

PANDUAN ORIENTASI AKSI BERGIZI SEHAT BERKEMAJUAN SEKOLAH/MADRASAH/PESANTREN MUHAMMADIYAH



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**PANDUAN ORIENTASI AKSI BERGIZI SEHAT BERKEMAJUAN
SEKOLAH, MADRASAH, DAN PESANTREN MUHAMMADIYAH**

Diterbitkan oleh:

PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

MAJELIS PEMBINAAN KESEHATAN UMUM

Kantor Pusat: Gedung Pusat Dakwah Muhammadiyah
Jalan Menteng Raya No.62, Jakarta 10340
Telp. 021 3911915, Faks. 021 3911915
Email : mpkuppmuh@gmail.com
Website : www.mpku.or.id

Dicetak oleh PT Gramasurya

Jl. Pendidikan No. 88 Yogyakarta 55182

Telp./Fax 0274-377102

e-mail : info@gramasurya.com

Web : www.gramasurya.com

(xvi + 40 hlm; 14,8 x 21 cm)

Cetakan I, November 2023

**Panduan Orientasi
Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
Sekolah, Madrasah, dan
Pesantren Muhammadiyah**

**PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
MAJELIS PEMBINAAN KESEHATAN UMUM**

TIM PENYUSUN

Tim Pengarah:

drg. Widyawati, MKM (Plt. Direktur Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)

Tim Penulis:

1. Febrima Wulan, SKM, MPH (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
2. Muh Nur Akhsin Ridho, S.Si, MKM (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
3. Dr. Emma Rachmawati, Dra., M.Kes. (Wakil Ketua MPKU PPM Bidang IV/Ketua Tim Swakelola Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan)
4. Yuniar Wardani, S.K.M., M.P.H., Ph.D. (FKM Universitas Ahmad Dahlan)
5. Lia Karisma Saraswati, M.Kes. (MPKU PP Muhammadiyah)
6. Didin Sahidin, S.K.M., M.K.M. (MPKU PP Muhammadiyah)
7. Maulana Ishak, S.Pd., M.Pd. (Majelis Dikdasmen dan PNF PP Muhammadiyah)
8. Drs. Unang Rahmat, M.M. (Majelis Dikdasmen dan PNF PP Muhammadiyah)
9. Virgo Sulianto Gohardi, S.H. (Majelis Hukum dan Hak Asasi Manusia PP Muhammadiyah)
10. Drs. Soemanto, M.Pd. (Lembaga Pengembangan Pesantren PP Muhammadiyah)
11. Dr. Hermawan Saputra, SKM., MARS., CICS. (MPKU PWM DKI Jakarta)
12. Mochamad Iqbal Nurmansyah S.K.M., M.Sc. (FIKES Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)
13. Yuyun Umniyatun, S.K.M., MARS. (FIKES Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
14. Fildzah Badzlina S.Gz., M.K.M. (FIKES Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
15. Chica Riska Ashari, S.Gz., M.Si. (FIKES Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
16. Dr. Syamsul Anwar, S.Kep. S.K.M., M.Kep (FKM Universitas Muhammadiyah Jakarta)
17. Dr. Sugiatmi, SP, MKM. (FKM Universitas Muhammadiyah Jakarta)
18. Dr. Nurfadhilah, SKM, MKM. (FKM Universitas Muhammadiyah Jakarta)

Kontributor:

1. Ira Octaviana, SKM, MKM (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
2. Theresia Rhabina, SKM, MKM (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
3. Sakri Sabatmaja, SKM, M.Si (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
4. Marsuli, S.Sos, M.Kes (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
5. Marsha Anandita, S.Ds (Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI)
6. Mayda Alifa Putriadefi (FIKES Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
7. Syifa Shaoqi Haque (FIKES Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)
8. Annisa Halimah (FIKES Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)

Tim Pendukung:

1. Eka Wulandari, S.Sos., M.M. (MPKU PP Muhammadiyah)
2. Dimas Catur Itifazhuddin, S.Kom. (MPKU PP Muhammadiyah)
3. Supriyanto (MPKU PP Muhammadiyah)

Sambutan

**Ketua Majelis Pembinaan Kesehatan Umum (MPKU)
Pimpinan Pusat Muhammadiyah (PPM)**



السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah Swt yang telah melimpahkan banyak nikmat.

Alhamdulillah Buku Panduan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah telah dapat disusun untuk dapat dipedomani sebagai pelaksanaan orientasi di wilayah dan Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah.

Buku Panduan sebagai acuan pelaksanaan orientasi dan gambaran Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan pada usia remaja. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku dalam memperbaiki status gizi dan kesehatan remaja. Kita sama-sama mengetahui pemenuhan gizi yang cukup dan berkualitas adalah komponen yang penting dalam tahapan remaja, yang merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat dalam siklus kehidupan manusia.

Remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 18 tahun. Pada fase ini, remaja mengalami pertumbuhan fisik serta perkembangan mental, kognitif dan psikis yang cepat. Tidak terpenuhinya gizi pada masa ini dapat menyebabkan gangguan dan hambatan dalam pertumbuhan remaja. Banyak remaja putri khususnya, memasuki tahap perkembangan ini dalam kondisi anemia dan juga seringkali memiliki berbagai kekurangan zat gizi mikro lainnya yang merupakan faktor risiko terjadinya stunting, dan juga mengalami kelebihan berat badan. Pola makan dengan gizi seimbang sesuai konsep Aku Suka Piringku serta konsep *Halalan Thoyyiban* menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan oleh remaja.

Pimpinan Pusat Muhammadiyah melalui MPKU PPM telah menjalin kemitraan strategis sejak lama dengan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat melalui berbagai kegiatan promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat berupa Promosi Kesehatan Rumah Sakit (PKRS) di Rumah Sakit Muhammadiyah 'Aisiyah (RSMA) dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) maupun Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) di wilayah binaan RSMA serta pesantren Muhammadiyah di Indonesia, dan Program Pencegahan Covid-19 di pesantren Muhammadiyah. Kegiatan tahun 2023 ini MPKU bersinergi dengan MPKU Pimpinan Wilayah Muhammadiyah (PWM) DKI Jakarta, Majelis Pendidikan Dasar Menengah dan Pendidikan Nonformal (Dikdasmen dan

PNF), Lembaga Pengembangan Pesantren PP Muhammadiyah (LP2PPM), Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM), Nasyyiatul Aisyiyah (NA), Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (UHAMKA), dan Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ).

Pada kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung, berpartisipasi dan menjadi bagian penting dalam penyusunan **Buku Panduan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah**. Semoga Allah Swt memberikan imbalan yang terbaik. *Aamiin yaa Rabbal'alamiin.*

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Jakarta, 20 September 2023 M

5 Rabi'ul Awwal 1445 H

MPKU PP Muhammadiyah

Dr. Drs. H.M. Agus Samsudin, MM

Ketua

Sambutan PLT. Direktur Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat



Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk menanggulangi anemia.

