Kacanegara Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat
ISSN: 2615-6717 (Print)
ISSN: 2657-2338 (On Line)
Terakreditasi Sinta 4 dari Kemenristekdikti No: 105/E/KPT/2022
DOI: 10.28989/kacanegara.v6i4.1624

Edukasi pengolahan makanan sehat seimbang kepada pengelola penyelenggaraan makanan sekolah di taman kanak-kanak

Ika Ratna Palupi[1*], Hafizha Dini Sadida[2]
[1,2]Departemen Gizi Kesehatan, FK-KMK, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

Article Info

Article history:

Received April 20, 2023
Accepted August 12, 2023
Published November 1, 2023

Kata Kunci:

Pengolahan
Makanan sekolah
Menu seimbang
Anak prasekolah

ABSTRAK

Pemberian makanan yang sehat dan bergizi sangat penting untuk anak usia prasekolah. Guru dan pengelola sekolah harus memiliki pengetahuan yang baik tentang penyediaan makanan di sekolah *full-day*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang pengolahan menu sehat seimbang kepada guru serta penanggung jawab dan staf dapur di Taman Kanak-Kanak Masjid Kampus UGM. Edukasi dalam bentuk penyuluhan disertai dengan diskusi dan penyajian contoh menu makanan berupa lauk hewani dan nabati, sayur, serta makanan selingan. Pengetahuan peserta dievaluasi menggunakan kuesioner setelah kegiatan penyuluhan. Sebanyak 12 (87,5%) peserta memiliki pengetahuan baik setelah menerima informasi dan contoh menu dalam kegiatan edukasi pengolahan makanan sehat seimbang. Pelatihan bagi guru dan pengelola makanan sekolah mengenai penyediaan makanan sehat dan gizi seimbang perlu dilakukan secara berkelanjutan pada waktu yang dapat diikuti oleh seluruh peserta dengan penekanan poin-poin penting saat narasumber menjelaskan materi dan evaluasi peningkatan pengetahuan peserta.

Check for updates

Corresponding Author:

Ika Ratna Palupi,
Departemen Gizi Kesehatan FK-KMK,
Universitas Gadjah Mada Yogyakarta,
Jl. Farmako Sekip Utara Yogyakarta 55281
Email: * ikaratna@ugm.ac.id

1. PENDAHULUAN

Anak prasekolah memiliki rentang usia antara 3-6 tahun dengan karakteristik anak bergerak aktif bermain bersama kawan-kawannya, tertarik belajar hal yang baru dan selalu mempraktikkan hal-hal yang baru diperoleh [1]. Anak usia prasekolah atau taman kanak-kanak (TK) mempunyai ciri khas sedang berada dalam proses tumbuh-kembang dan aktivitas anak pada usia ini juga tergolong tinggi sehingga tingginya aktivitas tubuh seiring dengan pertumbuhan tubuh memerlukan pangan dan zat gizi yang tinggi [2]. Pemberian makanan sehat dan bergizi sangat penting diterapkan kepada anak usia prasekolah [3]. Makanan prasekolah dapat memengaruhi pembentukan kebiasaan makan dan kesehatan anak-anak [4].

Sekolah merupakan tempat yang menyediakan kesempatan terbaik untuk mempromosikan gizi yang tepat dan progam penyelenggaraan makanan di sekolah diharapkan dapat meningkatkan promosi kesehatan [5]. Penyelenggaraan makanan sekolah biasanya dilaksanakan di sekolah dengan program sepanjang hari (*full-day school*). Anak yang mengikuti program *full-day* akan berada di lingkungan sekolah lebih lama [6]. Program sekolah *full-day* berlangsung dari pukul 08.00 hingga 15.00, sehingga mencakup periode makan siang pada pukul 11.00 hingga 12.00 [7]. Anak-anak dapat menerapkan konsumsi makanan yang sehat dan kebiasaan makan yang baik di dalam keluarga melalui pemberian makanan di sekolah dan pendidikan gizi yang diberikan [5].

Penyediaan makanan diawali dari perencanaan menu [8]. Menu harus mempertimbangkan kecukupan gizi konsumen dengan menganut pola gizi seimbang [9]. Menu seimbang yaitu susunan hidangan dengan

komposisi yang beragam serta mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh berdasarkan usia, jenis kelamin, dan aktivitas [10, 11]. Individu yang bertugas menyusun menu perlu memiliki pengetahuan tentang teknik pengolahan dan katalog hidangan yang dipertimbangkan dalam perencanaan menu. Cara pengolahan makanan yang baik dan benar dapat menjaga mutu dan keamanan hasil olahan makanan [9].

