
EDUKASI MAKAN SEHAT BERBANTUAN MEDIA DIGITAL KEPADA ANAK DAN ORANG TUA DI TK KASIH BUNDA, DESA NARIMBANG, BANTEN

Juliana Tirza¹, Wiputra Cendana², Hernawati Siahaan³

¹Universitas Pelita Harapan

²Universitas Pelita Harapan

³Universitas Pelita Harapan

wiputra.cendana@uph.edu

Abstrak

Taman Kanak-kanak (TK) Kasih Bunda berlokasi di kecamatan Rangkasbitung, Lebak, Banten, dengan adanya jalan tol Rangkasbitung, membuat akses ke lokasi TK hanya memakan waktu kurang lebih 30 menit dari kampus UPH. TK ini berkomitmen untuk meningkatkan gizi anak usia dini karena melihat latar belakang ekonomi dan Pendidikan orang tua yang belum cukup mumpuni menyediakan menu bergizi yang dapat menunjang tumbuh kembang anak dan juga proses belajarnya. Program membaca dengan media digital pada term sebelumnya diresponi dengan baik. Terlihat antusiasme anak-anak saat kunjungan dan diajak untuk membaca menggunakan teknologi digital. Pimpinan mitra juga merasa sangat bersyukur karena memperoleh kesempatan untuk diedukasi mengenai pemanfaatan teknologi digital dalam pembelajaran. Program pemanfaatan media digital ini akan terus dikembangkan, dan rencananya akan digunakan untuk mengatasi satu permasalahan lagi di lokasi mitra, yaitu kurangnya edukasi tentang makan sehat untuk mencegah gizi buruk anak. Menurut data surveilans gizi Indonesia Pada tahun 2017, terdapat 18,1% kasus gizi buruk di Indonesia, dan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia atau Riskesdas, angka gizi buruk dan gizi buruk sebesar 17,7% pada tahun 2018. Di tingkat nasional, balita gizi buruk masih menjadi masalah publik. kesehatan di Indonesia dan prevalensinya hampir tinggi, sedangkan tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) untuk 2019 adalah 17 persen (Casando, Hapis, and Wuni 2022). Keterbatasan pengetahuan dan pemahaman anak mengenai menu makan sehat dan penunjang gizi baik mereka menjadi salah satu masalah yang penting untuk disikapi, termasuk yang terjadi di lokasi mitra. Solusi yang ditawarkan melalui kegiatan PkM ini adalah edukasi makan sehat kepada anak-anak dan orang tua di lokasi mitra dengan berbantuan teknologi digital, seperti video interaktif, media baca digital dan video conferencing untuk membantu proses monitoring.

Kata Kunci : Edukasi makan sehat, teknologi Pendidikan, Pengabdian masyarakat

PENDAHULUAN

Data dari kementerian Kesehatan mengenai kasus stunting di Provinsi Banten berdasarkan kelompok usia, tahun 2021 masih menunjukkan angka yang memprihatinkan, yaitu 31.29 dari batas ambang normal 50

(Liza Munira 2023). Faktor kemiskinan sering dianggap sebagai akar dari masalah gizi buruk yang berujung kepada stunting (Silvera Oktavia, Laksmi Widajanti 2019). Padahal kurangnya wawasan menu sehat, termasuk dari sumber-sumber makanan yang sederhana juga menjadi akar permasalahan gizi buruk di Indonesia (Anisa et al. 2017). Dengan demikian, akar permasalahan dari gizi buruk anak di Indonesia, bukan hanya terkait faktor ekonomi, karena Indonesia memiliki akses yang mudah untuk memperoleh hasil pertanian atau perkebunan yang sehat, namun wawasan dalam kombinasi menu, jenis-jenis bahan makanan dan manfaatnya masih kurang.

