



LAPORAN AKHIR PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA

“Nutri-Roll” Permainan Edukatif Pengenalan Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar

BIDANG KEGIATAN : PKM Pengabdian Masyarakat

Oleh :

Al Mukhlas Fikri	I14110002	2011
Elis Lisnawati	I14110003	2011
Ulfah Mubarokah	I24110032	2011
Suci Latifah	I14080067	2008
Yuni Kartika	I14120001	2012

Dibiayai oleh:

Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat
Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
sesuai dengan Surat Perjanjian Penugasan Program Kreativitas Mahasiswa
Nomor : 050/SP2H/KPM/Dit.Litabmas/V/2013, tanggal 13 Mei 2013

**INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2013**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA

1. Judul Kegiatan : “*Nutri-Roll* Permainan Edukatif Pengenalan Gizi Seimbang untuk Anak Sekolah Dasar
2. Bidang Kegiatan : PKM-M
3. Ketua Pelaksana Kegiatan
 - a. Nama Lengkap : Al Mukhlas Fikri
 - b. NIM : I14110002
 - c. Jurusan : Gizi Masyarakat
 - d. Perguruan Tinggi : Institut Pertanian Bogor
 - e. Alamat Rumah/HP : Babakan Lio, Dramaga Bogor/
087796602785
 - f. Alamat email : fikrialmukhlas@yahoo.co.id
4. Anggota Pelaksana Kegiatan : 4 orang
5. Dosen Pendamping
 - a. Nama Lengkap dan Gelar : Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc
 - b. NIDN : 0027056604
 - c. Alamat Rumah/HP : Jl Pengadilan Gg Baru No. 47
Pabaton Bogor 16121 / 0821513310437
6. Biaya Kegiatan Total :
 - a. Dikti : Rp. 8.300.000
 - b. Dana lain : -
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : 4 bulan

Bogor, 2 Agustus 2013

Menyetujui,
Kepala Departemen



(Dr. Ir. Budi Setiawan, MS)
NIP. 19621218 198703 1 001

Ketua Pelaksana Kegiatan



(Al Mukhlas Fikri)
NIM. I14110002

Wakil Rektor Bidang Akademik
dan Kemahasiswaan



(Prof. Dr. Ir. Yonny Koesmaryono, MS)
NIP. 19581228 198503 1 003

Dosen Pendamping



(Dr. Ir. Cesilia Meti Dwiriani, M.Sc)
NIDN. 00270566041

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan akhir PKMM yang berjudul “**“Nutri-Roll” Permainan Edukatif Pengenalan Gizi Seimbang Untuk Anak Sekolah Dasar**”. Laporan akhir ini dibuat sebagai pemenuhan pertanggungjawaban terhadap kegiatan yang telah dijalankan.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada segenap pihak yang telah membantu penyusunan laporan akhir ini. Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna, untuk itu sangat diharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca atau pihak-pihak lainnya.

Semoga laporan ini dapat bermanfaat dan memberi pengaruh positif terhadap perubahan ke arah yang lebih baik. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih serta mohon maaf atas segala kekeliruan yang ada dalam penulisan laporan penelitian ini.

Bogor, 22 Agustus 2013

Penulis

ABSTRAK

“*NUTRI-ROLL*” PERMAINAN EDUKATIF PENGENALAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK SEKOLAH DASAR

Al Mukhlas Fikri¹, Elis Lisnawati¹, Suci Latifah¹, Yuni Kartika¹, Ulfah Mubarakah²

