh kegiatan ini terintegrasi dalam kegiatan *blended leaning* pada tahap On the Job Training (ON). Setelah mendapatkan pelatihan daring, guru dan kepala sekolah diminta untuk mengembangkan **Rencana Tindak Lanjut (RTL)** program NGTS yang akan dilaksanakan di sekolah masing-masing untuk periode satu tahun ke depan. Bentuk kegiatan yang direncanakan tentu saja harus disesuaikan dengan sumber daya sekolah, dan dapat diintegrasikan dengan kegiatan sekolah yang telah ada sebelumnya. Beberapa sekolah ada yang melaksanakan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) secara daring sepenuhnya sementara sisanya melakukan kegiatan tersebut dengan metode kombinasi.

Mayoritas kegiatan yang direncanakan dalam RTL adalah edukasi gizi secara daring bagi warga sekolah, lomba memasak menu gizi seimbang, pembiasaan aktivitas fisik, pengembangan kebun sekolah dan pengembangan majalah sekolah sebagai media edukasi gizi. Kami merasa senang atas semangat para sekolah dan kami optimis bahwa kegiatan RTL ini dapat berjalan dengan baik. RTL dibuat dengan kreatif serta sesuai dengan ciri khas tiap sekolah, sehingga kami yakin bahwa kegiatan ini akan menguatkan program NGTS. Kegiatan yang telah dilaksanakan juga mencakup media edukasi dalam

memahami arti kolaborasi dan juga kesehatan dan gizi. Dalam beberapa kesempatan kami diminta untuk menjadi narasumber seminar daring dan pertemuan tentang gizi dan kesehatan bagi siswa dan orang tua. Khususnya bagi SEAMEO RECFON, adanya kebijakan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) dimana wilayah Jakarta termasuk daerah yang rawan penyebaran Covid-19, mengakibatkan tim SEAMEO RECFON tidak dapat melakukan kunjungan ke sekolah selama masa pandemi.



Gambar 6. Keterlibatan Dosen Polkesma menjadi Narasumber dalam Kegiatan Webinar SMAN 1 Lawang dan SMAN 1 Singosari (kiri dan tengah) dan Kunjungan Ke Kebun Sekolah SMAN 1 Singosari (kanan)

Saat kegiatan diskusi daring melalui Zoom Meeting, guru dan kepala sekolah menyampaikan kemajuan pelaksanaan RTL dan menyampaikan tantangan yang dihadapi saat implementasi NGTS di sekolahnya untuk mendapatkan saran dari kami maupun dinas kesehatan dan dinas pendidikan setempat.

Beberapa tantangan yang dirasakan oleh kami sebagai tim pendamping sekolah binaan adalah beberapa guru atau perwakilan sekolah kurang aktif berkomunikasi dalam grup Whatsapp. Untuk itu, kami mencoba untuk melakukan pendekatan secara personal kepada perwakilan sekolah tersebut baik melalui chat pribadi maupun melalui telepon. Beberapa sekolah ternyata lebih memilih dan menyukai untuk melakukan komunikasi langsung melalui personal sehingga menjadi kurang aktif di grup Whatsapp. Tantangan lainnya adalah dokumentasi program NGTS belum dilaksanakan secara rinci dan rutin oleh beberapa sekolah. Mayoritas sekolah sudah aktif mengirimkan pelaksanaan kegiatan tersebut, misalnya siapa saja yang terlibat, topik gizi/ kesehatan yang disampaikan, serta input untuk kegiatan selanjutnya. Hal ini kami siasati dengan memberikan acuan formulir dokumentasi melalui grup Whatsapp dan memotivasi sekolah untuk dapat melaksanakan dokumentasi dengan rutin. Kendala lain yang ditemui adalah beberapa sekolah tidak dapat mengirim perwakilan atau koordinator NGTS nya saat diskusi daring karena kendala sinyal ataupun karena penugasan sekolah untuk kegiatan lain. Sehingga informasi yang disampaikan tidak secara lengkap diterima oleh sekolah, dan kami tidak mendapatkan informasi mengenai kemajuan pelaksanaan NGTS di sekolah. Beberapa upaya yang kami laksanakan

yaitu meningkatkan koordinasi dengan kepala sekolah dengan cara mengeluarkan surat penugasan dari kepala sekolah kepada tim NGTS sekolah/madrasah untuk dapat memberikan izin bagi perwakilan agar dapat menghadiri diskusi daring terkait kemajuan program NGTS.

Untuk lebih mengaktifkan dinamika diskusi di grup Whatsapp, kami secara bergantian menanya dan memotivasi sekolah untuk tetap melaksanakan kegiatan NGTS di sekolah masing-masing. Media grup Whatsapp juga dimanfaatkan khususnya bagi tim Polkesma untuk proses pendampingan dan diskusi oleh dosen maupun mahasiswa serta kader PRESTASI. Komunikasi melalui grup Whatsapp juga dilaksanakan antar Kader PRESTASI dengan teman sebayanya yang memiliki masalah gizi seperti *underweight*, obesitas maupun anemia. Koordinasi yang dilaksanakan melalui grup Whatsapp ini sangat efektif dan bermanfaat dalam pertukaran informasi dan meningkatkan pengetahuan siswa.

Rencana Kedepan

Rencana ke depan yang akan kami lakukan adalah menguatkan kegiatan yang sudah dilakukan oleh sekolah. Bila sekolah sudah melaksanakan kegiatan kebun gizi sekolah dengan menanam buah-buahan dan sayuran, maka akan dilakukan peningkatan pembinaan terkait pemanfaatan dan pengolahan bahan pangan pasca panen, misalnya dengan implementasi teknologi pengolahan hasil pertanian, pemasaran hasil dan kewirausahaan. Harapannya hal ini dapat memberdayakan warga sekolah, meningkatkan pendapatan serta membiasakan warga sekolah dan sekitarnya untuk mengkonsumsi menu sehat, aman dan bergizi. Rencana Polkesma untuk tahun 2023 adalah akan melaksanakan pelatihan pengolahan bahan pangan hasil kebun sekolah guna menumbuhkan jiwa wirausaha.