Taman Kanak – kanak (TK) Kasih Bunda berlokasi di kecamatan Rangkasbitung, Lebak, Banten, sekitar 80 KM dari Kampus UPH Karawaci yang dapat ditempuh selama selama kurang lebih 30 menit perjalanan menggunakan mobil. Taman Kanak – kanak ini berkomitmen untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman akan pentingnya makan sehat untuk menunjang perbaikan gizi anak-anak. Di lokasi mitra, anak-anak masih kurang paham pentingnya makan sehat. Hal tersebut didukung pula oleh hasil *survey* yang dilakukan peneliti, bahwa anak-anak di lokasi mitra masih sering membawa bekal dengan menu yang tinggi zat pengawet, minim nilai gizi dan tinggi penyedap kimiawi.

Keterbatasan ekonomi menjadi alasan dari para orang tua untuk memberikan anak menu makanan yang apa adanya, yang penting mengenyangkan, tanpa melihat komposisi makanan. Orang tua yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan, memilih memberikan uang jajan dan membiarkan anak membeli makanan dan minuman yang tinggi pemanis buatan. Makanan yang masuk ke tubuh anak tentu tidak mendukung perkembangan anak dan kemampuan anak menyerap pembelajaran di sekolah. Hasil wawancara dengan guru di lokasi, beberapa gejala yang sering muncul akibat kurangnya nutrisi anak didik mereka ialah pusing, *hyperactive*, diare, lemas dan sulit fokus. Setelah dicari tahu,, salah satu penyebabnya ialah menu makanan mereka yang tidak mengandung gizi seimbang.



Foto di lokasi saat *survey*, pola konsumsi anak-anak di Lokasi yang tidak sehat

Walaupun masih terdapat beberapa keterbatasan yang dimiliki oleh TK Kasih Bunda Rangkasbitung ini, melalui wawancara dengan pengelola TK, mereka bersedia untuk diberi pelatihan dengan berbantuan media digital tentang menu makan sehat. Orang tua juga bersedia untuk menerima edukasi. Sikap terbuka dan kebutuhan mereka ini mendorong tim PKM untuk merancang sebuah program Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) untuk menjawab kebutuhan mitra dalam hal “**Edukasi Makan Sehat Berbantuan Teknologi Digital Kepada Anak Dan Orang Tua Di Tk Kasih Bunda, Desa Narimbang, Banten**”, sekaligus mengambil peran

untuk membangun generasi Indonesia yang kuat dan punya kepekaan tentang dunia digital.

Program ini sejalan dengan yang diharapkan oleh orangtua dari anak-anak yang bersekolah di TK Kasih Bunda ini, yaitu adanya edukasi bagi anak-anak mereka agar anak semakin paham pentingnya makan sehat. Orang tua juga menjadi terbantu dengan pendampingan, untuk mengarahkan mereka menyiapkan menu makan sehat yang ekonomis dengan nutrisi yang tetap terjaga.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini tidak hanya akan memiliki pengaruh positif bagi siswa, guru, dan komunitas di sekitar Taman Kanak – kanak (TK) Kasih Bunda, tetapi juga kepada dosen – dosen yang terlibat dalam kegiatan ini. Kegiatan ini dapat menunjang dosen untuk memenuhi kewajiban Tri Dharma dosen. Selain itu, kegiatan ini juga memiliki peran penting bagi mahasiswa – mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini. Melalui kegiatan ini, mahasiswa mengalami proses pembelajaran holistik dimana mahasiswa akan mengembangkan seluruh aspek dari diri mereka, yaitu aspek intelektual, emosional, fisik, sosial, estetika, dan spiritual (Enslein and Wiles 2020; Miller 2017; Prapulla et al. 2022; Santos Rego et al. 2021). Sehingga penting untuk melibatkan mahasiswa dalam kelompok-kelompok pelaksana program pengabdian yang dilakukan oleh dosen.