¹Mahasiswa S1 Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor

²Mahasiswa S1 Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor

Corresponding author: fikrialmukhlas@yahoo.co.id

Permasalahan gizi di Indonesia beberapa tahun terakhir semakin kompleks. Riskesdas 2010 menyebutkan, sekitar 70 % anak usia sekolah kurang mendapat asupan. Disisi lain Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat tahun 2007 menyebutkan satu dari sepuluh anak Indonesia mengalami kelebihan berat badan. Pengenalan gizi seimbang merupakan hal yang penting karena diharapkan dapat memperbaiki kualitas dan kuantitas gizi khususnya pada anak-anak. Pemberian pengetahuan melalui permainan diketahui lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan anak. Permainan *Nutri-Roll* merupakan inovasi permainan roda *rollet* yang diadaptasi menjadi permainan edukasi gizi. *Nutri-Roll* menggunakan empat prinsip gizi seimbang kedalam permainan yang menarik bagi anak sekolah. *Nutri-Roll* dapat dijadikan media sosialisasi prinsip gizi seimbang pada anak sekolah dan mudah dimainkan dimana saja. Birena IPB merupakan lembaga semi otonom di bawah naungan DKM Al Hurriyyah IPB yang memiliki tiga puluh pengurus. Umumnya peserta Birena terdiri dari anak-anak usia lima tahun hingga enam belas tahun. Anak-anak seusia ini memang sangat sulit untuk diarahkan memilih menu makanan yang baik untuk tubuhnya. Anak-anak Birena berasal dari keluarga yang memiliki kemampuan perekonomian menengah kebawah. Pelaksanaan permainan yang dirancang berupa permainan kartu bergambar, papan bergambar, pion, dan roda *rollet*. Kartu bergambar yang digunakan dalam permainan ini terbuat dari karton tebal berukuran 12 cm x 15 cm yang menjelaskan prinsip gizi seimbang. Pelaksanaan program terdiri dari demonstrasi permainan *Nutri-Roll*, praktek gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari dan pemantauan berat badan dan pemilihan duta gizi. Hasil yang diharapkan dari demonstrasi permainan ini ialah meningkatnya pengetahuan anak-anak mengenai gizi seimbang. Indikator keberhasilan dari program ini ialah anak-anak mampu mengaplikasikan pesan permainan dengan baik. Keberlanjutan *Nutri-Roll* diharapkan berkembangnya permainan edukasi gizi di masyarakat secara luas. Luaran yang diharapkan dari *Nutri-Roll* adalah tertanamnya pola hidup sehat sejak dini serta perubahan perilaku anak-anak dengan mengikuti aturan gizi seimbang.

Kata Kunci: *Nutri-Roll*, Gizi Seimbang, Permainan Edukatif, Anak Sekolah Dasar

I. PENDAHULUAN

1. LATAR BELAKANG

Permasalahan gizi di Indonesia beberapa tahun terakhir semakin kompleks. Selain kasus gizi buruk yang sering terjadi seperti kekurangan energi-protein (KEP), anemia gizi besi (AGB), kurang vitamin A (KVA) dan gangguan akibat kekurangan iodium (GAKI), kecenderungan kelebihan gizi atau obesitas kini menjadi masalah baru di bidang gizi.

Data Riskesdas 2007 menunjukkan, sebesar 35% anak usia sekolah dasar (SD) pendek. Hal ini berarti pada usia enam sampai dua belas tahun, tiga dari sepuluh anak SD pendek. Disamping itu, menurut data Riskesdas 2010, sekitar 70 % anak usia sekolah kurang mendapat asupan energi yang dibutuhkan dan sekitar 80% anak usia sekolah juga kurang mendapat asupan protein dari yang dibutuhkan. Selain kasus gizi kurang, menurut Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat tahun 2007, prevalensi anak usia sekolah yang mengalami obesitas mencapai 9,5% untuk pria dan 6,4 % untuk wanita. Berarti, satu dari sepuluh anak Indonesia mengalami kelebihan berat badan.

Tingginya prevalensi malagizi yang menimpa anak-anak di Indonesia merupakan ancaman serius bagi kualitas sumber daya manusianya. Anak-anak yang mengalami malagizi pada usia dini akan sangat beresiko terkena penyakit degeneratif pada usia tua. Tentunya, hal ini menjadi beban bagi bangsa Indonesia.

Masalah gizi ganda pada hakekatnya diakibatkan oleh pola hidup yang tidak seimbang. Pada dasarnya, pola hidup sudah mulai terbetuk sejak usia dini karena masa ini merupakan masa kritis dalam pembentukan pola hidup sehingga diperlukan stimulus yang baik untuk membentuk pola hidup yang seimbang.

