

Pemanfaatan Animasi Digital sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Dini di TK Islam Qolbus Salim

Lusi Anindia Rahmawati^{1*}, Amalina Ratih Puspa¹, Elma Alfiah¹, Zakia Umami¹, Siti Muslimah Sulaeman¹, Diamarella Rizkiyah¹

¹Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al-Azhar Indonesia,
Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110
Email Penulis Korespondensi: lusi.rahmawati@uai.ac.id

Abstract

Preschool is a vital period in the development of a person's behavior. Children's eating habits and preferences will be formed at this age. Eating habits in children can also be influenced by their nutritional knowledge. TK Islam Qolbus Salim is one of schools that provides formal education for children aged 3-6 years. TK Islam Qolbus Salim has a supplementary feeding program (PMT) which is held once a month. Many problems were experienced during this program, one of the problems was picky eater. Eating habits in children, such as picky eater can be influenced by their nutritional knowledge. Therefore, one of the solutions to overcome this problem was nutrition education for children to increase children's nutrition knowledge. Total participants in the nutrition education were 20 children. Nutrition education with digital animation media was able to increase the average score of child nutrition knowledge by 13.2%. Based on Wilcoxon's statistical tests, there were significant differences in nutrition knowledge scores before and after nutrition education ($p < 0.05$). The nutrition education that has been provided is expected not only to increase children's nutrition knowledge, but also to change the eating behavior of children who previously had picky eater habits for the better with the support of various factors.

Keywords: *Nutrition education, Digital animation, Preschool*

Abstrak

Usia prasekolah merupakan periode vital dalam perkembangan perilaku seseorang. Kebiasaan dan preferensi makan anak akan terbentuk pada usia prasekolah. Kebiasaan makan pada anak juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi yang mereka miliki. TK Islam Qolbus Salim merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan pendidikan formal untuk anak-anak usia 3-6 tahun. TK Islam Qolbus Salim selama ini memiliki program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dilaksanakan sebulan sekali. Banyak permasalahan dialami selama program ini berjalan, salah satunya anak-anak yang cenderung picky eater pada saat PMT. Kebiasaan makan pada anak, salah satunya picky eater ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi yang mereka miliki. Oleh karena itu, salah satu solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah berupa edukasi gizi pada anak dengan media animasi digital untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak. Total peserta yang bergabung dalam kegiatan edukasi gizi berjumlah 20 anak. Edukasi gizi dengan media animasi digital yang dilakukan mampu meningkatkan skor rata-rata pengetahuan gizi anak sebesar 13.2%. Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p < 0.05$). Edukasi gizi yang telah diberikan ini diharapkan tidak hanya sekedar meningkatkan pengetahuan gizi anak, namun juga dapat mengubah perilaku makan anak yang sebelumnya memiliki kebiasaan picky eater menjadi lebih baik dengan adanya dukungan dari berbagai pihak.

Kata Kunci: Animasi Digital, Pendidikan Gizi, Pra-Sekolah

1. PENDAHULUAN

Usia prasekolah merupakan periode vital dalam perkembangan perilaku seseorang. Kelompok usia ini adalah anak-anak yang berada dalam rentang usia 3 – 6 tahun (Arif, Mansur, & Kep, 2019). Kebiasaan dan preferensi makan anak akan terbentuk pada usia prasekolah. Kebiasaan makan pada anak juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi yang mereka miliki.

Anak usia pra sekolah merupakan anak-anak dengan masa pertumbuhan dan perkembangan yang begitu pesat dan signifikan. Permasalahan yang menjadi penghambat pertumbuhan dan perkembangan anak salah satunya adalah *picky eater*. *Picky eater* ditunjukkan dengan perilaku yang sangat pemilih dalam mengonsumsi makanan. Sehingga dampaknya anak-anak yang memiliki kebiasaan ini tidak mendapatkan menu makan yang seimbang dan lebih memilih makanan yang memiliki cita rasa manis saja. Berbagai faktor menjadi pemicu dari permasalahan ini, antara lain anak yang tidak dibekali pengetahuan gizi yang baik, proses asuhan orang tua, serta pengaruh lingkungan. Lingkungan anak usia pra sekolah juga menjadi hal yang berpengaruh dalam tumbuh kembang anak, bukan hanya di rumah, sekolah juga menjadi salah satu lingkungan dari anak-anak tersebut.