Pendampingan mahasiswa pada kader PRESTASI juga kami harapkan dapat terlaksana seperti halnya di SMAN 1 Singosari, bagi sekolah binaan lainnya di Kabupaten Malang. Kami berharap pendampingan ke sekolah dapat dilakukan secara teratur sehingga kegiatan NGTS dapat terinternalisasi menjadi bagian dari program sekolah. Kami juga berharap adanya komunikasi dan koordinasi yang lebih baik dengan Dinas Pendidikan dan Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, sehingga kemajuan yang telah dilakukan oleh sekolah dapat dilaporkan dan tercatat sebagai prestasi daerah.



Pendampingan Sekolah/Madrasah di Lokus Kabupaten Sambas



Pelaksanaan Program NGTS di Kabupaten Sambas merupakan kolaborasi antara SEAMEO RECFON, Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak (Polkespon) dan Pemda Kabupaten Sambas. Polkespon merupakan institusi pendidikan tinggi kesehatan di bawah Kementerian Kesehatan RI di Kalimantan Barat yang berdiri pada tahun 2001. Saat ini Polkespon memiliki 6 Jurusan dan 14 Program Studi yang mencakup Program Diploma dan Profesi dengan mendapat predikat terakreditasi B dari BAN-PT. Sementara Kabupaten Sambas berada di wilayah Provinsi Kalimantan Barat yang berbatasan langsung dengan negara Malaysia. Kabupaten Sambas berawal dari Kerajaan Sambas yang kemudian berkembang menjadi bentuk pemerintahan Kabupaten Sambas pada tahun 1959. Saat ini Kabupaten Sambas terbagi menjadi 19 kecamatan dan 183 desa dengan motto "Sambas Baru Berkemajuan". SEAMEO RECFON, Polkespon dan Pemerintah Daerah Kabupaten Sambas menandatangani Nota Kesepahaman pada Juli 2017 untuk mendukung Kabupaten Sambas dalam mengurangi angka stunting dan upaya kesehatan lainnya. Dalam pelaksanaannya, Program NGTS menjadi salah satu kegiatan penting dalam kolaborasi 3 pihak ini.



Gambar 1. Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak (kiri) dan Tugu Selamat Datang Kabupaten Sambas (kanan)

Pengelolaan Program NGTS di Masing-Masing Institusi

Dalam mengelola Program NGTS di Kabupaten Sambas ini, setiap institusi menugaskan stafnya sebagai penanggung jawab program. SEAMEO RECFON menugaskan 3 orang staf, sementara Polkespon menugaskan 2 orang dosen di bawah koordinasi Pusat Pengembangan Pendidikan. Adapun dari pihak Pemerintah Daerah Kabupaten Sambas, pelaksana tugas kerja sama Program NGTS ini didelegasikan kepada Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas dimana Sekretaris Dinas Pendidikan sebagai koordinator atau penanggung jawab program.

Pelaksanaan program NGTS di masing-masing institusi disesuaikan dengan program dan strategi masing-masing Institusi. SEAMEO RECFON menempatkan program NGTS di tingkat Institusi dimana setiap unit mendukung program ini. Pelaksanaan program dalam bentuk pendampingan dan monitoring ke sekolah dilaksanakan dibawah koordinasi Unit Pengembangan Masyarakat dan Kemitraan. Sementara Polkespon menempatkan kegiatan ini di bawah koordinasi Pusat Pengembangan Pendidikan dengan kegiatan yang termasuk dalam Pengabdian Masyarakat. Para dosen Polkespon diarahkan untuk merancang kegiatan pengabdian masyarakat di Kabupaten Sambas, khususnya di sekolah-sekolah binaan Program NGTS. Berbagai pelatihan NGTS bagi sekolah menjadi bagian dari Program Peningkatan Mutu Pendidik dan Tenaga Kependidikan di Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas. Selain itu, NGTS merupakan penguatan Program UKS/M di Kabupaten Sambas, khususnya sebagai bagian dari pembinaan UKS/M oleh Dinas Pendidikan dan Kebudayaan di tingkat kabupaten. Kantor Wilayah Kementerian Agama Kabupaten Sambas juga turut mendampingi pelaksanaan Program NGTS di madrasah.

Koordinasi antara tim ketiga institusi ini dilakukan baik secara formal maupun informal. Koordinasi formal dilakukan melalui pertemuan resmi, misalnya melalui surat atau undangan resmi, kunjungan kemitraan di Lokus Program NGTS, serta workshop evaluasi kemitraan setiap akhir tahun. Koordinasi informal dilakukan dengan memanfaatkan kesempatan serta media komunikasi yang ada, baik secara tertulis maupun pertemuan-pertemuan dengan menggunakan telepon, email, *Zoom Meetings*, serta grup Whatsapp koordinasi yang khusus dibuat dengan beranggotakan perwakilan tim penanggung jawab Program NGTS dari ketiga institusi.



Gambar 2. Diskusi Kelompok Perumusan Program Gizi-UKS Pada Rakorkesda Kabupaten Sambas tahun 2016 (atas); Pertemuan Penandatanganan MOU 3 Pihak SEAMEO RECFON-Pemda Kabupaten Sambas-Polkespon pada tahun 2017 (bawah kiri); dan Kunjungan Kemitraan ke Kantor Bupati tahun 2019 (bawah kanan)

Berjalannya Program NGTS di Kabupaten Sambas

Program NGTS ini menyasar sekolah/madrasah dari tingkat SD/MI/sederajat, SMP/MTs/sederajat hingga SMA/SMK/MA/sederajat. Inisiasi program dilaksanakan pada akhir tahun 2016 melalui perumusan Program Gizi - UKS/M Cerdas pada rapat koordinasi Kesehatan Daerah (Rakorkesda) yang dihadiri oleh perwakilan Bupati/Setda, Bappeda, Dinas Kesehatan, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan, Dinas Pemberdayaan Perempuan, perwakilan kecamatan, Poltekkes Pontianak, Kemenkes dan SEAMEO RECFON.

