

NILAI KEAGAMAAN SEBAGAI PENGUAT PERSATUAN DALAM EDUKASI GIZI MASYARAKAT

**Nayla Deviana Putri¹, Ranti Santri Puspita Sari², Dea Adella³, Karina Mutiara Dani⁴,
Muhammad Zamzam⁵**

Program Studi D3 Gizi, Poltekkes Kemenkes Palembang

Corresponding Author: devianaputrinayla@gmail.com, puspitaran00@gmail.com²,
deyaadela19@gmail.com³, kharina086@gmail.com⁴

Abstrak

Nilai keagamaan dapat menjadi landasan moral untuk membangun kepedulian sosial dan kerja sama dalam kehidupan masyarakat. Dalam edukasi gizi, nilai seperti gotong royong, toleransi, kejujuran, dan tanggung jawab berpotensi mendukung penyampaian informasi kesehatan serta meningkatkan partisipasi warga. Artikel ini bertujuan mengkaji peran nilai keagamaan dalam memperkuat persatuan melalui edukasi gizi masyarakat. Penulisan menggunakan metode kajian pustaka dengan menelaah pedoman gizi seimbang, publikasi mengenai keterlibatan masyarakat, dan sumber yang berkaitan dengan edukasi gizi. Kajian menunjukkan bahwa nilai keagamaan dapat digunakan sebagai pendekatan pendukung untuk membangun solidaritas, misalnya melalui penyuluhan bersama, kegiatan berbagi pangan, edukasi keluarga, dan kolaborasi lintas komunitas. Pelaksanaannya perlu menghormati keberagaman serta memastikan bahwa anjuran gizi tetap berdasarkan bukti ilmiah. Karena artikel ini merupakan kajian pustaka, temuan yang disampaikan berupa sintesis konseptual dan bukan hasil pengukuran lapangan. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menilai dampak pendekatan tersebut terhadap pengetahuan, partisipasi, dan perilaku gizi masyarakat.

Kata Kunci: nilai keagamaan; persatuan; edukasi gizi; masyarakat

Abstrak

Religious values can provide a moral foundation for social care and cooperation within communities. In nutrition education, values such as mutual assistance, tolerance, honesty, and responsibility may support health communication and encourage public participation. This article examines how religious values can strengthen unity through community nutrition education. The study uses a literature review of balanced nutrition guidance, publications on community engagement, and resources related to nutrition education. The review suggests that

Article history

Received: Oktober 2026
Reviewed: Oktober 2026
Published: Oktober 2026
Plagiarism checker no
234.8576

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

religious values may serve as a supporting approach to building solidarity through joint educational sessions, food-sharing activities, family nutrition education, and cooperation across communities. Such activities should respect religious diversity and ensure that nutrition recommendations remain evidence-based. As a literature review, the findings represent a conceptual synthesis rather than results from field measurements. Further research is needed to assess the effects of this approach on community knowledge, participation, and nutrition-related behavior.

Keywords: *religious values; unity; nutrition education; community*

Pendahuluan

Gizi merupakan bagian penting dari upaya menjaga kesehatan, mendukung pertumbuhan, dan meningkatkan kualitas hidup. Penerapan gizi seimbang tidak hanya bergantung pada pengetahuan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, kebiasaan keluarga, lingkungan sosial, dan akses terhadap informasi yang benar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 menetapkan Pedoman Gizi Seimbang sebagai salah satu acuan untuk membangun perilaku konsumsi yang lebih sehat.

Dalam praktiknya, edukasi gizi menghadapi tantangan berupa keterbatasan ekonomi, kebiasaan makan yang telah terbentuk, serta beredarnya informasi yang tidak akurat. Oleh karena itu, penyampaian materi gizi perlu memperhatikan kondisi sosial dan budaya masyarakat agar pesan yang diberikan dapat dipahami dan diterapkan. Keterlibatan masyarakat dalam kegiatan kesehatan juga penting untuk membangun hubungan dan kerja sama dalam menghadapi persoalan bersama (World Health Organization [WHO], 2020).

