



Pemberian Makanan Bergizi Berupa Olahan Daging Sapi kepada Anak-Anak Dusun Toinaman Pulau Moa

Providing Nutritious Food in the Form of Processed Beef to Children of Toinaman Hamlet, Moa Island

Asmirani Alam^{1*}, Ratnah Kurniati MA², Sitti Fatimah Kamaruddin³, Lestari⁴, Edy Sony⁵, Sigit Sugiarto⁶, Dian Rubiana Suherman⁷, Juwaher Makatita⁸, Arnold I. Kewilaa⁹, Ingrid Welerubun¹⁰, Jecklin M. Lainsamputty¹¹, Micael Ririhena¹²

¹⁻¹²Program Studi Diluar Kampus Utama (PSDKU), Universitas Pattimura, Indonesia
asmirani.alam24@gmail.com^{1*}

Alamat: 85WW+573, Jl. Ir. M. Putuhena, Poka, Kec. Tlk. Ambon, Kota Ambon, Maluku

Korespondensi penulis: asmirani.alam24@gmail.com

Article History:

Received: Agustus 21, 2024;

Revised: September 07, 2024;

Accepted: September 21, 2024;

Published: September 24, 2024;

Keywords:

Toinaman Hamlet, nutritional fulfillment, children's nutrition.

Abstract: Toinaman Hamlet is located on Moa Island, the condition of the hamlet is remote, limited infrastructure, minimal access to basic services and is an isolated hamlet. Most of the residents in this hamlet are very dependent on the weather and natural products to survive. When natural conditions are unfavorable, such as storms, drought or rough seas, their source of livelihood is significantly disrupted. This of course greatly affects the ability of local hamlet communities to be able to meet their nutritional food needs, especially to fulfill their children's nutrition. Fulfilling nutrition for children in rural areas often faces its own challenges, especially related to access to a variety of nutritious foods. Some common problems include limited food ingredients, traditional diets that may lack diversity, and limited knowledge about nutrition. One source of nutritious food that is important for health is beef. Beef is a good source of protein for children because it contains many important nutrients such as iron, zinc and vitamin B12, all of which support their growth and development. The PKM activity carried out is in the form of providing nutritious food in the form of processed beef to the children of Toinaman Hamlet, Moa Island. The aim is to improve the nutrition of the hamlet children, prevent malnutrition and nutritional deficiencies and support the growth and development of the children of Toinaman Hamlet, Moa Island. The food products provided are food products made from beef, namely rendang products.

Abstrak

Dusun Toinaman terletak di Pulau Moa, kondisi dusun terpencil, keterbatasan infrastruktur, minimnya akses terhadap layanan dasar serta menjadi dusun yang terisolir. Sebagian besar penduduk di dusun ini sangat bergantung pada cuaca dan hasil alam untuk bertahan hidup. Ketika kondisi alam tidak mendukung, seperti badai, kekeringan atau laut yang berombak maka sumber mata pencaharian mereka pun terganggu secara signifikan. Hal ini tentu sangat mempengaruhi kemampuan masyarakat dusun setempat untuk dapat memenuhi kebutuhan pangan yang bergizi, terutama untuk pemenuhan gizi anak-anak mereka. Pemenuhan gizi anak-anak di pedesaan seringkali menghadapi tantangan tersendiri, terutama terkait dengan akses terhadap makanan bergizi yang bervariasi. Beberapa masalah umum meliputi keterbatasan bahan pangan, pola makan tradisional yang mungkin kurang beragam, serta keterbatasan pengetahuan tentang nutrisi. Salah satu sumber makanan bergizi yang penting bagi kesehatan adalah daging sapi. Daging sapi adalah sumber protein yang baik untuk anak-anak karena mengandung banyak nutrisi penting seperti zat besi, zink dan vitamin B12, yang semuanya mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka. Kegiatan PKM yang dilakukan ini berupa kegiatan pemberian makanan bergizi berupa olahan daging sapi kepada anak-anak Dusun Toinaman Pulau Moa ini bertujuan untuk meningkatkan gizi anak-anak dusun, mencegah malnutrisi dan defisiensi zat gizi serta mendukung pertumbuhan

dan perkembangan anak-anak dusun Toinaman Pulau Moa. Produk makanan yang diberikan adalah produk makanan yang berbahan dasar daging sapi yaitu berupa produk rendang.

Kata Kunci: Dusun Toinaman, pemenuhan gizi, gizi anak-anak.

1. PENDAHULUAN

Makanan bergizi merujuk pada makanan yang mengandung semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh untuk mendukung fungsi fisiologis, pertumbuhan kesehatan secara keseluruhan. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2019), makanan yang bergizi adalah makanan yang memenuhi kriteria gizi seimbang, yang mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang sesuai. *World Health Organization* (WHO) juga menekankan pentingnya mengonsumsi makanan yang bervariasi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Pemenuhan gizi yang seimbang dan memadai harus menjadi prioritas dalam setiap kebijakan kesehatan, terutama untuk mengurangi prevalensi malnutrisi di masyarakat. Upaya yang dilakukan oleh pemerintah dan lembaga internasional untuk mempromosikan gizi seimbang dan memperbaiki status gizi masyarakat perlu didukung secara konsisten agar tercapai generasi yang sehat dan produktif.