Sebagai tindak lanjut dari pertemuan tersebut, pada tahun 2018 dilakukan sosialisasi Program NGTS kepada sekolah dan madrasah baik tingkat sekolah dasar hingga menengah atas melalui undangan Dinas Pendidikan Kabupaten Sambas bersama dengan peningkatan kapasitas sekolah melalui "Pelatihan Edukasi Gizi dan Kesehatan" bagi guru dan kepala sekolah yang dilakukan secara tatap muka pada 22-27 Oktober 2018. Pelatihan ini diselenggarakan oleh Dinas Pendidikan Kabupaten Sambas, dengan kurikulum pelatihan yang dikembangkan oleh SEAMEO RECFON. Narasumber pada pelatihan ini selain SEAMEO RECFON, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas, dan Polkespon juga berasal dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Barat, Dinas Kesehatan Kabupaten Sambas, serta Dinas Pertanian Kabupaten Sambas. Pemda Kabupaten Sambas melihat kegiatan pelatihan ini sangat penting sebagai penguatan Program UKS/M sehingga hampir setiap tahun Dinas Pendidikan mengagendakan pelatihan ini. Pelatihan tatap muka ini telah terlaksana hingga 3 angkatan yaitu tahun 2018 (93 TK/PAUD dan sekolah/madrasah), 2019 (30 sekolah/madrasah yang telah mengikuti training sebelumnya), dan 2021 (28 sekolah/madrasah bagi sekolah baru dan 34 sekolah/madrasah yang telah yang telah mengikuti training sebelumnya) mulai dari tingkat dasar hingga menengah atas.



Gambar 3. Pelatihan Edukasi Gizi dan Kesehatan pada Program NGTS di Kabupaten Sambas pada Tahun 2018 (kiri) dan tahun 2021 (kanan)

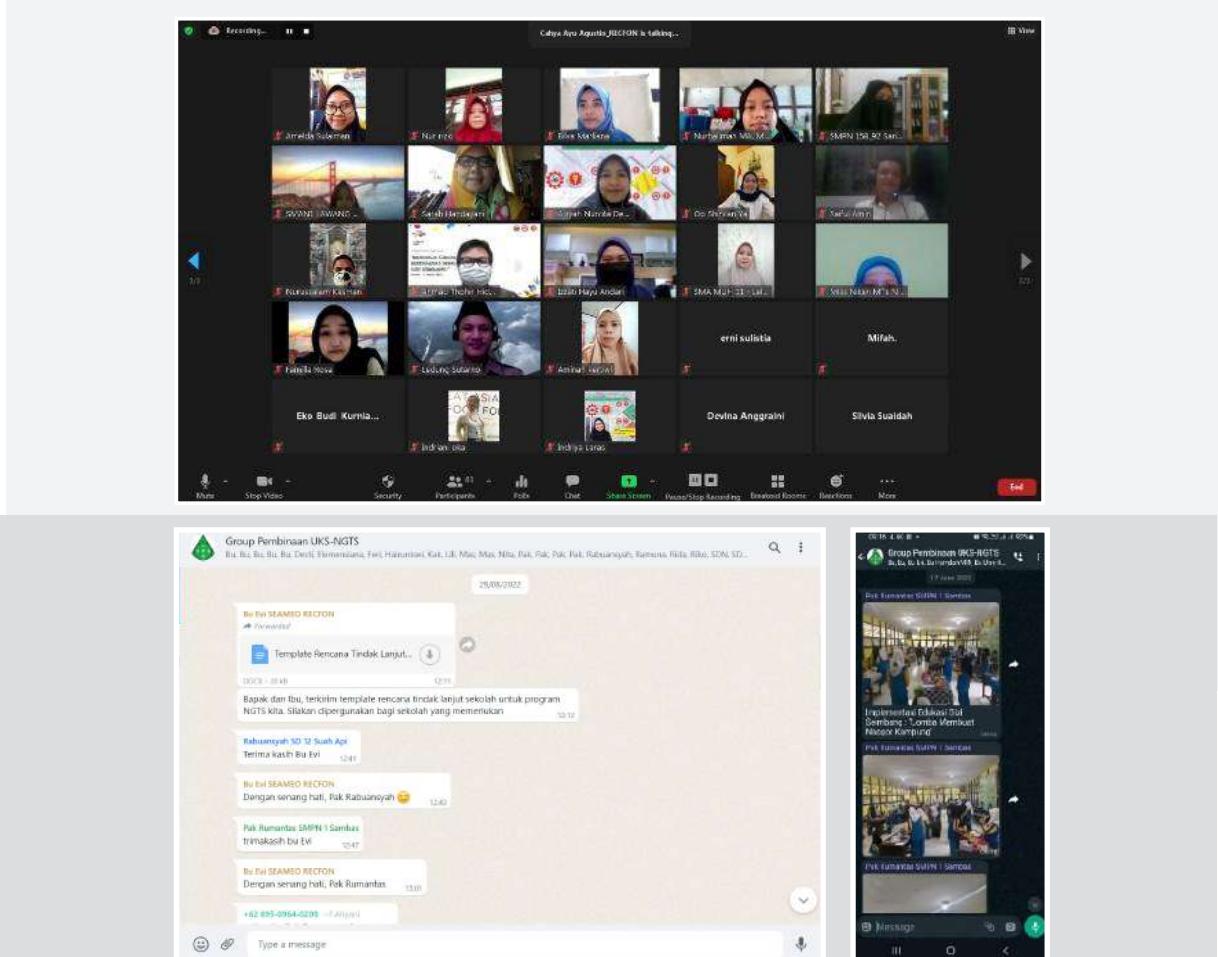
Khusus pada tahun 2020-2021, pelaksanaan Program NGTS dilaksanakan dengan menggunakan metode *blended learning* dengan sasaran sekolah/madrasah di tingkat menengah atas. Rangkaian kegiatan *Blended Learning* ini meliputi pelatihan atau *In-Service Learning* (IN) dan pendampingan teknis melalui kegiatan *On the Job Training* (ON). Kedua bentuk rangkaian kegiatan pada *Blended Learning* ini dilakukan dalam lima tahap yaitu, IN 1 berupa pelatihan awal, kemudian ON-1 berupa pendampingan awal, dilanjutkan dengan IN-2 berupa pelatihan penguatan/penyegaran, selanjutnya