Guru dan pengelola sekolah seperti kepala sekolah, wakil kepala sekolah, kurikulum dan kesiswaan harus memiliki pengetahuan tentang pemberian makanan di sekolah *full-day* [5]. Permasalahan yang ada pada Program Makan Bersama Pendidikan Anak Usia Dini (PMB PAUD) yaitu guru PAUD serta ibu atau wali orang tua siswa yang memasak dan membagikan makanan ke semua siswa belum memiliki pengetahuan kebutuhan dan kecukupan gizi untuk anak usia dini [12]. Selain itu, makanan yang dimasak sering tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang serta tidak bervariasi (tinggi karbohidrat serta rendah sayur dan buah) [12]. Program pembiasaan makan makanan sehat dan seimbang atau pemberian makanan tambahan secara berkala di TK Alam Pelopor Rancaekek yang dilakukan setiap Senin hingga Kamis pada waktu makan siang bertujuan agar anak terbiasa makan dan minum makanan yang bergizi seimbang yang terdiri dari nasi, lauk pauk dan buah [3].

TK Masjid Kampus UGM merupakan sekolah yang menyelenggarakan kegiatan pembelajaran dengan sistem *full-day*. Rentang waktu bermain dan belajar berlangsung pada pukul 08.00 s.d. 15.30 WIB dan sekolah menyediakan fasilitas makan siang serta *snack* (makanan ringan/selingan yang disajikan di antara 2 waktu makan) bagi siswanya. Makan siang dikonsumsi oleh siswa pada pukul 11.00 sedangkan *snack* diberikan dua kali sehari yaitu pada pukul 09.30 pagi dan pada saat siswa akan pulang sekolah. Penyediaan makanan sekolah di TK Masjid Kampus UGM disebut dengan istilah Taman Gizi yang dikelola oleh seorang guru sebagai koordinator, dua orang tenaga pengolah sekaligus penyaji makanan dan kepala sekolah sebagai penanggungjawab kegiatan. Sebelum melakukan penyediaan makanan sekolah secara mandiri, TK Masjid Kampus UGM memesan makanan untuk siswa dari salah satu wali murid. Adanya keinginan untuk meningkatkan kualitas makanan yang disediakan dari segi kandungan gizi menyebabkan para guru kemudian berinisiatif untuk mengadakan penyelenggaraan makanan di sekolah secara mandiri dengan anggaran yang ditentukan dalam rapat kerja guru.

Para guru dapat memberikan usulan menu makanan yang dihidangkan di sekolah. Setiap bulan juga dilakukan evaluasi terhadap menu yang disajikan untuk dapat diperbaiki. Penentuan menu dilakukan dalam waktu seminggu sekali tetapi tidak terdapat daftar menu (siklus menu) yang tetap. Makanan pokok yang biasa disediakan adalah nasi putih. Lauk-pauk yang disediakan misalnya sate ayam, telur puyuh, ikan tuna, tempe dan tahu goreng serta tahu bacem. Sayur yang sering disajikan adalah sayur berkuah berupa sop yang merupakan menu favorit siswa sehingga diharapkan siswa dapat mengonsumsi banyak sayuran. Buah diberikan ketika makan siang dalam bentuk buah potong (pisang, jeruk, melon, semangka, jambu) atau jus. Terkadang disediakan kerupuk dalam menu makan siang.

Menu makan siang yang disediakan sekolah cukup baik dari segi kuantitas karena telah dapat memenuhi >85% kebutuhan gizi (energi, protein, lemak dan karbohidrat) siswa selama 8 jam berada di sekolah. Namun, dari segi kualitas, cara pengolahan menu sayur masih kurang bervariasi. Selain itu, makanan selingan di sekolah masih banyak menggunakan pangan kemasan hasil olahan pabrik dengan alasan kepraktisan penyiapan makanan. Jenis makanan tersebut umumnya diproduksi oleh industri pengolahan pangan dengan menggunakan teknologi yang tinggi dan menambahkan bermacam-macam zat aditif (bahan tambahan pangan) untuk mengawetkan dan memberikan cita rasa bagi produk makanan [13]. Zat aditif tidak diperbolehkan penggunaannya apabila terdapat alternatif lain yang lebih alami dan ekonomis. Makanan sekolah tanpa zat aditif sesungguhnya dapat dibuat sendiri oleh tenaga pengolah di TK Masjid Kampus UGM dari bahan makanan segar dengan cara pengolahan yang tidak rumit.

