



Penggunaan Media Bedah Boneka Makanan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Dalam Penanggulangan Kejadian Stunting Siswa Sekolah Dasar

Desi¹, Nopriantini², Suaebah³, Mauliana Ulfa⁴
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia,
email: Desigizi77@gmail.com

The issue of child nutrition, caused by an imbalance in nutrient intake through food, poses a health challenge (Syarief, 2010). The occurrence of stunting, associated with inadequate food intake over an extended period, is on the rise in developing countries, including Indonesia (Gibson, 2005). The results of the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) indicate a decrease in the national prevalence of stunting, but it remains significant in several regions, including West Kalimantan. Sanitation and environmental hygiene, as indicators of Healthy and Clean Living Behavior (PHBS), are the focus of intervention. This research aims to enhance the nutritional knowledge of elementary school children in Siantan Hulu Public Health Center through nutrition education based on the surgical puppet method. The puppet dissection practical method involves active student participation, while pre-test and post-test evaluations measure the improvement in knowledge and skills. The research findings reveal a significant increase in nutritional knowledge after education with the puppet dissection method. Community service results demonstrate knowledge enhancement through puppet dissection, measured by pre-test and post-test assessments. Energy, protein, fat, and carbohydrate intake increases after education. Nutrition education through puppet dissection is expected to be an effective solution to improve the knowledge and nutritional intake of elementary school children, especially in the Siantan Hulu Public Health Center area.

Key Word: Media, Puppet, Stunting, bKnowledge

Abstrak

Masalah gizi anak, disebabkan oleh ketidakseimbangan pemenuhan zat gizi melalui makanan, menjadi tantangan kesehatan (Syarief, 2010). Kejadian stunting, terkait asupan makan yang tidak memadai dalam jangka waktu lama, meningkat di negara berkembang, termasuk Indonesia (Gibson, 2005). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting di tingkat nasional, namun tetap signifikan di beberapa daerah, termasuk Kalimantan Barat. Faktor sanitasi dan kebersihan lingkungan, indikator PHBS, menjadi fokus penanggulangan. Penelitian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi anak SD di Puskesmas Siantan Hulu melalui pendidikan gizi berbasis bedah boneka makanan. Metode praktikum membedah boneka melibatkan siswa secara aktif, sementara evaluasi pre-test dan post-test mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan gizi setelah edukasi dengan bedah boneka makanan. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan melalui bedah boneka makanan, diukur dengan pre-test dan post-test. Asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat meningkat setelah edukasi. Edukasi gizi melalui bedah boneka makanan diharapkan dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan asupan gizi anak sekolah dasar, khususnya di daerah Puskesmas Siantan Hulu.

Kata Kunci: Media, boneka, stunting, pengetahuan

PENDAHULUAN

Masalah gizi anak, disebabkan oleh ketidakseimbangan pemenuhan zat gizi melalui makanan, menjadi tantangan kesehatan (Syarief, 2010). Kejadian stunting, terkait asupan makan yang tidak memadai dalam jangka waktu lama, meningkat di negara berkembang, termasuk Indonesia (Gibson,

2005). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting di tingkat nasional, namun tetap signifikan di beberapa daerah, termasuk Kalimantan Barat. Faktor sanitasi dan kebersihan lingkungan, indikator PHBS, menjadi fokus penanggulangan.



Penelitian bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi anak SD di Puskesmas Siantan Hulu melalui pendidikan gizi berbasis bedah boneka makanan. Metode praktikum membedah boneka melibatkan siswa secara aktif, sementara evaluasi pre-test dan post-test mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan gizi setelah edukasi dengan bedah boneka makanan. Pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan pengetahuan melalui bedah boneka makanan, diukur dengan pre-test dan post-test. Asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat meningkat setelah edukasi. Edukasi gizi melalui bedah boneka makanan diharapkan dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan asupan gizi anak sekolah dasar, khususnya di daerah Puskesmas Siantan Hulu.

METODE PELAKSANAAN

Bedah boneka sebagai media pendidikan gizi dalam pengabdian masyarakat adalah konsep inovatif yang memanfaatkan boneka berbentuk bahan makanan. Dalam kegiatan ini, siswa terlibat langsung dalam proses pembedahan boneka, mirip dengan proses pembedahan sesungguhnya, untuk mengungkapkan isi boneka bahan makanan dan mengidentifikasi zat gizi yang terkandung serta manfaatnya. Siswa kemudian mempersentasikan zat-zat gizi yang ditemui, menjelaskan manfaatnya khususnya bagi anak sekolah dasar.

Langkah-langkah kegiatan pengabdian masyarakat mencakup metode pelaksanaan kegiatan dan evaluasi kegiatan. Metode pelaksanaan kegiatan melibatkan beberapa tahapan. Pertama, inventarisasi bahan makanan di wilayah sekolah dasar untuk memetakan ketersediaan bahan makanan. Kedua, survei konsumsi pangan kepada anak sekolah dasar untuk mengetahui jenis makanan yang sering dikonsumsi di tingkat rumah tangga. Ketiga, pembuatan bahan pengajaran bedah boneka makanan berdasarkan bahan makanan yang ada. Keempat, pembagian siswa ke dalam kelompok-kelompok kecil untuk melakukan praktikum bedah boneka makanan.