adalah ON-2 berupa pendampingan lanjutan, dan diakhiri dengan IN-3 berupa pertemuan akhir sekaligus evaluasi kegiatan. *Blended learning* ini dilaksanakan secara daring mengingat di tahun ini masih dalam masa dimana secara nasional diberlakukan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan (PPKM) berupa pembatasan mobilisasi kegiatan, pertemuan maupun perjalanan. Luaran dari pelatihan ini adalah sekolah menyusun rencana pelaksanaan kegiatan pada Program NGTS dalam periode 1 tahun ke depan atau disebut Rencana Tindak Lanjut (RTL). Total sekolah/madrasah di Kabupaten Sambas yang mengikuti blended learning Program NGTS tahun 2020-2021 ini adalah sebanyak 23 SMA/SMK/MA. Hingga saat ini, total sekolah/madrasah yang telah mendapatkan pelatihan di Kabupaten Sambas adalah 125 sekolah/madrasah, termasuk tingkat SMA/SMK/MA.



Gambar 4. *Blended Learning* Program NGTS tahun 2020-2021

Setelah sekolah/madrasah mengikuti pelatihan, tahap selanjutnya adalah mendapatkan pendampingan teknis dan monitoring dari kami dalam melaksanakan RTL Program NGTS masing-masing sekolah/madrasah. Kegiatan pendampingan teknis dan monitoring kami laksanakan bersama dengan berbagai moda dan kegiatan baik secara tatap muka maupun daring. Pendampingan teknis secara tatap muka antara lain pertemuan penguatan kantin sehat sekolah dan edukasi gizi, dalam bentuk pelatihan penyegaran bagi sekolah, pendampingan dan kunjungan monitoring langsung, dan FGD bersama siswa. Sedangkan kegiatan pendampingan secara daring antara lain 1) workshop penguatan yang dilakukan minimal 1 tahun sekali dan bertujuan untuk penajaman RTL sekolah dan monitoring pelaksanaan RTL tersebut, 2) serial webinar nasional “NGTS SOLUTIONS” sebagai wadah berbagi pengalaman sekolah/madrasah mengenai pelaksanaan Program NGTS, 3) komunikasi melalui aplikasi pengirim pesan grup Whatsapp sebagai wadah berbagi informasi dan pengalaman, pembagian media Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE), serta konsultasi atau diskusi antar sekolah dengan tim pendamping SEAMEO RECFON, Polkespon serta Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas.



Gambar 5. Pertemuan Daring Monitoring Kegiatan NGTS yang dihadiri oleh RECFON, Polkespon, dan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas ke SMA/K (atas); dan Kegiatan Pendampingan Teknis secara Daring melalui WAG Pendampingan (bawah)

Selama pendampingan program, media KIE juga dihasilkan oleh salah satu dosen tim pendamping Program NGTS dari Polkespon sebagai produk kegiatan pengabdian masyarakat yaitu film pendek “Edukasi tentang anemia remaja putri”. Film pendek, yang menceritakan tentang anemia, kebiasaan buruk diut pada remaja putri, dampak dan penanganan, telah ditayangkan di beberapa sekolah binaan program NGTS di Kabupaten Sambas selama pendampingan langsung yang dilakukan oleh Polkespon. Terkait NGTS SOLUTIONS dan workshop tahunan, tiga sekolah dampingan di Kabupaten Sambas berkesempatan menjadi narasumber untuk berbagi pengalaman dan praktik baik mereka menjalankan NGTS. Pada akhir tahun 2021, SEAMEO RECFON juga melakukan diskusi kelompok terarah dengan siswa/i dari perwakilan sekolah/madrasah binaan Program NGTS di Kabupaten Sambas baik tingkat sekolah dasar maupun menengah. Diskusi kelompok terarah ini dilaksanakan sebagai evaluasi pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku gizi dan kesehatan pada siswa/i setelah mendapatkan Program NGTS di sekolah/madrasah masing-masing.



Gambar 6. Diskusi Kelompok Terarah bersama Siswa Sekolah/Madrasah tingkat Sekolah Menengah tahun 2021



Gambar 7. Film pendek "Edukasi tentang Anemia Remaja Putri" oleh Polkespon sebagai Media Edukasi Gizi selama Pendampingan Sekolah Binaan di Kabupaten Sambas

Hingga kini, dari sejumlah sekolah/madrasah yang telah mengikuti pelatihan dan pendampingan, terdapat total 26 sekolah/madrasah dari tingkat dasar hingga menengah atas yang aktif melaksanakan Program NGTS, dengan 4 di antaranya yaitu SMA N 2 Sambas, SMA N 1 Tebas, SMK N 1 Tebas, dan MA Basiuni Imran. Hal ini didasarkan pada partisipasi aktif dalam berbagai kegiatan pendampingan yang kami lakukan serta adanya kemajuan dan capaian kegiatan pada RTL yang disusun sekolah sebelumnya. Pada tahun 2021, SMAN 2 Sambas berkesempatan menyampaikan testimoni kebermanfaatan Program NGTS pada rangkaian Peringatan Hari Pendidikan Nasional (HARDIKNAS) yang diadakan oleh 7 SEAMEO Centres di Indonesia.

Keempat sekolah ini juga termasuk diantara 13 sekolah/madrasah di Kabupaten Sambas yang mendapatkan penghargaan sebagai "Sekolah Pelopor Gizi untuk Prestasi" pada tahun 2022. Penghargaan diberikan atas komitmen, kemajuan, dan capaian pelaksanaan Program NGTS di sekolah/madrasah masing-masing, dan siap memasuki tahap selanjutnya yaitu Intitusionalisasi. Tentu kami sangat berharap sekolah/madrasah lainnya juga dapat memberikan komitmen, berpartisipasi aktif dalam pendampingan, serta menjalankan kegiatan-kegiatan yang telah direncanakan pada RTL sebelumnya. Untuk itu, komunikasi dengan seluruh sekolah/madrasah tetap dijaga, dengan memberikan memberikan informasi terkait gizi dan kesehatan melalui grup Whatsapp.



