

GAME EDUKASI GIZI SEIMBANG BAGI ANAK USIA SEKOLAH DI PENGUNGSIAN PUNCAK DAMAI, JEMAAT GPM WAAI KABUPATEN MALUKU TENGAH

Griennasty C. Siahaya¹, Grace .J. Wakanno ²

^{1,2} Universitas Kristen Indonesia Maluku

E-mail: griennastysiahaya@yahoo.com

ABSTRAK

Desa Waai merupakan salah satu desa di Kabupaten Maluku Tengah yang merasakan dampak akibat Gempa Bumi dengan skala 6.5 Magnitudo yang terjadi di Ambon dan Wilayah Seram pada Tanggal 26 September 2019. Dampaknya masyarakat harus hidup dan tinggal pada tempat pengungsian, karena kondisi rumah tidak memungkinkan untuk ditempati, dan secara khusus sangat berdampak pada anak-anak. Mereka mengalami trauma terhadap gempa yang terjadi yang diikuti dengan gempa susulan yang sudah mencapai 2.345 gempa di bulan November 2019. Kondisi ini menyebabkan aktivitas sehari-hari terganggu, bahkan sampai pada pola konsumsi makanan dalam keluarga dan anak. Terjadi ketidakseimbangan konsumsi karena pola makan yang terganggu dan tidak seimbang (kurang konsumsi buah dan sayur, banyak anak yang tidak sarapan pagi saat ke sekolah, atau ada yang hanya minum teh manis) terlebih banyak sekali bantuan berupa mie instant yang diterima oleh tiap-tiap kepala rumah tangga. Pasca gempa, anak-anak mengalami trauma sehingga membutuhkan penanganan trauma yang membantu mereka mengatasi kondisi trauma yang dialami. Selain itu kondisi sanitasi yang mulai memperhatikan, perilaku membuang sampah sembarangan, bahkan juga buang air besar (BAB) dan kurangnya aktivitas fisik karena rasa takut untuk bermain jauh dari lokasi pengungsian. Mencermati kondisi yang terjadi khususnya di lokasi Pengungsian Puncak Damai, maka Tim PkM mencoba melakukan intervensi bagi mereka bekerjasama dengan Mitra yakni pihak Jemaat GPM Waai. Intervensi yang dilakukan antara lain terkait dengan Gizi Seimbang, karena semua permasalahan tersebut dapat dilakukan intervensi dengan memperkenalkan gizi seimbang. Jenis intervensi yang dilakukan antara lain (1) penyuluhan untuk membuka wawasan dan pengetahuan anak-anak terkait gizi seimbang walaupun berada di lokasi pengungsian, (2) game edukasi gizi seimbang mencakup game Tumpeng Gizi Seimbang dan Game Lacak Kata Gizi selain untuk meningkatkan pengetahuan, game ini juga membantu mengatasi masalah trauma anak-anak, (3) pemberian makanan tambahan yang kaya gizi. Hasil yang diperoleh, setelah diberikan penyuluhan dan game edukasi gizi terjadi peningkatan pengetahuan anak-anak 85% meningkat (hasil post test), permasalahan trauma anak dapat tertangani lewat game yang dimainkan dan perbaikan atau pemulihan gizi anak melalui makanan tambahan yang diberikan. Luaran kegiatan ini telah dipublikasikan pada <https://terasmaluku.com/tag/griennasty-siahaya/> dan video yang telah di upload di Youtube https://www.youtube.com/watch?v=ppqy_6UrE0Y

Kata Kunci : Game Edukasi, Gizi Seimbang, Puncak Damai Jemaat GPM Waai, UKIM.

ABSTRACT

Waai Village is one of the villages in Central Maluku Regency which caused an earthquake with a magnitude of 6.5 magnitude that occurred in Ambon and the Seram Region on September 26, 2019. The impact is that the community must live and live in refugee camps, therefore no houses can be occupied, and in particular is very important in children. They changed the trauma of the earthquake that followed followed by aftershocks which had reached 2,345 earthquakes in November 2019. This condition caused disrupted daily activities, even to the pattern of food consumption in families and children. There is an imbalance in consumption due to unbalanced and unbalanced diet patterns (less consumption of fruits and vegetables, many children who don't eat breakfast when going to school, or some who only drink sweet tea) especially receive instant noodle received by every household. Post-earthquake, children who need trauma need trauma treatment that helps them overcome the trauma