Upaya penanggulangan anemia tersebut dilakukan melalui pendidikan gizi berupa promosi gizi seimbang, fortifikasi pangan, dan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD). Suplementasi TTD mulai dilaksanakan pada tahun 2015 dengan minum 1 tablet tiap minggu sepanjang tahun bagi remaja putri usia 12–18 tahun di jenjang pendidikan SMP/ sederajat dan SMA/ sederajat.

Prevalensi anemia masih cukup tinggi walaupun pemberian TTD pada remaja putri sudah dilaksanakan. Banyak faktor yang memengaruhi diantaranya adalah kurangnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 menunjukkan bahwa proporsi remaja putri yang memperoleh TTD dalam 12 bulan terakhir

di sekolah sebesar 76,2%, akan tetapi yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran hanya sebesar 1,4%. Berdasarkan data Sistem Informasi Gizi (Sigizi) Terpadu Triwulan II tahun 2023, remaja putri menjalani skrining anemia secara nasional baru mencapai 24,6%. Selanjutnya remaja putri mengonsumsi TTD secara nasional baru mencapai 37,5%. Hal tersebut masih membutuhkan upaya bersama agar mencapai 70% untuk skrining anemia remaja putri dan 50% mengonsumsi TTD remaja putri di tahun 2023 sesuai amanah Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.

Salah satu intervensi yang terbukti efektif untuk meningkatkan cakupan konsumsi TTD pada remaja putri adalah Gerakan Aksi Bergizi di sekolah. Program ini terbukti efektif untuk meningkatkan konsumsi 12 kali tablet tambah darah pada remaja putri. Program #AksiBergizi dilaksanakan dengan tiga intervensi utama, yaitu sarapan bersama dan minum tablet tambah darah bersama di sekolah, madrasah, pesantren Muhammadiyah setiap minggu sebagai satu kesatuan kegiatan, edukasi gizi dengan tujuan mempromosikan asupan makan yang sehat, dan aktivitas fisik serta olahraga bersama dengan tujuan aktivitas fisik oleh peserta didik.

Muhammadiyah sebagai salah satu organisasi keagamaan terbesar di Indonesia tentu menjadi mitra pemerintah dalam menyukseskan pelaksanaan Aksi Bergizi di sekolah terutama di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren yang dimiliki Muhammadiyah. Siswi di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren

Muhammadiyah juga merupakan sasaran pemberian TTD sehingga dengan adanya program Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah dapat menjadi penggerakkan konsumsi TTD oleh remaja putri dan mendukung penanggulangan anemia pada remaja putri.

Harapan kami, jajaran pimpinan dan tokoh Muhammadiyah terus mendukung pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah. Pihak sekolah, madrasah, dan pesantren di lingkungan Muhammadiyah pada khususnya untuk senantiasa melaksanakan kegiatan aksi bergizi setiap minggunya, agar siswa terutama siswi dapat mencegah anemia, bisa produktif dalam belajar, dan mendukung prestasi. Selain itu, kami juga berharap agar kegiatan ini dilaksanakan secara mandiri dan berkelanjutan oleh Muhammadiyah serta kedepannya diperluas cakupan sekolah, madrasah, pesantren, dan wilayahnya. Selanjutnya, kami juga berharap agar Muhammadiyah dapat menggerakkan *stakeholder* terkait seperti pemerintah daerah, tokoh masyarakat, organisasi kemasyarakatan, dan media massa untuk mendukung pelaksanaan Aksi Bergizi di Indonesia.

Plt. Direktur Promosi Kesehatan
dan Pemberdayaan Masyarakat

drg. Widyawati, MKM

Kata Pengantar

Wakil Ketua IV / Ketua Tim Swakelola MPKU PP Muhammadiyah



السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Alhamdulillah tsumma alhamdulillah kami panjatkan kepada Allah SWT atas nikmat Islam, iman, ilmu, sehat dan tak berhingga nikmat-nikmat lainnya. Shalawat serta salam bagi Nabi Muhammad Saw yang telah memberikan keteladan yang sempurna bagi ummat manusia.

Alhamdulillah Buku Panduan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah Majelis Pembinaan Kesehatan Umum (MPKU) Pimpinan Pusat Muhammadiyah (PPM) di Sekolah, Madrasah dan Pesantren Muhammadiyah tahun 2023 telah dapat kami susun dengan baik. Buku ini dapat digunakan sebagai pedoman/acuan dalam perencanaan, pelaksanaan, dan monitoring/evaluasi kegiatan tersebut, yang pada tahun 2023 ini bertujuan untuk meningkatkan peran aktif Muhammadiyah

dalam Percepatan Penurunan Stunting melalui Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah, Madrasah dan Pesantren di Propinsi Sumatera Utara, Jawa Barat, dan Sulawesi Selatan-Barat.

Penerima manfaat dalam percepatan penurunan stunting melalui Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan selain Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kemenkes RI, Dinas Kesehatan Provinsi dan Kabupaten/Kota di masing-masing lokasi kegiatan, Pimpinan dan Kader Muhammadiyah Ortom Muhammadiyah, Perguruan Tinggi Muhammadiyah 'Aisiyah dan Rumah Sakit dan Klinik Muhammadiyah 'Aisiyah, Puskesmas di masing-masing Wilayah, Pengelola Posyandu Remaja yang terintegrasi di lokasi kegiatan, Warga Sekolah, Madrasah dan Pesantren Muhammadiyah (Guru, Siswa dan Komite Sekolah) dan Warga Muhammadiyah di lokasi intervensi serta masyarakat umum. Harapan kami, program ini dapat dikembangkan pada tahun-tahun berikutnya pada wilayah-wilayah lainnya di Indonesia, serta menjadi salah satu program kesehatan masyarakat unggulan untuk Muhammadiyah.

Dalam kesempatan yang baik ini kami mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Pusat Muhammadiyah, Pengurus MPKU PP Muhammadiyah, Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kemenkes RI dan semua pihak yang telah mendukung, berpartisipasi sehingga buku panduan ini telah terselesaikan dengan baik, semoga bermanfaat khususnya untuk remaja di lingkungan Muhammadiyah dan

masyarakat pada umumnya. Kami mengharapkan kritik dan saran yang akan bermanfaat bagi perbaikan pedoman ini.

Semoga menjadi amal terbaik dan Allah SWT memberikan imbalan yang terbaik. Aamiin yaa Rabbal'alamiin..

وَالسَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Jakarta, 20 September 2023 M

5 Rabiul Awwal 1445 H

MPKU PP Muhammadiyah

Dr. Emma Rachmawati, Dra., M.Kes.

Wakil Ketua IV / Ketua Tim Swakelola

Daftar Isi

SAMBUTAN KETUA MAJELIS PEMBINAAN KESEHATAN UMUM (MPKU)	
PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH (PPM)	—v
SAMBUTAN PLT. DIREKTUR PROMOSI KESEHATAN DAN PEMBERDAYAAN	
MASYARAKAT	—viii
KATA PENGANTAR WAKIL KETUA IV / KETUA TIM SWAKELOLA MPKU	
PP MUHAMMADIYAH	—xi
DAFTAR ISI	—xiv

BAB 1	PENDAHULUAN	—1
	A. Gambaran Umum	—1
	B. Tujuan Panduan	—3
	C. Sasaran	—4
	D. Ruang Lingkup	—5
BAB 2	PELAKSANAAN ORIENTASI AKSI BERGIZI SEHAT	
	BERKEMAJUAN DI SEKOLAH, MADRASAH, DAN	
	PESANTREN MUHAMMADIYAH	—6
	A. Tujuan Orientasi	—6
	B. Sasaran	—7
	C. Metode dan Teknik Orientasi	—7
	D. Materi Orientasi	—8

- E. Proses Tahapan Pembelajaran —9
- F. Penyusunan Rencana Tindak Lanjut —12

BAB 3	STRATEGI PENGGERAKAN AKSI BERGIZI SEHAT BERKEMAJUAN —14
	A. Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan —14
	B. Penggalangan Komitmen Secara Berjenjang dalam Mendorong Regulasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan —14
	C. Kolaborasi Mitra —16
	D. Pengembangan Agen Perubahan/Kader GenMu —16
	E. Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan —19
BAB 4	MEKANISME PELAKSANAAN KEGIATAN AKSI BERGIZI SEHAT BERKEMAJUAN DI SEKOLAH/MADRASAH/ PESANTREN MUHAMMADIYAH —21
BAB 5	PEMBAGIAN PERAN DAN PELAPORAN —25
BAB 6	PENUTUP —34
	REFERENSI —36
	LAMPIRAN —37

Bab 1

Pendahuluan

A. Gambaran Umum

Gizi yang baik sangat penting bagi remaja. Remaja mengalami fase pertumbuhan sehingga mereka perlu nutrisi yang cukup sehingga pertumbuhan dan perkembangan dapat dicapai secara optimal. Gizi yang baik tidak hanya berpengaruh pada kesehatan saat ini namun juga kesehatan remaja di masa yang akan datang baik fisik maupun mentalnya¹. Selain itu, gizi yang baik juga dapat meningkatkan prestasi di sekolah mengingat gizi yang baik akan mengurangi risiko sakit dan meningkatkan konsentrasi Remaja².

Saat ini, berbagai masalah gizi remaja terjadi di Indonesia seperti anemia, obesitas serta stunting³⁴. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang

¹ <https://study.unimelb.edu.au/student-life/inside-melbourne/how-diet-can-improve-teen-health>

² <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525242/> <https://study.unimelb.edu.au/student-life/inside-melbourne/how-diet-can-improve-teen-health>

³ https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2214/masalah-gizi-pada-remaja

⁴ [https://fk.ui.ac.id/infosehat/remaja-di-indonesia-alami-tiga-masalah-gizi-apa-saja/#:~:text=%E2%80%9CTiga%20masalah%20gizi%20yang%20dialami,obesitas\)%2C%E2%80%9D%20ungkap%20dia.](https://fk.ui.ac.id/infosehat/remaja-di-indonesia-alami-tiga-masalah-gizi-apa-saja/#:~:text=%E2%80%9CTiga%20masalah%20gizi%20yang%20dialami,obesitas)%2C%E2%80%9D%20ungkap%20dia.)

dapat dialami oleh semua kelompok umur mulai dari balita, remaja, ibu hamil sampai usia lanjut. Anemia terjadi pada anak usia 5-14 tahun dimana sekitar 3 dari 10 anak di Indonesia menderita anemia (Riskesdas, 2018). Anemia merupakan penyakit yang kondisi ketika tubuh mengalami kekurangan sel darah merah yang sehat atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik. Kondisi tersebut menyebabkan organ tubuh tidak mendapat cukup oksigen sehingga membuat penderita anemia memiliki kulit yang pucat dan mudah lelah. Sementara terkait obesitas, 3 dari 10 orang dewasa di Indonesia mengalami obesitas⁵. Obesitas memberikan dampak buruk dimana kondisi tersebut dapat menyebabkan berbagai penyakit antara lain diabetes melitus, kardiovaskular, tekanan darah tinggi, *sleep apnea*, *osteoarthritis*, batu empedu kolesterol, dan kanker payudara.

Gerakan Nasional Aksi Bergizi merupakan kegiatan yang dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran siswa-siswi dalam membiasakan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), makan makanan dengan menu gizi seimbang, aktivitas fisik, dan edukasi gizi. Layanan kesehatan berbasis sekolah merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk mencapai kesetaraan kesehatan di antara anak-anak dan remaja yang mengalami disparitas dalam hal hasil kesehatan karena ras, etnis, atau pendapatan keluarga. Muhammadiyah

⁵ https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXlxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3Z-RZz09/2018/02/FactSheet_Obesitas_Kit_Informasi_Obesitas.pdf

menjadi salah satu organisasi yang memiliki berbagai amal usaha termasuk pendidikan dan kesehatan yang tersebar di berbagai wilayah di Indonesia menjadi organisasi yang potensial menjadi penggerak dalam mensukseskan program Aksi Bergizi Nasional. Muhammadiyah memiliki pengurus dan anggota dari berbagai kelompok umur. Di tingkat Remaja, Muhammadiyah memiliki berbagai organisasi otonom seperti Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM), Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM), Nasyiatul ‘Aisyiyah (NA) serta Pemuda Muhammadiyah (PM) yang juga memiliki inisiatif yang tinggi termasuk dalam bidang kesehatan untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan remaja. Gerakan Aksi Bergizi di sekolah, madrasah, dan pesantren Muhammadiyah dinamakan Gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan untuk Generasi Muhammadiyah (GenMu). Konsep Sehat Berkemajuan menerapkan prinsip “Halalan Thayyiban” dan mengutamakan gerakan komunitas warga Muhammadiyah yang sinergis, kolaboratif, holistik, transformatif, dan berkelanjutan.

B. Tujuan Panduan

Tujuan umum panduan orientasi untuk memberikan acuan pelaksanaan orientasi di wilayah dan memberikan gambaran pelaksanaan dan aksi bergizi sehat berkemajuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku dalam memperbaiki status gizi dan kesehatan remaja.

