

IbM MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI (MIN) MACANANG KECAMATAN TANETE RIATTANG KABUPATEN BONE

Misnawati¹⁾, Irawati Razak¹⁾, dan Yappa Baru¹⁾
^{1,2,3)}Dosen Jurusan Teknik Elektro, Politeknik Negeri Ujung Pandang

ABSTRAK

Masa kanak-kanak merupakan masa yang kritis bagi pertumbuhan seseorang yang akan menentukan apakah ia akan tumbuh sehat dan normal atau tidak. Makanan merupakan salah satu faktor penting dalam hal ini. Tercukupi atau tidaknya asupan nutrisi dalam makanan, sehat atau tidaknya makanan, akan sangat mempengaruhi ketika anak menjadi dewasa, baik fisik maupun mentalnya. Tujuan dan target khusus yang ingin dicapai dalam program IbM ini adalah mengubah pola makan tidak sehat anak-anak sekolah taman kanak-kanak yang telah terbiasa mengkonsumsi makanan yang mengandung bahan kimia berbahaya seperti pewarna tekstil, pengawet, pemanis buatan dan perasa buatan dengan pemahaman dan penjelasan kepada anak-anak dengan bahasa dan metode yang mudah untuk mempengaruhi pola pikirnya. Implementasi dari program ini adalah mengadakan kegiatan penyuluhan makanan sehat dan tidak sehat bagi orang tua murid, pembuatan film animasi edukasi yang dibagikan kepada setiap murid MIN Macanang dalam bentuk CD untuk dibawa pulang ke rumah yang diharapkan dapat mempengaruhi pola pikir anak-anak dalam memilih jajanan, melaksanakan lomba mewarnai bagi murid MIN Macanang dengan tema makanan sehat, membuat poster yang berisi pesan untuk mengkonsumsi makanan sehat dan menghindari makanan yang mengandung zat-zat aditif. Setelah melaksanakan penyuluhan makanan sehat, orang tua dan anak-anak MIN Macanang sudah dapat membedakan mana makanan yang sehat dan layak untuk dikonsumsi. Dengan tersedianya kantin sehat, murid-murid MIN Macanang telah memiliki tempat untuk jajan makanan dan minuman yang sehat. Film animasi edukasi yang dibagikan kepada setiap murid MIN Macanang dalam bentuk CD untuk dibawa pulang ke rumah dapat mempengaruhi pola pikir anak-anak dalam memilih jajanan.

Kata kunci: makanan, sehat, , aditif

PENDAHULUAN

Anak-anak adalah generasi masa depan bangsa. Untuk bisa tumbuh sehat, cerdas, dan berkualitas anak-anak harus dididik untuk hidup sehat dan mengkonsumsi makanan sehat. Namun yang terjadi saat ini di hampir seluruh wilayah Indonesia, anak-anak tidak lagi bisa terbandungi untuk mengkonsumsi makanan yang tidak sehat. Mengatur makanan anak merupakan hal yang sangat sulit, karena anak mendapat asupan makanan tidak hanya di rumah, tetapi juga jajanan di lingkungan sekitar dan di sekolah. Apalagi jaman sekarang ini, makanan serba instan, serba mengandung pengawet, serba mengandung pewarna, dan berbagai zat kimia lainnya. Dalam hal ini pengawasan orang tua mutlak diperlukan. Berbagai jenis makanan yang beredar, seperti makanan ringan, minuman kemasan, sangat menggiurkan bagi anak-anak. Dikemas dengan begitu menarik dan promosi yang intensif, makanan instant ini tidak mungkin dihindari kehadirannya di sekitar kita. Kebanyakan anak cenderung lebih suka mengonsumsi makanan dengan rasa lezat, rasa manis, bernilai kalori tinggi, tetapi kandungan gizinya rendah.

Para pendidik dan orang tua harus menguasai wawasan mengenai pola makan yang sehat serta harus cermat dan taktis dalam menularkan wawasan ini. Ketika menghimbau anak, harus disertai dengan teknis dan bahasa anak yang logis dan konkret sesuai dengan kemampuan anak, sehingga anak dapat mencerna dengan mudah dan akan bertindak sesuai dengan arahan yang dimaksud. Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) Macanang terletak di desa Macanang kecamatan Tanete Riattang Barat kabupaten Bone propinsi Sulawesi Selatan. Saat ini jumlah murid yang bersekolah di sana adalah 360 orang dan dibagi ke dalam dua belas kelas dimana tiap satu angkatan terdiri dari dua kelas. Anak-anak yang bersekolah di sana kebanyakan berasal dari daerah di sekitar lokasi sekolah. Tingkat ekonomi orang tua dari anak-anak yang bersekolah ini rata-rata adalah ekonomi menengah ke bawah. Sekolah sebenarnya telah mengajarkan anak-anak dengan pola hidup sehat seperti membiasakan anak-anak mencuci tangan sebelum makan, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi setelah makan, dan makan makanan sehat. Khusus untuk pola makan sehat informasi yang diberikan belum bisa mempengaruhi pola pikir anak-anak karena metode yang digunakan kurang tepat. Informasi hanya disampaikan secara verbal tanpa memperlihatkan sampel-sampel makanan yang tidak sehat dan mengandung bahan kimia berbahaya. Anak-anak juga berada di sekolah hanya sekitar tiga jam saja dan setelah pulang sekolah informasi yang telah didapat di sekolah tidak ditindaklanjuti di rumah. Orang tua tidak mendukung program sekolah dalam memberantas dan mendisiplinkan anak-anak untuk terbiasa hidup sehat termasuk dalam memilih makanan. Dari pengamatan yang dilakukan selama ini, orang tua juga tidak memiliki pengetahuan yang cukup bagus tentang persoalan gizi makanan. Ini dibuktikan dengan mereka memberikan