Gambar 8. Video testimoni yang disampaikan SMAN 2 Sambas pada rangkaian Peringatan Hari Pendidikan Nasional tahun 2021 oleh 7 SEAMEO Centre Indonesia (kiri); dan Pemberian penghargaan “Sekolah Pelopor Gizi Untuk Prestasi” kepada 13 sekolah/madrasah binaan Program NGTS di Kabupaten Sambas pada tahun 2022 (kanan)

Hal yang Sudah Berjalan Baik dari Pendampingan

Keistimewaan pengelolaan Program NGTS di Kabupaten Sambas adalah adanya peran aktif dari ketiga pihak dalam setiap pelaksanaan kegiatan. Peran dan dukungan yang kuat dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas menjadikan koordinasi program berjalan dengan baik, antara lain ditunjukkan dengan adanya penugasan staf sebagai penanggung jawab, penganggaran kegiatan pelatihan bagi para guru, penugasan para pengawas sekolah pada kegiatan kunjungan monitoring langsung ke sekolah, maupun kehadiran Sekretaris Dinas pada kegiatan pendampingan secara daring, serta memfasilitasi koordinasi dengan lintas sektor dalam pelibatan mereka sebagai narasumber di kegiatan pelatihan. Selain itu, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Sambas bersedia turut melibatkan sekolah dari tingkat menengah atas (SMA) dan madrasah-madrasah (tingkat dasar hingga menengah) di wilayah Kabupaten Sambas, yang masing-masing berada di bawah koordinasi Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Barat dan Kementerian Agama, sebagai peserta pelatihan. Kantor Wilayah Kementerian Agama Kabupaten Sambas juga mendukung Program NGTS ini dengan turut hadir pada pertemuan penguatan secara online dengan memberikan apresiasi dan umpan balik atas capaian madrasah binaan. Dengan komitmen tinggi ini, Program NGTS dapat menjangkau dan memberikan manfaat yang luas bagi sekolah/madrasah dengan berbagai tingkat di Kabupaten Sambas. Polkespon, dalam hal ini, berperan aktif sebagai pendamping sekolah bersama SEAMEO RECFON dengan berbagi peran baik sebagai narasumber maupun fasilitator di berbagai kegiatan pendampingan. Selain itu, Polkespon juga berkomitmen lebih jauh dengan mengalokasikan pendanaan bagi para dosen untuk mengadakan kegiatan baik dalam payung penelitian atau pun pengabdian pada masyarakat di Kabupaten Sambas. Komitmen ini diwujudkan dalam rangka menukseskan program NGTS di Kabupaten Sambas.

Kami juga melakukan pendampingan dalam pembuatan pelaporan melalui serial workshop dengan topik untuk berbagi pengalaman, yang hakikatnya membuat sekolah-sekolah terbiasa membuat laporan untuk sebuah program. Pada sesi-sesi ini, kami juga bertemu dengan guru-guru berkomitmen tinggi, bertalenta baik dalam pengorganisasian program, dan tidak kenal lelah untuk mencapai tujuan

menjadikan kebiasaan berpraktek gizi yang baik sebagai bagian dari karakter siswa. Hal ini dapat dilihat dari upaya guru-guru untuk tetap mengikuti setiap kegiatan pendampingan yang diberikan khususnya kegiatan daring, walaupun dengan keterbatasan akses internet. Beberapa sekolah berinovasi pada kegiatan NGTS dalam rangka menyesuaikan sumber daya dan kondisi daerah setempat/kearifan lokal sehingga menjadi kekhasan dari sekolah. Contohnya MA Basiuni Imran pada memprioritaskan buah lokal pada penugasan pembuatan produk makanan, dan sekolah-sekolah seringkali mengadakan makan bubur pedas bersama. Bubur pedas merupakan makanan khas daerah Sambas yang di dalamnya ditambahkan berbagai jenis sayur serta ikan teri sebagai sumber protein utama dalam bubur.

Beberapa sekolah/madrasah telah mampu merancang kegiatan-kegiatan NGTS yang mampu laksana, baik berupa kegiatan baru (inovasi sekolah) atau pun penguatan kegiatan yang telah ada dengan penajaman pada edukasi gizi dimana pesan-pesan gizi sederhana secara rutin disampaikan pada siswa. Misalnya pada kegiatan pembiasaan sarapan, pada sekolah yang baru memulai kegiatan ini, dimulai dengan sarapan bersama dengan frekuensi yang agak lama, misalnya satu bulan sekali. Menu sarapan pun belum diarahkan untuk membawa menu. Peningkatan kegiatan ini dilakukan mulai dari frekuensi yang dinaikkan dimana sarapan dibuat menjadi 2 kali dalam sebulan, dan dilanjutkan menjadi pekanan. Dari segi makanan, secara bertahap siswa diperkenalkan dengan istilah gizi seimbang, istilah isi piringku, pentingnya gizi seimbang dll. Kemudian siswa sedikit demi sedikit diminta untuk membawa sarapan yang memenuhi kaidah isi piringku. Dalam hal pelaksanaan kegiatan, sekolah-sekolah mulai dapat membuat kegiatan yang telah dirancang menjadi kegiatan reguler dengan menjadikannya sebagai kegiatan pembiasaan, atau menjadikannya sebagai bagian dari program yang sudah ada baik secara intra atau pun ekstra kurikuler. Misalnya penyampaian pesan gizi yang terintegrasi dalam pelajaran Bahasa Inggris, bagaimana siswa mendapatkan tugas menjelaskan kegunaan buah-buahan dalam Bahasa Inggris. Selain itu, edukasi gizi juga diintegrasikan pada mata pelajaran IPA dan Penjaskes, ekstrakurikuler Pramuka dan Olahraga, misalnya voli, sepak bola, dll.