Tujuan khusus panduan ialah:

1. Meningkatkan kapasitas kader Muhammadiyah dalam program aksi bergizi sehat berkemajuan di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah
2. Meningkatkan komitmen pimpinan Muhammadiyah dan Organisasi otonom (Ortom) serta kolaborasi lintas sektor terkait dalam rangka penyelenggaraan Aksi Bergizi di Sekolah, Madrasah, Pesantren Muhammadiyah.
3. Meningkatkan literasi warga Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah tentang pentingnya Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan bagi remaja.
4. Meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku melalui partisipasi aktif warga Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah dalam mendukung Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

C. Sasaran

1. Pimpinan Muhammadiyah Pusat hingga Ranting.
2. Tim Pembina UKS/M/POSKESTREN Pusat sampai level kecamatan.
3. Tim Pelaksana UKS/M/POSKESTREN di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah level SMP/MTS/SMA/MA/SMK/MAK.
4. Warga Muhammadiyah di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren level SMP/MTS/SMA/MA/ SMK/MAK/ PESANTREN sederajat (Kepala Sekolah, Madrasah, dan

Pesantren, Guru, peserta didik, orang tua peserta didik/
Pengurus Komite) di seluruh Indonesia.

5. Mitra Potensial (Amal Usaha Muhammadiyah seperti Perguruan Tinggi Muhammadiyah ‘Aisyiyah (PTMA), Rumah Sakit Muhammadiyah ‘Aisyiyah (RSMA), Media Muhammadiyah, Organisasi Profesi, Pemerintah, Swasta).

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup panduan orientasi ini adalah:

1. Penyelenggaraan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
2. Strategi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
3. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
4. Pembagian Peran dan Pelaporan

Bab 2

Pelaksanaan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah

A. Tujuan Orientasi

1. Tujuan Umum

Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sebagai kader, penanggung jawab dan pendamping dalam melaksanakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

2. Tujuan Khusus

- a. Memahami tentang pengertian dan tujuan penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

- b. Memahami dan mampu melaksanakan tugas-tugas sebagai kader/penanggung jawab/pendamping Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- c. Memahami dan mampu menyampaikan materi edukasi dalam Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- d. Memahami dan mampu melakukan Komunikasi Antar Pribadi (KAP) dalam perubahan perilaku.

B. Sasaran

1. Kader GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (Siswa/Santri).
2. Penanggung Jawab kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (Guru, yang mengampu Kesiswaan, BK, Ismuba, dan UKS/M/POSKESTREN).
3. Pendamping kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (Orang Tua/Wali atau Komite Sekolah).
4. Petugas Puskesmas di wilayah sekitar lokasi.

C. Metode dan Teknik Orientasi

Orientasi ini menggunakan metode *andragogy*/pembelajaran orang dewasa. Teknik orientasi dengan ceramah singkat, tanya jawab/diskusi, curah pendapat untuk penjabakan pengalaman, penugasan berupa diskusi kelompok dan latihan serta simulasi terutama dalam menggunakan media pembelajaran edukatif-inovatif terkait Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

D. Materi Orientasi

1. Materi Wawasan
 - a. Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
 - b. Gizi Seimbang Remaja melalui Sarapan Sehat *Halalan Thoyyiban*, Aku Suka Isi Piringku, dan Minum Tablet Tambah Darah
 - c. Aktivitas Fisik
 - d. Peran Kader, Penanggung Jawab dan Pendamping dalam Edukasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
 - e. Penggerakan Masyarakat
2. Materi Keterampilan
 - a. Senam Bugar Muhammadiyah
 - b. Komunikasi Antar Pribadi

E. Proses Tahapan Pembelajaran

JADWAL ORIENTASI AKSI BERGIZI SEHAT BERKEMAJUAN DI SEKOLAH/MADRASAH/PESANTREN MUHAMMADIYAH

Jam	Materi		Narasumber/ Fasilitator
Hari Pertama			
08.00-09.00	Registrasi Peserta		PIC
09.00-09.15	<i>Pre-test/Pra-ujian</i>		Tim Swakeloa
09.15-10.00	Pembukaan: <ol style="list-style-type: none"> a. Pembacaan ayat suci Al-Qur'an b. Menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Mars Muhammadiyah Sang Surya c. Sambutan-Sambutan <ul style="list-style-type: none"> - Laporan Tim Swakelola Pusat - Sambutan MPKU Pimpinan Daerah Muhammadiyah sekaligus Membuka Kegiatan Orientasi d. Penyematan tanda peserta 		PIC
10.00-12.00	Penggerakan Masyarakat (Materi)		Dinas Kab
12.00-13.00	Ishoma		PIC
13.00-13.45	Membangun Komitmen Belajar (Kelas Guru & Orangtua)	Membangun Komitmen Belajar (Kelas Remaja)	Tim Swakelola

13.45-15.00	<p>Pengembangan Wawasan dan Pengetahuan</p> <p>a. Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan</p> <p>b. Gizi Seimbang Remaja melalui Sarapan Sehat, <i>Halalan Thoyyiban</i>, Aku Suka Isi Piringku, dan Minum Tablet Tambah Darah</p> <p>c. Peran Kader, Penanggung Jawab dan Pendamping dalam Edukasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan</p>	<p>Pembekalan Keterampilan</p> <p>a. Senam Bugar Muhammadiyah</p> <p>b. Komunikasi Antar Pribadi</p>	Tim Swakelola
Hari Kedua			
08.00-10.00	<p>Pembekalan Keterampilan</p> <p>a. Senam Bugar Muhammadiyah</p> <p>b. Komunikasi Antar Pribadi</p>	<p>GenMu dalam Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan</p>	Tim Swakelola
10.00-11.00	<p>Penyusunan Rencana Tindak Lanjut (Guru, ortu/Wali)</p>	<p>Penyusunan Rencana Tindak Lanjut (Remaja)</p>	Tim Swakelola
11.00-12.00	<p>Penyajian Rencana Tindak Lanjut (Kelas Besar: Guru, ortu/Wali dan Siswa)</p>		Tim Swakelola
12.00-12.15	<p>Post-Test/Pasca Ujian</p>		Tim Swakelola
12.15-13.00	<p>Rangkuman dan Penutupan</p>		Tim Swakelola