Dalam tahapan praktikum, setiap kelompok siswa membawa sampel bahan makanan dari rumah tangga masing-masing dan melakukan bedah boneka sesuai dengan tema bahan makanan. Pendamping praktikum memberikan penjelasan tentang zat-zat gizi yang ditemui dan manfaatnya selama proses pembedahan. Setiap kelompok memiliki kesempatan yang sama untuk melakukan bedah boneka sesuai

dengan tema bahan makanan.

Selanjutnya, siswa mempersentasikan hasil temuan mereka selama praktikum. Dokumentasi kegiatan dilakukan untuk mengumpulkan data yang terkait dengan pengabdian masyarakat ini. Metode evaluasi kegiatan melibatkan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mempersentasikan selama kegiatan bedah boneka makanan pada pengabdian masyarakat. Pendekatan inovatif ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman gizi anak sekolah dasar melalui pembelajaran yang interaktif dan partisipatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di SDN 09 Pontianak Utara. Lokasi pengabmas berada di jalan Budi Utomo Parit Nanas Dalam yang telah terakreditasi A. Sebaran informasi dan jaringan masih dapat diakses namun terbatas dengan kendala jaringan yang tersedia. Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan masih dalam masa pandemi Covid-19 dimana siswa dalam melaksanakan pembelajaran tatap muka di bagi menjadi 2 sesi. Berikut karakteristik siswa berdasarkan hasil penelitian :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori	Kelas Sesi 1		Kelas sesi 2	
	n	%	n	%
Jenis Kelamin				
Laki-laki	12	66,6	11	61,1
Perempuan	6	33,3	7	38,8
Umur				
10 Tahun	12	66,6	7	38,8
11 Tahun	6	33,3	11	61,1
Total	18	100	18	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan kategori jenis kelamin pada kelas sesi 1 dan kelas sesi 2 memiliki persentase tertinggi yang sama yaitu pada laki-laki sebesar 66,6% pada kelas sesi 1 dan 61,1% pada kelas sesi 2. Sedangkan berdasarkan kategori umur tertinggi pada kelas sesi 1 sebesar 66,6% pada kelompok umur 10 tahun dan kelas sesi 2 sebesar 61,1% pada



kelompok umur 11 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian berikut disajikan dalam tabel 2 distribusi skor pengetahuan gizi sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi gizi. Data ini mencerminkan perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah mendapatkan pembelajaran gizi melalui kegiatan edukasi.

Tabel 2. Distribusi Skor Pengetahuan Gizi Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

	Pengetahuan		Peningkatan
	Sebelum	Sesudah	
Mean	6,22	10,89	4,67
Minimal	3	9	6
Maksimal	10	13	3
Std.Deviasi	1,768	1,410	0,358
p-value	0,000		

Berdasarkan Tabel 2, rata-rata skor jawaban benar sebelum edukasi adalah 6,22, meningkat menjadi 10,89 setelah edukasi. Uji paired sample T-Test menghasilkan p-value <0,001, menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan gizi responden setelah edukasi melalui bedah boneka makanan. Perubahan fisik anak sekolah dasar berpengaruh pada status gizi, dan kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang menjadi faktor utama. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 6,22 menjadi 10,89 setelah edukasi gizi, mencerminkan peningkatan pemahaman siswa.

Berikut adalah distribusi asupan gizi sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui media bedah boneka makanan, yang disajikan dalam Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Asupan Gizi Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

		Asupan		Peningkatan
		Sebelum	Sesudah	
		m	h	tan
Energi	Mean	1056,6	1206,7	150,1
	Minimal	837,5	865,4	27,9
	Maksimal	1356,9	1532,5	175,6
	Std.Deviasi	143,417	195,056	51,63846
	asi	54	00	
		p-value <0,001		
Protein	Mean	43,4	51,2	7,8
	Minimal	25,2	33,3	8,1
	Maksimal	62,6	66,3	3,7
	Std.Deviasi	10,1361	10,9564	0,8203
	asi			

		Asupan		Peningkatan
		Sebelum	Sesudah	
		m	h	tan
Lemak	p-value	<0,001		
	Mean	42,6	49,9	7,3
	Minimal	27,8	29,2	1,4
	Maksimal	53	63,8	10,8
	Std.Deviasi	7,8356	8,6306	0,795
		p-value <0,001		
Karbohidrat	Mean	133,5	158,6	25,1
	Minimal	113,4	126,5	13,1
	Maksimal	167,9	189,5	21,6
	Std.Deviasi	16,0762	16,1596	0,0834
	asi			
		p-value <0,001		

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa asupan energi responden sebelum diberikan edukasi adalah 1056,6 setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 1206,7 dengan nilai p-value sebesar 0,000. Asupan protein pada responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi juga meningkat yaitu 43,4 menjadi 51,2 dengan p-value sebesar 0,000. Asupan lemak pada responden juga mengalami peningkatan sebelum diberikan edukasi 42,6 setelah diberikan edukasi menjadi 49,9 dengan p-value sebesar 0,000 dan untuk asupan karbohidrat sebelum diberikan edukasi 133,5 setelah diberikan edukasi menjadi 158,6 dengan p-value sebesar 0,000.

b. Pembahasan

Hasil uji *paired sample T-Test* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000. Rata-rata pengetahuan gizi pada responden mengalami peningkatan sesudah diberikan edukasi gizi. Sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan gizi yang signifikan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media bedah boneka makanan.

