

EDUKASI MENGENAI PERANAN MAHLUK HIDUP DAN KANDUNGAN NILAI GIZINYA TERHADAP TUMBUH KEMBANG ANAK USIA DINI

Elga Araina¹, Tyas Wara Sulistyaningrum², Firlianty³

¹Program Studi Biologi, Universitas Palangka Raya

Jalan H. Timang Komplek Tunjung Nyaho Palangka Raya, Kalimantan Tengah

^{2,3}Program Studi Teknologi Hasil Perikanan, Universitas Palangka Raya

Jalan H. Timang Komplek Tunjung Nyaho Palangka Raya, Kalimantan Tengah

¹e-mail: elga.araina@fkip.upr.ac.id

Abstrak

Kegiatan ini dilaksanakan bagi anak-anak usia dini pada TK/PAUD Nanda. Kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan kepada anak, pentingnya peranan makhluk hidup bagi kehidupan, juga mengenal peranan makhluk hidup pada hewan dan tumbuhan yang bermanfaat dalam kandungan gizinya bagi tumbuh kembang anak. Kegiatan pengabdian ini dengan tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil pelaksanaan kegiatan yaitu dapat meningkatkan ketrampilan komunikasi anak dan aktivitas belajar anak dalam memahami konsep materi. Kegiatan ini juga memberikan contoh bagi pihak mitra di sekolah TK/PAUD Nanda bahwa anak-anak usia dini memiliki antusiasme belajar yang tinggi bila pembelajaran disertai dengan media interaktif.

Kata kunci: edukasi, makhluk hidup, tumbuh kembang, anak usia dini

Abstract

This activity is carried out for young children in Nanda Kindergarten / PAUD. This activity aims to introduce children to the importance of the role of living things for life, also to recognize the role of living things in animals and plants that are beneficial in their nutritional content for children's growth and development. This community service activity consists of three stages, namely preparation, implementation and evaluation. The results of the implementation of activities that can improve children's communication skills and learning activities of children in understanding the concept of material. This activity also provides an example for partners in Nanda Kindergarten / PAUD schools that early children have a high enthusiasm for learning when learning is accompanied by interactive media.

Keywords: education, living creatures, growth and development, early childhood

PENDAHULUAN

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan upaya untuk menstimulasi, membimbing, mengasuh dan melaksanakan pembelajaran yang akan menghasilkan kemampuan dan keterampilan pada anak. Pembelajaran di TK bertujuan membantu meletakkan dasar kearah perkembangan sikap pengetahuan, keterampilan, daya cipta, dan menyiapkan anak untuk memasuki pendidikan dasar dengan mengembangkan nilai-nilai agama dan moral, sosial emosional, dan kemandirian, kognitif, fisik motorik dan seni (Muhibbin, 2007). Untuk mendukung hal tersebut

anak di perkenalkan kepada lingkungan supaya dapat mengetahui peranan makhluk hidup bagi lingkungannya. Anak didorong untuk mengamati fenomena kehidupan bahwa sebagai makhluk hidup berinteraksi dengan lingkungan dan benda mati yang ada di sekitarnya. Makhluk hidup tersebut antara lain, tumbuhan dan hewan, sedangkan benda mati antara lain yaitu air, tanah dan udara. Mereka berhubungan satu dengan yang lain untuk membentuk suatu ekosistem dalam kehidupan.

Pemahaman anak terhadap konsep alam sekitar dan tentang makhluk hidup ditempuh melalui tiga tahap, yaitu pemahaman konsep, masa transisi, dan tingkat lambing. Oleh karena itu pemahaman konsep alam sekitar merupakan dasar dan pondasi yang kuat bagi anak dalam meningkatkan kecerdasan natural pada tahap selanjutnya yang lebih kompleks (Aisyah,2017).