METODE

Solusi permasalahan yang ditawarkan untuk mengatasi masalah di lokasi pengabdian antara lain

1. Melakukan edukasi pentingnya makan sehat melalui media video interaktif dan alat peraga kepada anak-anak di lokasi mitra
2. Memberi pelatihan gemar makan sehat kepada anak-anak melalui kegiatan *story telling* dengan media digital oleh mahasiswa

Video interaktif dipilih sebagai solusi karena terbukti reliable dalam meningkatkan pemahaman anak dalam pembelajaran (Goagoses et al. 2022; Parker 2020; Sezer and Abay 2019; Wang, Wen, and Quek 2023). Beberapa penelitian menunjukkan keberhasilan video interaktif dalam pembelajaran untuk anak. Metode bercerita atau *story telling* juga dipilih karena efektif menarik perhatian anak usia dini sehingga berminat dalam belajar (Chatterjee et al. 2019; Fedeli 2019; Ferrés, Masanet, and Mateus 2018; Poce et al. 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *story telling* dengan web atau digital based memiliki efektifitas yang berbeda jika dibanding dengan Teknik bercerita yang digunakan tanpa bantuan aplikasi digital. Kedua pendekatan ini dipilih menjadi solusi untuk mengedukasi anak-anak di lokasi mitra mengenai pentingnya makan sehat bagi anak-anak dalam masa pertumbuhan.

Proses pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap, yang pertama ialah melakukan observasi dan analisis kebutuhan di lokasi.

Metode pelaksanaan yang diterapkan dalam PKM ini diawali dengan melakukan wawancara bersama mitra dan menjawab survei sebagai bagian dari tahapan identifikasi masalah. Proses ini kemudian dilanjutkan dengan melakukan *Focus Group Discussion* dengan mitra untuk mencari tahu kebutuhan mitra.



Melakukan observasi ke Lokasi



Kondisi ruang belajar yang dipakai bergantian (kelas pagi dan siang)

Pada proses persiapan sampai implementasi rencananya akan dikerjakan bersama dengan mitra, yaitu mitra akan berkontribusi langsung dalam teknis pembelian dan penggunaan alat peraga edukasi makan sehat di lokasi. Mitra juga akan membantu secara langsung dalam proses publikasi kepada masyarakat sekitar mengenai keberadaan PAUD Kasih Bunda dengan program edukasi makan sehat berbantuan media digital kepada anak-anak dan juga orang tua.

Adapun kunjungan edukasi kepada anak akan dilakukan sebanyak 2 kali secara luring, dengan rencana *rundown* acara sebagai berikut:

Waktu	Kegiatan	PIC
7.00-7.30	Persiapan keberangkatan tim dari UPH	Anggota 3
7.30-8.00	Perjalanan ke lokasi	ketua
8.00-8.15	Persiapan	ketua
8.15-8.30	Ice breaking	Anggota 4 dan 5
08.30-9.00	Edukasi makan sehat dengan media digital kepada anak-anak	ketua
9.00-9.15	Games	Anggota 4 dan 5
9.15-9.30	Story telling tentang makan sehat	Anggota 2
9.30-10.30	Kegiatan dengan alat	Ketua dan pimpinan

	peraga	mitra
10.30-10.45	Evaluasi	Anggota 2 dan 3
10.45-10.55	Foto bersama	Anggota 4 dan 5
10.55-11.00	Persiapan kembali ke UPH	



Setelah tahapan implementasi akan dilanjutkan dengan penyusunan laporan juga penulisan jurnal publikasi sebagai luaran kegiatan PkM ini. Tulisan akan dipublikasikan ke jurnal yang bereputasi sehingga kredibel dan dapat diakses oleh komunitas akademisi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan PKM dilakukan dalam beberapa kali kunjungan. Kunjungan pertama ditujukan untuk melakukan observasi dan analisis kebutuhan. Dari kunjungan tersebut, maka diperoleh data kebutuhan komunitas di lokasi mengenai edukasi makan sehat bagi anak-anak. Setelah melakukan analisis situasi, maka proses dilanjutkan dengan membentuk program edukasi makan sehat bagi anak-anak di lokasi mitra. Keunikan dari program yang dikembangkan terletak pada proses edukasi yang melibatkan buku digital dan metode story telling.