Konsep 4 sehat 5 sempurna yang awalnya dijadikan pedoman untuk pola hidup kini telah direvisi menjadi konsep gizi seimbang. Konsep gizi seimbang belum begitu dikenal oleh masyarakat Indonesia, sehingga perlu lebih disosialisasikan. Pengenalan gizi seimbang merupakan hal yang harus dilaksanakan karena diharapkan dapat memperbaiki kualitas sumberdaya manusia. Pengenalan ini dapat dilakukan dengan suatu permainan yang dapat memberikan pengetahuan tentang gizi seimbang sehingga nantinya anak-anak dapat menerapkan perilaku hidup sehat.

Media permainan sangat cocok dalam pengenalan gizi seimbang pada anak usia sekolah karena masa anak-anak merupakan masa bermain dan pada masa ini juga anak-anak mulai belajar untuk membuat keputusan sendiri. Sehingga, pemberian pengetahuan melalui permainan akan sangat efektif dalam peningkatan pengetahuan mengenai gizi seimbang.

Memahami pentingnya gizi bagi kesehatan dan pentingnya menerapkan konsep gizi seimbang pada anak sekolah, "*Nutri-Roll*" hadir memberikan ide kreatif edukasi gizi berbasis permainan edukatif yang menarik dan menyenangkan. *Nutri-Roll* menggunakan empat prinsip gizi seimbang kedalam permainan yang menarik bagi anak sekolah. *Nutri-Roll* dapat dijadikan media sosialisasi prinsip gizi seimbang pada anak sekolah dan mudah dimainkan dimana saja.

2. PERUMUSAN MASALAH

Permasalahan yang menjadi latar belakang proposal ini adalah :

- Semakin meningkatnya kasus kekurangan dan kelebihan gizi di Indonesia.
- Pentingnya pembentukan pola makan yang sehat sejak dini.
- “*Nutri-roll*” berpotensi sebagai permainan edukasi gizi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada anak usia sekolah dasar.

3. TUJUAN PROGRAM

Program ini bertujuan :

- Mengenalkan prinsip Gizi Seimbang kepada anak sekolah dasar
- Meningkatkan pengetahuan gizi dan minat anak-anak terhadap gizi
- Membuat kreasi permainan edukasi gizi yang *enjoyable*, menarik dan mudah dipahami.

4. LUARAN YANG DIHARAPKAN

Aplikasi permainan edukasi gizi “*Nutri-Roll*” diharapkan dapat :

- Tertanamnya pola hidup sehat sejak dini serta perubahan perilaku anak-anak dengan mengikuti aturan Gizi Seimbang.
- Terbentuknya pengetahuan Gizi Seimbang.
- Tersosialisasikannya “*Nutri-Roll*” sebagai permainan edukasi gizi yang disukai anak-anak.

5. KEGUNAAN

Program ini dapat digunakan sebagai sarana mengasah kemampuan mahasiswa dalam bidang pengabdian masyarakat dengan ruang lingkup edukasi. Mahasiswa juga dapat berinteraksi dengan masyarakat luas. Dengan program ini, masyarakat dapat mengenal konsep Gizi Seimbang melalui permainan sederhana yang mengangkat tema pendidikan kesehatan khususnya mengenai gizi. Permainan yang ditujukan untuk anak 6-12 tahun ini diharapkan dapat meningkatkan minat dan pengetahuan anak mengenai gizi.

II. GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Birena IPB merupakan lembaga semi otonom di bawah naungan DKM Al Hurriyyah IPB. Organisasi ini dipimpin oleh Agy Wirabudi Pranata sebagai ketua dan sebanyak tiga puluh pembina. Umumnya peserta Birena terdiri dari anak-anak usia lima tahun hingga enam belas tahun. Dalam kegiatan ini para peserta sama sekali tidak diminta biaya pendaftaran dan sebagainya, untuk itu semua anak bisa mengikuti kegiatan yang sering dilaksanakan setiap Minggu pagi hingga siang hari. Anak-anak ini umumnya berasal dari keluarga yang memiliki kemampuan perekonomian menengah kebawah.