Lingkungan yang ada di sekitar anak merupakan salah satu sumber belajar yang dapat dioptimalkan untuk pencapaian proses dan hasil pembelajaran yang berkualitas bagi anak usia dini. Dengan memahami dan menghayati aspek- aspek kehidupan yang ada di lingkungan anak, dapat dimungkinkan terjadi proses pembentukan kepribadian anak kearah yang lebih baik seperti kecintaannya dengan lingkungan, mengetahui pentingnya peranan mahluk hidup bagi kehidupan, juga mengenal peranan makhluk hidup pada hewan dan tumbuhan yang bermanfaat dalam kandungan gizinya bagi tumbuh kembang anak secara optimal.

Tumbuh kembang anak sangat dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya nutrisi. Selain nutrisi, tumbuh kembang juga dipengaruhi oleh toksin atau zat kimia, infeksi, kelainan imun dan psikologi ibu. Sedangkan setelah kelahiran selain nutrisi tumbuh kembang juga dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, lingkungan, fisik dan budaya, pengasuhan, sosial ekonomi, stimulasi, serta aktififas fisik dan olahraga. Status nutrisi berhubungan dengan tumbuh kembang. Dimana status nutrisi akan memengaruhi pertumbuhan fisik, kesehatan, dan aktivitas fisik. Pertumbuhan fisik akan memengaruhi interaksi antara orang tua dan anak. Status nutrisi juga berpengaruh pada perkembangan dan fungsi otak, semua hal itu akan mempengaruhi perkembangan kognitif, motorik dan sosial Anak-anak usia dini pada umumnya lebih menyukai makanan yang cepat saji seperti *nugget*, sosis, mi instan, *burger* dan banyak lagi produk olahan cepat saji. Bahan baku yang

digunakan dalam makanan cepat saji tersebut biasanya adalah daging ayam dan sapi. Produk olahan cepat saji ini sedikit sekali mengandung protein dan apabila dikonsumsi secara *kontinue* akan membahayakan kesehatan anak. Hasil-hasil perikanan pada umumnya memiliki bau yang khas dan ada beberapa yang berbau amis (Adawyah, 2007), bagi sebagian anak, ikan dan hasil perikanan lainnya merupakan produk yang tidak digemari karena bentuk dan bau yang dihasilkan.

Indonesia adalah negara kepulauan dan maritim yang mempunyai wilayah lautan lebih luas dari daratan. Indonesia merupakan salah satu produsen ikan dan hasil laut dunia. Ikan merupakan salah satu sumber protein yang sangat dibutuhkan oleh manusia, karena kandungan proteinnya tinggi, mengandung asam amino esensial, nilai biologisnya tinggi dan harganya lebih murah dibandingkan sumber protein lainnya. Kandungan protein pada daging ikan cukup tinggi yaitu mencapai 20% dan tersusun oleh sejumlah asam amino yang berpola mendekati pola kebutuhan asam amino di dalam tubuh manusia dan mempunyai nilai biologis (NB) yang tinggi sebesar 90% (Adawyah, 2018).

Pola makan yang baik akan menjaga dan memperbaiki kesehatan yang akhirnya akan meningkatkan penampilan dan kesejahteraan. Ikan memainkan peran penting dalam diet kesehatan karena kandungannya yang kaya akan protein berkualitas tinggi dengan asam amino esensial, mineral dan vitamin sedangkan minyak ikan sangat kaya kandungan asam lemak omega 3. Mengonsumsi dua ons ikan dalam sehari telah memenuhi separuh dari kebutuhan harian protein hewani (Fauzi,2012). Dengan fakta tersebut berbagai ahli kesehatan telah merekomendasikan untuk memperbanyak makan ikan.