Analisis kebutuhan yang dilakukan tim pengabdian masyarakat melalui observasi dan wawancara informal kepada pengelola TK Masjid Kampus UGM menunjukkan bahwa sekolah yang terletak di lingkungan kampus ini belum termasuk dalam unit kerja yang diberikan pembinaan atau pelatihan keamanan pangan maupun makanan sehat oleh pihak yang berwenang dari kampus dan tenaga kesehatan. Kepala sekolah pun meminta tim pengabdian masyarakat untuk memberikan materi penyuluhan dengan topik pengolahan dan penyajian makanan sehat seimbang. Makanan sehat seimbang yang dimaksud dalam kegiatan ini yaitu makanan higienis dan aman dikonsumsi bagi siswa dan warga sekolah lainnya serta diberikan dalam jumlah yang cukup dan berimbang antar kelompok pangan (makanan pokok, lauk-pauk, sayur, buah) untuk dapat memenuhi kebutuhan tubuh sesuai dengan usia, jenis kelamin dan aktivitas anak usia prasekolah. Perencanaan menu program makan bersama pada sebuah kegiatan pengabdian masyarakat di PAUD merujuk pada kebutuhan zat gizi anak usia dini, memiliki unsur variasi dan seimbang, menghindari makanan yang memiliki duri atau tulang, dan dilengkapi sayur serta buah [12].

 ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)

Berbagai hal yang telah dipaparkan melatarbelakangi tim pengabdian masyarakat untuk melaksanakan kegiatan edukasi kepada pengelola penyelenggaraan makanan sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada guru, penanggungjawab dan tenaga pengolahan makanan di Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM tentang cara pengolahan makanan yang baik dengan menu sehat atau bergizi seimbang. Pengetahuan yang didapatkan sasaran diharapkan dapat mendukung penyediaan makanan yang berkualitas untuk siswa prasekolah di Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM.

2. METODE

Hasil analisis kebutuhan yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat digunakan untuk menentukan metode dan materi sesuai dengan kebutuhan sasaran. Tim pengabdian masyarakat menggunakan analisis SWOT untuk melakukan identifikasi masalah dan menjadi dasar penetapan program untuk pemecahan masalah. Faktor internal yaitu *strength* (kekuatan) dan *weakness* (kelemahan) serta faktor eksternal yaitu *opportunity* (peluang) dan *threat* (ancaman) terkait penyelenggaraan Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM telah dikaji oleh tim pengabdian masyarakat sebagai berikut:

a. Kekuatan *(Strengths)*

   Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM mempunyai beberapa keunggulan yang dapat membantu penyediaan makanan sekolah yang baik dengan menu sehat atau bergizi seimbang, yaitu:
   1) Sumber daya (tenaga, anggaran dan sarana pengolahan makanan) di sekolah memadai untuk menyediakan makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah dan tambahan secara mandiri
   2) Bahan makanan segar dibeli/dibelanjakan setiap pagi hari sebelum proses memasak dilakukan
   3) Guru kelas mengontrol asupan makanan sekolah setiap siswa dan memberi dukungan murid yang sulit makan dengan cara menunggui murid hingga makannya habis atau bahkan disuapi
   4) Sekolah melaksanakan evaluasi secara berkala terhadap menu yang disajikan untuk dapat diperbaiki
   5) Adanya komitmen sekolah (kepala sekolah, guru-guru dan pelaksana penyediaan makanan sekolah) untuk meningkatkan kualitas makanan yang disediakan
   6) Fasilitas untuk melaksanakan kegiatan edukasi tersedia di sekolah

b. Kekurangan *(Weaknesses)*

   Selain keunggulan, Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM juga mempunyai beberapa kekurangan yang perlu ditingkatkan atau diperbaiki, antara lain:
   1) Belum adanya daftar menu (siklus menu) makanan sekolah yang tetap
   2) Variasi cara pengolahan hidangan sayur belum beragam
   3) Makanan selingan yang disajikan di sekolah masih banyak menggunakan pangan kemasan hasil olahan pabrik yang mengandung zat aditif
   4) Kegiatan pertemuan yang melibatkan guru dan tenaga pengolahan makanan sekolah hanya dapat dijadwalkan di luar jam sekolah