bekal kepada anak-anaknya dalam bentuk mie goreng instant, kerupuk-kerupuk dengan warna yang sangat mencolok, permen, dan minuman-minuman kemasan yang mengandung pengawet.

Jika orang tua saja tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi, bisa dibayangkan bagaimana masa depan anak-anak yang masih kecil. Oleh karena itu masalah yang paling urgen adalah bagaimana memberikan pemahaman dan penjelasan kepada anak-anak tentunya dengan bahasa dan metode yang mudah untuk mempengaruhi pola pikir anak. Orang tua juga perlu dibekali pengetahuan yang baik tentang bahaya makanan yang mengandung bahan kimia berbahaya seperti pewarna tekstil, perasa buatan, pemanis buatan, formalin, boraks, serta pengawet bagi kesehatan dan kecerdasan anak-anak. Orang tua seharusnya memiliki daftar dan panduan menu sehat, sederhana, murah, praktis dan bergizi untuk dijadikan bekal bagi anak-anak mereka agar anak terhindar dari mengkonsumsi jajanan tidak sehat yang banyak terdapat di luar rumah.

METODE PENELITIAN

Pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan pada tahun 2016 selama delapan bulan di MIN Macanang yang beralamat di desa Macanang kecamatan Tanete Riattang Barat kabupaten Bone propinsi Sulawesi Selatan.. Adapun metode yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan pola makan tidak sehat pada murid MIN Macanang adalah ceramah, pendekatan, penyuluhan, praktek. Untuk mendukung terealisasinya metode yang ditawarkan maka pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan sesuai dengan prosedur kerja berikut:

- Mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk mendukung terlaksananya program IbM ini
- Membuat film animasi bagi anak-anak. Film ini akan dibuat dalam bentuk Compact Disk dan didistribusikan kepada anak-anak.
- Membuat poster yang memuat pesan-pesan untuk mengkonsumsi makanan sehat, dan menghindari makanan yang tidak sehat serta dampak-dampak yang ditimbulkannya. Poster-poster ini akan ditempel di dalam ruangan dan di luar ruangan pada setiap kelas.
- Membuat buku panduan menyiapkan dan memasak bekal sehat yang sederhana, praktis, murah dan bergizi
- Memberikan penyuluhan bagi anak dan orang tua murid tentang kondisi makanan jajanan yang ada di pasaran saat ini dan dampak dari mengkonsumsi makanan tidak sehat bagi perkembangan kesehatan dan kecerdasan anak. Dalam ceramah ini akan diperlihatkan juga sampel-sampel makanan tidak sehat yang mengandung zat pewarna berbahaya, pemanis buatan, pengawet, dan perasa buatan.
- Menonton film untuk anak. Film yang akan dipertontonkan dirancang menggunakan tokoh-tokoh yang dikagumi atau idola anak-anak untuk menyampaikan pesan hidup sehat, mengkonsumsi makanan sehat dan menghindari makanan yang tidak sehat.
- Melaksanakan praktek memasak bekal sehat yang sederhana, praktis, murah dan bergizi bagi orang tua.
- Mendirikan kantin sehat yang murah di ruangan yang telah disiapkan yang akan menjadi tempat belanja jajanan bagi anak-anak.
- Mengadakan lomba mewarnai dengan tema buah-buahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan Makanan Sehat

Penyuluhan makanan sehat diberikan kepada orang tua murid MIN Macanang untuk menjelaskan dampak dari mengkonsumsi makanan sehat dan tidak sehat bagi perkembangan kesehatan dan kecerdasan anak. Dalam pelaksanaan penyuluhan juga dijelaskan tentang kondisi makanan jajanan yang ada di pasaran saat ini. Dalam ceramah ini diperlihatkan juga sampel-sampel makanan tidak sehat yang mengandung zat pewarna berbahaya, pemanis buatan, pengawet, dan perasa buatan. Penyuluhan ini dibawakan oleh ahli gizi yang sudah terbiasa memberikan penyuluhan masalah makanan sehat dan tidak sehat bagi anak-anak.