Menurut Gerard Hornstra tahun 2005 pengaruh status asam lemak terhadap perkembangan mental anak-anak dan telah menemukan bukti jelas bahwa asam lemak jamak tidak jenuh esensial (*polyunsaturated fatty acids/PUFAs*), khususnya status DHA (*docosahexaenoic acid*), berpengaruh terhadap fungsi otak, aspek perilaku serta kemampuan kognitif. DHA adalah unsur utama pembangun struktur otak dan mempengaruhi fungsi otak kontrol syaraf motorik, dan penglihatan. Manusia tidak dapat memproduksi sendiri PUFAs. Dalam rangka memenuhi kebutuhan tubuh tersebut, manusia perlu menambahkan secara terus-menerus

dalam pola dietnya. Kemampuan kognitif anak-anak tidak berkorelasi dengan status DHA pada saat lahir, namun tetap ada kolerasinya dengan kemampuan motorik dan kecepatan reaksi terhadap stimulus optikal, wanita hamil sebaiknya makan ikan lebih banyak sehingga anaknya akan mulai makan ikan sejak usia sedini mungkin. Peningkatan konsumsi ikan juga berdampak pada peningkatan kesehatan dan kecerdasan manusia Indonesia. Penelitian tentang manfaat ikan telah banyak dilakukan dan menunjukkan hasil yang positif (Firlianty, 2018).

Untuk mempertahankan hidup, manusia membutuhkan makanan, terutama yang kaya akan zat gizi. Zat-zat gizi utama yang terkandung pada makanan yaitu protein, karbohidrat, asam lemak esensial, vitamin, mineral dan air. Selain mengandung zat gizi, makanan juga mengandung senyawa lain yang dikenal sebagai zat non-gizi atau zat-zat minor makanan seperti serat, enzim, pigmen dan sejumlah senyawa bermanfaat lainnya (Wirakusuma, 2002).

Secara garis besar komponen kimia buah dan sayuran terdiri dari air, karbohidrat, protein, vitamin dan mineral, serta sedikit lipid. Buah dan sayur mengandung air yang cukup tinggi, berkisar antara 80-90%. Karbohidrat dalam bentuk fruktosa dan glukosa banyak dijumpai pada kelompok buah, sedangkan pati dijumpai pada sayuran yang berasal dari umbi. Buah dan sayur mengandung protein dan asam amino yang relative cukup rendah sehingga tidak diposisikan sebagai sumber protein bagi manusia. Umumnya buah dan sayur dijadikan sebagai sumber vitamin dan mineral (Pardede, 2013). Masalah gizi dapat terjadi pada seluruh kelompok umur, bahkan masalah gizi pada suatu kelompok umur tertentu mempengaruhi status gizi pada periode siklus kehidupan berikutnya (Sriwahyuni dkk, 2013).

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu TK/PAUD NANDA Jl. Junjung Buih No. 1 Kelurahan Langkai, Kecamatan Pahandut Kota Palangka Raya. Sekolah ini memiliki jumlah siswa yang cukup banyak, di latar belakang sosial budaya, ekonomi yang berbeda. Berdasarkan survey awal dalam tahap persiapan di temukan permasalahan yang dihadapi oleh guru dalam meningkatkan kesadaran anak untuk mengenal makhluk hidup, peranan makhluk hidup dan lingkungan, dan manfaatnya bagi pertumbuhan dan tumbuh kembang anak, guru

kurang aktif dalam mengenalkan produk makanan sehat dengan produk olahan sendiri serta kurangnya kecintaan anak dalam menggemari produk olahan dari ikan dan sayuran yang bergizi.

Dengan adanya kegiatan edukasi ini, bertujuan untuk mengenalkan kepada anak, untuk mengetahui pentingnya peranan makhluk hidup bagi kehidupan, mengetahui makanan sehat yang bermanfaat dalam kandungan gizinya bagi tumbuh kembang anak. Sehingga diharapkan agar anak berusia dini dapat mengenal makhluk hidup dan manfaatnya bagi pertumbuhan serta menggemari produk olahan dari ikan dan sayuran yang bergizi.