1. *Pre-test*/Pra-ujian, sebelum acara pembukaan, dilakukan *pre-test*/pra-ujian untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kemampuan peserta terkait materi orientasi.
2. Pembukaan, dilakukan untuk mengawali kegiatan orientasi secara resmi, yaitu pembacaan ayat suci Al-Qur'an, menyanyikan lagu Indonesia Raya dan Mars Muhammadiyah Sang Surya, sambutan dari pimpinan Muhammadiyah, dan penyematan tanda peserta.
3. Membangun Komitmen Belajar, dilakukan untuk mempersiapkan peserta dalam mengikuti orientasi. Kegiatan meliputi penjelasan fasilitator mengenai tujuan pembelajaran, pengenalan antar peserta, mengemukakan harapan dan kekhawatiran peserta, serta membuat kesepakatan antara panitia dan peserta.
4. Pengembangan wawasan dan pengetahuan mengenai materi melalui ceramah dan diskusi tanya jawab. Materi mencakup pembahasan sebagai berikut:
 - a. Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
 - b. Gizi Seimbang Remaja melalui Sarapan Sehat *Halalan Thoyyiban*, Aku Suka Isi Piringku, dan Minum Tablet Tambah Darah
 - c. Aktivitas Fisik
 - d. Peran Kader, Penanggung Jawab dan Pendamping dalam Edukasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
 - e. Penggerakan Masyarakat

5. Pembekalan keterampilan, pemberian materi peningkatan keterampilan mengarah pada kompetensi yang akan dicapai oleh peserta. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan berbagai metode yang melibatkan semua peserta untuk berperan aktif, misalnya diskusi kelompok, latihan, studi kasus, bermain peran, dan praktik di kelas. Materi yang akan disampaikan dalam peningkatan keterampilan ini adalah:
 - a. Senam Bugar Muhammadiyah
 - b. Komunikasi Antar Pribadi
6. Rencana Tindak Lanjut, merupakan penyusunan rencana kegiatan yang akan dilakukan oleh peserta setelah orientasi.
7. Post-Test/Pasca Ujian, merupakan evaluasi peserta yang dilakukan setelah semua materi disampaikan. Hal ini bertujuan untuk melihat peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti orientasi.
8. Penutupan, merupakan sesi akhir dari semua rangkaian kegiatan, dilakukan oleh pejabat yang berwenang.

F. Penyusunan Rencana Tindak Lanjut

Rencana tindak lanjut (RTL) merupakan suatu dokumen yang menjelaskan tentang kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan di sekolah, madrasah dan pesantren Muhammadiyah masing-masing.

**Tabel 1. Rencana Tindak Lanjut Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
Nama Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah:**

No	Kegiatan	Tujuan	Sasaran	Metode	Waktu	Tempat	Penanggung jawab	Biaya	Indikator
1	Lomba Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan								
2	Seminar/Kampanye Gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan								
3	Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (Senam Bersama, Sarapan Sehat, Minum Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri dan Edukasi Kesehatan)								
4	Penjaringan Kesehatan								

Penanggung Jawab RTL
Tim Penyusun:

- | | |
|----|-----|
| 1. | TTD |
| 2. | TTD |
| 3. | TTD |
| 4. | TTD |

Bab 3.....

Strategi Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

A. Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

Gerakan Aksi Bergizi di sekolah, madrasah, dan pesantren Muhammadiyah dinamakan Gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan untuk Generasi Muhammadiyah (GenMu). Konsep Sehat Berkemajuan menerapkan prinsip “*Halalan Thayyiban*” dan mengutamakan gerakan komunitas warga Muhammadiyah yang sinergis, kolaboratif, holistik, transformatif, dan berkelanjutan.

B. Penggalangan Komitmen Secara Berjenjang dalam Mendorong Regulasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

1. Advokasi secara berjenjang perlu dilaksanakan untuk mendorong adanya dukungan/komitmen dari stakeholder

dan mitra pentahelix (pemerintah, organisasi profesi/kemasyarakatan/keagamaan, swasta, perguruan tinggi, media) dari pusat, daerah, sampai ke tingkat Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah. Penggalangan komitmen dapat dimulai dari komitmen individu siswa, guru, orang tua siswa dan sekolah, pengurus Muhammadiyah dan Organisasi Otonom Muhammadiyah di tingkat ranting, cabang, daerah, wilayah hingga pusat serta amal usaha Muhammadiyah.

2. Dukungan kebijakan yang diharapkan adalah regulasi turunan dari SKB Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi, Menteri Kesehatan, Menteri Agama, dan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia, Nomor: 03/KB/2022; Nomor: HK.O1.O8/ MENKES/1325/2022; Nomor: 835 Tahun 2022; Nomor: 119-5091.A Tahun 2022 tentang Penyelenggaraan Peningkatan Status Kesehatan Peserta Didik.
3. Kebijakan dapat berupa peraturan, himbuan dan Surat Edaran Pimpinan Muhammadiyah di berbagai tingkatan serta Kepala Sekolah/Madrasah/Pesantren, dan lain-lain.
4. Output dari advokasi yaitu adanya regulasi/kebijakan, anggaran, pembinaan berjenjang, dan keberlanjutan untuk mendukung pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.

C. Kolaborasi Mitra

1. Kolaborasi dengan mitra pentahelix (pemerintah, organisasi profesi/kemasyarakatan/keagamaan, swasta, perguruan tinggi, media) dilakukan mulai dari pusat, daerah, sampai ke tingkat Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah. Kolaborasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat dilakukan dengan mengedepankan upaya kolaborasi seperti Amal Usaha Muhammadiyah lainnya (Perguruan Tinggi, Rumah Sakit) serta lembaga seperti Lembaga Amal Zakat, Infak Shodaqoh Muhammadiyah (LazisMu) .
2. Dukungan dari kemitraan dapat berupa sumber daya, sarana prasarana, pembiayaan kegiatan, bimbingan teknis, penyebarluasan informasi media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE), serta monitoring pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah, Madrasah, dan Pesantren Muhammadiyah.
3. Kemitraan dengan dunia usaha/swasta dapat memanfaatkan dana CSR sebagai bentuk tanggung jawab kepada sosial dan lingkungan sesuai dengan peraturan yang berlaku.

D. Pengembangan Agen Perubahan/Kader GenMu

1. Agen Perubahan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan adalah Sahabat Aksi Bergizi yang dikenal sebagai GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
2. Agen Perubahan/GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat dilakukan dengan membentuk atau memberdayakan

agen-agen perubahan yang sudah ada di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah, seperti: IPM (Ikatan Pelajar Muhammadiyah), PMR (Palang Merah Remaja), Hizbul Wathon, Tapak Suci, dll.

