

---

**GERAKAN ANAK SEHAT: SOSIALISASI PERAN MULTIVITAMIN DALAM  
MENJAGA KESEHATAN SISWA SD NEGERI 1 CURUT**

---

Gigih Kenanga Sari<sup>1)</sup>, Novia Julianti<sup>2)</sup>, Rara Erika<sup>3)</sup>, Sindy Mellyana Putri<sup>4)</sup>

---

**ABSTRACT**

Published Online  
Maret 20,2026

This online publication has been  
corrected

**Authors**

- 1) SI Farmasi, UNAN  
Email :  
[gigihkenangasariapt@gmail.com](mailto:gigihkenangasariapt@gmail.com)
  - 2) SI Farmasi UNAN,  
Email:  
[njulianti012@gmail.com](mailto:njulianti012@gmail.com)
  - 3) SI Farmasi UNAN,  
Email:  
[raraerika66@gmail.com](mailto:raraerika66@gmail.com)
  - 4) SI Farmasi UNAN,  
Email:  
[Sindi5282@gmail.com](mailto:Sindi5282@gmail.com)
- doi: -

**Correspondence to:**

Gigih Kenanga Sari  
Universitas An Nuur  
Jl. Gajahmada No 7 Purwodadi  
[gigihkenangasariapt@gmail.com](mailto:gigihkenangasariapt@gmail.com)  
085727100488

**Background:** Multivitamins are pharmaceutical preparations consisting of vitamins, either in single or combined forms, that serve to meet the nutritional needs of the body. Vitamins are essential for the human body as they play a role in metabolism, immunity, and other physiological functions. However, the human body cannot produce sufficient amounts of vitamins, making dietary intake or supplementation necessary. **Objective:** To enhance students' understanding of the importance of consuming multivitamins to maintain their health and prevent diseases. **Method:** This activity involved a socialization program conducted at SDN 1 Curut on Tuesday, December 3, with the participation of 13 students. The program included presentations and discussions focusing on the importance of consuming multivitamins. **Results:** The socialization activity at SDN 1 Curut, involving 13 fourth-grade students, ran smoothly and received positive feedback. Students' understanding of the importance of consuming multivitamins improved significantly after attending the session and participating in the posttest. The activity also received good appreciation from the participants. **Conclusion:** The socialization regarding the importance of consuming multivitamins successfully enhanced the understanding of the fourth-grade students at SDN 1 Curut. The majority of the students demonstrated high enthusiasm and better comprehension of the benefits of multivitamins in maintaining body health.

**Keywords:** Multivitamins, Health, Education, Students, Socialization

---

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009, kesehatan didefinisikan sebagai keadaan sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial yang memungkinkan setiap individu hidup produktif secara sosial dan ekonomi (Departemen Kesehatan RI, 2009). Definisi ini sejalan dengan konsep World Health Organization (WHO) yang menyatakan bahwa kesehatan tidak hanya sekadar ketiadaan penyakit, tetapi mencakup kondisi kesejahteraan menyeluruh (WHO, 1948).

Anak usia sekolah dasar termasuk kelompok yang rentan terhadap gangguan kesehatan, terutama akibat kurangnya pemahaman tentang pola hidup sehat dan pemenuhan kebutuhan gizi seimbang. Edukasi kesehatan pada anak sekolah menjadi salah satu strategi promotif dan preventif untuk membentuk perilaku hidup sehat sejak dini (Abdullah *et al.*, 2024).

Vitamin merupakan mikronutrien esensial yang berperan penting dalam pertumbuhan, fungsi sistem kekebalan, dan metabolisme tubuh. Multivitamin adalah sediaan yang mengandung berbagai vitamin dengan atau tanpa mineral untuk membantu memenuhi kebutuhan mikronutrien harian (Endriyatno *et al.*,

2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa suplementasi multivitamin bersama mineral seperti zinc dapat meningkatkan pertumbuhan anak, khususnya peningkatan tinggi badan pada sekolah dasar setelah suplementasi selama beberapa bulan dibandingkan kelompok kontrol.

Selain itu, studi populasi besar menggunakan data NHANES menunjukkan adanya hubungan konsumsi multivitamin dengan karakteristik kesehatan anak, mencerminkan bahwa pola penggunaan multivitamin pada anak cukup umum dan sering dikaitkan dengan upaya mempertahankan kesehatan tubuh meskipun efek spesifiknya terhadap kondisi tertentu masih kompleks dan membutuhkan penelitian lanjutan.