that is needed. In addition to addressing issues relating to transportation, littering, avoiding defecation (BAB) and avoiding physical activity due to fear of playing away from the evacuation site. Observing the conditions that occurred at the Posko Puncak Damai Waai, the PkM team tried to intervene for those who are related to Partners with the GPM Waai Congregation. The interventions carried out are related to Balanced Nutrition, because all problems are carried out by the intervention by introducing balanced nutrition. The types of interventions carried out include (1) Renewal for children related to balanced diet with refugee locations, (2) balanced diet education games including Balanced Diet Tumpeng games and Nutrition Word Tracking Games in addition to increasing knowledge, this game also helps to overcome the trauma problem of children, (3) providing nutritionally rich food additives. The results obtained, after being given counseling and nutrition education games an increase in children's knowledge increased 85% (post test results), complications of child trauma can be handled through the game being played and the improvement or improvement of the nutrition of the children provided food. Output This activity has been approved on <https://terasmaluku.com/tag/griennasty-siahaya/> and the video has been uploaded on Youtube https://www.youtube.com/watch?v=ppqy_6UrEOY

Keywords: Educational Games, Balanced Diet, Puncak Damai GPM Waai Congregation, UKIM

PENDAHULUAN

Jemaat Gereja Protestan Maluku (GPM) Waai terletak di Negeri Waai Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah. Secara Geografis, batas-batas wilayah pelayanan Jemaat GPM Waai juga merupakan batas Wilayah Negeri Waai. Secara umum, Negeri Waai terletak pada jasilah Leihitu dari Pulau Ambon dengan jarak 29 km sebelah timur laut Kota Ambon dan 4 km sebelah tenggara dari Negeri Tulehu, pusat Kecamatan Saluhutu Kabupaten Maluku Tengah [1].

Pasca kejadian Bencana Alam Gempa Bumi berkekuatan 6,5 Magnitudo pada tanggal 26 September 2016 di Wilayah Pulau Ambon, Seram dan Pulau-pulau Lease salah satunya menimpa Desa/Negeri Waai dan menyebabkan semua masyarakat/jemaat Waai mencari lokasi yang lebih tinggi seperti bagian pegunungan dan lahan areal terbuka untuk mengungsi dikarenakan beberapa rumah yang retak bahkan hancur dan tidak layak ditempati. Gempa bumi yang terjadi tersebut masih diikuti gempa susulan sampai pada Sabtu 16 November 2019 pukul 18.00 WIT tercatat 2.345 gempa susulan [2] sehingga menyebabkan masyarakat masih bertahan di lokasi-lokasi pengungsian. Pemerintah Negeri/Desa telah melakukan pemetaan Posko Pengungsian yang mana di dalamnya pada juga merupakan bagian dari lokasi atau posko-posko pelayanan jemaat GPM. Pemetaan posko ini dilakukan berdasarkan titik-titik kumpul masyarakat saat mengungsi yang bertujuan juga mempermudah distribusi bantuan kepada masyarakat. Adapun jumlah posko pengungsi sebanyak 18 posko.

Posko Puncak Damai memiliki jumlah KK 105 dengan jumlah jiwa 335 orang. Puncak Damai merupakan salah satu lokasi yang cukup jauh dari pusat Posko pengungsian. Jumlah Bayi Balita dan anak usia sekolah cukup banyak yang sangat membutuhkan perhatian mengingat mereka adalah para generasi penerus bangsa. Masalah serius yang dihadapi masyarakat/jemaat Waai pasca gempa antara lain 1) aktivitas tidak berjalan sebagaimana mestinya, salah satunya aktivitas sekolah. Banyak anak-anak yang menghabiskan waktu di lokasi pengungsian dengan rasa takut dan trauma dengan kejadian yang masih menimpa mereka. 2) kondisi anak-anak baik balita maupun usia sekolah mulai sangat memprihatinkan, dimana mulai tidak berimbang asupan nutrisi yang disebabkan karena kondisi gempa yang berulang dan kesulitan dalam mengakses. Pola konsumsi yang tidak seimbang mencakup frekuensi makan, jenis dan jumlah yang tidak sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu cukup banyak bantuan yang diberikan berupa makanan instant (mie instant). Konsumsi mie

instant dengan nasi merupakan kebiasaan yang banyak dilakukan oleh masyarakat, dan umumnya sangat digemari karena akan sangat mengenyangkan perut. Tetapi pola konsumsi dua jenis makanan tersebut dalam waktu yang bersamaan dengan intensitas/frekuensi konsumsi yang sering akan berdampak jangka panjang yang memberikan efek tidak sehat bagi tubuh. Mie instant mengandung karbohidrat dari tepung yang diolah berulang, ditambah lagi dengan nasi putih yang mengandung karbohidrat. Bila dikonsumsi keduanya secara bersamaan akan berdampak tubuh dominan terisi karbohidrat yang akan diubah menjadi gula. Tingginya gula dalam tubuh akan mengonsumsi mie instant dan nasi secara bersamaan akan beresiko obesitas dan Diabetes Melitus Tipe 2 di usia dewasa, disbanding jika mengonsumsi sayur dan buah. Disamping itu masalah sanitasi lingkungan yang tidak begitu baik diakibatkan oleh intensitas curah hujan yang cukup tinggi, dan sampah yang tidak tertangani dengan baik.