3. Bagi masyarakat umum yang mempunyai kepedulian terhadap edukasi stunting ataupun aksi bergizi, dapat bergabung secara sukarela untuk menjadi GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
4. Peran GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan:
 - a) Menjadi role model (contoh baik) dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
 - b) Menjadi pendidik sebaya untuk menyebarkan pesan kunci tentang gizi kepada teman sebayanya.
 - c) Membantu guru saat edukasi gizi dalam memfasilitasi permainan/diskusi kelompok dengan teman sebayanya.
 - d) Membantu pelaksanaan sarapan dan minum TTD bersama.
 - e) Membantu untuk mendistribusikan, mengawasi saat kegiatan sarapan bersama dan minum TTD setiap minggu.
 - f) Membantu melakukan pencatatan minum TTD.
 - g) Bersama orang tua menerapkan kebiasaan pola makan gizi seimbang, minum TTD, dan aktivitas fisik
 - h) Berkolaborasi dalam penyebarluasan informasi melalui media sosial.

- 1) GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat membuat akun instagram GenMu (Nama Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah). Contoh: GenMuSMUMUGA dengan menggunakan logo Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan, atau memanfaatkan akun yang sudah ada.
- 2) Akun instagram GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan agar mengikuti akun instagram @GenMu, @mpkuppmmuh, @aksi_bergizi, dan @aksi_bergizi_sehatberkemajuan dan memanfaatkan konten-konten yang sudah tersedia.
- 3) GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat membuat konten-konten kreatif seputar Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dan konten-konten edukasi dengan cara kreatif sesuai dengan pesan-pesan kunci pada Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan. Caption dari konten-konten tersebut menyertakan tagar:
 - #AksiBergizi
 - #AksiBergiziSehatBerkemajuan
 - #GenMuAksiBergizi
 - #GenMuAksiBergizi(namaSekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah)
 Contoh: #GenMuAksiBergiziSMAMUGA dan menandai akun @GenMu, @mpkuppmmuh, @aksi_bergizi, dan @aksi_bergizi_sehatberkemajuan

E. Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

1. Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat dilaksanakan secara berjenjang dan serentak mulai dari tingkat pusat, daerah, sampai Sekolah/ Madrasah/ Pesantren Muhammadiyah.
2. Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dapat dilakukan secara *online* maupun *offline*. Penggerakan secara online dapat memanfaatkan media sosial.
3. Penggerakan ini dapat memanfaatkan momen-momen hari besar Islam dan Muhammadiyah seperti Tahun Baru Islam, Milad Muhammadiyah serta hari besar nasional/ daerah seperti Hari Ulang Tahun Kota/Kabupaten, dll, hari peringatan nasional/global untuk tema kesehatan terkait. Penentuan hari pelaksanaan penggerakan di tingkat daerah ditentukan oleh masing-masing daerah. Sedangkan, penentuan hari pelaksanaan penggerakan di tingkat nasional ditentukan oleh pusat.
4. Lomba-lomba dapat dilaksanakan secara berjenjang untuk meningkatkan motivasi Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dalam melaksanakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan. Pimpinan Muhammadiyah serta Kementerian Kesehatan RI akan mengadakan lomba Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan secara berkala.
5. Contoh lomba antar Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah di berbagai tingkatan antara lain:
 - a) Lomba Foto dan Video Kreasi Aku Suka Isi Piringku

- b) Lomba Video Edukasi TTD dalam rangka Milad Muhammadiyah
 - c) Lomba Kreasi Modifikasi Gerakan Senam Bersama untuk Senam Bugar Muhammadiyah
 - d) Lomba Video Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan bagi Petugas Puskesmas
 - e) Lomba Video Inovasi GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
6. Pencatatan konsumsi TTD melalui Website Ceria
 7. Pelaporan dan Pemantauan pelaksanaan penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

Pelaksanaan penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di daerah dapat dilaporkan oleh PJ Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (Guru/Petugas Puskesmas) melalui tautan:

- <https://bit.ly/LaporanAksiBergiziMuhammadiyah>
- <https://link.kemkes.go.id/LaporanPelaksanaanAksiBergizi2023>

Pemantauan juga dilakukan melalui media sosial, khususnya instagram dengan tagar yang sudah ditentukan yaitu #AksiBergizi, #AksiBergiziSehatBerkemajuan, #GenMuAksiBergizi, #GenMuAksiBergizi(namaSekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah).

Bab 4

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah

Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dilaksanakan secara rutin setiap minggu. Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dapat menentukan 1 (satu) hari dalam seminggu untuk melaksanakan kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan. Penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan ini terdiri dari empat intervensi yang dilakukan secara bersamaan dalam satu hari setiap minggunya atau disesuaikan dengan waktu yang tersedia dalam minggu tersebut. Sebelum pelaksanaan kegiatan, Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah melakukan koordinasi dengan PDM/PCM, Ortom, Puskesmas dan atau Tim Pembina UKS/UKM/Poskestren untuk bisa

bersama-sama melaksanakan kegiatan sekaligus melakukan pendampingan.

Berikut ini merupakan rangkaian kegiatan gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan yang dilakukan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah melalui empat intervensi utama serta pelaporannya:

1. Senam Bersama

Kegiatan diawali dan diakhiri dengan do'a dan senam bersama, peserta didik diwajibkan menggunakan baju olahraga yang sesuai syari'at dan ketentuan sekolah. Jenis senam menyesuaikan dengan apa yang biasa dilakukan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah masing-masing.

2. Sarapan Makan Bersama

Setiap peserta didik dihimbau membawa bekal yang *halalan thoyyiban* yang mengandung nilai kesehatan sesuai dengan gizi seimbang (Konsep Aku Suka Isi Piringku)

3. Minum Tablet Tambah Darah (TTD)

TTD tersedia di Puskesmas dan rutin didistribusikan. Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dapat berkoordinasi dengan Puskesmas setempat terkait pembagian TTD dan untuk pengisian formulir pencatatan TTD remaja putri. Pencatatan konsumsi TTD juga dapat dilakukan dengan pengisian Website CERIA, oleh guru/pihak sekolah.

4. Edukasi Kesehatan dan Gizi

Edukasi kesehatan dan gizi dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan atau tenaga pendidik atau kader GenMu dengan memanfaatkan media KIE Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan, dapat berupa Senam Bugar Muhammadiyah, video, modul, poster, konten media sosial aksi bergizi Sehat Berkemajuan, dan lainnya.

Kegiatan ini juga dapat dilakukan dalam kegiatan intra atau ekstrakurikuler serta kegiatan keagamaan yang diselenggarakan di sekolah misal dalam khutbah jum'at, peringatan hari besar Islam dan kegiatan keagamaan lainnya. Media dapat dilihat pada lampiran pedoman ini.