Konsumsi multivitamin dapat membantu menjaga daya tahan tubuh, terutama pada anak usia sekolah yang memiliki aktivitas tinggi. Edukasi mengenai manfaat multivitamin untuk sistem imun telah banyak dilakukan sebagai bagian dari program penyuluhan kesehatan masyarakat (Endriyatno *et al.*, 2022). Namun demikian, penggunaan multivitamin tetap harus memperhatikan dosis yang dianjurkan, karena konsumsi berlebihan dalam jangka panjang berpotensi menimbulkan efek samping,

termasuk gangguan fungsi organ dan efek toksik akibat akumulasi vitamin tertentu (Pratiwi *et al.*, 2020). Studi juga mencatat bahwa penggunaan suplemen vitamin pada anak tanpa kebutuhan nutrisi khusus dapat menyebabkan kelebihan beberapa mikronutrien tertentu, sehingga penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami indikasi dan batas aman penggunaannya .

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan edukatif yang bertujuan meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar mengenai pentingnya multivitamin sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi kesehatan pada siswa SD Negeri 1 Curut.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi kesehatan di SD Negeri 1 Curut. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas IV sekolah dasar.

Metode yang digunakan meliputi:

1. Penyampaian materi (presentasi) mengenai pengertian vitamin, jenis-jenis vitamin, manfaat multivitamin, serta pentingnya konsumsi sesuai anjuran.
2. Diskusi interaktif, untuk menggali pemahaman awal siswa dan

mendorong partisipasi aktif selama kegiatan.

3. Posttest sederhana, untuk mengevaluasi pemahaman siswa setelah penyampaian materi.

Tahap persiapan kegiatan meliputi penentuan lokasi, pengurusan perizinan, penyusunan materi yang sesuai dengan usia anak, pencetakan media edukasi (poster), penyusunan instrumen posttest, serta penyediaan hadiah sederhana untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi diikuti oleh 13 siswa kelas IV SD Negeri 1 Curut dan berlangsung dengan lancar. Selama penyampaian materi, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi, ditandai dengan keaktifan bertanya dan menjawab pertanyaan selama sesi diskusi.



Hasil evaluasi melalui posttest menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya multivitamin dalam menjaga kesehatan tubuh. Sebagian besar siswa mampu

menyebutkan fungsi vitamin, contoh sumber vitamin, serta memahami bahwa konsumsi multivitamin harus sesuai anjuran dan tidak berlebihan.



Temuan ini menunjukkan bahwa metode sosialisasi dengan pendekatan presentasi interaktif dan diskusi efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan pada anak usia sekolah dasar. Edukasi semacam ini penting sebagai langkah preventif untuk menanamkan perilaku hidup sehat sejak dini.



### SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi “Gerakan Anak Sehat” di SD Negeri 1 Curut berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari siswa. Kegiatan ini terbukti meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai peran multivitamin dalam menjaga kesehatan tubuh. Edukasi kesehatan sejak usia sekolah dasar dapat menjadi strategi preventif dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada pihak SD Negeri 1 Curut, khususnya guru dan siswa kelas IV, atas kerja sama dan partisipasinya sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

---

**DAFTAR PUSTAKA**

Abdullah, D., Vani, A. T., Dewi, N. P., & Mulyadi, M. F. (2024). Sosialisasi makanan bergizi dan dampaknya terhadap stunting pada anak. *Nusantara Hasana Journal*, 4(7), 29–35.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2009). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Endriyatno, N. C., Ningrum, D. A., Hafidzah, E., Ramadani, N. R., Cahyaningtiyas, N., & Widiawati, R. (2022). Penyuluhan manfaat multivitamin untuk imunitas tubuh di masa pancaroba. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 1(2).

Pratiwi, K. N., Yuwindry, I., & Manto, O. A. D. (2020). Studi farmakovigilans efek samping multivitamin di masyarakat Palangka Raya. *Journal Pharmaceutical Care and Sciences*, 1(1), 28–35.

WHO. (1948). Constitution of the World Health Organization. Geneva: World Health Organization.

Zhang, L., Xu, Y., Li, X., et al. (2024). Multivitamin consumption and childhood asthma: a cross-sectional study of the NHANES database.

*BMC Pediatrics*, 24, 84.  
doi:10.1186/s12887-024-04540-5