

Mahasiswa KKN Kelompok 135 Edukasi Tentang Gizi Seimbang di SDN 10 Baktiya



foto ist

UNIMALNEWS | Lhoksukon-Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) kelompok 235 mengadakan sosialisasi tentang gizi seimbang di SDN 10 Baktiya (20/01/2025) sebagai bagian dari program pengabdian kepada masyarakat.

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya pola makan sehat guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Dalam sosialisasi ini, mahasiswa KKN memberikan edukasi tentang konsep gizi seimbang dan pentingnya konsumsi makanan bergizi. Mereka menjelaskan empat kelompok makanan utama, yaitu karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral, serta menekankan pentingnya minum air putih dan membatasi makanan tinggi gula serta lemak jenuh.

Ketua KKN kelompok 235, M. Nauval, menyampaikan bahwa kegiatan ini bertujuan agar anak-anak lebih sadar akan pentingnya memilih makanan sehat. "Kami ingin siswa SDN 10 Baktiya dapat memahami dan menerapkan pola makan yang baik sejak dini, sehingga kesehatan mereka tetap terjaga,"

Untuk membuat kegiatan lebih menarik, mahasiswa KKN mengadakan permainan Piramida Edukasi Pengelompokan Jenis Makanan Sehat. Dalam permainan ini, siswa diajak untuk menyusun gambar berbagai jenis makanan ke dalam piramida gizi sesuai dengan kelompoknya. Melalui aktivitas ini, siswa dapat memahami lebih mudah tentang makanan yang baik untuk dikonsumsi sehari-hari.

Kepala SDN 10 Baktiya, Abdullah, mengapresiasi inisiatif mahasiswa KKN dalam memberikan edukasi yang bermanfaat. "Kami sangat senang dengan kegiatan ini. Melalui pendekatan yang menyenangkan, anak-anak dapat belajar tentang gizi seimbang dengan lebih mudah dan memahami manfaatnya," katanya.

Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan siswa SDN 10 Baktiya dapat menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari demi mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal. (mcl)

Tanggal: 02 February 2025

Post by: [Mukhlis](#)

Kategori: [News](#),

Tags: [Unimal](#), [Aceh Utara](#), [KKN](#), [Pengabdian Masyarakat](#),