



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN, DAN PENGEMBANGAN MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

Jl. Raya Bogor Km. 23, Susukan, Ciracas, Jakarta Timur 13750 Telpn 085161301957

Website : www.uhamka.ac.id; E-mail : rektorat@uhamka.ac.id, info@uhamka.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor 1178 /WR II/LL/2025

Pimpinan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA memberikan tugas kepada :

Nama : **Peneliti Utama:**
Nursyifa Rahma Maulida, S.Gz., M.Gizi

Tim Peneliti:

- 1. Leni Sri Rahayu, S.KM., M.P.H.**
- 2. Elia Nur A'yunin, S.KM., M.K.M.**

Tugas : Melaksanakan kajian berjudul "Pengembangan Panduan Gizi Berbasis Pangan Lokal dan Paket Intervensi Program Gizi untuk Pekerja (*Nutrition Goes to Workplace/NGTW*) Pada Guru dan Tenaga Pendidik di DKI Jakarta"

Hari, tanggal : 16 Juni s.d. 29 November 2025

Tempat : DKI Jakarta.

Catatan : 1. Penelitian dibiayai SEAMEO REFCON;
2. Setelah melaksanakan tugas agar membuat laporan secara tertulis kepada yang memberi tugas.

Demikianlah surat tugas ini diberikan untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya sebagai amanah dan ibadah kepada Allah Subhanahu Wata'ala.

Jakarta, 20 Dzulhijah 1446 H.

16 Juni 2025 M.

a.n. Rektor
Wakil Rektor II,



Dr. Desvian Bandarsyah, M.Pd.

Tembusan :

- Yth :
1. Rektor (sebagai laporan);
 2. Wakil Rektor III;
 3. Sekretaris Universitas;
 4. Ketua LPPMP;
 5. Kepala Biro Sumber Daya Insani;
 6. Arsip.

TERAKREDITASI BAN-PT DENGAN PERINGKAT UNGGUL

Visi: Menjadi prophetic teaching university yang mencerdaskan secara spiritual, intelektual, emosional, dan social untuk mewujudkan peradaban berkemajuan



SEAMEO RECFON
SOUTHEAST ASIAN MINISTERS OF EDUCATION ORGANIZATION
REGIONAL CENTRE FOR FOOD AND NUTRITION

Nomor : 291/RECFON-DIR/S-60/VI/2025
Lampiran : Satu berkas
Hal : Permohonan Penunjukkan Pelaksana Kegiatan Kajian

13 Juni 2025

Yth.

Bapak Prof. Dr. Gunawan Suryoputro, M.Hum

Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (UHAMKA)

Jl. Raya Jakarta-Bogor KM. 23 No. 99, RT.4/RW.5, Kel. Rambutan, Kec. Ciracas,

Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13830

Dengan hormat,

Pada tahun 2019, SEAMEO RECFON telah menjalin kerja sama dengan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (UHAMKA) terkait kegiatan pendidikan, pengajaran, penelitian, dan pengabdian masyarakat dibidang pangan dan gizi. Kerja sama ini dituangkan dalam Nota Kesepahaman nomor 3507/C.03.01/2019 dan nomor 161/RECFON-MOU/XII/2019.

Sebagai tindak lanjut kerja sama tersebut, SEAMEO RECFON akan melaksanakan kajian berjudul **“Pengembangan Panduan Gizi Berbasis Pangan Lokal dan Paket Intervensi Program Gizi untuk Pekerja (*Nutrition Goes to Workplace/NGTW*) Pada Guru dan Tenaga Pendidik di DKI Jakarta”**. Kajian ini merupakan kelanjutan dari kajian sebelumnya di tahun 2024 yang berjudul “Gambaran Status Gizi, Asupan Makanan dan Aktivitas Fisik Guru dan Tenaga Pendidikan Serta Faktor-Faktor Determinannya di Indonesia”. Kajian lanjutan ini bertujuan mengembangkan panduan gizi berbasis pangan lokal dan intervensi edukatif berbasis program NGTW yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan di tingkat nasional khususnya DKI Jakarta.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami memohon kesediaan Bapak untuk memberikan izin dan menugaskan **Nursyifa Rahma Maulida, M.Gizi** sebagai Peneliti Utama serta **Leni Sri Rahayu, MPH** dan **Elia Nur A'yunin, MKM** sebagai Tim Peneliti, yang merupakan staf dari **Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan UHAMKA**, untuk terlibat dalam kegiatan kajian tersebut dengan penerbitan Surat Tugas dari Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka (UHAMKA). Kegiatan ini direncanakan akan dilaksanakan pada bulan Juni – November 2025 di wilayah DKI Jakarta, khususnya di Kota Administrasi Jakarta Selatan.

Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini kami lampirkan Kerangka Acuan Kerja (KAK) dari kegiatan kajian tersebut.

Demikian kami sampaikan. Atas perhatian, dukungan, dan kerja sama yang diberikan Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Plt Direktur



Dr. dr. Herqutanto, MPH, MARS, Sp. KKLP
NIP 197009181997031001

Tembusan:

1. Dekan FIKES UHAMKA



KERANGKA ACUAN KEGIATAN (KAK)

A. Latar Belakang

Masalah gizi tidak hanya berdampak pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu hamil, tetapi juga secara signifikan memengaruhi kelompok usia produktif, termasuk pekerja di sektor pendidikan seperti guru dan tenaga pendidik. Kelompok ini memiliki peran krusial sebagai penggerak pendidikan, pengasuh nilai, serta model peran gaya hidup sehat bagi generasi penerus bangsa. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa pekerja usia produktif, termasuk guru, menghadapi risiko gizi tidak seimbang akibat pola makan tidak teratur, stres kerja, rendahnya literasi gizi, serta akses terbatas pada makanan sehat di lingkungan kerja (WHO, 2023).

Data nasional dan global menunjukkan bahwa prevalensi overweight dan obesitas meningkat pada usia produktif di Indonesia. Riskesdas 2018 mencatat bahwa 35,4% orang dewasa mengalami overweight dan 13,6% mengalami obesitas, sementara anemia masih ditemukan pada 23,7% perempuan usia produktif. Ketidakseimbangan ini, yang disebut sebagai triple burden of malnutrition (gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan mikronutrien), dapat mengganggu produktivitas kerja, meningkatkan risiko penyakit tidak menular (PTM), serta berdampak pada kualitas hidup dan kinerja kerja jangka Panjang (Kemenkes RI, 2018; FAO, IFAD, UNICEF, WFP dan WHO, 2023).

Dalam konteks guru dan tenaga pendidik, status gizi yang kurang baik dapat menurunkan kemampuan kognitif, kejernihan berpikir, dan daya tahan tubuh, yang semuanya memengaruhi kualitas pembelajaran yang mereka sampaikan. Di sisi lain, guru memiliki potensi strategis sebagai agen perubahan dalam promosi pola makan sehat, baik di lingkungan kerja maupun komunitas sekolah. Oleh karena itu, penguatan status gizi mereka menjadi investasi ganda, yaitu meningkatkan kesejahteraan pekerja dan memperkuat kualitas pendidikan nasional.

SEAMEO RECFON, melalui program unggulannya *Nutrition Goes to Workplace* (NGTW), telah mengembangkan pendekatan sistematis untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan pekerja melalui intervensi edukasi, lingkungan kerja pendukung, serta advokasi kebijakan. NGTW bertujuan menciptakan lingkungan kerja yang memfasilitasi pilihan makanan sehat, perilaku aktif, dan kesadaran akan pentingnya gizi untuk produktivitas kerja (SEAMEO RECFON, 2024).

Sebagai bagian dari intervensi NGTW, Panduan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal (PGSPL) memiliki potensi besar untuk diterapkan dalam konteks pekerja pendidikan. PGSPL yang disusun melalui pendekatan linear programming menggunakan perangkat WHO-Optifood telah terbukti secara ilmiah mampu menghasilkan rekomendasi pangan yang bergizi seimbang, terjangkau, tersedia lokal, dan diterima oleh masyarakat (Fahmida, dkk., 2009). Penggunaan PGSPL tidak hanya memberikan solusi teknis terhadap masalah

gizi, namun juga mengangkat potensi pangan lokal, memberdayakan masyarakat, dan membangun ketahanan pangan berbasis konteks.

Dengan mengintegrasikan PGSPL dalam intervensi NGTW untuk guru dan tenaga pendidik, pendekatan ini berpeluang menjadi model efektif untuk promosi kesehatan kerja dan gizi seimbang di sektor pendidikan. Intervensi ini juga selaras dengan mandat Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah RI untuk mewujudkan Sumber Daya Manusia (SDM) unggul, sehat, dan produktif. Oleh karena itu, riset ini diusulkan sebagai langkah strategis dan berbasis bukti untuk mengembangkan model intervensi gizi pekerja yang dapat direplikasi secara nasional.