Tantangan yang Dihadapi

Tantangan utama yang dihadapi selama menjalankan Program NGTS di Kabupaten Sambas adalah jumlah sekolah/madrasah yang cukup banyak dan mencakup jenjang SD hingga SMA, serta pasang surutnya respons dan antusiasme sekolah/madrasah. Untuk itu, tim pendamping berupaya ekstra untuk menjaga komunikasi dan motivasi sekolah, dengan membentuk grup-grup pendampingan sekolah baik berdasarkan tingkat sekolah maupun angkatan pelatihan. Kami mengaktifkan partisipasi sekolah/madrasah dengan menyiapkan grup pendampingan untuk dapat memancing diskusi dan rutin menyampaikan informasi terkait kegiatan pendampingan. Dengan turut bergabungnya perwakilan pengawas sekolah dari Dinas Pendidikan Kabupaten Sambas pada beberapa grup pendampingan di *Whatsapp* dapat membantu menggiatkan komunikasi dengan sekolah. Secara perlahan pesan kami pada grup pembinaan direspon oleh guru-guru di sela-sela kesibukan di sekolah dan dapat mencairkan suasana dan tanya jawab antara guru-guru. Sekolah juga menjadi semangat dan berinisiatif membagikan kegiatan-kegiatan Program NGTS yang sudah terlaksana di sekolah masing-masing sehingga grup tersebut selalu aktif paling tidak 1 kali dalam seminggu. Umpam balik dan apresiasi sederhana selalu diusahakan tetap diberikan oleh tim pendamping dari SEAMEO RECFON, Polkespon, dan pengawas dari Dinas Pendidikan atas kegiatan-kegiatan yang sudah dilaksanakan sekolah tersebut. Seringkali kami juga berusaha menghubungi sekolah/madrasah secara personal terutama bagi sekolah-sekolah yang mulai kurang aktif berkomunikasi.

Kendala lainnya adalah wilayah sekolah/madrasah binaan yang berjarak cukup jauh dari Kota Pontianak dan tersebar di beberapa kecamatan sehingga pendampingan teknis secara langsung tidak dapat dilakukan sewaktu-waktu dan sekaligus. Selain itu, kondisi keterbatasan akses jaringan internet di Kabupaten Sambas seringkali juga menjadikan hambatan saat sekolah/madrasah mengikuti kegiatan pembinaan teknis secara daring. Bahkan salah satu sekolah perlu menuju ke wilayah kota terlebih dahulu untuk dapat mengakses internet. Untuk itu, kami berusaha paling tidak setiap setahun sekali melakukan kunjungan monitoring ke sekolah/madrasah, dengan lokasi yang berbeda-beda setiap kali kunjungan, atau mengundang perwakilan sekolah/madrasah setiap kali kami memiliki agenda kegiatan di tingkat Kabupaten Sambas. Sedangkan untuk kendala jaringan internet pada pendampingan secara daring, kami tetap mengupayakan untuk memaksimalkan penggunaan media komunikasi yang diminati dan mudah diakses oleh para guru yaitu grup Whatsapp.

Rencana Peningkatan yang Ingin Dilakukan

Berkenaan dengan pasang surutnya partisipasi dan komitmen sekolah/madrasah dalam menjalankan Program NGTS, maka perlu dilakukan kegiatan penyegaran berupa penyampaian materi terkait gizi dan kesehatan yang paling diperlukan oleh sekolah/madrasah untuk dapat merangkul kembali sekolah/madrasah agar aktif kembali. Selain itu, bagi semua sekolah/madrasah binaan saat ini, khususnya tiga belas sekolah yang telah mendapatkan penghargaan sebagai “Sekolah Pelopor Gizi untuk Prestasi” diharapkan dapat terus melanjutkan dan meningkatkan pelaksanaan Program NGTS hingga mencapai tahap institionalisasi dan mengimbaskan ke sekolah/madrasah lainnya untuk memperluas cakupan program ini di seluruh wilayah Kabupaten Sambas.

Secara struktural, sekolah menengah atas berada di bawah koordinasi Dinas Pendidikan Provinsi/Kanwil Kemenag. Kami akan terus meningkatkan kolaborasi antar institusi yang menaungi sekolah dan institusi terkait lainnya dalam menjalankan Program NGTS di Kabupaten Sambas berdasarkan pembagian peran masing-masing dengan memaksimalkan sumber daya yang ada. Contohnya, Polkespon dapat melibatkan para dosen atau mahasiswanya dari berbagai jurusan untuk mendesain kegiatan-kegiatan di sekolah/madrasah NGTS di Kabupaten Sambas dengan target para guru, pengelola kantin, atau pedagang di sekitar sekolah/madrasah. Polkespon juga dapat memberikan pendampingan dengan mengarahkan inovasi pada perpaduan antara kearifan lokal dengan sentuhan teknologi dengan tanpa meninggalkan kaidah-kaidah masyarakat lokal. Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Barat/Kanwil Kemenag akan lebih dilibatkan terutama dalam pembinaan, monitoring dan memberikan motivasi pelaksanaan NGTS di sekolah. Sementara Dinas Pendidikan Kabupaten Sambas tentunya dapat terus mendukung program NGTS di tingkat SMA melalui program-program peningkatan kualitas pendidikan di Kabupaten Sambas seperti pembinaan UKS/M dan sekolah sehat.