Buku digital yang digunakan berasal dari platform nasional yaitu Bukuaku. Platform ini berisi lebih dari 1000 buku dan banyak buku anak yang dapat digunakan untuk memotivasi anak-anak untuk gemar makan sehat. Metode penyampaiannya juga menggunakan story telling. Kelompok yang berkunjung diminta untuk menggunakan metode story telling dengan bahan cerita yang diambil dari platform BukuAku tersebut sehingga menjadi lebih menarik bagi anak-anak.

Kunjungan terdiri dari dua bagian besar, yaitu kunjungan pada semester I dan kunjungan pada semester II. Pada semester pertama, dilakukan 4 kali kunjungan dengan membawa tema memperkenalkan ragam menu sehat untuk anak melalui pembacaan buku interaktif digital anak. Berikut adalah beberapa foto kegiatan



Anak-anak di lokasi mitra mampu menyerap materi dengan baik terlihat dari kemampuan mereka menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan dan partisipasi anak-anak saat pelaksanaan *games*. Hasil jawaban anak-anak memperlihatkan angka yang baik dan menandakan pengetahuan mereka pada materi yang diajarkan seputar bahan-bahan makanan yang baik untuk dikonsumsi anak.

Kunjungan pada semester II dilakukan dalam 4 kali kunjungan. Namun berbeda pada semester yang I, kunjungan kedua dilakukan secara hybrid. Kegiatan secara hybrid artinya dilaksanakan Sebagian secara luring dan Sebagian secara daring. Pengiriman bahan-bahan, alat peraga dan hadiah dilakukan terlebih dahulu dan dibantu oleh pihak mitra untuk pengumpulan setiap alat dan bahan, lalu proses edukasi dijalankan secara daring. Proses evaluasi dilakukan dengan membuat pre-test dan post-test untuk melihat pemahaman anak terhadap



materi yang secara daring dibagikan kepada mereka.

Berikut adalah feedback dari PIC di lokasi mitra untuk program yang dijalankan.

Penilaian (dari oleh PIC Lokasi Proyek)

No.	Pelaksanaan Mahasiswa	Penilaian				
1	Kegiatan edukasi makan sehat yang dilakukan mengolah sayuran di komunitas	1	2	3	4	5
2	Koordinasi dengan pihak komunitas berjalan dengan baik	1	2	3	4	5
3	Yerjadi peningkatan kualitas pengetahuan menu makan sehat anak pada pihak yang dilayani	1	2	3	4	5
4	Tim menerapkan keahlian/pengetahuan akademik yang sesuai	1	2	3	4	5
5	Tutur kata dan sikap yang ramah serta beretika	1	2	3	4	5
6	Tim berikap positif dan inisiatif selama proses persiapan dan pelaksanaan kegiatan	1	2	3	4	5

“” Program berjalan baik sesuai rundown, penyampaian materi baik, perak dan lagu sangat mudah di ingat oleh anak-anak, aktivitasnya juga sangat menarik dan sesuai dengan usia anak-anak.

Semoga tim dari UPH semakin tergerak berbagi ilmu dan melaksanakannya dengan kegungghuan dan penuh kasih.

Tanda tangan

(Sdr/i Mira Sitansang, S.Ti)

Berikut adalah beberapa dokumentasi dari kegiatan yang dilakukan.



Kegiatan ini menunjukkan hasil yang positif, terlihat dari hasil pre-test dan post test peserta.

Nilai rata-rata	98,64	99,32
-----------------	-------	-------

KESIMPULAN

Permasalahan yang dihadapi mitra terkait kurangnya edukasi makan sehat untuk anak-anak di lokasi mitra telah teratasi dengan dua solusi, yaitu melakukan edukasi pentingnya makan sehat melalui media video interaktif dan alat peraga kepada anak-anak di lokasi mitra dan maslaah kekurangan alat peraga pembelajaran telah teratasi dengan program edukasi dan pengadaan peralatan peraga pembelajaran untuk anak. Edukasi makan sehat juga menerapkan metode pelatihan dengan Teknik bercerita melalui aplikasi digital dengan ragam buku yang menarik dan interaktif bagi anak-anak. Respons dari pihak mitra menunjukkan hal yang positif, begitu juga pihak orang tua dari anak di lokasi mitra turut menyambut dan memberi respons positif. Dapat disimpulkan kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan tujuan kegiatan telah tercapai.