Kondisi ini jika tidak diperhatikan secara baik, maka akan sangat berdampak pada status gizi dan kesehatan anak-anak, mengingat mereka adalah generasi penerus bangsa. Terlebih lagi, Negeri/Desa Waai merupakan desa dengan urutan kedua tertinggi di Maluku Tengah yang memiliki kejadian Balita Stunting yakni anak yang dalam pertumbuhannya berdasarkan panjang dan tinggi badan tidak sesuai dengan umur (Pendek dan Sangat Pendek) Tahun 2018 sebanyak 164 anak setelah Desa Wahai (urutan pertama) [3]. Stunting merupakan suatu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek pada usianya (kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah anak lahir, tetapi baru nampak setelah anak berusia 2 tahun). Stunting mempunyai pengaruh yang cukup kuat bagi pertumbuhan ekonomi dan kemiskinan. Anak yang menderita stunting cenderung memiliki produktivitas yang rendah kemampuan kognitif, motorik dan intelektual yang kurang optimal sehingga menurunkan produktivitas [4].

Berdasarkan hasil observasi masalah dan kondisi yang dialami oleh anak usia sekolah di tempat pengungsian pasca gempa bumi, maka kami Tim PkM mencoba melakukan intervensi bagi mereka bekerjasama dengan Mitra yakni pihak Jemaat GPM Waai, khususnya yang berada di tempat Pengungsian Puncak Damai. Intervensi berupa game edukasi merupakan metode yang tepat diberikan karena anak diberikan pemahaman dan meningkatkan pengetahuan mereka melalui permainan yang diberikan tentang gizi seimbang.

PERMASALAHAN PRIORITAS MITRA

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh tim PkM dengan mitra, diperoleh beberapa permasalahan yang dihadapi oleh kelompok anak-anak di Lokasi Pengungsian Puncak Damai antara lain :

1. Dampak akibat gempa bumi (26 September 2019) dialami oleh anak-anak (balita maupun usia sekolah) yang berimbas pada pola makan anak terganggu dan tidak seimbang dilihat dari frekuensi, jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi, terlebih banyak sekali bantuan berupa mie instant yang diterima oleh tiap-tiap kepala rumah tangga.
2. Pasca gempa, anak-anak bersama orangtua mengungsi ke lokasi pengungsian dengan mendirikan tenda seadanya, kondisi sanitasi yang buruk dan akan berdampak pada masalah kesehatan.
3. Anak-anak usia sekolah kurang mengonsumsi buah dan sayuran, pola sarapan pagi yang tidak baik (jenis yang didominasi teh manis hangat, frekuensi konsumsi tiap pagi yang jarang dilakukan, dan bahkan tidak mampu memenuhi kebutuhan energi anak untuk beraktifitas di pagi hari). Bahkan ditemui ada juga anak yang ke sekolah tidak sarapan.

4. Negeri Waai merupakan salah satu desa yang tinggi angka kejadian stunting pada Balita nomor dua di Kabupaten Maluku tengah setelah Desa Wahai.

Berdasarkan empat permasalahan diatas, maka solusi yang ditawarkan adalah sebagai berikut:

- 1) Penyuluhan terkait Gizi Seimbang dan IsiPiringku
- 2) Game Edukasi Gizi Seimbang, mencakup yel-yel Gizi antar kelompok, Game Tumpeng Gizi Seimbang (TGS) dan Game Lacak kata Gizi (peningkatan pengetahuan dan sekaligus penanganan trauma)
- 3) Penyuluhan terkait Sanitasi yang merupakan salah satu aspek atau point dalam Piramida Gizi Seimbang
- 4) Pemberian makanan tambahan Bubur Kacang Hijau Susu dan Roti Cokelat