Nilai keagamaan dapat menjadi salah satu pintu masuk untuk mengembangkan kepedulian dan partisipasi sosial. Ajaran mengenai tolong-menolong, kejujuran, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap sesama dapat mendorong kegiatan bersama yang bermanfaat bagi kesehatan. Dalam konteks edukasi gizi, nilai tersebut dapat diwujudkan melalui penyuluhan, kegiatan berbagi pangan, dan kerja sama antara tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, kader, serta keluarga. Meski demikian, nilai keagamaan perlu digunakan secara inklusif dan tidak menggantikan pedoman ilmiah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini membahas nilai keagamaan yang dapat mendukung persatuan, penerapannya dalam edukasi gizi, serta peran kerja sama masyarakat dalam mendukung kegiatan tersebut. Artikel ini disusun sebagai kajian pustaka sehingga pembahasannya berfokus pada sintesis konsep dan sumber yang relevan.

Metode Penelitian

Artikel ini menggunakan metode kajian pustaka. Bahan kajian berupa dokumen kebijakan dan publikasi lembaga yang berkaitan dengan gizi seimbang, keterlibatan masyarakat, serta program edukasi gizi. Sumber utama mencakup Pedoman Gizi Seimbang dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, panduan keterlibatan masyarakat dari WHO, dan publikasi UNICEF mengenai program edukasi gizi.

Literatur dipilih berdasarkan kesesuaiannya dengan topik nilai sosial, partisipasi masyarakat, dan edukasi gizi. Informasi yang relevan kemudian dibaca dan dikelompokkan ke dalam tema: nilai keagamaan, persatuan sosial, penerapan edukasi gizi, peran pemangku kepentingan, dan tantangan pelaksanaan. Hasil pengelompokan disajikan secara deskriptif dan dibandingkan secara konseptual. Karena kajian ini tidak melibatkan survei, wawancara, atau pengumpulan data lapangan, artikel tidak menyajikan hasil statistik maupun klaim sebab-akibat.

Hasil dan Pembahasan

Nilai Keagamaan dan Persatuan Sosial

Nilai keagamaan dapat mencakup kepedulian, tolong-menolong, kejujuran, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap sesama. Dalam kehidupan sosial, nilai tersebut dapat mendorong masyarakat untuk bekerja sama dan memperhatikan kebutuhan kelompok yang rentan. Persatuan tidak berarti menghilangkan perbedaan keyakinan atau budaya, tetapi membangun tujuan bersama dengan tetap menghargai perbedaan.

Dalam program kesehatan, prinsip tersebut dapat mendukung lingkungan yang terbuka dan partisipatif. WHO (2020) menempatkan keterlibatan masyarakat sebagai pendekatan untuk membangun hubungan dan kerja sama dalam upaya kesehatan. Dengan demikian, pesan tentang kepedulian dan kebersamaan dapat menjadi dukungan sosial bagi edukasi gizi, selama isi kesehatan tetap berlandaskan sumber yang dapat dipertanggungjawabkan.

Penerapan dalam Edukasi Gizi Masyarakat

Penerapan pertama dapat dilakukan melalui penyuluhan gizi yang melibatkan tenaga kesehatan, kader, tokoh agama, dan warga. Materi dapat membahas prinsip gizi seimbang, variasi pangan, keamanan pengolahan makanan, serta pilihan bahan pangan yang terjangkau. Tokoh masyarakat dapat membantu mengajak warga berpartisipasi, sedangkan tenaga gizi bertanggung jawab memastikan ketepatan materi.

Penerapan kedua adalah kegiatan berbagi pangan yang disertai informasi sederhana mengenai pemilihan dan pengolahan makanan. Kegiatan ini dapat menghubungkan kepedulian sosial dengan pemahaman gizi, tetapi bantuan pangan sebaiknya mempertimbangkan kebutuhan penerima, keamanan pangan, dan kecukupan zat gizi.