5. Pelaporan Kegiatan

Setelah melakukan kegiatan, sekolah diharapkan melakukan pelaporan kegiatan melalui:

- <https://bit.ly/LaporanAksiBergiziMuhammadiyah>
- <https://link.kemkes.go.id/LaporanPelaksanaanAksiBergizi2023>

Selain melalui bentuk intervensi di atas, kegiatan lain yang dapat diintegrasikan dalam gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan antara lain:

1. *Flashmob Senam Bugar Muhammadiyah*. Gerakan senam bersama Senam Bugar Muhammadiyah dapat dilakukan oleh seluruh peserta didik.

2. Penyebarluasan informasi melalui berbagai saluran media.

Seluruh peserta didik, tenaga pendidik, tenaga kesehatan dihimbau untuk mengunggah kegiatan, pesan-pesan aksi bergizi, mengunggah ulang konten yang sudah ada di media sosial @GenMu, @mpkuppmmuh, @aksi_bergizi, dan @aksi_bergizi_sehatberkemajuan serta menggunakan tagar #AksiBergizi, #AksiBergiziSehatBerkemajuan, #GenMuAksiBergizi.

Bab 5.....

Pembagian Peran dan Pelaporan

Pembagian Peran dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dari tingkat pusat, daerah dan Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah:

1. Kementerian Kesehatan

- a. Mengoordinir antar Kementerian/Lembaga (K/L).
- b. Menyosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajaran Dinas Kesehatan Provinsi dan Kabupaten/Kota.
- c. Mendorong dukungan dan komitmen Kementerian/Lembaga.
- d. Menyusun petunjuk teknis, materi, dan media Komunikasi Informasi Edukasi (KIE).
- e. Menjalin kerjasama dengan mitra potensial.
- f. Mengoordinir gerakan serentak nasional Aksi Bergizi.
- g. Menentukan dan memberikan penghargaan untuk Provinsi yang terbaik.

- h. Menyiapkan logistik TTD dan website CERIA untuk pelaporan.
- i. Mengadakan lomba Aksi Bergizi secara berkala.
- j. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

2. Kemendikbud Ristek dan Kementerian Agama

- a. Menyosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajarannya Dinas Pendidikan/Kanwil di Provinsi dan Kabupaten/Kota.
- b. Memfasilitasi kegiatan Aksi Bergizi di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- c. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

3. Kementerian Dalam Negeri

- a. Mensosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh Kepala Daerah dan Tim Pembina UKS/M.
- b. Mendorong Kepala daerah untuk membuat regulasi atau surat-surat dukungan pelaksanaan Aksi Bergizi secara rutin di Sekolah/Madrasah/Pesantren.
- c. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

4. Dinas Kesehatan Provinsi

- a. Mensosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajaran di Kabupaten/Kota.
- b. Membuat Surat Kebijakan Turunan SKB 4 Menteri.
- c. Koordinasi dengan Dinas Pendidikan, Kantor Wilayah Agama, dan lainnya untuk memastikan pelaksanaan

gerakan Aksi Bergizi.

- d. Menjalinkan kerjasama dengan mitra potensial.
- e. Menyelenggarakan gerakan Aksi Bergizi di Sekolah/ Madrasah/ Pesantren Muhammadiyah bersama Kabupaten/Kota.
- f. Melaporkan pelaksanaan kegiatan secara berkala.
- g. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

5. Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota

- a. Mensosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajaran di Puskesmas.
- b. Membuat Surat Kebijakan Turunan SKB 4 Menteri.
- c. Koordinasi pelaksanaan Aksi Bergizi dengan Dinas Pendidikan dan Kantor Wilayah Agama, dan pihak terkait lain di tingkat Puskesmas.
- d. Menjalinkan kerjasama dengan mitra potensial.
- e. Menyelenggarakan gerakan Aksi Bergizi di Sekolah/ Madrasah/ Pesantren Muhammadiyah bersama Puskesmas.
- f. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

6. Dinas Pendidikan dan Kantor Wilayah Agama Provinsi/Kabupaten/Kota

- a. Menyosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajaran di Sekolah/ Madrasah/ Pesantren Muhammadiyah.
- b. Membuat Surat Kebijakan Turunan SKB 4 Menteri.

- c. Pembinaan Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dalam melaksanakan Aksi Bergizi.
- d. Peningkatan kapasitas Sekolah/Madrasah/Pesantren dalam pelaksanaan Aksi Bergizi.
- e. Monitoring dan evaluasi pelaksanaan Aksi Bergizi di Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.

7. Puskesmas

- a. Menyosialisasikan SKB 4 Menteri terkait pelaksanaan Aksi Bergizi kepada seluruh jajaran di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- b. Melaksanakan gerakan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- c. Memastikan gerakan Aksi Bergizi setiap minggu sekali pada hari jumat atau yang disepakati di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- d. Mendistribusikan TTD dan memberikan edukasi.
- e. Mengembangkan media edukasi berbasis lokal.
- f. Melaporkan hasil kegiatan.
- g. Melakukan pembinaan, monitoring, dan evaluasi.

8. Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah

- a. Menentukan hari pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan (hari jumat atau hari lainnya).
- b. Membuat surat dukungan untuk pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan masing-masing.
- c. Melakukan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan minimal 1 (satu) kali dalam seminggu.

- d. Menyosialisasikan gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan kepada siswa/santri di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah masing-masing.
- e. Memberikan edukasi kepada peserta siswa/santri.
- f. Melaporkan hasil kegiatan.
- g. Berkoordinasi dengan Puskesmas untuk ketersediaan tablet tambah darah.
- h. Membentuk agen perubahan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dengan sebutan GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

9. Mitra Potensial

a. Organisasi Kemasyarakatan/Organisasi Profesi/Perguruan Tinggi/NGO/Lintas Sektor

- 1) Dukungan dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- 2) Penyebarluasan informasi melalui berbagai media.
- 3) Pendampingan dan edukasi pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- 4) Mendorong pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah yang dimiliki.
- 5) Peningkatan kapasitas Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

b. Dunia Usaha

- 1) Penyebarluasan informasi melalui berbagai media.
- 2) Pendampingan dan edukasi pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- 3) Melakukan Gebyar Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah, seperti menyiapkan sarapan sehat, edukasi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), pemeriksaan Hb bagi remaja putri, mengadakan lomba-lomba, dan kegiatan lainnya.
- 4) Sponsorship dalam bentuk media-media edukasi pemberian hadiah, *merchandise* untuk mendukung pelaksanaan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.

c. Media Massa

Edukasi dan penyebarluasan informasi melalui berbagai media termasuk media elektronik, media cetak dan media sosial.

10. Orangtua/Wali

- a. Berperan menjaga gizi seimbang dalam menjaga pertumbuhan kesehatan anak.
- b. Selektif dalam mengkonsumsi makanan sejak anak dalam kandungan, balita, pra sekolah/sekolah, remaja dan dewasa.
- c. Menyiapkan dan kreatif dalam mengkreasikan

makanan sehat “*Halalan Thayyiban*”.