METODE PELAKSANAAN

Langkah-langkah kegiatan PkM yang dilakukan ini diatur sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
 - a) Tim PkM mengadakan pertemuan dengan mitra untuk menyusun rencana dan jadwal kegiatan
 - b) Tim PkM mempersiapkan kuisioner dan materi penyuluhan (poster mini gizi seimbang dan poster isipiringku)
 - c) Tim PkM merancang dan membuat peralatan dan bahan yang akan digunakan untuk Game Edukasi Gizi Seimbang (Papan Gizi Seimbang, Poster IsiPiringku)
 - d) Tim PkM menyiapkan bahan dan membuat makanan tambahan yang akan diberikan pada Balita dan anak-anak usia sekolah.
 - e) Tim PkM menyiapkan hadiah bagi pemenang untuk ke-3 kelompok dan Hadiah Piring Isi Piringku bagi salah satu anak yang dapat menyimpulkan kegiatan Edukasi Game Gizi Seimbang
2. Tahap Pelaksanaan
 - a) Kegiatan pertama yang dilakukan adalah pengenalan yang dilakukan oleh Tim PkM yang selanjutnya disampaikan maksud dan tujuan dilaksanakan kegiatan PkM di Lokasi Pengungsian Puncak Damai dengan sasaran Anak Usia Sekolah. Setelah pengenalan yang dilakukan oleh Tim PkM, selanjutnya dilanjutkan dengan doa mengawali kegiatan tersebut. Doa dibawakan oleh salah satu anak yang adalah peserta kegiatan yang bersedia. Setelah berdoa dilanjutkan dengan pengenalan dari pihak Mitra dimana masing-masing anak-anak yang hadir diminta menggunakan papan nama yang dibuat dari kertas warna-warni dan digantung di leher, kemudian masing-masing anak memperkenalkan diri dan mengisi daftar hadir. Anak-anak juga diarahkan untuk mengisi kuisioner khususnya bagi yang sudah bisa bacatulis.
 - b) Selanjutnya, anak-anak diajarkan beberapa lagu tentang gizi seimbang oleh Mahasiswa yang juga Tim dalam PkM sambil Tim yang lain mempersiapkan peralatan untuk penyuluhan dan game.
 - c) Kegiatan penyuluhan selanjutnya diberikan kepada anak-anak di lokasi pengungsian. Materi penyuluhan yang diberikan terkait dengan Tumpeng Gizi Seimbang, dan isi piringku. Media yang digunakan dalam bentuk bagan tumpeng gizi seimbang, brosur kesehatan yang dibuat menarik bagi anak-anak, dan juga poster.
 - d) Setelah memberikan penyuluhan, kegiatan selanjutnya adalah game gizi seimbang. Sebelum game dimainkan, anak-anak dibagi kedalam tiga kelompok yang terdiri dari

Kelompok I “Karbohidrat”, Kelompok II “Protein” dan Kelompok III “Lemak”. Setiap kelompok dimintakan untuk membuat Yel-yel Gizi dan dinyanyikan mengawali game maupun saat game berlangsung. Yel-yel kelompok ini bertujuan untuk melihat sejauh mana kreatifitas anak-anak dalam kelompok. Yel-yel yang terbaik akan dinilai dan scorenya akan diakumulasi bersama nilai score game yang lain.

- e) Selanjutnya masuk pada permainan gizi seimbang. Game yang dimainkan terdiri atas dua, yakni Game Tumpang Gizi Seimbang dan Lacak Kata Gizi. Dalam game tumpang gizi seimbang ini, anak-anak akan diberikan gambar jenis bahan/jenis makanan, aktifitas fisik, sanitasi yang merupakan bagian-bagian yang terdapat dalam tumpang gizi seimbang yang selanjutnya harus dilacak dalam kotak yang disediakan dan ditempel pada tumpang gizi seimbang yang masih kosong.
 - f) Permainan selanjutnya adalah “Lacak Kata Gizi”. Dalam permainan ini, Tim PkM dalam hal ini yang memandu/memimpin permainan akan membaca narasi kalimat atau arti dari suatu kata, dan selanjutnya kata tersebut akan dilacak oleh anak-anak dari masing-masing kelompok. Pertanyaan yang diberikan masih seputar gizi seimbang dan isipiringku.
 - g) Setelah selesai, akan dibacakan skor atau hasil dari masing-masing kelompok dan ditentukan Juara I, II dan III. Masing-masing kelompok akan diberikan Hadiah.
 - h) Diakhir permainan, diminta perwakilan anak-anak yang bersedia untuk membuat satu kesimpulan secara menyeluruh terkait dengan kegiatan Game Edukasi Gizi Seimbang ini. Sejauh mana pengetahuan yang boleh diperoleh dari Game ini. Anak yang mampu membuat kesimpulan dengan baik akan diberikan hadiah berupa satu buah piring gizi yakni piring “IsiPiringku”.
 - i) Selesai kegiatan bermain dan belajar lewat “game edukasi gizi seimbang” dilanjutkan dengan Pemberian Makanan Tambahan bagi anak-anak di tempat pengungsian.
3. Tahap Evaluasi
- a) Evaluasi kegiatan PkM dilakukan untuk melihat tingkat keberhasilan dan keberlanjutannya dari kegiatan pengabdian yang sudah dilakukan
 - b) Evaluasi yang dilakukan berupa post test dan mereview kembali dengan cara meminta anak-anak untuk menyimpulkan apa yang telah didapat pada saat kegiatan.