KESIMPULAN DAN PENUTUP

Beragam kegiatan NGTS telah dilaksanakan di satuan pendidikan dampingan. Berikut ini bentuk kegiatan yang dilakukan sebelum pandemi Covid-19:

1. Mayoritas program NGTS yang dijalankan oleh sekolah/madrasah adalah:
 - pembiasaan makan sarapan bersama di sekolah/madrasah dengan membawa bekal dari rumah.
 - integrasi topik gizi dan kesehatan ke beberapa mata pelajaran seperti matematika, PJOK, IPA, maupun pada kegiatan ekstrakurikuler seperti pramuka.
2. Adanya duta gizi maupun kader kesehatan remaja (KKR)/UKS yang sebelumnya mendapat peningkatan kapasitas terkait gizi dan kesehatan juga turut membantu penyampaian topik ini kepada teman sebaya.
3. Beberapa sekolah/madrasah mengintegrasikan kegiatan edukasi gizi dengan kegiatan rutin sekolah/madrasah seperti jam pembinaan wali kelas dan kumpul rayon.
4. Edukasi terkait pencegahan anemia dan sesi konsumsi tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri dilaksanakan di beberapa sekolah/madrasah yang didahului dengan kegiatan sarapan bersama.
5. Beberapa sekolah/madrasah menyelenggarakan edukasi gizi untuk orang tua siswa.
6. Terkait aktivitas fisik, sebagian besar sekolah/madrasah menanamkan kebiasaan ini melalui kegiatan senam bersama maupun pemanasan sebelum kegiatan belajar dimulai.
7. Pemanfaatan kebun sekolah/madrasah sebagai media edukasi gizi dilaksanakan di beberapa sekolah dengan pelibatan aktif siswa terutama selama tahap perawatan dan saat panen sayur maupun buah.
8. Edukasi gizi melalui penguatan kantin sehat di beberapa sekolah/madrasah diwujudkan dengan pembuatan regulasi yang melarang penjaja makanan di kantin sekolah untuk menjual makanan yang mengandung bahan kimia tambahan seperti pengawet dan pewarna illegal. Penjaja kantin didorong untuk menyediakan makanan yang sehat dan aman termasuk buah bagi seluruh warga sekolah/madrasah.

Pandemi Covid-19 membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk metode pembelajaran dan kegiatan di satuan pendidikan. Dari berbagai penyesuaian yang dilakukan oleh sekolah/madrasah, kegiatan NGTS secara perlahan mulai berjalan kembali setelah sempat terhenti di awal periode pandemi. Hal ini tidak terlepas dari kreativitas dan semangat sekolah/madrasah untuk tetap berperan dalam pembiasaan hidup sehat para siswa dan warga sekolah/madrasah lainnya yang makin perlu menjadi perhatian semenjak pandemi ini.

1. Penyesuaian kegiatan NGTS selama pandemi yang diinisiasi sekolah/madrasah misalnya pembiasaan sarapan bersama, integrasi edukasi gizi dan kesehatan ke dalam mata pelajaran dan pembiasaan aktivitas fisik yang dilaksanakan di rumah. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui berbagai *platform* misalnya *Zoom Meeting*, *Google Classroom* maupun mengirimkan foto sarapan dan berolahraga melalui grup Whatsapp.

2. Untuk meningkatkan motivasi siswa dalam memahami materi, beberapa sekolah/madrasah juga melaksanakan kegiatan perlombaan seperti pembuatan poster/video terkait gizi dan kesehatan serta lomba memasak antar siswa selama masa pandemi.
3. Di masa pandemi, perawatan kebun lebih banyak dilakukan oleh guru maupun petugas sekolah/madrasah.
4. Kegiatan penguatan kantin sekolah tidak berjalan selama pandemi.

Beberapa kegiatan diunggulkan oleh sekolah/madrasah sebagai praktik baik mereka. Secara umum, beberapa hal yang menjadi **dasar praktik baik** tersebut adalah:

1. Mampu laksana dengan sumber daya yang ada.
2. Terlihatnya perubahan perilaku siswa menjadi lebih baik berdasarkan pengamatan guru.
3. Dilakukan terintegrasi dengan agenda sekolah/madrasah sehingga memperkaya materi dan metode belajar siswa dan memungkinkan siswa untuk terpapar informasi gizi serta melakukan praktik gizi secara rutin.
4. Kegiatan menjadi suatu ‘gerakan di sekolah/madrasah’ karena melibatkan seluruh warga sekolah/madrasah.
5. Penerimaan yang sangat baik oleh siswa (terutama karena aktivitas yang beragam dan siswa melakukan praktik langsung).
6. Memanfaatkan sumber daya/peluang yang ada untuk mendukung terlaksananya program (misalnya menggalang dukungan dari para alumni).
7. Mendukung pembentukan karakter siswa seperti meningkatkan kemampuan sosial, komunikasi dan kepemimpinan siswa serta pemberian paparan tentang budaya lokal yang perlu dilestarikan dengan penerapan langsung oleh siswa misalnya berbagi makanan, bersedekah, dan bakti sosial.
8. Bagi salah satu SMK, kegiatan NGTS memperkuat penyiapan kesehatan fisik siswa mereka sehingga lebih siap untuk mengikuti seleksi penerimaan pegawai saat memasuki dunia kerja setelah lulus nanti.

Dalam pelaksanaan berbagai kegiatan tersebut, tim NGTS sekolah/madrasah menemui beberapa **tantangan** antara lain:

1. Beberapa guru belum memahami manfaat dari program ini dan belum menguasai materi gizi dan kesehatan sehingga tidak terlibat secara aktif dalam kegiatan NGTS di sekolah/madrasah.
2. Intensitas komunikasi dengan siswa yang berkurang selama siswa belajar dari rumah terutama di antara siswa yang memiliki keterbatasan kuota internet maupun sinyal serta prasarana untuk berkomunikasi secara daring.
3. Belum optimalnya sosialisasi program NGTS kepada seluruh warga sekolah/madrasah sehingga pelaksanaan NGTS di beberapa sekolah/madrasah belum dilaksanakan secara menyeluruh dan belum melibatkan seluruh warga sekolah/madrasah.

4. Dokumentasi pelaksanaan program NGTS belum dilakukan secara rutin dan terukur di beberapa sekolah/madrasah, terlebih selama masa belajar dari rumah (BDR) masih jarang dilakukan oleh orang tua siswa karena kesibukan bekerja.