REFERENSI

- Anisa, Agnia Fila et al. 2017. “Permasalahan Gizi Masyarakat Dan Upaya Perbaikannya.” *Gizi Masyarakat* 40: 1–22.
- Casando, Noval Ichsan, Abul Ainin Hapis, and Cici Wuni. 2022. “Hubungan Pendidikan Ibu, Pengetahuan, Sikap Dan Pola Asuh Terhadap Status Gizi Anak.” *Jip* 2(8): 2429–32.
- Chatterjee, Papiya et al. 2019. “Digital Story-Telling: A Methodology of Web Based Learning of Teaching of Folklore Studies.” *International Conference on Advanced Communication Technology, ICACT 2019-Febru*: 573–78. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85065669851.
- Enslein, Terri W., and Brenda Wiles. 2020. “Impact and Reasoning: Applying Community Service Learning in a Non-Traditional Field.” *Journal of Experiential Education* 43(2): 136–55. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85078955509.
- Fedeli, Laura. 2019. “Promoting a Purpose-Fostering Approach in Educators’ Training through a Group-Based Digital Narrative Design.” *Ricerche di Pedagogia e Didattica* 14(3): 73–93. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85077357100.
- Ferrés, Joan, Maria Jose Masanet, and Julio César Mateus. 2018. “Three Paradoxes in the Approach to Educational Technology in the Education Studies of the Spanish Universities.” *International Journal of Educational Technology in Higher Education* 15(1). https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85045124802.
- Goagoses, Naska et al. 2022. “Facilitation Techniques and Tools for Online Project-Based Learning With Primary School Students.” *end-educationconference.org*: 82–86. http://end-educationconference.org/wp-content/uploads/2022/06/02_OP_297.pdf.
- Liza Munira, Syarifah. 2023. “Disampaikan Pada Sosialisasi Kebijakan Intervensi Stunting Jakarta, 3 Februari 2023 Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.” : 77–77. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>.
- Miller, Laura B. 2017. “Review of Journaling as a Teaching and Learning Strategy.” *Teaching and Learning in*

Nursing 12(1): 39–42. <https://api.elsevier.com/content/article/eid/1-s2.0-S1557308716300683>.

- Parker, Jerry. 2020. “Students’ Attitudes toward Project-Based Learning in an Intermediate Spanish Course.” *International Journal of Curriculum and Instruction* 12(1): 80–97. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1249547>.
- Poce, Antonella et al. 2022. “Supporting the Development of Critical Thinking Skills Through Work-Based Learning Activities: A Pilot Experience in the Educational Science Context.” *Lecture Notes in Networks and Systems* 349 LNNS: 257–69. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85119888812.
- Prapulla, S. B., Swarna M. Patra, K. N. Subramanya, and B. V. Uma. 2022. “Techniques for Strengthening 21st Century Learners’ Critical Thinking Skills.” *Journal of Engineering Education Transformations* 36(special issue 2): 512–18.
- Santos Rego, Miguel A., Ígor Mella Núñez, Concepción Naval, and Victoria Vázquez Verdera. 2021. “The Evaluation of Social and Professional Life Competences of University Students Through Service-Learning.” *Frontiers in Education* 6. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85104982802.
- Sezer, Baris, and Ece Abay. 2019. “Looking at the Impact of the Flipped Classroom Model in Medical Education.” *Scandinavian Journal of Educational Research* 63(6): 853–68. https://api.elsevier.com/content/abstract/scopus_id/85045425010.
- Silvera Oktavia, Laksmi Widajanti, Ronny Aruben. 2019. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Buruk Pada Balita.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Wang, Qiyun, Yun Wen, and Choon Lang Quek. 2023. “Engaging Learners in Synchronous Online Learning.” *Education and Information Technologies* 28(4): 4429–52. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11393-x>.