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Kegiatan PkM Game Edukasi Game Gizi dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 17 Oktober 2019 dengan sasaran mitra adalah anak-anak usia sekolah yang berada di lokasi pengungsian Puncak Damai Jemaat GPM Waai. Adapun gambaran hasil yang diperoleh dan luaran dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1. Pelaksanaan Penyuluhan Terkait Gizi Seimbang, memperkenalkan Tumpang Gizi seimbang, dan IsiPiringku.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan doa yang dibawakan oleh salah satu anak di lokasi pengungsian dan perkenalan oleh masing-masing anak yang hadir. Setiap anak menggunakan papan nama yang digantung di leher dan memperkenalkan diri mereka (Gambar 1a, 1b).

Gambar 1. Pembukaan Kegiatan PKM (a. Doa; b. Perkenalan & Pretest-Posttest)



Adapun anak-anak yang hadir dalam kegiatan PkM ini tidak hanya anak usia sekolah, ada juga anak Balita yang masih tergolong dalam usia prasekolah. Sebelum diberikan penyuluhan dan melakukan permainan game edukasi gizi seimbang, dilakukan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan anak-anak di lokasi pengungsian Puncak Damai. Pretest dilakukan pada 27 anak yang bisa baca dan tulis dari 50 anak yang hadir.

Hasil pretest untuk mengukur gambaran pengetahuan anak-anak dilokasi pengungsian Puncak Damai Waai dapat dilihat pada Tabel 1 dan dapat digambarkan juga dalam *pie chart* yang terlihat di dalam Gambar 2 dibawah ini :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pretest Pengetahuan Gizi Seimbang

Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang	Pretest	
	n	%
Baik $\geq 50\%$	6	22%
Kurang $<50\%$	21	78%
Total	27	100%

Gambar 2. Pretest Pengetahuan Gizi Seimbang



Berdasarkan Tabel 1 dan Gambar 2, dapat dilihat bahwa dari 27 anak yang diberikan 10 pertanyaan pretest tentang gizi seimbang, didapati sebanyak 21 (78%) anak memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi seimbang sedangkan 6 (22%) anak memiliki pengetahuan yang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa anak-anak dilokasi pengungsian Puncak Damai masih banyak yang belum mengenal tentang gizi seimbang, baik terkait apa

itu gizi seimbang, komponen tumpeng gizi seimbang bahkan juga terkait isi piringku.

Kegiatan penyuluhan tentang gizi seimbang selanjutnya diberikan kepada anak-anak. Penyuluhan yang kami berikan pertama terkait dengan pengertian gizi seimbang, empat pilar gizi seimbang yakni a) Mengkonsumsi anekaragam pangan; b) membiasakan perilaku hidup sehat, c) melakukan aktivitas fisik, dan d) Memantau berat badan (BB) secara teratur. Empat pilar ini kami sebutkan dan kami ajarkan dalam bentuk lagu dan peragaan gaya yang dilakukan oleh Tim PkM yakni kakak-kakak mahasiswa. Melalui lagu, diharapkan anak-anak akan mudah mengingat, bahkan setelah di rumah mereka bisa searching atau mendownload by Youtube. Setelah anak-anak menguasai lagu 4 pilar gizi seimbang, selanjutnya Tim menjelaskan 10 pesan gizi seimbang yang perlu mereka ketahui, antara lain : 1) Syukuri dan nikmati anekaragam pangan; 2) Banyak Makan sayuran dan cukup buah-buahan; 3) Biasakan mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi; 4) Bisakan mengkonsumsi anekaragam makanan pokok; 5) Batasi Konsumsi Pangan Manis, asin dan berlemak; 6) Biasakan sarapan; 7) Biasakan minum air putih yang cukup dan aman; 8) Biasakan membaca label pada kemasan pangan; 9) Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir; 10) Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan BB normal [5].