Penerapan berikutnya adalah edukasi keluarga melalui diskusi, demonstrasi memasak, poster, atau video. Pesan mengenai tanggung jawab keluarga dapat dipadukan dengan anjuran praktis, misalnya menyediakan makanan beragam dan membiasakan kebersihan. Program Aksi Bergizi dari UNICEF Indonesia memperlihatkan pentingnya pendekatan edukasi dan komunikasi perubahan perilaku dalam mendukung gizi remaja (UNICEF, 2019).



Gambar 1.

Peran Para Pemangku Kepentingan

Tenaga kesehatan dan ahli gizi berperan menyusun materi berdasarkan bukti ilmiah serta menjawab pertanyaan teknis. Kader membantu menyampaikan informasi dan menghubungkan warga dengan layanan kesehatan. Tokoh agama dan tokoh masyarakat dapat mendukung partisipasi melalui pesan moral yang inklusif, sedangkan keluarga menerapkan pengetahuan tersebut dalam kebiasaan sehari-hari. Pemerintah dan organisasi masyarakat dapat menyediakan fasilitas, pelatihan, dan bahan edukasi.

Kerja sama lintas pihak penting agar edukasi tidak berhenti pada penyampaian informasi, tetapi juga memberi ruang bagi warga untuk menyampaikan kebutuhan dan hambatan mereka. Program berbasis masyarakat perlu memperhatikan kelompok yang rentan, termasuk keluarga dengan keterbatasan akses pangan atau layanan kesehatan.

Tantangan dan Implikasi

Beberapa tantangan yang mungkin muncul adalah perbedaan kebiasaan makan, keterbatasan ekonomi, rendahnya akses terhadap informasi tepercaya, dan anggapan yang keliru mengenai makanan tertentu. Karena itu, kegiatan harus menghormati perbedaan agama dan budaya, tidak memaksakan keyakinan, serta menawarkan contoh menu yang realistis dan sesuai kondisi setempat.

Secara praktis, penyelenggara dapat mengevaluasi kegiatan melalui perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, jumlah peserta yang terlibat, pemahaman tentang gizi seimbang, serta tindak lanjut yang dilakukan keluarga. Namun, dampak nilai keagamaan terhadap persatuan dan perilaku gizi belum dapat dipastikan hanya melalui kajian pustaka ini. Penelitian lapangan diperlukan untuk menilai hubungan tersebut secara lebih terukur.

SIMPULAN

Kajian pustaka ini menunjukkan bahwa nilai keagamaan seperti kepedulian, gotong royong, toleransi, kejujuran, dan tanggung jawab dapat menjadi pendekatan pendukung untuk memperkuat persatuan dalam edukasi gizi masyarakat. Penerapannya dapat berupa penyuluhan bersama, kegiatan berbagi pangan, pendidikan gizi keluarga, dan kolaborasi antara tokoh masyarakat dengan tenaga kesehatan. Agar pelaksanaan berjalan baik, kegiatan perlu bersifat inklusif, sesuai kebutuhan warga, dan menggunakan informasi gizi yang berbasis bukti. Karena artikel ini tidak didasarkan pada penelitian lapangan, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi pengaruh pendekatan tersebut terhadap partisipasi, pengetahuan, dan perilaku gizi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. <https://jdih.kemkes.go.id/documents/peraturan-menteri-kesehatan-nomor-41-tahun-2014>
- UNICEF. (2019). Aksi Bergizi: An integrated gender responsive adolescent nutrition program to support the Government of Indonesia to address the triple burden of malnutrition among adolescent girls and boys. UNICEF Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/reports/aksi-bergizi>
- World Health Organization. (2020). Community engagement: A health promotion guide for universal health coverage in the hands of the people. World Health Organization. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240010529>
- UNICEF. (n.d.). Social and behaviour change. <https://www.unicef.org/social-and-behaviour-change>