B. Dasar Hukum

Kegiatan ini dilaksanakan mengacu pada:

1. *Seven Priority Area of SEAMEO*;
2. Misi SEAMEO RECFON yaitu *“To conduct education, capacity building, research and information dissemination in food and nutrition through partnership for sustainable human resources development”*;
3. Program unggulan SEAMEO RECFON, yaitu Program Gizi untuk Pekerja (*Nutrition Goes to Workplace/NGTW*);
4. Perjanjian Kerja Sama SEAMEO RECFON dengan Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES) UPN “Veteran” Jakarta nomor 024/UN61.16/PKS/FIKES/2023 dan nomor 114b/RECFON-MOA/VIII/2023 tentang kegiatan pendidikan, penelitian dan pengabdian masyarakat dibidang pangan dan gizi.
5. Perjanjian Kerja Sama SEAMEO RECFON dengan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (UHAMKA) nomor 3507/C.03.01/2019 dan nomor 161/RECFON-MOU/XII/2019 tentang kegiatan pendidikan, pengajaran, penelitian, dan pengabdian masyarakat.
6. Rencana Kerja dan Anggaran SEAMEO RECFON tahun 2025;

C. Tujuan

Tujuan umum:

Untuk mengembangkan panduan gizi berbasis pangan lokal dan intervensi edukatif berbasis program NGTW yang dapat diadopsi oleh institusi pendidikan di tingkat nasional dan regional Asia Tenggara.

Tujuan khusus:

1. Mengidentifikasi pola konsumsi dan masalah gizi umum pada guru dan tenaga pendidik.
2. Mengembangkan panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal (PGS-PL) menggunakan pendekatan linear programming (Optifood).
3. Menyusun materi komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) untuk mendukung penerapan PGS-PL.
4. Menilai efektivitas uji coba intervensi terhadap perubahan pengetahuan gizi dan perilaku makan guru/tenaga pendidik.

D. Luaran yang Diharapkan

Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah:

1. Panduan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal (PGSPL) untuk Guru dan Tenaga Pendidik di Jawa Barat dan DKI Jakarta.
2. Paket Intervensi NGTW yang terdiri dari materi KIE dan modul implementasi-monev di Jawa Barat dan DKI Jakarta.
3. Laporan hasil uji coba efektivitas intervensi di Jawa Barat dan DKI Jakarta.

E. Waktu dan Tempat

Rangkaian kegiatan ini akan dilaksanakan pada bulan Juni – November 2025 di Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan rincian sebagai berikut:

No	Tahapan Kegiatan	Waktu Pelaksanaan (2025)						
		Mei	Jun	Jul	Ags	Sep	Okt	Nov
1	Persiapan dan penyusunan proposal							
2	Pengurusan izin etik dan penelitian							
3	Analisis Survei Diet & Status Gizi							
4	Penyusunan Food Composition Table (FCT)							
5	Survei Harga Pasar							
6	Analisis LP-Optifood							
7	Penyusunan Materi KIE							
8	Desain dan Pencetakan Materi KIE							
9	TIPs (Trial for Improved Practices):							
10	Finalisasi PGS-PL dan Materi KIE							
11	Revisi Desain Materi KIE Versi Final							
12	Pelaporan kegiatan							

F. Tim Pelaksana Kegiatan

Kegiatan ini diusulkan oleh tim pelaksana diantaranya:

Penanggung Jawab : Dr. Judhiastuty Februhartanty
Ketua : Ir. Helda Khusun, M. Sc, Ph.D
Anggota : Sari Kusuma, M.Gizi
Ummatul Fitri, S.Gz
Administrasi : Ratna Wulanti, S. P.

Pelaksanaan kegiatan penelitian berjudul “Pengembangan Panduan Gizi Berbasis Pangan Lokal dan Paket Intervensi Program Gizi untuk Pekerja (*Nutrition Goes to Workplace/NGTW*) Pada Guru dan Tenaga Pendidik di Jawa Barat dan DKI Jakarta” merupakan bagian dari program “Gizi untuk Pekerja” (*Nutrition Goes to Workplace/NGTW*) untuk kemudian dilaksanakan secara kontraktual atas dasar kerja sama dengan mitra akademisi di Jawa Barat, yaitu Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta (UPN VJ), dan di Jakarta, yaitu Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (UHAMKA).