Terkait dengan pesan gizi seimbang, terjadi tanya jawab dalam kegiatan penyuluhan dimana Tim menanyakan kepada anak-anak yang hadir tentang sikap dan tindakan anak-anak dalam pola makan mereka, tentang apa yang dikonsumsi sehari-hari, baik sebelum maupun setelah berada di lokasi pengungsian dan hasil yang diperoleh ternyata banyak anak yang tidak menyukai konsumsi sayur dan buah. Bahkan ketika ditanya terkait dengan konsumsi mie instant, anak-anak tersebut dengan sontak mengatakan mereka sangat menyukai mie instant. Walaupun beberapa diantara mereka ada yang mengemukakan, kalau orang tua mereka akan marah kalau terlalu banyak mengkonsumsi mie instant. Selain itu, kami juga menanyakan terkait dengan kebiasaan mencuci tangan memakai sabun, umumnya banyak anak yang telah menerapkan kebiasaan/perilaku CTPS. Akan tetapi ada beberapa anak yang mengemukakan ketika berada di lokasi pengungsian, kebiasaan itu tidak bisa dilakukan dengan baik karena harus menyesuaikan dengan kondisi.

Selanjutnya tim memberikan solusi terkait konsumsi yang tepat dengan porsi baik jumlah dan jenis yang tepat dengan menggunakan slogan “isi piringku”. Tim PkM selanjutnya memperkenalkan tumpeng gizi seimbang dan bagian-bagiannya, serta porsi dari tiap bagian yang harus dikonsumsi. Media tumpeng gizi seimbang dan kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada Gambar 3.

Gambar 3. Media dan Kegiatan Penyuluhan Piramida Gizi Seimbang; Poster Gizi Seimbang; PenyuluhanTGS; Memperkenalkan Isi Piringku



2. Pelaksanaan Kegiatan Game Edukasi “Tumpeng Gizi Seimbang” dan Lacak Kata Gizi

Setelah mendapatkan penyuluhan dilanjutkan kegiatan selanjutnya yakni game edukasi gizi seimbang. Game ini terdiri dari dua game, yakni : a) Game Piramida Tumpeng Gizi Seimbang (TGS), dan 2) Game lacak kata. Dalam memainkan game ini, peserta dibagi kedalam 3 kelompok dan dipilih ketua kelompok. Kelompok-kelompok tersebut diberi nama sesuai dengan tema permainan yakni kelompok karbohidrat, protein dan lemak. Setiap kelompok diberikan waktu 10 menit untuk membuat dan menyanyikan yel-yel kelompok dengan memasukkan kata-kata yang berhubungan dengan gizi dalam yel-yel tersebut. Kelompok yang mendapatkan penampilan terbaik terkait Yel-yel gizi adalah dari kelompok Protein. Masing-masing kelompok akan diminta untuk menyanyikan yel- yel dalam setiap jeda permainan. Yel-yek ini bertujuan meningkatkan kreatifitas anak dan kerjasama kelompok dengan tetap mengacu pada topik kegiatan yakni terkait gizi seimbang.

a) Game PiramidaTGS

Permainan ini dimainkan dengan cara memperhatikan instruksi gambar bahan pangan/makanan/kegiatan yang ditunjukkan oleh Tim PkM, kemudian masing-masing kelompok harus berdiskusi letak atau posisi gambar tersebut merupakan bagian komponen yang mana dari piramida TGS. Selanjutnya ketua kelompok yang akan lari dan melacak gambar serta menempelnya pada piramida TGS.

Game ini diberikan kepada anak-anak bertujuan mempermudah mereka dalam menguasai terkait dengan Gizi Seimbang melalui TGS yang awalnya telah diberikan dalam penyuluhan. Game ini juga menjadi faktor penentu dalam evaluasi terkait keberhasilan penyuluhan yang baru diberikan beberapa saat sebelum game dimainkan. Hasilnya juga sangat memuaskan karena dari 20 gambar yang diberikan, hampir semua kelompok dapat menjawab dengan menempel pada posisi yang tepat (Gambar 4). Permainan ini dimenangkan oleh kelompok Protein dengan Score 700, dan diikuti kelompok Lemak dengan score 600 dan kelompok karbohidrat dengan dengan score 500.

Gambar 4. Game TGS



b) Game Lacak Kata Gizi

Permainan ini dimainkan dengan cara memperhatikan dan mendengar dengan baik pertanyaan yang disampaikan oleh Tim PkM, selanjutnya masing-masing kelompok mendiskusikan jawabannya. Dan ketika diminta kelompok untuk melacak jawaban, maka perwakilan kelompok dalam hal ini ketua harus berlari menuju ke arah kotak masing-masing yang telah tertulis nama kelompok untuk melacak kata dan berlari kembali ke arah kelompok

dan memasukkan kata tersebut ke dalam kota yang ada nama kelompok masing-masing (Gambar 5).