TK Islam Qolbus Salim merupakan salah satu bagian dari Yayasan Pendidikan Islam Qolbus Salim yang menyelenggarakan pendidikan formal di tingkat taman kanak-kanak untuk anak-anak usia 3-6 tahun. TK Islam Qolbus Salim selama ini memiliki program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dilaksanakan sebulan sekali. Banyak permasalahan dialami selama program ini berjalan, diantaranya anak-anak yang cenderung *picky eater* pada saat PMT. Kebiasaan anak yang *picky eater* ini mengakibatkan anak-anak cenderung memilih – memilih dalam mengonsumsi makanan. Kebiasaan makan pada anak dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi yang mereka miliki. Beberapa studi menunjukkan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap kebiasaan makan anak. Studi yang dilakukan oleh Aktas *et al.* (2006) menunjukkan edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi dan memperbaiki perilaku gizi pada subjek.

Hasil studi lain juga menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur pada anak meskipun hasil yang diperoleh tidak signifikan (Bestari & Pramono, 2014).

Berdasarkan permasalahan dan kondisi mitra sebagaimana dipaparkan di atas, maka solusi yang diberikan akan berfokus pada peningkatan pengetahuan terkait pedoman gizi seimbang pada anak. Peningkatan pengetahuan terkait pedoman gizi seimbang pada anak akan dilakukan melalui kegiatan edukasi gizi. Penggunaan media yang menarik merupakan salah satu kunci keberhasilan edukasi gizi. Oleh karena itu, pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, edukasi gizi dilakukan dengan media animasi digital dengan harapan dapat memberikan hasil yang lebih optimal.

2. METODE

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pemanfaatan Animasi Digital sebagai Media Edukasi Gizi Seimbang sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Anak Usia Dini di TK Islam Qolbus Salim” dilaksanakan pada bulan November 2022. Adapun kegiatan yang dilaksanakan adalah berupa edukasi gizi untuk siswa dengan media animasi digital. Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi di TK Islam Qolbus Salim. Adapun jumlah peserta dalam kegiatan ini sebanyak 20 anak.

Alat dan Bahan:

Alat yang dipergunakan dalam kegiatan ini antara lain LCD proyektor, layar, speaker, dan peralatan penunjang lain.

Adapun bahan yang digunakan dalam edukasi gizi adalah berupa animasi digital “Bekal Sehat Mas Uta” yang telah dikembangkan dari penelitian sebelumnya. Berikut gambaran animasi digital yang digunakan:



Gambar 1. Animasi digital “Bekal Sehat Mas Uta”

Langkah Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, tahap pelaksanaan, serta pemantauan dan evaluasi. Adapun rincian dari masing-masing tahap adalah sebagai berikut:

1) Tahap persiapan

Tahap ini dimulai dengan proses sosialisasi terkait rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di TK Islam Qolbus Salim.

2) Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dalam bentuk edukasi gizi pada anak dengan media animasi digital yang dilaksanakan secara tatap muka di TK Islam Qolbus Salim.

Kegiatan dilaksanakan selama satu hari dan berlangsung selama 90 menit. Berikut foto kegiatan yang telah dilaksanakan:



Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan edukasi gizi di TK Islam Qolbus Salim

3) Tahap pemantauan dan evaluasi

Pada tahap ini dilakukan penilaian terhadap peningkatan pengetahuan gizi anak dengan media pretest dan post test. Selain itu juga dilakukan pemantauan daya terima anak terhadap menu PMT yang diberikan pada bulan Desember.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