G. Metode Kegiatan Penelitian

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan *mixed-method* dengan menggabungkan metode penelitian kualitatif dan kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan untuk menyusun dan mengevaluasi PGS-PL, sedangkan metode kualitatif dilakukan untuk mengetahui gambaran penerimaan dan masukan terkait KIE yang masuk dalam paket intervensi.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di 2 (dua) daerah percontohan dimana SEAMEO RECFON sudah memiliki aktifitas pendahuluan, yaitu Jawa Barat (Kota Bogor dan Kota Depok) dan DKI Jakarta (Kota Jakarta Timur dan Kota Jakarta Selatan). Di kedua lokasi tersebut SEAMEO RECFON telah melakukan baseline survei gizi pada tahun 2024. SEAMEO RECFON juga telah memiliki kerjasama dengan 2 mitra akademisi di masing-masing provinsi.

3. Tahapan Penelitian

Penelitian ini terdiri dari 3 tahap. Tahap I ditujukan untuk mempersiapkan data yang akan digunakan dalam penyusunan panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal (PGS-PL). Tahap II ditujukan untuk membuat PGS-PL serta rancangan promosinya dan meningkatkan kapasitas akademisi dalam penggunaan Optifood. Tahap III ditujukan untuk mengkaji efektifitas uji coba intervensi PGS-PL dan komponen intervensi gizi lainnya yang telah dikembangkan pada tahap pertama untuk perbaikan pengetahuan dan pola asupan gizi pada guru/tenaga pendidik.

Tahap I: Persiapan Data oleh SEAMEO RECFON

- **Analisis Survei Diet & Status Gizi:** Analisa survei diet dilakukan dengan data sekunder asupan dengan metode SQ-FFQ dari studi NGTW yang telah dilakukan tahun 2024 untuk mendapatkan gambaran frekuensi konsumsi mingguan yang sering dikonsumsi oleh subyek, serta porsi asupan makanannya. Analisa dilakukan untuk masing-masing provinsi.
- **Penyusunan Food Composition Table (FCT):** Berdasarkan daftar makanan yang didapat dari analisis survei diet, perlu disiapkan FCT sesuai template yang diperlukan untuk masuk ke dalam tahap analisis LP-Optifood. FCT disusun dengan data utama dari tabel komposisi pangan Indonesia (panganku.org) dan diperkaya oleh tim Dr. Umi Fahmida, M.Sc. dengan data pangan olahan kemasan maupun sistem borrowing dari FCT negara terdekat.

Tahap II: Pengembangan Panduan dan Materi Intervensi oleh Mitra

- **Survei Harga Pasar:** Survei pasar dilakukan di 1 kab/kota terpilih dari masing-masing provinsi untuk mengumpulkan data harga pangan per 100 g. Setiap jenis makanan diperoleh dari 3 pasar/toko/minimarket/warung/pedagang kaki lima di setiap kab/kota yang terdekat dari sekolah. Data harga ini digunakan dalam analisis LP untuk menghitung harga yang harus dibayar untuk membeli bahan makanan untuk mencapai panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal (PGS-PL). Hal ini dimaksudkan agar dapat dihasilkan PGS-PL dengan mempertimbangkan daya beli masyarakat.
- **Analisis LP-Optifood:** Kapasitas mitra akademik ditingkatkan untuk menyusun rekomendasi PGS-PL melalui kegiatan pelatihan terpisah yang wajib diikuti oleh tim peneliti. Kegiatan pelatihan akan dilakukan pada minggu ke-2 Juni 2025 selama 2 minggu secara daring. Setelah itu dilakukan workshop 1 hari secara luring untuk mengolah data agar siap diolah dengan perangkat Optifood serta analisa menggunakan Optifood atau disebut LP input. LP input siap untuk diolah dalam WHO Optifood hingga diakhiri dengan presentasi dan diskusi untuk memilih draft alternatif PGS-PL yang akan diujicobakan pada tahap *Trial for Improved Practices* (TIPs) sebelum difinalisasi sebagai PGS-PL yang akan disampaikan pada kelompok target pada tahap intervensi.
- **Penyusunan dan Pencetakan Materi KIE:** KIE terkait implementasi PGS-PL di masing-masing provinsi akan dibuat dalam bentuk:
 1. Poster dan video sebagai bahan edukasi bagi pelatih.
 2. Buku panduan edukasi gizi dan monitoring bagi pelatih.
 3. Booklet dan form monitoring bagi subyek.