c. Peluang *(Opportunity)*

   Peluang-peluang berikut apabila dimanfaatkan secara optimal akan dapat membantu suksesnya penyelenggaraan Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM dan kegiatan edukasi kepada pengelola penyediaan makanan sekolah, yaitu:
   1) TK Masjid Kampus UGM belum pernah menerima pembinaan atau pelatihan keamanan pangan maupun makanan sehat oleh pihak yang berwenang dari kampus dan tenaga kesehatan
   2) TK Masjid Kampus UGM terletak di lingkungan kampus yang mudah diakses dan terjangkau untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat secara berkelanjutan
   3) Adanya peluang untuk mengembangkan Taman Gizi yang menyediakan makanan yang sehat dan berkualitas menjadi unit usaha dengan sasaran konsumen selain warga sekolah

d. Ancaman *(Threats)*

   Di samping peluang-peluang untuk terselenggaranya penyelenggaraan makanan sekolah yang baik dengan menu sehat atau bergizi seimbang dan edukasi kepada pengelolanya, ada beberapa ancaman yang harus diantisipasi karena dapat menghambat terselenggaranya program tersebut, antara lain:
   1) Makanan jajanan kemasan/ olahan pabrik tersedia dengan harga yang murah dan bervariasi
   2) Kualitas bahan makanan segar yang dibeli kurang baik
   3) Meningkatnya biaya produksi karena harga bahan baku yang mahal dan kenaikan biaya tenaga serta bahan bakar
   4) Pola makan siswa di luar sekolah tidak sesuai dengan prinsip makanan sehat dan gizi seimbang

Berdasarkan hasil analisis SWOT, metode pelaksanaan yang dipilih untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah edukasi dalam bentuk penyuluhan dan penyajian contoh menu makanan. Narasumber penyuluhan adalah seorang ahli gizi dari RSUP dr. Sardjito Yogyakarta yang juga merupakan perancang menu

makanan di rumah sakit dan produsen katering diet. Materi yang disampaikan narasumber juga disusun berdasarkan hasil analisis SWOT, meliputi prosedur penyelenggaraan makanan mulai dari persiapan, pengolahan hingga penyajian makanan dan faktor-faktor yang memengaruhinya, prinsip penyusunan menu dan katalog hidangan, serta penjelasan resep makanan dan penyajian contoh menu kepada peserta. Menu yang disajikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini disiapkan dari rumah oleh narasumber sejumlah 25 porsi berupa lauk hewani dan nabati, sayur dan makanan selingan. Kemudian, makanan jadi dibawa ke lokasi penyuluhan yaitu di ruang kelas TK Masjid Kampus UGM. Setelah pemaparan materi dan sesi tanya jawab dengan narasumber, contoh menu disajikan kepada peserta menggunakan alat piring kertas, sendok *disposable*, *cup* puding, penjepit makanan dan tisu makan. Menu yang disajikan ini diharapkan dapat menjadi contoh berbagai hidangan yang dimasukkan ke dalam katalog hidangan untuk penyusunan siklus menu makanan sekolah di TK Masjid Kampus UGM.

Evaluasi terhadap kegiatan pengabdian meliputi evaluasi proses dan evaluasi luaran pengetahuan setiap peserta setelah mengikuti penyuluhan yang diukur menggunakan kuesioner pada akhir kegiatan. Pelaksanaan pelatihan dilakukan dalam kelas kecil sehingga mudah dalam melakukan kontrol dari hasil pembelajaran pelatihan [14].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sasaran edukasi yaitu seluruh guru dan karyawan penyelenggaraan makanan di sekolah berjumlah 23 orang. Sebanyak 16 orang (69,5%) di antaranya hadir saat kegiatan dilaksanakan. Peserta yang hadir sudah termasuk sasaran utama penyuluhan yaitu kepala sekolah, seorang koordinator taman gizi, 2 orang tenaga pengolah sekaligus penyaji makanan dan para guru. Monitoring dan evaluasi sebuah kegiatan pengabdian masyarakat yang berupa edukasi dan demo masak makanan tambahan untuk balita dilihat melalui beberapa indikator keberhasilan, salah satunya jumlah peserta ibu balita yang hadir, yaitu 80% ibu balita menghadiri rangkaian kegiatan [15]. Peserta kegiatan edukasi di TK Masjid Kampus UGM kurang dari 80% jumlah sasaran. Peserta yang tidak hadir sebagian besar memiliki alasan kegiatan hari libur akhir pekan seperti menghadiri undangan pesta dan acara keluarga. Guru laki-laki juga tidak ada yang hadir dalam kegiatan ini (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Peserta Penyuluhan