Pada anak sekolah dasar terjadi perubahan fisik yang cepat. Perubahan fisik pada anak usia sekolah dasar sangat mempengaruhi status gizi ¹. Masalah status gizi pada anak sekolah dasar akan berdampak serius jika tidak ditanggulangi hal ini dikarenakan akan berlanjut hingga usia dewasa dan dapat memberikan dampak buruk bagi



kesehatan ². Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi anak sekolah adalah kurangnya pengetahuan mengenai gizi seimbang ³, sehingga perlu diberikan edukasi gizi pada anak sekolah dasar. Pengetahuan yang baik akan mendukung perilaku konsumsi yang baik sesuai dengan pedoman gizi seimbang ⁴.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabmas menunjukkan rata-rata pengetahuan mengalami peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Skor pengetahuan yaitu sebelum diberikan edukasi gizi yaitu 6,22 menjadi sesudah diberikan edukasi gizi menjadi 10,89.

Usia sekolah dasar merupakan usia yang tepat untuk mengedukasi tentang pola asupan sesuai dengan pedoman gizi seimbang ⁵. Asupan gizi anak sekolah dasar perlu mendapatkan perhatian khusus hal ini dikarenakan pada masa ini anak mengalami tumbuh kembang yang pesat. Asupan yang dibutuhkan oleh anak sekolah dasar bukan sekedar energi namun juga harus dapat memenuhi dan menunjang tumbuh kembangnya ⁶. Masalah gizi yang rentan terjadi pada anak usia sekolah jika asupan gizi tidak sesuai dengan kebutuhan yaitu gizi kurang ataupun gizi lebih ⁷, sehingga dibutuhkan pemberian edukasi pada anak sekolah terkait pemenuhan asupan gizi sesuai dengan kebutuhan.

Berdasarkan hasil pengabmas rata-rata asupan gizi dengan hasil uji *Paired T-Test* didapatkan rata-rata asupan energi yaitu sebelum 1056,6 menjadi 1206,7, untuk rata-rata asupan protein yaitu dari 43,4 menjadi 51,2. Rata-rata asupan lemak sebelum diberikan edukasi 42,6 setelah diberikan edukasi menjadi 49,9 dan rata-rata asupan karbohidrat sebelum 133,5 menjadi 158,6.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa responden pengabmas terdiri dari anak-anak sekolah dasar kelas V di SDN 09 Pontianak Utara. Selain itu, terdapat perbedaan signifikan dalam nilai rata-rata pengetahuan tentang gizi serta asupan gizi sebelum dan sesudah intervensi melalui media bedah boneka makanan. Intervensi tersebut memberikan dampak positif yang dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran anak-anak terhadap pentingnya gizi.

DAFTAR RUJUKAN

- Almatsier Sunita. (2013), *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta : Hal.153-257.
- Arisman. (2009), *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta : Hal.65-66.
- Murti T. Perkembangan Fisik Motorik dan Perseptual Serta Implikasinya pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Wahana Sekol Dasar*. 2018;26(1):21-28. doi:10.17977/um035v26i12018p021
- Wicaksana DA, Nurriszka RH. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SDN Bedahan 02 Cibinong Kabupaten Bogor Tahun 2018. *J Ilm Kesehat Masy*. 2019;11(1):35-48.
- Nuryanto N, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *J Gizi Indones*. 2014;3(1):32-36. doi:10.14710/jgi.3.1.121-125
- Damayanti R, Lutfiya I, Nilamsari N. Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Anak Usia Sekolah Dasar. *J Community Serv Engag*. 2019;01(1):28-33.
- Ayuniyah Q, Indriani Y, Rangga KK. Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Olahan Siswa Sekolah Dasar di Bandar Lampung. *J Ilmu-Ilmu Agribisnis*. 2015;3(4):409-418.
- Ayuningtiar, Sudja A, Aminah M, Rahmat M, Faiqotunnisa F, Haidhar MH. Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Asupan Pada Siswa Kurus Sekolah Dasar. *J Ris Kesehat*. 2019;11(2):102-111.
- Palupi KC, Sa'pang M, Swasmilaksmita PD. Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *J Abdimas*. 2018;5(1):49-53.
- Wirakusumah Emma S. (2002), *Buah Dan Sayur Untuk Terapi*. Penebar Swadaya, Jakarta : hal.24
- Wirakusumah Emma S, (2006), *Jus Buah Dan Sayur*, Penebar Swadaya, Jakarta : hal 46