- d. Menjadi pengawas minum tablet tambah darah bagi remaja putrinya.
- e. Mendukung putra putrinya untuk terlibat secara aktif kegiatan gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- f. Memberikan pola asuh dan komunikasi yang sesuai dengan proses tumbuh kembang anak

11. Guru dan Tenaga Pendidik

- a. Menyiapkan dan melaksanakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan minimal 1 (satu) kali dalam seminggu.
- b. Menyosialisasikan gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan dan menggerakkan siswa/santri mengikuti Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
- c. Berkoordinasi dengan Puskesmas untuk ketersediaan tablet tambah darah.
- d. Membina GenMu Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- e. Memberikan edukasi kepada peserta siswa/santri.
- f. Melaporkan pemberian TTD dan hasil kegiatan.

12. Peran PWM/PDM/PCM Muhammadiyah

- a. Berkoordinasi dengan Dinas Kesehatan Provinsi, Kabupaten/Kota dan Puskesmas dalam pelaksanaan penggerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan
- b. Berkoordinasi dengan Tim Pembina UKS/M/ POSKESTREN Provinsi, Kabupaten/Kota dan Kecamatan dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

- c. Penyebarluasan informasi melalui berbagai media yang dimiliki PWM/PDM/PCM.
- d. Pendampingan dan edukasi pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di wilayah lingkungan kerjanya.
- e. Mendorong dan mendukung pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di jejaring Sekolah/ Madrasah/ Pesantren Muhammadiyah yang dimiliki.
- f. Peningkatan kapasitas Sekolah/Madrasah/Pesantren dalam pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

13. Rumah Sakit Muhammadiyah dan Aisyah

- a. Melakukan edukasi kesehatan saat Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- b. Menyiapkan konseling bagi siswa sekolah dan orangtua/ wali.
- c. Meyediakan pelayanan kesehatan dan pemeriksaan Hb bagi siswa/santri
- d. Membina dan mendukung sekolah/madrasah/ pesantren Muhammadiyah terkait pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

14. PTMA (Perguruan Tinggi Muhammadiyah dan 'Aisyiyah)

- a. Melakukan kegiatan Catur Dharma dalam bentuk penelitian dan pengabdian masyarakat terkait kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan pada siswa/santri di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.
- b. Mengembangkan media dan menyebarluaskan media

- edukasi untuk Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- c. Membina dan mendukung sekolah/madrasah/pesantren Muhammadiyah terkait pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
 - d. Melakukan evaluasi dan monitoring terkait kegiatan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah.

15. Majelis/Lembaga Muhammadiyah

- a. Memberikan dukungan dan komitmen dalam gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- b. Menyosialisasikan materi, dan media KIE Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- c. Menjalin kerjasama dengan mitra potensial.
- d. Mendukung program Gerakan Nasional Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- e. Menentukan dan memberikan penghargaan untuk lembaga dan amal usaha yang mendukung pelaksanaan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.
- f. Melakukan pendampingan, monitoring, dan evaluasi.

Bab 6

Penutup

Buku Panduan Orientasi Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan ini diharapkan dapat memberikan gambaran umum pelaksanaan pemberdayaan dan pergerakan masyarakat melalui Gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dalam rangka mendukung upaya penurunan angka anemia pada remaja khususnya remaja putri dan juga percepatan penurunan stunting di Indonesia.

Dengan adanya panduan ini, diharapkan Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah dapat melaksanakan kegiatan sesuai dengan panduan yang telah disusun, sehingga upaya penurunan angka anemia dan pencegahan stunting bagi remaja dapat tercapai melalui pelaksanaan Gerakan Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan.

Keberhasilan dalam penurunan angka anemia dan percepatan penurunan stunting merupakan keberhasilan bersama melalui berbagai upaya, partisipasi dan kerjasama seluruh pihak. Oleh karena itu, agar tujuan kita dapat tercapai,

diharapkan semua pihak dapat berkomitmen dan mendukung setiap upaya yang dilakukan, demi masa depan GenMu sebagai anak bangsa yang lebih cerdas, berkarakter, unggul, sehat, kuat dan tangguh.

Referensi

1. <https://study.unimelb.edu.au/student-life/inside-melbourne/how-diet-can-improve-teen-health>
2. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525242/>
<https://study.unimelb.edu.au/student-life/inside-melbourne/how-diet-can-improve-teen-health>
3. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2214/masalah-gizi-pada-remaja
4. [https://fk.ui.ac.id/infosehat/remaja-di-indonesia-alami-tiga-masalah-gizi-apa-saja/#:~:text=%E2%80%9CTiga%20masalah%20gizi%20yang%20dialami,obesitas\)%2C%E2%80%9D%20ungkap%20dia.](https://fk.ui.ac.id/infosehat/remaja-di-indonesia-alami-tiga-masalah-gizi-apa-saja/#:~:text=%E2%80%9CTiga%20masalah%20gizi%20yang%20dialami,obesitas)%2C%E2%80%9D%20ungkap%20dia.)
5. https://pptm.kemkes.go.id/uploads/N2VaaXIxZGZwWFpEL1VIRFdQQ3ZRZz09/2018/02/FactSheet_Obesitas_Kit_Informasi_Obesitas.pdf

Daftar Lampiran

1. Susunan Acara Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/ Madrasah/Pesantren Muhammadiyah
2. Tautan Kebijakan, Modul, Buku Saku dan dukungan dan Media-media Edukasi

Susunan Acara Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan di Sekolah/Madrasah/Pesantren Muhammadiyah

Jam	Kegiatan	Narasumber/ Fasilitator	Keterangan
07.00 – 07.30	Do'a bersama dan senam pagi	Guru olahraga	Diikuti seluruh peserta didik
07.30 – 07.45	Sarapan pagi bersama	Tim Pelaksana UKS	Setiap siswa membawa sarapan sendiri sesuai pedoman Isi Piringku
07.45 – 07.50	Aksi Konsumsi TTD dan mengisi aplikasi Ceria	Tim Pelaksana UKS	Minum TTD secara bersamaan dan siswi diharapkan untuk mengunduh aplikasi CERIA
07.50 – 08.00	Sesi edukasi interaktif dengan pelibatan peserta didik	Tim Pelaksana UKS/tenaga kesehatan	Permainan edukatif dan pemutaran video edukatif

Tautan Kebijakan, Panduan, Media Aksi Bergizi Sehat Berkemajuan

- <https://bit.ly/mediaaksibergizisehatberkemajuan>
- <https://ayosehat.kemkes.go.id/kumpulan-media-kegiatan-aksi-bergizi>