Karakteristik	Frekuensi (N=16)	Persentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	16	100%
Usia	mean ± standar deviasi: 37,4 ± 6,1	
20 – 25 tahun	1	6,3%
26 – 30 tahun	2	12,5%
31 – 35 tahun	1	6,3%
36 – 40 tahun	7	43,8%
41 – 45 tahun	4	25%
46 – 50 tahun	1	6,3%
Tingkat Pendidikan		
Sekolah Dasar	2	12,5%
Sekolah Menengah Atas	1	6,3%
Universitas	13	81,3%
Lama bekerja		
< 1 tahun	2	12,5%
1 - 2 tahun	2	12,5%
3 - 7 tahun	0	0
8 - 15 tahun	12	75%

Penyampaian materi penyuluhan dan sesi tanya jawab berlangsung dalam durasi sekitar 2 jam. Narasumber menjelaskan bahwa pengolahan sayur dengan cara memblansir bahan yang masih mentah sebelum dimasak dapat mempertahankan tekstur dan kerenyahan sayur. Dijelaskan pula bahwa cara pengolahan makanan bergizi dapat dibuat bervariasi atau dikreasikan seperti contoh yang narasumber sajikan dalam kegiatan ini yaitu sayur digoreng yang mirip dengan masakan tempura dan cita rasanya disukai anak.

Contoh menu sehat seimbang untuk dicicipi peserta terdiri dari Lauk Kombinasi Hewani dan Nabati, Sayur Goreng dan Puding Buah Popena. Hidangan lauk hewani dan nabati menggunakan bahan baku tahu putih, ayam cincang dan telur ayam yang diolah seperti perkedel dengan nilai gizi per porsi yaitu energi 151,4

 ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)

kilokalori (kkal), protein 6 gram, lemak 10,7 gram dan karbohidrat 8,2 gram. Sayur goreng dibuat dari brokoli, bunga kol, wortel dan buncis yang diblansir dan dibalur dengan kocokan telur dan bumbu-bumbu serta tepung terigu kemudian digoreng. Nilai gizi hidangan sayur ini per porsi yaitu energi 135,7 kkal, protein 5 gram, lemak 2,7 gram dan karbohidrat 23,3 gram. Puding dibuat dari buah pepaya dan nangka yang dicampur dengan agar-agar, gula pasir dan air serta memiliki kandungan gizi 64 kkal, protein 0,2 gram dan karbohidrat 16,7 gram per porsi. Hidangan puding disajikan sebagai contoh makanan selingan yang dibuat dari bahan makanan segar yaitu buah dengan cara pengolahan yang tidak sulit dilakukan sehingga penyedia makanan sekolah tidak harus bertumpu pada makanan selingan yang berupa pangan kemasan olahan pabrik untuk penyediaan *snack*. Seluruh hidangan dan resepnya dibagikan oleh narasumber dan diterima dengan baik oleh peserta.

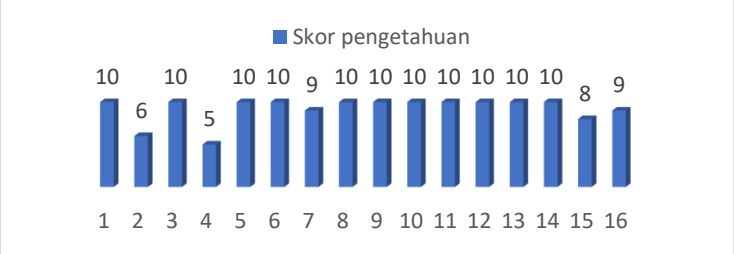
Antusiasme peserta pengabdian kepada masyarakat (PkM) yang tinggi terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan oleh peserta yang menjadi diskusi bersama, sedangkan keingintahuan peserta mengenai kegiatan PkM juga terlihat dari keseriusan peserta dalam mengikuti dan memperhatikan setiap materi yang disampaikan [16]. Beberapa pertanyaan disampaikan peserta di TK Masjid Kampus UGM dalam sesi tanya jawab setelah pemaparan materi oleh narasumber, misalnya:

1. Apakah boleh menggunakan pacar kuku yang bukan merupakan kuteks saat mengolah makanan?
2. Bagaimana cara yang tepat untuk menyimpan sayur di lemari es, apakah perlu dicuci dulu?