Anak-anak dengan antusias mengikuti rangkaian kegiatan yang dilaksanakan oleh para pembina, namun terkadang anak-anak tersebut susah untuk diarahkan mengingat anak-anak usia lima tahun hingga sembilan tahun sangat aktif. Di waktu istirahat biasanya anak-anak membuka bekal dari rumahnya, setiap Minggu beberapa anak membawa menu yang sama yaitu mie instan dan sering juga membeli makanan yang dijual oleh pedagang. Makanan yang dipilih oleh anak-anak biasanya makanan yang selalu bercita rasa pedas. Anak-anak seusia ini memang sangat sulit untuk diarahkan memilih menu makanan yang baik untuk tubuhnya.

Setiap pukul 07.00 WIB, Birena selalu membiasakan olahraga selama 45 menit, olahraga yang dilakukan merupakan senam kecil dengan gerakan-gerakan sederhana seperti senam otak. Antusiasnya cukup tinggi, namun tetap saja dari beberapa anak ada yang tidak mau mengikuti kegiatan ini dikarenakan mereka lebih suka bermain.

III. METODE PENDEKATAN

Pendekatan program dilakukan melalui kegiatan bersama anak-anak birena, berupa penyuluhan, pengenalan konsep gizi seimbang, serta pengenalan permainan,. Sebagai apresiasi terhadap anak-anak yang mengikuti kegiatan dengan serius, diadakan pemilihan duta gizi seimbang pada acara festival gizi seimbang, kemudian sebagai upaya keberlanjutan program, diadakan *ToT (Training of Trainer)* kepada beberapa pengajar yang bekerja sama dengan IPB Mengajar. Ketercapaian target luaran dilihat melalui perbandingan *pre-test* dan *post-test*.

IV. PELAKSANAAN PROGRAM

1. WAKTU DAN TEMPAT PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Maret hingga Juli 2013, bertempat di Lingkungan kampus Institut Pertanian Bogor, Desa Cihideung Ilir dan Desa Nanggung.

2. TAHAPAN PELAKSANAAN (JADWAL FAKTUAL)

Kegiatan dilakukan dengan tahapan dan alokasi waktu seperti pada Tabel 1.

Tabel 1 Tahapan pelaksanaan

Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
Pre-test	10 Maret 2013
Penyuluhan gizi	21 April 2013
Demonstrasi permainan	4 Mei 2013
Praktek gizi seimbang	23 Juni 2013
Pemilihan duta gizi	23 Juni 2013
Post-test	23 Juni 2013
<i>Training of Trainer</i>	21 Juli 2013
Pembuatan laporan kemajuan	4-5 Juli 2013
Pembuatan laporan akhir	17-22 Agustus 2013

3. PELAKSANAAN

Program dilaksanakan setiap hari Minggu di lingkungan kampus IPB. Program diawali dengan pelaksanaan pre-test terhadap anak-anak Birena Al-Hurriyyah. Hasil pre-test akan dijadikan sebagai acuan berhasil tidaknya program ini. Kemudian dilakukan penyuluhan gizi berupa pengenalan konsep gizi seimbang kepada anak-anak sebagai modifikasi konsep 4 sehat 5 sempurna. Anak-anak diperkenalkan dengan 4 prinsip gizi seimbang yaitu, 1) makan makanan beragam, minum air bersih dan cukup, 2) Menjaga keamanan dan kebersihan makanan, 3) Melakukan aktivitas fisik teratur, 4) Memantau berat badan agar tetap ideal. Pengenalan konsep ini dilakukan

secara interaktif melalui penjelasan secara lisan dari pelaksana program dan penayangan video mengenai konsep gizi seimbang.

Program kegiatan yang berupa pengenalan dan demonstrasi permainan dilaksanakan dengan cara memberi contoh cara bermain kepada anak-anak kemudian mereka dipersilakan bermain dan tetap dalam pengawasan pelaksana program. Pertanyaan diberikan kepada anak-anak disertai penjelasan singkat mengenai jawaban pertanyaan dan beberapa materi gizi lainnya.

Setelah melakukan permainan, anak-anak diharapkan dapat mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu selain diberikan materi mengenai gizi seimbang, program juga dilengkapi dengan praktek gizi seimbang berupa kegiatan aktivitas fisik seperti senam dan praktek makan makanan beragam yang terdiri dari sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral. Selain itu, anak-anak juga diajari untuk menjaga kebersihan seperti mencuci tangan sebelum makan dan membeli jajanan yang tertutup. Anak-anak juga diperkenalkan dengan pemantauan berat badan agar senantiasa dapat menjaga dan memperhatikan berat badan.