Tim NGTS di setiap sekolah/madrasah serta tim NGTS mitra dan SEAMEO RECFON telah mengidentifikasi beberapa **faktor kunci** pelaksanaan program NGTS sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik. Berikut ini adalah beberapa faktor kunci yang dapat menjadi pembelajaran bersama:

1. Pelibatan dan kepemimpinan kepala sekolah/madrasah serta adanya dukungan dari warga sekolah/madrasah dalam kegiatan NGTS. Program NGTS perlu dirasakan sebagai program bersama, sehingga rasa kepemilikan dan keinginan untuk berperan dalam program ini terlihat nyata. Untuk mewujudkan hal tersebut, peran kepala sekolah/madrasah menjadi kunci, misalnya dengan membuat kebijakan terkait tim NGTS, persetujuan rencana kegiatan, memberikan umpan balik pelaksanaan kegiatan serta menjaga motivasi warga sekolah/madrasah untuk melaksanakan program ini.
2. Inisiatif sekolah/madrasah untuk secara aktif melibatkan siswa sebagai panitia kegiatan dalam berbagai kegiatan yang terkait dengan program NGTS serta merawat tanaman sesuai dengan kesediaan waktunya. Untuk mencapai dukungan dari seluruh warga sekolah/madrasah, sosialisasi menjadi faktor penting untuk dilaksanakan. Biasanya sosialisasi ini digelar secara masal melibatkan guru, siswa maupun orang tua, baik secara tatap muka terbatas maupun daring. Kemudian, pada H-1 kegiatan, sosialisasi ini diberikan kembali agar pihak yang terlibat dapat mempersiapkan secara matang misalnya pada kegiatan sarapan pagi bersama secara virtual.
3. Adanya integrasi program NGTS dengan kegiatan sekolah/madrasah yang telah ada misalnya edukasi gizi terintegrasi dengan jam pembinaan wal kelas, maupun penugasan untuk siswa.

Program NGTS dirancang untuk bersinergi dengan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M). Oleh karena itu program NGTS berorientasi pada penguatan kegiatan-kegiatan di dalam trias UKS/M yang menekankan pentingnya pendidikan kesehatan bagi seluruh warga sekolah/madrasah. Dalam trias UKS/M, pendidikan kesehatan perlu dibarengi dengan adanya pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah/madrasah yang sehat guna tercapainya kesejahteraan yang paripurna.

Edukasi gizi yang dicontohkan oleh banyak sekolah/madrasah di dalam buku ini umumnya memperkaya kegiatan-kegiatan yang sudah rutin menjadi program sekolah/madrasah dengan menambahkan pesan-pesan gizi ke dalamnya. Pengembangan kantin sehat dan kebutuhan gizi yang dibagikan oleh beberapa sekolah/madrasah di dalam buku ini memiliki esensi yang sama bahwa kedua wahana ini menjadi media literasi gizi yang memungkinkan pembelajaran dilakukan melalui praktik (“experiential learning”), seperti praktik memilih makanan yang lebih bergizi karena kantin menyediakan pilihan yang beragam, praktik menanam dan merawat sayuran yang terbukti menciptakan rasa suka pada sayuran di antara para siswa.

Oleh karena itu, penerbitan buku ini sangat sejalan dengan adanya peluncuran program Revitalisasi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) melalui kampanye Sekolah Sehat pada tanggal 23 Agustus

2022 oleh Kemendikbudristek RI yang bertujuan untuk mewujudkan anak Indonesia sehat, kuat, dan cerdas berkarakter melalui 3 prioritas yaitu sehat bergizi, sehat fisik, dan sehat imunisasi. Untuk mencapai prioritas tersebut, para guru yang berbagi di dalam buku ini telah menyampaikan inovasi mereka dalam menyisipkan pesan gizi baik di mata pelajaran maupun melalui kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler serta kegiatan pembiasaan. Upaya kreativitas para guru serupa ini sejalan dengan program Kurikulum Merdeka yang dikembangkan Pak Menteri Kemendikbudristek RI. Kurikulum Merdeka merupakan terobosan dalam membantu guru dan kepala sekolah mengubah proses belajar menjadi jauh lebih relevan, mendalam, dan menyenangkan, tidak hanya bagi siswa namun juga bagi pengajar. Menurut Pak Menteri, Kurikulum Merdeka dan platform Merdeka Mengajar diciptakan untuk mendorong perbaikan kualitas dan pemulihan dari krisis pembelajaran yang diperburuk dengan adanya pandemi Covid-19.

Tantangan-tantangan dalam pelaksanaan kegiatan NGTS di tingkat satuan pendidikan yang disampaikan di dalam buku ini mencerminkan perlunya keselarasan visi dari kepala sekolah/madrasah dengan seluruh warga sekolah/madrasah baik pihak internal maupun eksernal karena tercapainya sekolah/madrasah sehat memerlukan keterlibatan semua pihak. Pengelolaan peran-peran semua pihak dalam berkontribusi mewujudkan sekolah/madrasah sehat membutuhkan wadah pengawasan dan pembinaan yang rutin dan sistematis berkelanjutan. Seluruh rangkaian kegiatan tata kelola ini nampak melelahkan untuk dijalankan, namun dengan sistem monitoring dan pencatatan yang terintegrasi dengan kegiatan yang sudah berjalan lainnya, upaya ini akan menjadi bukti akuntabilitas kinerja sekolah/madrasah yang sangat berharga.

Praktik Baik Pelaksanaan Program Gizi untuk Prestasi (*Nutrition Goes to School/NGTS*) di Indonesia

Tingkat Sekolah Menengah Atas dan Sederajat

SEAMEO RECFON

Jalan Raya Utan Kayu No. 1A RT 001 RW 008
Kelurahan Utan Kayu Utara, Kecamatan Matraman
Jakarta Timur 13120
Telp: +62-21 2211 6225
Fax: +62-21 2211 6456
Website: www.seameo-recfon.org
Email: information@seameo-recfon.org

-  www.seameo-recfon.org
-  @SeameoRecfon
-  Seameo Recfon
-  Seameo Recfon
-  @SeameoRecfon



Implemented by: **giz** Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

ISBN 978-623-7759-82-9 (PDF)



9 78623 759829

Southeast Asian Ministers of Education Organization
Regional Centre for Food and Nutrition (SEAMEO RECFON)
Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, Republik Indonesia
2022