Gambar 1 Penyuluhan kepada orang tua

Demo Masak

Pelaksanaan demo masak dilaksanakan setelah kegiatan penyuluhan selesai. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan memberikan pemahaman dan ketrampilan kepada orang tua bahwa membuat bekal sekolah untuk anak-anak sangatlah praktis dan makanan yang anak-anak makan sehat dan terhindar dari kandungan zat-zat aditif. Menu yang didemokan pada kegiatan ini adalah kue lumpur kentang yang praktis, bergizi tinggi dan murah.

Film Animasi Edukasi

Film animasi edukasi anak terdiri dari dua serial yaitu serial pelangi makanan dan akibat salah makan. Film animasi serial pelangi makanan yang berdurasi 22,17 menit berisi pesan tentang macam-macam makanan sehat dan alami, sedangkan serial akibat salah makan berdurasi 21,27 menit berisi pesan tentang dampak yang ditimbulkan akibat dari salah makan. Dalam serial ini anak-anak akan melihat contoh-contoh makanan yang mengandung zat-zat berbahaya seperti pewarna tekstil yang sering sekali dijual bebas sebagai minuman dan makanan jajanan anak-anak.

Kegiatan nonton film animasi edukasi ini dilaksanakan di sekolah pada saat jam istirahat. Film animasi edukasi ini juga dibagikan kepada setiap murid MIN Macanang dalam bentuk CD untuk dibawa pulang ke rumah. Dengan adanya film animasi ini diharapkan anak-anak sudah dapat membedakan mana makanan yang layak untuk dikonsumsi dan mana makanan yang tidak layak dikonsumsi.



Gambar 2. Cuplikan film animasi edukasi



Gambar 3. Kegiatan nonton film animasi edukasi di sekolah

Pengadaan Kantin Sehat

Kantin sehat diadakan dengan tujuan supaya murid-murid MIN Macanang yang ingin jajan tidak perlu ke warung-warung warga di sekitar sekolah yang biasanya menjajakan makanan yang kurang sehat. Kantin sehat MIN Macanang menyediakan makanan dan minuman yang sehat bagi anak-anak yang merupakan hasil olahan sendiri.



Gambar 4 Kantin sehat MIN Macanang

Pembuatan Poster

Poster-poster yang dibuat berisi pesan tentang bahaya zat-zat aditif yang Gambar 5. Poster untuk menghindari jajan sembarangan terkandung dalam jajanan anak-anak, ajakan untuk mengkonsumsi makanan

sehat, dan jenis-jenis makanan sehat dan tidak sehat untuk anak-anak. Poster-poster ini dipasang di sekolah pada tempat-tempat strategis yang selalu akan terlihat oleh orang tua yang mengantarkan anaknya ke sekolah maupun anak-anak.



Gambar 5 Poster

Lomba Mewarnai

Lomba mewarnai dilaksanakan bertepatan dengan lomba-lomba yang diadakan dalam rangka perayaan 17 Agustus 2016. Tema yang diberikan dalam lomba ini adalah buah-buahan. Saat lomba mewarnai berlangsung anak-anak diberikan juga pemahaman tentang pentingnya mengkonsumsi buah dan manfaat yang di dapat dari konsumsi buah tersebut.



Gambar 6. Hasil lomba mewarnai

Pembuatan Buku Kumpulan Artikel dan Resep Makanan Sehat

Buku kumpulan artikel dan resep makanan sehat dibuat dengan tujuan sebagai sumber informasi dan referensi bagi orang tua murid MIN Macanang dalam memilih dan mempersiapkan makanan dan bekal ke sekolah anak-anak mereka. Buku ini berisi tentang artikel-artikel yang membahas tentang kandungan gizi makanan, ciri-ciri makan sehat dan tidak sehat, cara mendeteksi makanan yang tidak layak konsumsi, dampak yang ditimbulkan akibat mengkonsumsi makanan sehat dan tidak sehat serta resep-resep makanan sehat, bergizi, murah, dan praktis untuk anak-anak. Buku ini akan dibagikan kepada setiap orang tua murid.

KESIMPULAN

1. Setelah melaksanakan penyuluhan makanan sehat, orang tua dan murid MIN Macanang sudah dapat membedakan mana makanan yang sehat dan layak untuk dikonsumsi.
2. Dengan tersedianya kantin sehat, murid-murid MIN Macanang telah memiliki tempat untuk jajan makanan dan minuman yang sehat.
3. Film animasi edukasi yang dibagikan kepada setiap murid MIN Macanang dalam bentuk CD untuk dibawa pulang ke rumah dapat mempengaruhi pola pikir anak-anak dalam memilih jajanan.

Saran

1. Keberhasilan dari program ini sangat ditentukan oleh peran dan konsistensi pihak sekolah dan orang tua dalam menjaga pola makan sehat anak-anak
2. Setelah melihat hasil dari program IbM, maka materi ini perlu juga diimplementasikan di sekolah-sekolah
3. yang lain.