Apresiasi diberikan pada anak-anak yang mengikuti kegiatan program dengan baik. Apresiasi berupa penganugerahan gelar duta gizi kepada peserta yang terpilih. Duta gizi ini diberi tugas untuk senantiasa mengingatkan teman-temannya mengenai penerapan konsep gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

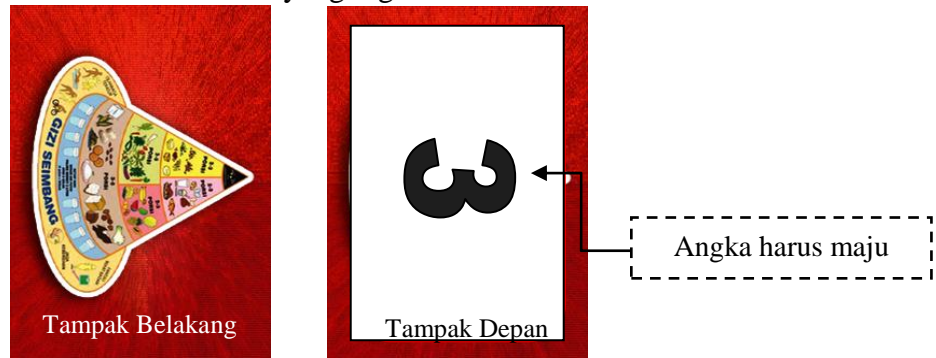
Anak-anak yang telah mengikuti rangkaian kegiatan kemudian diminta untuk mengisi *post-test*. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan capaian program ini. Sebagai upaya keberlanjutan program, kami mengadakan *Training of Trainer* kepada 10 orang pengajar inspiratif IPB mengajar. Training berisi panduan cara melakukan permainan serta materi yang harus disampaikan trainer kepada peserta ketika sedang menjawab pertanyaan. Dengan demikian diharapkan kegiatan pada program ini lebih tersosialisasi dan berkelanjutan.

4. INSTRUMEN PELAKSANAAN

Permainan yang kami rancang merupakan permainan yang menggunakan kartu bergambar, papan bergambar, pion, dan roda *rollet*. Kartu bergambar yang digunakan dalam permainan ini terbuat dari karton berukuran 10 cm x 6 cm yang merupakan prinsip Gizi Seimbang. Tiap kartu berisi jumlah angka untuk maju. Berikut merupakan tema yang digunakan dalam pertanyaan.

- (a) Makanan beragam, minum air bersih dan cukup
- (b) Menjaga keamanan dan kebersihan makanan
- (c) Aktivitas fisik teratur
- (d) Berat badan ideal

- Berikut kartu yang digunakan :



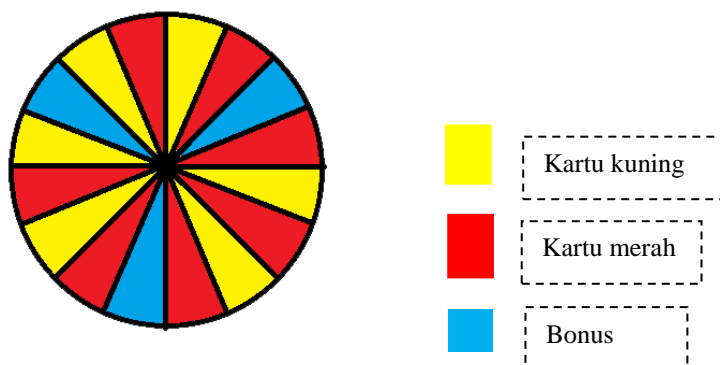
Gambar 1 Kartu

- Papan gambar yang digunakan berukuran 60 cm x60 cm. Papan bergambar dibuat dari kertas poster. Rancangan desain papan bergambar ini mengadaptasi dari permainan monopoli yang digabungkan dengan konsep ular tangga. Berikut papan gambar yang kami gunakan.



Gambar 2 papan gambar

- Roda *rollet* yang digunakan berdiameter 30 cm, berikut roda *rollet* yang kami gunakan.