Workshop 1 hari secara luring sebanyak 3 kali dilakukan untuk menyusun, mengerjakan, mereview, dan merevisi materi KIE dilakukan oleh mitra akademisi bersama dengan SEAMEO RECFON. Metode workshop terdiri atas pemaparan materi, kerja kelompok, diskusi dan presentasi. Kegiatan ini didahului dengan paparan oleh 1 orang narasumber terkait pendekatan pendidikan gizi bagi pekerja dan contoh materi KIE. Kemudian dilanjutkan dengan pembagian tim peneliti menjadi beberapa kelompok dan penjelasan tugas dalam menyusun materi KIE. Workshop berikutnya diisi dengan presentasi masing-masing kelompok dan diakhiri dengan diskusi dan finalisasi media KIE. Seluruh materi KIE kemudian masuk ke tahap desain dan cetak sejumlah yang diperlukan dalam tahap ke-3.

Tahap III: Uji Coba dan Finalisasi Paket Intervensi oleh Mitra

- **TIPs (Trial for Improved Practices):** TIPs merupakan penerapan awal rekomendasi PGS-PL dan materi KIE untuk menguji penerimaan dan kepatuhan. Sebelum dilakukan uji efektivitas PGS-PL, dilakukan penilaian asupan diet aktual pada 30 guru/tendik dari 3 sekolah dengan jenjang berbeda (10 subyek di masing-masing level pendidikan SD/MI, SMP/MTs, dan SMA/MA) di masing-masing Provinsi Jawa Barat dan DKI Jakarta dengan menggunakan metode 1 kali asupan gizi recall-24 jam (1-day 24HR) dan 1 kali frekuensi konsumsi pangan 1 minggu terakhir (FFQ). Masing-masing mitra dibantu oleh 1 orang pembantu peneliti. Setelah itu, subyek diedukasi dengan pesan-pesan panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal dan diminta untuk mempraktekannya, serta dilatih bagaimana cara menggunakan KIE penunjang intervensi. Setelah 1 minggu, kembali dilakukan penilaian asupan diet dengan 1 kali recall 24 jam, 1 kali FFQ, dan 7-day food tally

khusus pesan dalam PGS-PL. Selain itu dilakukan interview kelompok (FGD) setelah uji coba intervensi selama 1 minggu untuk mengidentifikasi faktor penunjang dan penghambat dalam mempraktekkan panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal dan keberterimaan materi KIE lainnya.

- **Finalisasi PGS-PL dan Materi KIE:** Berdasarkan hasil TIPs, dilakukan workshop 1 hari secara luring sebanyak 1 kali untuk evaluasi dan penyesuaian terhadap rekomendasi asupan spesifik dan materi KIE yang dihasilkan untuk meningkatkan kepatuhan dan penggunaannya. Hasil dari workshop ini digunakan untuk melakukan revisi desain semua materi KIE terkait dan memproduksi versi final (*softfiles*) untuk kemudian digunakan sebagai paket intervensi dalam Program NGTW SEAMEO RECFON.

4. Pertimbangan Etik

Proposal ini akan diajukan ke Komisi Etik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Sebelum melakukan pengambilan data, enumerator menjelaskan tentang latar belakang, prosedur dan komitmen waktu serta resiko dan manfaat dari penelitian ini kepada subyek penelitian. Untuk ikut serta, subyek penelitian menandatangani kesediaan ikut serta secara sukarela.

H. Rencana Anggaran Biaya

Biaya yang dibutuhkan untuk kegiatan ini dibebankan dalam daftar Isian Pelaksanaan Anggaran DIPA tahun anggaran 2025 pada Biro Perencanaan, Sekretariat Jenderal Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah, Republik Indonesia dengan rincian sebagai berikut.

I. Daftar Rujukan

- WHO. (2023). Healthy Diet. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riskesdas 2018.
- FAO, IFAD, UNICEF, WFP and WHO. (2023). The State of Food Security and Nutrition in the World 2023.
- SEAMEO RECFON. (2024). Nutrition Goes to Workplace. <https://www.seameo-recfon.org/>
- Fahmida U. et al. (2009). Development of Food-Based Recommendations for 9–11-Month-Old Indonesian Infants Using Linear Programming. *The Journal of Nutrition*, 139(1), 135–141.