Gambar 5. Game Lacak Kata Gizi



Game lacak kata gizi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peserta/anak-anak ini mampu bekerjasama didalam kelompok untuk menemukan jawaban dari tiap pertanyaan yang diberikan. Beberapa pertanyaan yang diberikana misalnya “Di dalam tumpeng gizi seimbang, ada 3 jenis batasan dalam konsumsi pangan yang didalam TGZ berada apada posisi paling diatas atau puncak. Salah satu jenis ini dapat berdampak obesitas dan diabetes mellitus pada usia lanjut. Jenis bahan ini memiliki rasa yang manis, lacak katanya”. Game ini dimenangkan oleh kelompok Karbohidrat dengan score/nilai akhir 900, diikuti kelompok Lemak dengan score/nilai 600 dan kelompok protein 200.

3. Penyampaian Pemenang, Poste test, kesimpulan kegiatan dan penverahan hadiah

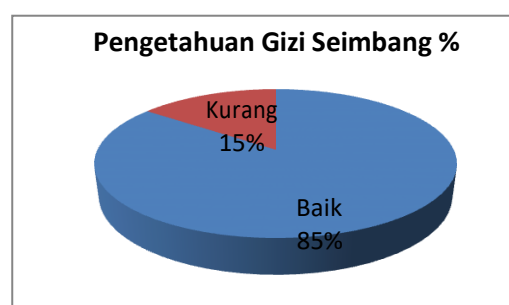
Setelah kedua permainan dimainkan, sampailah pada akhir dari kegiatan yakni penyampaian kelompok pemenang yang memiliki score atau jumlah tertinggi. Hasil akumulasi dari game pertama dan kedua serta yel-yel, maka game edukasi gizi ini dimenangkan oleh kelompok Karbohidrat dengan total score yang diperoleh 1400, diiikuti juara II kelompok Lemak 1200, dan kelompok Protein 1000.

Sebelum dilakukan pembagian hadiah, dimintakan anak-anak untuk mengisi lembar post test. Hasil Post test diperoleh bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anak-anak di lokasi pengungsian yang dapat dilihat pada Tabel 2 dan Gambar 6.

Tabel 3.2. Distribusi Frekuensi Posttest Pengetahuan Gizi Seimbang

Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang	Post test	
	n	%
Baik $\geq 50\%$	23	85%
Kurang $<50\%$	4	15%
Total	27	100%

Gambar 6. Post test Pengetahuan Gizi Seimbang



Berdasarkan Tabel 2 dan Gambar 6, dapat dilihat bahwa dari 27 anak yang diberikan 10 pertanyaan post test tentang gizi seimbang, didapati sebanyak 23 (85%) anak telah

memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi seimbang dan masih 4 (15%) anak yang pengetahuan gizi seimbang masih kurang. Hasil ini dibandingkan dengan hasil pretest terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan anak-anak di lokasi pengungsian yang awalnya pengetahuan tentang gizi seimbang masih berkisar 22% anak yang tahu terkait gizi seimbang meningkat menjadi 85% anak yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi seimbang dengan tingkat pengetahuan $\geq 50\%$.

Salah satu jenis evaluasi yang dilakukan juga kepada anak-anak di lokasi pengungsian Puncak Damai Waai adalah dengan meminta anak-anak untuk dapat membuat suatu kesimpulan terkait dengan apa yang telah mereka dapat dari kegiatan ini, gambaran pengetahuan apa yang telah mereka peroleh, hal-hal baru apa yang telah mereka pelajari lewat penyuluhan yang diberikan maupun game yang dimainkan. Dari kesemuannya didapati salah satu anak bernama “Arnold” yang dengan sangat baik mengungkapkan rasa bahagia dan terima kasihnya terkait dengan kehadiran Tim PkM UKIM yang telah hadir dengan kegiatan game edukasi gizi, karena selain bermain menghilangkan trauma mereka terkait bencana yang dialami, mereka juga mendapatkan pengetahuan terkait gizi. Selanjutnya Arnold mulai menguraikan dan menjelaskan bahwa awalnya Arnold telah mendengar tentang apa itu gizi seimbang di sekolah, tetapi belum secara detail bahkan pilar-pilar dari gizi seimbang dan komponen dalam TGS belum tahu. Terlebih lagi terkait slogan “isi piringku”. Arnold kemudian menyebutkan 4 pilar dari gizi seimbang, menjelaskan tentang isi piringku dan bagian-bagian dari TGS. Untuk memberikan apresiasi atas keberanian dan kemampuan Arnold untuk tampil dan merangkum kegiatan dari Tim PkM, maka Arnold diberikan Hadiah 1 buah Isi Piringku. Pemberian hadiah dilanjutkan juga kepada ketiga kelompok yang telah bermain dalam game edukasi gizi seimbang, yakni kelompok Karbohidrat, Lemak dan protein (Gambar 7).