Gambar 3 Rollet

- Pion yang digunakan berbentuk pion bowling dengan berbagai warna

5. RANCANGAN DAN REALISASI BIAYA

Tabel 2 Realisasi Biaya

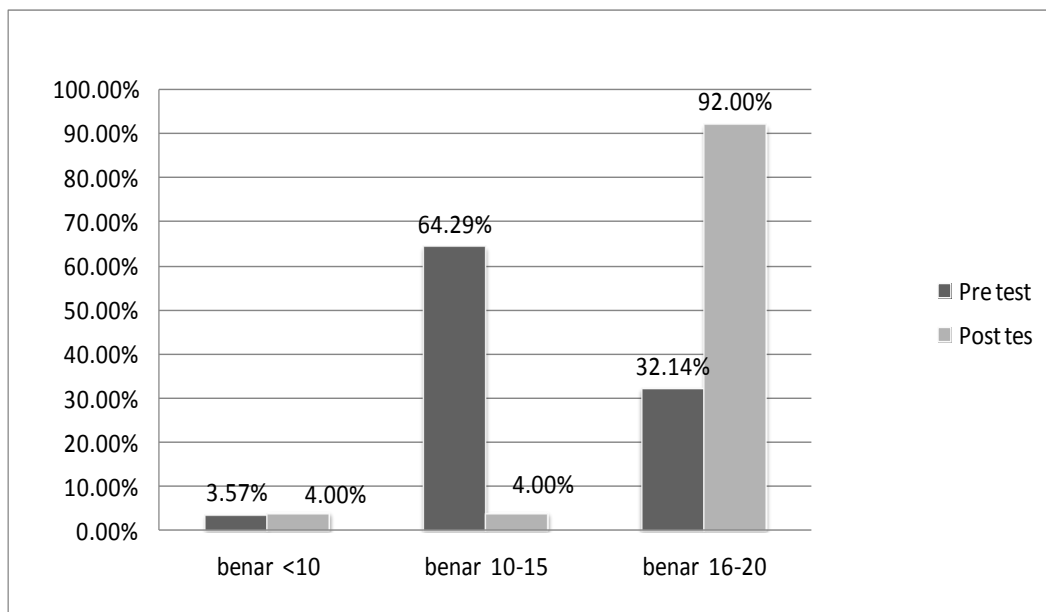
N o	Jenis keperluan	Kebutuhan	Banyak	Biaya/ Unit	Jumlah
Tahap Pengusulan					
1	Pembuatan Sarana Penunjang	Desain Gambar	1 Set	Rp. 110.000	Rp. 110.000
		permainan	1 Set	Rp. 250.000	Rp. 250.000
		Pembuatan Pion	1 Set	Rp. 10.000	Rp. 10.000
2	Penyusunan Proposal		5 Jilid	Rp. 10.000	Rp. 50.000
3	Buku Penunjang		1 Buah	Rp. 25.000	Rp. 25.000
4	Buku Log book		1 Buah	Rp. 5000	Rp. 5000
Sub Total					Rp. 450.000
Tahap Pelaksanaan					
5	Print	Pretest dan Kuesioner	2 Lembar	Rp. 500	Rp. 1000
6	Fotocopy	Pre-test dan Kuisisioner	60 Lembar	Rp. 150	Rp. 9.000
7	Perlengkapan Simulasi Gizi Seimbang Tahap 1	LCD	1 buah	Rp. 25.000	Rp. 25.000
		Microphone	1 buah	Rp. 5000	Rp. 5000
		Ruangan	1 kali	Rp. 2000	Rp. 2000
		Snack	50 buah	Rp. 500	Rp. 25.000
8	Perlengkapan Simulasi Permainan	LCD	1 buah	Rp. 25.000	Rp. 25.000
		Ruangan	1 kali	Rp. 2000	Rp. 2000
		Cetak Dokumentasi	4 buah	Rp. 500	Rp. 2000
9	Perlengkapan kegiatan Festival	Sewa wireless	1 kali	Rp. 25.000	Rp. 25.000
		Konsumsi tim pelaksana dan peserta	50 buah	Rp. 9000	RP. 450.000
		snack	50 buah	Rp. 5000	Rp. 250.000
		Bingkisan	13 buah	Rp. 16.000	Rp. 208.000
		Horta	1 buah	Rp. 30.000	Rp. 30.000
		Horta Mini	5 buah	Rp. 10.000	Rp. 50.000