Antusiasme dan keaktifan para ibu balita dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat edukasi dan demo masak makanan tambahan untuk balita dibuktikan dengan para ibu balita bertanya terkait makanan tambahan yang dipraktikkan oleh tim pengabdian masyarakat [15]. Koordinator Taman Gizi menyampaikan permohonan kepada narasumber agar diberikan masukan terhadap susunan menu di sekolah. Narasumber memberikan nomor kontak yang dapat dihubungi jika tim Taman Gizi memerlukan diskusi lebih lanjut setelah pelaksanaan acara ini. Pelaksanaan kegiatan edukasi ditampilkan pada Gambar 1.

Gambar 1. Pemaparan materi narasumber, contoh menu sehat seimbang dan peserta mencicipi menu

Hasil isian kuesioner peserta di akhir kegiatan menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 9,2±1,6 serta nilai minimal 5 dan nilai maksimal 10. Terdapat 1 orang peserta yang memperoleh nilai 5 dan 1 orang mendapatkan nilai 6 (Gambar 2).



Gambar 2. Nilai pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi

Adanya 2 orang yang memiliki nilai kurang dari 70% skor maksimal jawaban benar kuesioner (skor <7) mengindikasikan 2 dari 16 peserta (12,5%) belum memiliki pengetahuan yang baik setelah mengikuti kegiatan ini. Satu orang yang memperoleh skor <7 memiliki latar belakang pendidikan terakhir sekolah dasar yang dapat memengaruhi kemampuannya dalam memahami pertanyaan dalam kuesioner evaluasi, walaupun analisis

statistik uji korelasi Spearman antara tingkat pendidikan dan pengetahuan peserta dalam kegiatan ini tidak menunjukkan nilai yang signifikan (p=0,098; p>0,05). Hal tersebut dapat disebabkan sampel yang kecil atau kurang representatif.

Sementara itu, satu orang peserta lain yang mendapat skor rendah kemungkinan disebabkan kurangnya konsentrasi saat mengikuti kegiatan penyuluhan. Beberapa peserta yang keluar-masuk ruangan selama penyuluhan berlangsung dapat berpengaruh terhadap fokus peserta lain untuk menyimak dan memahami materi yang sedang disampaikan. Dengan demikian, belum 100% peserta memiliki pengetahuan baik setelah mengikuti edukasi yang dapat dipengaruhi oleh suasana di ruangan penyuluhan yang kurang kondusif dan perhatian peserta yang menurun. Hasil evaluasi ini menunjukkan perlunya narasumber atau panitia acara mengondisikan peserta dalam keadaan siap untuk menerima materi dan mengulangi atau memberi penekanan ketika menjelaskan beberapa materi pokok, misalnya terkait pentingnya menggunakan alat bantu saat memegang makanan meskipun sebelumnya telah mencuci tangan.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini berbeda dengan kegiatan sebelumnya yang sejenis. Pemberian edukasi kepada orang tua siswa TK Islam Baiturrahim Jambi tentang gizi seimbang didasari hasil survei awal tim pengabdian masyarakat kepada guru yang menunjukkan sebagian orangtua wali masih belum tahu bagaimana penyajian menu seimbang pada anaknya. Setelah edukasi, 100% ibu yang hadir dapat memahami tentang gizi seimbang pada anak dan ibu juga dapat menerapkan maupun menyajikan menu seimbang setiap hari [17]. Proses pembuatan makanan dengan prinsip gizi seimbang dan bervariasi atau beragam menjadi hal yang baru bagi peserta edukasi gizi dan pembuatan menu program makan bersama bagi ibu siswa di PAUD Penyejuk Mata Srengseng Sawah, Jagakarsa karena selama ini para ibu hanya mengetahui pola 4 sehat 5 sempurna [12].

Meskipun demikian, pengelola Taman Gizi di TK Masjid Kampus UGM menyatakan menerima informasi yang bermanfaat setelah mengikuti pemaparan materi dan mencoba langsung contoh menu makanan yang diberikan oleh narasumber dalam kegiatan ini. Hal ini selaras dengan hasil kegiatan edukasi gizi dan pembuatan menu program makan bersama pada ibu siswa PAUD yang menunjukkan bahwa setelah dievaluasi, semua peserta menyebutkan kegiatan tersebut sangat bermanfaat dan meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada orang tua siswa [12]. Hasil kegiatan juga sejalan dengan program pengabdian masyarakat berupa edukasi perencanaan menu dan ketepatan pemorsian berdasarkan prinsip gizi seimbang di sebuah panti wreda di Cengkareng yang secara langsung dapat meningkatkan pengetahuan pengelola panti dan penjamah makanan serta menu makanan lansia menjadi bervariasi [18].