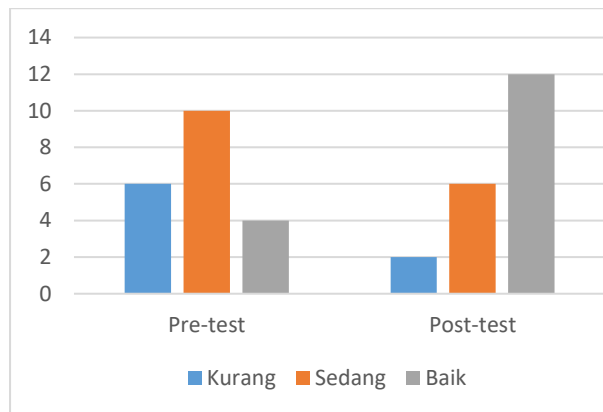
Edukasi gizi pada anak dilakukan secara langsung di TK Islam Qolbus Salim. Materi

edukasi disampaikan dengan media animasi digital. Adapun animasi digital yang diberikan berisi pesan kunci, antara lain : 1) mencuci tangan sebelum makan; 2) adab makan dalam islam; 3) isi piringku; 4) ajakan untuk mengonsumsi sayuran; 5) ajakan untuk mengonsumsi buah; 6) ajakan untuk membiasakan minum air putih. Materi terkait gizi seimbang secara khusus selama ini belum diberikan di TK Islam Qolbus Salim, sehingga menjadi penting untuk memberikan materi tersebut agar siswa siswi memiliki bekal dasar terkait gizi sehingga paham manfaat dari masing-masing kelompok makanan.

Total peserta yang bergabung dalam kegiatan edukasi gizi berjumlah 20 anak. Sebagian besar peserta berjenis kelamin laki-laki (70%), dan 30% sisanya berjenis kelamin perempuan. Keseluruhan peserta berusia 5 – 6 tahun.

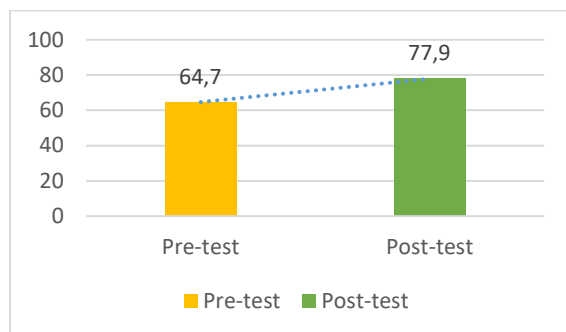
Edukasi gizi yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi anak. Menurut (Demirozu, Pehlivan, & Camliguney, 2012), pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor penting yang akan mempengaruhi perilaku gizi seseorang. Praktik yang dilandasi dengan adanya pengetahuan yang dimiliki sebelumnya akan dapat bertahan lama. Oleh karena itu, upaya meningkatkan pengetahuan gizi seseorang penting untuk dilakukan baik dari sekolah, media cetak, maupun media elektronik (Khomsan, Anwar, & Mudjajanto, 2009).¹ Hal ini didukung oleh studi yang dilakukan oleh Adawiyah (Adawiyah, Kurniati, & Romadona, 2017) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi dan memperbaiki perilaku gizi pada subjek.

Sebelum dan setelah dilakukan edukasi gizi pada anak, dilakukan pengisian *pre test* dan *post test* untuk mengukur pengetahuan gizi yang dimiliki anak sebelum dan sesudah dilakukan edukasi gizi. Tingkat pengetahuan gizi dikategorikan menjadi tiga, yaitu 1) kurang, jika total nilai kurang dari 60% dari total jawaban yang benar, 2) sedang, jika total nilai yang diperoleh antara 60%-80% dari total jawaban yang benar, dan 3) baik, jika total nilai lebih dari 80% dari total jawaban yang benar (Khomsan, 2022). Berikut sebaran anak berdasarkan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi disajikan pada Gambar 2.