		Makanan	3 pak	Rp. 12.000	Rp. 36.000
		MC	2 Orang	Rp. 50.000	Rp. 100.000
		Sound	1 set	Rp. 200.000	Rp. 200.000
		Ruangan	2 hari	Rp. 600.000	Rp. 1.200.000
		Air Minum	2 dus	Rp. 24.000	Rp. 48.000
10	Kaos Olah raga	Baju kaos	40 buah	Rp. 47.500	Rp. 1.825.000
Sub Total					Rp. 4.518.000
Tahap Akhir Kegiatan					
11	<i>Post-test</i>	Fotocopy <i>Post-test</i>	60 lembar	Rp 150	Rp .9000
12	<i>Desainer</i>	Desain	1 Orang	Rp.150.000	Rp.150.000
	Programmer	Pembuatan aplikasi game (<i>software</i>)	1 orang	Rp.1.918.000	Rp. 1.500.000
13	Poster		5 buah	Rp. 60.000	Rp. 300.000
Sub Total					Rp. 1.959.000
Tahap Pasca Pelaksanaan					
14	Kenang-kenangan mitra	plakat	1 buah	Rp. 113.000	Rp. 113.000
15	Sertifikat Peserta (Birena)		40 Lembar	Rp 4.000	Rp. 160.000
16	Sertifikat mitra (IPB Mengajar)		1 Lembar	Rp. 4.000	Rp. 4.000
17	Perlengkapan TOT		1 Set	Rp. 260.000	Rp. 260.000
	Perlengkapan Monev	<i>burning</i>	3 CD	Rp.5000	Rp.5000
		Print Log book	40 Lrmbar	Rp. 150.000	Rp. 6000
		Fotocopy Log book	80 Lembar	Rp. 100	Rp. 8000
18	Pembuatan Laporan		5 Jilid	Rp 20.000	Rp.100.000
Sub Total					Rp. 666.000
Lain-lain					
19	Transportasi Kegiatan	Sewa angkot	2 buah	Rp. 25.000	Rp 50.000
20	Transportasi Kegiatan monev dan TOT	Kendaraan Umum	3 orang	Rp. 30.000	Rp 357.000
21	Tukang		2 orang	Rp. 150.000	Rp. 300.000
Sub Total					Rp. 707.000
TOTAL PEMAKAIAN DANA					R 8.300.000

V. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Hasil Pre dan Post-Test

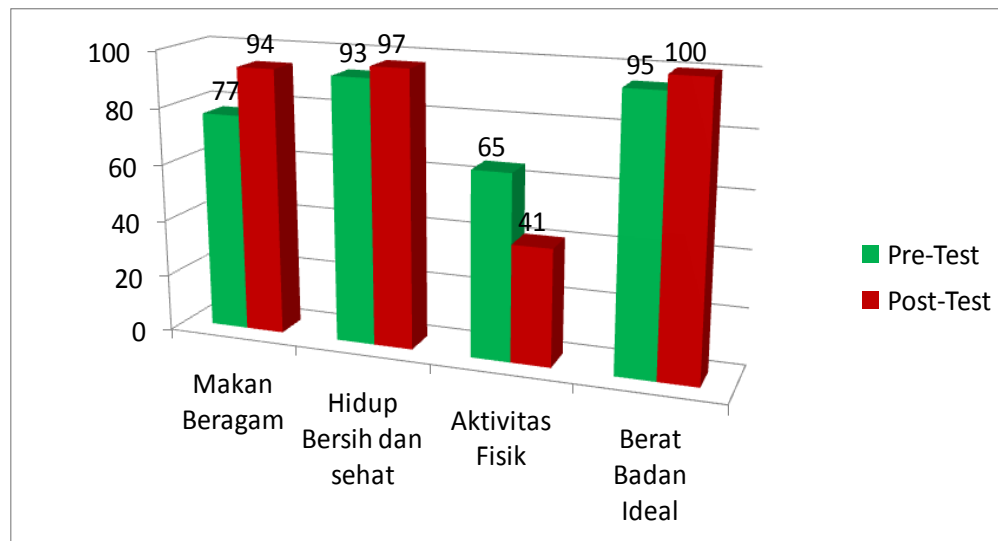
Pre dan Post-Test merupakan metode yang digunakan untuk melihat perubahan pengetahuan yang terjadi pada masyarakat sasaran. Pre-test dilaksanakan pada awal program yaitu pada tanggal 10 Maret 2013 sedangkan post-test dilaksanakan pada tanggal 23 Juni 2013. Tes berupa pertanyaan mengenai empat prinsip dasar gizi seimbang yang terdiri dari 20 soal. Pertanyaan tersebut telah sesuai dengan saran dari pembimbing. Berikut perbandingan jawaban benar antara pre dan post test.