Tim pengabdian masyarakat yang melakukan edukasi tentang penyakit hipertensi di sebuah wilayah di provinsi DIY menggarisbawahi dampak jangka pendek dari pengabdian yaitu adanya penambahan informasi mengenai penyakit hipertensi pada masyarakat yang menerima edukasi [19]. Pengetahuan guru dan pengelola sekolah tentang pemberian makanan pada siswa *full-day school* sepenuhnya diperlukan untuk dapat menjelaskan kepada siswa tentang gizi yang seimbang bagi anak sekolah [5]. Pengetahuan tersebut selanjutnya diharapkan dapat membentuk sikap yang baik dan pada akhirnya berpengaruh terhadap tindakan atau perilaku gizi sehingga sekolah dapat menyediakan makanan di sekolah dengan baik [5]. Pelaksanaan program pemberian makanan sehat di TK Alam Pelopor Rancaekek yang telah dilaksanakan dengan cukup baik dalam hal jenis makanan setiap harinya dengan penentuan jadwal jenis makanan yang harus diberikan kepada anak membuat asupan gizi anak di sekolah dapat diberikan secara optimal [3]. Hal serupa diharapkan juga dapat diterapkan dalam penyediaan makanan sekolah di TK Masjid Kampus UGM.

4. KESIMPULAN

Sejumlah 16 orang peserta (69,5% dari seluruh sasaran) hadir dalam kegiatan edukasi pengolahan makanan sehat seimbang, termasuk semua pengelola Taman Gizi (penyelenggaraan makanan sekolah) di TK Masjid Kampus UGM. Sebanyak 12 (87,5%) peserta penyuluhan di di TK Masjid Kampus UGM memiliki pengetahuan baik setelah mengikuti kegiatan edukasi pengolahan makanan sehat seimbang. Pengelola Taman Gizi TK Masjid Kampus UGM menyatakan menerima informasi yang bermanfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat dan mendapat kesempatan untuk berkonsultasi lebih lanjut tentang menu makanan sekolah kepada narasumber di luar kegiatan pengabdian masyarakat.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, disarankan agar kegiatan edukasi atau pelatihan bagi guru dan pegawai sekolah mengenai penyediaan makanan sekolah dilakukan secara berkelanjutan pada waktu yang dapat diikuti oleh seluruh sasaran dan mengevaluasi pengetahuan peserta melalui peningkatan nilai *pre* dan *post-test*. Narasumber dapat memberikan penekanan poin-poin penting dan melakukan *ice breaking* atau jeda sebentar saat menjelaskan materi untuk memberikan kesempatan bagi peserta yang memiliki keperluan di luar ruang penyuluhan dan mengembalikan perhatian/fokus peserta yang menurun.

Di sisi lain, konsumsi makanan siswa prasekolah dapat dipengaruhi oleh pola makan di luar sekolah termasuk dari makanan keluarga. Oleh karena itu, informasi mengenai makanan sehat dan gizi seimbang tidak hanya perlu disampaikan kepada pengelola makanan sekolah tetapi juga kepada orang tua atau wali murid.

Pihak sekolah dapat berkoordinasi terkait hal ini dengan unit *Health Promoting University* (HPU) kampus yang kegiatan utamanya adalah mendorong penerapan perilaku hidup sehat termasuk dalam hal promosi pola makan sehat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Departemen Gizi Kesehatan FK-KMK UGM atas pendanaan hibah pengabdian masyarakat untuk kegiatan ini, Kepala Sekolah TK Masjid Kampus UGM yang menyediakan izin dan tempat pelaksanaan kegiatan beserta segenap guru dan staf Taman Gizi yang yang telah mengikuti rangkaian kegiatan yang diadakan oleh tim pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

[1] S. Patmonodewo, "*Pendidikan Anak Prasekolah*," Rineka Cipta Jakarta. 2008.

[2] A. Proverawati, E. P. Prawirohartono, and T. Kuntjoro, "Jenis kelamin anak, pendidikan ibu, dan motivasi dari guru serta hubungannya dengan preferensi makanan sekolah pada anak prasekolah di TK Universitas Muhammadiyah Purwokerto," *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, vol. 5, no. 2, p. 78, Nov. 2008, doi: 10.22146/ijcn.17553.

[3] G. S. Sadiah, N. F. Romadhona, and A. D. Gustiana, "Penerapan Layanan Kesehatan dan Gizi dalam Penyelenggaraan PAUD Holistik Integratif di TK Alam Pelopor Rancaekek," *Edukids*, vol. 17, no. 1, p. 50, Apr. 2020, doi: 10.17509/edukid.v17i1.24260.