Gambar 7. Penyerahan Hadiah



4. Pemberian Makanan Tambahan

Akhir dari kegiatan ini adalah dilakukannya pemberian makanan tambahan kepada anak-anak di lokasi pengungsian Puncak Damai Waai. Pemberian makanan tambahan ini bertujuan untuk memperbaiki asupan gizi anak-anak dengan pemberian makanan tinggi kalori dan protein yakni bubur kacang jikau susu dan roti (roti pisang dan roti coklat). Makanan Tambahan ini tidak hanya diberikan pada anak-anak saja, tetapi juga bagi para ibu hamil yang saat itu ada hadir mendampingi anak mereka, dan juga para lansia yang mengantarkan cucu untuk mengikuti kegiatan edukasi game gizi seimbang. Adapun gambaran kegiatan pemberian makanan tambahan dapat dilihat pada Gambar 8.

Gambar 8. Lokasi Pengungsian Puncak Damai Negeri Waai



Luaran yang dicapai dari kegiatan PkM ini berupa peningkatan pengetahuan 85% anak-anak usia sekolah yang berada di lokasi Pengungsian Puncak Damai Negeri Waai. Hasil ini sangat memuaskan karena terjadi peningkatan pengetahuan bagi anak-anak seperti yang diharapkan. Dengan pengetahuan tentang gizi seimbang yang baik ini, maka mereka bisa menjadi anak-anak yang sadar gizi dan tumbuh menjadi anak yang cerdas dan dapat memajukan Bangsa dan Negara. Selain pengetahuan, luaran berupa publikasi pada media massa online Teras Maluku dapat diakses di Link <https://terasmaluku.com/tag/griennasty-siahaya/> dan Video kegiatan di YouTube https://www.youtube.com/watch?v=ppqy_6UrEOY

Gambar 9. Foto bersama dengan anak-anak di Lokasi Pengungsian Puncak Damai Jemaat GPM Waai



PENUTUP

Demikian kegiatan PkM-Game Edukasi Gizi Seimbang Bagi Anak Usia Sekolah Di Tempat Pengungsian Puncak Damai Jemaat GPM Waai Kabupaten Maluku Tengah dapat dilaksanakan oleh Tim PkM Universitas Kristen Indonesia Maluku (UKIM) Ambon dengan Mitra Jemaat GPM Waai. Diharapkan kepada pihak-pihak terkait, misalnya Jemaat GPM Waai, Pemerintah Desa (Negeri) Waai, dan Perguruan Tinggi yang terlibat dapat menindaklanjuti kegiatan-kegiatan seperti ini kepada jemaat/warga masyarakat yang lain sehingga dapat meningkatkanderajat kesehatan masyarakat

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami Tim PkM UKIM yang terdiri dari Griennasty C. Siahaya, STP, M.Si (Ketua) dan Grace .J. Wakanno, S.Kp, M.Kep (Anggota) mengucapkan Terima Kasih kepada Universitas Kristen Indonesia Maluku (UKIM) melalui Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPM) yang telah membiayai kegiatan PkM Mandiri serta Mitra dari Jemaat GPM Waai yang telah berpartisipasi menyukseskan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Renstra Jemaat GPM Waai, 20018
2. Info Bencana Alam. Akses 17 November 2019. <http://m.facebook.com/groups/238210496579828?view=permalink&id=908607982873406>
3. Dinas Kesehatan Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku. 2018, Laporan cakupan Pelayanan Pengukuran TB/U (Stunting).
4. Mitra. 2015. Permasalahan Anak Pendek (*Stunting*) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya *Stunting* (*Suatu Kajian Kepustakaan*). LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru. Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol 2, No. 6, Mei 2015.254-261
5. Kementerian Kesehatan RI. 2015. Pedoman GiziSeimbang.
6. Kementerian Kesehatan. 2018. Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kesehatan. Buletin Jendela dan Informasi Kesehatan. ISSN 2088-270x.Jakarta
7. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Program prioritas tahun 2010-2014 dan capaian program 100 hari. Jakarta.