Gambar 4 grafik perbandingan *pre test* dan *post test*

Tabel di atas menyajikan data yang menunjukkan peningkatan pengetahuan pada masyarakat sasaran. Sebelum dilaksanakan program sebanyak 32,14% masyarakat sasaran dalam hal ini adalah anaka-anak SD menjawab benar 16-20 soal sedangkan setelah dilaksanakan program sebanyak 92% anak-anak tersebut yang menjawab benar 16-20 soal. Peningkatan ini cukup baik karena hampir semua anak dapat menjawab >75% pertanyaan dengan benar.

Tabel berikut merupakan penjabaran dari tabel di atas. Dimana, pada tabel ini dikelompokkan jumlah jawaban benar berdasarkan empat prinsip gizi seimbang.



Gambar 5 Grafik presentase jumlah benar

Tabel di atas menunjukkan ada tiga topik yang mengalami kenaikan presentase jumlah benar. Tiga topic tersebut adalah makan makanan beragam, hidup bersih dan sehat, dan penimbangan berat badan. Kenaikan ini dilatarbelakangi oleh pemberian materi yang cukup baik dengan langsung melakukan praktek dari masing-masing topik tersebut. Presentase jawaban benar untuk aktivitas fisik mengalami penurunan. Penurunan ini dapat terjadi akibat kesalahan dalam penekanan dalam pemberian materinya. Jika dilihat jawaban pada pertanyaan mengenai frekuensi aktivitas fisik, terjadi kesalahpahaman dimana akibat dilaksanakannya senam setiap minggu anak-anak mungkin menganggap bahwa aktivitas fisik dilaksanakan setiap minggunya. Padahal seharusnya dilaksanakan setiap hari. Namun secara umum pengetahuan anak-anak mengenai gizi seimbang sudah meningkat.

VI. PENUTUP

1. KESIMPULAN

Nutri-roll sudah dikenalkan dan disosialisasikan di Birena Alhuriyah. Pengenalan permainan dilaksanakan selama tiga bulan. Selama tiga bulan ini Tim melakukan beberapa rangkaian acara untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak yang dibina. Berdasarkan hasil test, pengetahuan anak-anak tersebut meningkat dan permainan ini sangat disukai oleh anak-anak. Selain itu juga, Tim telah melaksanakan kerjasama dengan Himpunan Mahasiswa Ilmu Gizi (HIMAGIZI) dan IPB Mengajar.

2. SARAN

Permainan ini adalah permainan yang sangat mudah untuk dimainkan sehingga yang diperlukan adalah sosialisasi untuk menyebarkannya. Selain itu juga, permainan ini diharapkan tidak hanya terfokus pada pengetahuan gizi. Artinya permainan ini dapat dikembangkan tidak hanya dengan materi gizi tetapi dapat dikembangkan untuk pengetahuan lainnya.

Tentunya permainan ini diharapkan dapat diproduksi secara massal dan jelas perlu beberapa perbaikan agar benar-benar disukai dan dapat meningkatkan pengetahuan gizi anak-anak.

K. LAMPIRAN

A. DOKUMENTASI KEGIATAN

Berikut merupakan beberapa dokumentasi kegiatan selama turun lapang



Gambar 6 Pengukuran tinggi dan penimbangan berat badan



Gambar 7 Pengarahan cara bermain Nutri-Roll



Gambar 8 Perkenalan dan pembagian kelompok Nutri-Roll



Gambar 9 Tanya jawab mengenai Gizi seimbang