[4] L. Korkalo, K. Nissinen, E. Skaffari, H. Vepsäläinen, R. Lehto, R. Kaukonen, L. Koivusilta, N. Sajaniemi, E. Roos, and M. Erkkola, "The contribution of preschool meals to the diet of Finnish preschoolers," *Nutrients*, vol. 1, no. 7, p. 1531, Jul. 2019, doi: 10.3390/nu11071531.

[5] R. Roziana and F. Fitriani, "Tingkat Pengetahuan Guru dan Pengelola Sekolah tentang Praktik Penyelenggaraan Makanan Sehat untuk Siswa Sekolah Dasar dengan Sistem Full-Day School di Kota Pekanbaru," *Journal of Nutrition College*, vol. 10, no. 3, p. 172, Jul. 2021, doi: 10.14710/jnc.v10i3.30453.

[6] W. Rahmawati, I. Arifin, and Sultoni, S, "Manajemen Pembelajaran Full Day School Berbasis Pendidikan Karakter," *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, vol. 2, no. 3, p. 225, Mar. 2022, doi: 10.17977/um065v2i32022p225-236.

[7] A. Atteberry, D. Bassok, and V. C. Wong, "The effects of full-day prekindergarten: Experimental evidence of impacts on children's school readiness," *Educational Evaluation and Policy Analysis*, vol. 41, no. 4, p. 537, May. 2019, doi: 10.3102/0162373719872197.

[8] B. Bakri, A. Intiyati, and Widartika, "*Bahan Ajar Gizi Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*," Kementerian Kesehatan RI. 2018.

[9] Kementerian Kesehatan RI, "*Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 78 Tahun 2013 tentang Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit*". 2013.

[10] S. Almatsier, "*Prinsip Dasar Ilmu Gizi*," Gramedia Pustaka Utama Jakarta. 2010.

[11] Persatuan Ahli Gizi Indonesia (Persagi) & Asosiasi Dietisien Indonesia (AsDI), "*Penuntun Diet dan Terapi Gizi Edisi 4*," EGC. 2019.

[12] R. Mardhiati, "Edukasi Gizi dan Pembuatan Menu Program Makan Bersama pada Ibu Siswa/i Pendidikan Anak Usia Dini," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 25, no. 1, p. 47, Jan. 2019, doi: 10.24114/jpkm.v25i1.13091.

[13] D. I. Praja, "*Zat Aditif Makanan: Manfaat dan Bahayanya*," Garudhawaca. 2015.

[14] S. Riyanto, M. N. L. Azis, and A. R. Putera, "Pendampingan UMKM dalam Penggunaan Digital Marketing pada Komunitas UMKM di Kabupaten Madiun," *Jurnal Khatulistiwa Informatika*, vol. 5, no. 1, p. 137, Feb. 2022, doi: 10.31294/jabdimas.v5i1.11534.

[15] S. Q. Fanisyach, "Edukasi dan demo masak makanan tambahan untuk balita sebagai upaya pencegahan stunting," JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), vol. 7, no. 3, p. 2222, Jun. 2023, doi: 10.31764/jmm.v7i3.14706.

[16] E. Novianti, S. A. A. Tahalea, and Malcheni, "Pelatihan Foto Makanan dengan Menggunakan Kamera Handphone," *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, vol. 7, no. 3, p. 967, Sept. 2021, doi: 10.37905/aksara.7.3.967-976.2021.

[17] Ariyanto, T. Y. Fatmawati, and N. Efni, "PKM Gizi Seimbang Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Baiturrahim," *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, vol. 5, no. 1, p. 12, Jan. 2023, doi: 10.36565/jak.v5i1.369.

[18] P. Ronitawati, P. D. Swamilaksita, R. Nuzrina, and P. N. Yahya, "Edukasi perencanaan menu dan ketepatan pemorsian berdasarkan prinsip gizi seimbang di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 4 Cengkareng," *KACANEGARA Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, vol. 4, no. 2, p. 213, Mei. 2021, doi: 10.28989/Kacanegara.v4i2.874.

[19] Solikhah, A. Haifa, and E. R. Fauzi, "Edukasi tentang penyakit hipertensi sebagai salah satu cara untuk mengkampanyekan gerakan masyarakat hidup sehat," *KACANEGARA Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, vol. 6, no. 1, p. 81, Jan. 2023, doi: 10.28989/kacanegara.v6i1.1308.

 ISSN: 2615-6717 (Print), 2657-2338 (On-Line)