Gambar 3. Sebaran anak berdasarkan pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi

Berdasarkan Gambar 3, diketahui terjadi perubahan sebaran anak berdasarkan tingkat pengetahuan gizinya sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) edukasi gizi. Sebaran anak yang memiliki pengetahuan gizi baik meningkat dari yang sebelumnya 4 orang, menjadi 12 orang. Berikut rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test*:



Gambar 4. Hasil *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan data pada Gambar 4, diketahui peningkatan skor rata-rata pengetahuan gizi anak adalah sebesar 13.2%. Rata-rata skor *pre-test* anak sebelum diberikan edukasi gizi adalah sebesar 64.7%, sedangkan rata-rata skor *post-test* sebesar 77.9%. Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon*, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada rata-rata skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p < 0.05$).

Pengetahuan merupakan komponen yang berkaitan erat dengan sikap seseorang terhadap suatu hal. Edukasi gizi yang dilakukan pada usia dini dapat menumbuhkan rasa cinta anak terhadap makanan bergizi, sehingga anak tidak merasa terpaksa untuk mengonsumsi makanan bergizi karena sudah mengerti manfaat makanan bergizi bagi tubuh (Permanasari, Luciasari, & Aditianti, 2013). Edukasi gizi yang telah diberikan ini diharapkan tidak hanya sekedar

meningkatkan pengetahuan gizi anak, namun juga dapat mengubah perilaku makan anak ke arah yang lebih baik dengan adanya dukungan dari berbagai pihak. Berikut disajikan beberapa dokumentasi kegiatan edukasi gizi dengan media animasi digital yang telah dilakukan di TK Islam Qolbus Salim.



Gambar 5. Pemutaran animasi digital



Gambar 6. Pengisian *pre-test* dan *post-test*

4. SIMPULAN DAN SARAN

Total peserta yang bergabung dalam kegiatan edukasi gizi berjumlah 20 anak. Sebagian besar peserta berjenis kelamin laki-laki (70%), dan 30% sisanya berjenis kelamin perempuan. Edukasi gizi dengan media animasi digital yang dilakukan mampu meningkatkan skor rata-rata pengetahuan gizi anak sebesar 13.2%. Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon*, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi ($p < 0.05$). Edukasi gizi yang telah diberikan ini diharapkan tidak hanya sekedar meningkatkan pengetahuan gizi anak, namun juga dapat mengubah perilaku makan anak ke arah yang lebih baik dengan adanya dukungan dari berbagai pihak.

Saran yang dapat diberikan adalah perlu edukasi gizi dan pendampingan ke orangtua untuk bisa mendukung adanya perubahan sikap dan perilaku makan anak. TK Islam Qolbus Salim sebagai mitra dalam kegiatan ini diharapkan dapat memasukkan materi terkait Pedoman Gizi Seimbang dalam kurikulum sebagai salah satu upaya edukasi gizi sedini mungkin untuk anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Al-Azhar Indonesia yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan skema *Competitive Public Service Grant*. Terima kasih juga kami sampaikan kepada TK Islam Qolbus Salim yang telah menjadi mitra dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Adawiyah, E. R., Kurniati, E., & Romadona, N. F. (2017). Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Anak Usia Dini. *Edu Sentris*, 4(1).

- Arif, N., Mansur, A. R., & Kep, M. (2019). *Tumbuh Kembang Anak Usia PraSekolah*. Padang: Andalas University Press.
- Bestari, G. S., & Pramono, A. (2014). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Buku Cerita Bergambar Terhadap Perubahan Konsumsi Buah Dan Sayur Anak Di Paud Cemara, Semarang. *Journal of Nutrition Collage*, 3(4), 918 - 924.
- Demirozu, B. E., Pehlivan, A., & Camliguney, A. F. (2012). Nutrition knowledge and behaviours of children aged 8-12 who. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 4713 - 4717.
- Khomsan, A., Anwar, F., & Mudjajanto, E. S. (2009). Pengetahuan; Sikap dan Praktek Gizi Ibu Peserta Posyandu. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 4(1 1), 33 - 41.
- Permanasari, Y., Luciasari, E., & Aditianti. (2013). Pengembangan Media Edukasi Gizi melalui Buku Mewarnai untuk Peserta Pendidikan Anak Usia Dini (Paud) (Media Development Of Nutrition Education Through Coloring Books For Early Childhood Education (Ecd)). *Nutrition and Food Research*, 36(1), 31 - 43.