METODE

Pelaksanaan Pengabdian

Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu tahap pertama, merupakan tahap persiapan, pada tahap ini melakukan survey pendahuluan untuk melihat kondisi di sekolah TK/PAUD Nanda. Dalam tahap ini permasalahan yang dihadapi oleh guru dalam meningkatkan kesadaran anak untuk mengenal makhluk hidup, peranan makhluk hidup dan lingkungan, dan manfaatnya bagi pertumbuhan dan tumbuh kembang anak, guru kurang aktif dalam mengenalkan produk makanan sehat dengan produk olahan sendiri serta kurangnya kecintaan anak dalam menggemari produk olahan dari ikan dan sayuran yang bergizi. Tahap kedua tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian, dalam tahap ini melakukan kegiatan edukasi kepada anak dan guru di sekolah dengan ceramah presentasi bercerita dengan memberikan video animasi yang menarik memperkenalkan peranan makhluk hidup dan kandungan gizinya, dan memberikan contoh makanan dan minuman yang bergizi berupa makanan dari produk olahan ikan dan susu. Tahap terakhir adalah evaluasi. Pada tahap ini evaluasi diberikan dengan menyimpulkan pemahaman murid dan guru ketika diberikan materi dengan metode ceramah mempresentasikan materi juga memberikan tayangan video animasi dilanjutkan dengan tanya jawab.

Tabel 1. Instrumen

Variabel	Indikator	Pernyataan
Ketrampilan berkomunikasi	Memahami komunikasi dan merespon pembicaraan dengan orang lain	<ol style="list-style-type: none">1. Anak dapat mendengarkan orang lain yang sedang berbicara2. Anak dapat mengucapkan nama, terima kasih, selamat pagi.3. Anak menunjukkan perasaan senang pada saat berbicara dengan orang lain.
Aktivitas anak	Memahami konsep materi peranan makhluk hidup melalui video animasi	<ol style="list-style-type: none">1. Anak mendengarkan penjelasan pemateri2. Anak melakukan perintah/ menjawab pertanyaan yang diberikan sesuai dengan pemahaman konsep materi3. Anak mampu berinteraksi dengan teman4. Anak terlibat aktif dalam kegiatan5. Anak terlihat senang pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung

Waktu dan Tempat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada Senin, 1 Oktober 2019 bertempat di TK/PAUD NANDA, Jl. Putri Junjung Buih No. 1 Kelurahan Langkai Kota Palangka Raya dengan jarak tempuh sekitar 4 Km dari kota Palangka Raya.

Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu berupa video animasi dan produk olahan berbahan dasar ikan dan sayuran serta buah-buahan untuk mendukung edukasi singkat serta produk olahan bergizi dari ikan dan sayuran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pada hari Selasa tanggal 1 Oktober 2019, dimulai pukul 08.00-09.30 WIB. Kedatangan tim kegiatan yang terdiri dari 3 orang dosen beserta 4 orang mahasiswa dari Universitas Palangka Raya disambut baik oleh kepala sekolah serta seluruh guru kelas. Kegiatan ini di hadiri oleh kepala sekolah TK/PAUD Nanda, guru dan murid kelas B berjumlah 20 orang. Berlangsungnya

kegiatan berjalan dengan lancar karena didukung dengan tercapainya indikator dalam memahami komunikasi dan merespon pembicaraan, memahami konsep materi peranan makhluk hidup. Hasil pelaksanaan kegiatan masyarakat ini yaitu untuk dapat memberikan edukasi kepada anak usia dini, agar dapat mengenal makhluk hidup dan manfaatnya bagi pertumbuhan serta menggemari produk olahan dari ikan dan sayuran yang bergizi.

Penyampaian materi mengenai peranan makhluk hidup dan nilai gizi dengan menayangkan video animasi singkat yang menarik minat anak-anak untuk menyaksikannya. Antusiasme anak-anak luar biasa besar, dibuktikan dengan instrumen yang digunakan dalam mengukurnya yaitu melihat keterampilan anak dalam berkomunikasi dan merespon pembicaraan dengan orang lain, dan aktivitas dalam pembelajaran, dimana anak-anak setelah menyaksikan video edukasi dan mendengarkan ceramah melalui cerita mereka dapat menjawab pertanyaan pemateri, banyak bertanya dan memberikan pendapatnya. Anak-anak dapat menyebutkan perbedaan makhluk hidup dan benda mati, menyebutkan karakteristik makhluk hidup, menyebutkan nama-nama makanan lauk pauk sayur buah dan minuman yang bernutrisi mengandung vitamin dan mineral, jajanan makanan yang sehat maupun yang tidak baik bagi tubuh. Anak-anak terlihat senang dengan pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan karena mereka diberikan contoh fakta yang ada di sekitar lingkungan (Gambar 1).



Gambar 1. Pemutaran Video Animasi dan Interaksi Dengan Anak Murid

Kesulitan dalam pelaksanaan kegiatan ini, karena faktor anak usia dini yang masih harus perlu diberikan pemahaman konsep materi dimana masing-masing anak berebut mengemukakan pendapatnya sehingga keadaan kelas yang ramai masih ada 4 orang anak yang belum memahami ciri dan sifat makhluk hidup, serta 6 anak yang sama sekali tidak menyukai sayur dan buah.

Kegiatan pengabdian ini dapat memberikan pemahaman konsep materi bagi anak-anak dengan cara penyampaian yang baru di kelas, sehingga pembelajaran lebih interaktif dan menyenangkan di kelas. Kegiatan ini juga memberikan contoh bagi Pihak Mitra di sekolah TK/PAUD Nanda bahwa anak-anak usia dini memiliki antusiasme belajar yang tinggi bila pembelajaran disertai dengan media interaktif seperti video animasi. Terjadinya Interaksi antara tim, guru kelas dan anak murid tercipta sangat baik sehingga suasana pembelajaran di kelas lebih hidup dan riang (Gambar 2). Kegiatan berikutnya dilanjutkan dengan santap bersama produk olahan ikan, sayur dan buah. Dengan memberikan contoh makanan yang bernutrisi dan sehat disesuaikan dengan penyajian yang menarik sehingga meningkatkan selera makan anak. Hal ini juga dilakukan untuk meningkatkan animo anak agar gemar makan makanan olahan yang bergizi, aman dan sehat serta berguna bagi tumbuh kembang anak.



Gambar 2. Interaksi Yang Dilakukan Tim, Guru Dan Siswa

SIMPULAN

Simpulan dari kegiatan ini adalah dapat mengenalkan kepada anak di sekolah mitra TK/PAUD Nanda pentingnya peranan makhluk hidup bagi kehidupan, juga mengenalkan produk makanan sehat yang bermanfaat dalam kandungan gizinya bagi tumbuh kembang anak. Sekolah mitra mendapatkan media pembelajaran interaktif video animasi mengenai peranan makhluk hidup dan kandungan gizinya terhadap tumbuh kembang anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawyah, R. (2007). *Pengolahan dan Pengawetan Ikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Adawyah, R. (2018). *Pengantar Teknologi Hasil Perikanan*. Lembang Mangkurat University Press.
- Firlianty & Silvester Benny P. (2018). Potensi puding ikan toman (*channa micropeltes*) dan ikan gabus (*channa striata*) untuk percepatan penyembuhan pada hewan uji tikus. *Jurnal Agribisnis Perikanan*, 11(2), 65-69
- Hornstra, G. (2005). *The impact of maternal nutrition on the offspring*. Switzerland: Karger.
- Muhibbin, S. (2007). *Pengertian, ciri-ciri dan karakteristik prestasi belajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Pardede, E. (2013). Tinjauan komposisi kimia buah dan sayur: peranan sebagai nutrisi dan kaitannya dengan teknologi pengawetan dan pengolahan. *Jurnal Visi*, 21(3).
- Sriwahyuni, Indriasari, R., & Salam. A. (2013). *Pola konsumsi buah dan sayur serta asupan zat gizi mikro dan serat pada ibu hamil di kabupaten Gowa*. (Online), (<http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5457/Jurnal%20MKMI.pdf?sequence=1>).
- Wirakusuma, E. S. (2002). *Buah dan sayur untuk terapi*. Jakarta: Penebar Swadaya.