Pentingnya kebutuhan gizi pada anak berpengaruh pada kebutuhan gizi yang akan digunakan secara efisien, untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan pergerakan aktivitas (Almatseir, 2009). Gizi merupakan sari-sari makanan yang bermanfaat bagi kesehatan. Adapun contoh dari zat gizi antara lain adalah karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, air dan serat (Syahril dkk, 2016). Gizi sangat diperlukan oleh tubuh karena berfungsi sebagai faktor pertumbuhan dan perkembangan serta tingkat kognitif seseorang (Aulia, 2022). Masalah gizi yang paling sering ditemukan di Indonesia yaitu kekurangan energi protein, vitamin A, yodium, zat besi dan gizi lebih atau obesitas (Kemenkes, 2019).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak adalah faktor gizi. Kekurangan gizi pada anak dapat menyebabkan terlambatnya pertumbuhan sehingga anak akan rentan terinfeksi serta pada akhirnya dapat menghambat perkembangan anak. Oleh karena itu, anak perlu memperoleh gizi dari makanan sehari-hari dalam jumlah yang tepat dan berkualitas baik. Salah satu zat gizi yang paling penting untuk mendukung anak bertumbuh kembang dengan optimal di usia dini adalah protein. Protein adalah zat pembangun yang penting dalam siklus kehidupan manusia. Manfaat kandungan protein bagi kesehatan dan pertumbuhan anak adalah untuk meningkatkan metabolisme tubuh, mendukung pertumbuhan, membantu memperbaiki jaringan tubuh, menstimulasi produksi zat yang diperlukan tubuh dan mendukung asupan energi.

Kekurangan protein dalam taraf ekstrem dapat mengganggu pertumbuhan serta perkembangan anak dan membuat anak rentan terkena penyakit. Jika dibandingkan dengan orang dewasa, anak-anak membutuhkan lebih banyak protein per kilogram berat badannya (Rahayu dkk, 2023). Daging sapi merupakan komoditi peternakan yang menjadi salah satu sumber protein hewani (Nguju et al., 2018). Daging sapi yang menjadi sumber protein hewani dapat dibuat berbagai produk pangan. Produk pangan yang terbuat dari daging sapi antara lain bakso, nugget, abon sosis, rendang, dendeng dan lain sebagainya (Susanti dkk, 2021).

Kegiatan PKM berupa kegiatan pemberian makanan bergizi berupa olahan daging sapi kepada anak-anak Dusun Toinaman Pulau Moa ini bertujuan untuk meningkatkan gizi anak-anak dusun, mencegah malnutrisi dan defisiensi zat gizi serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak dusun Toinaman Pulau Moa. Produk makanan yang diberikan adalah produk makanan yang berbahan dasar daging sapi yaitu berupa produk rendang. Rendang merupakan masakan khas Minang dan menjadi favorit hampir seluruh masyarakat di Indonesia. Namun demikian bagi anak-anak masih banyak yang belum akrab atau terbiasa dengan masakan tersebut. Pada umumnya, rendang hanya bisa dinikmati oleh kalangan remaja sampai dewasa saja, sedangkan rendang memiliki image sebagai makanan yang pedas dan kurang menarik sehingga tidak diminati oleh anak-anak. Oleh karena itu, melalui kegiatan ini mulai diperkenalkan produk rendang untuk anak yang memiliki rasa yang tidak pedas, bergizi, lebih gurih, meskipun tanpa bahan MSG. Melalui kegiatan pemberian makanan bergizi seperti olahan daging sapi tidak hanya memiliki dampak positif langsung pada kesehatan anak-anak, tetapi juga dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan masyarakat dusun secara keseluruhan. Dengan program yang berkelanjutan dan terpadu, kesejahteraan anak-anak akan menjadi fondasi yang kuat bagi kemajuan dusun Toinaman secara menyeluruh.

2. METODE

Kegiatan pemberian makanan bergizi berupa olahan daging sapi kepada anak-anak Dusun Toinaman Pulau Moa dilaksanakan pada tanggal 20 Juli 2024. Tempat pelaksanaan di rumah Kepala Dusun Toinaman dan terdapat 35 anak-anak dusun yang hadir. Anak-anak yang hadir ini memiliki rentang umur yang beragam, mulai dari umur 5 tahun hingga 13 tahun. Sebelum melakukan kegiatan ini, tim yang terdiri dari beberapa dosen dan mahasiswa PSDKU melakukan koordinasi dengan Kepala Dusun Toinaman, Bapak Silas Tutupahar. Koordinasi dilakukan agar kegiatan pemberian makanan berjalan dengan lancar, sesuai dengan kebutuhan anak-anak, dan melibatkan Kepala Dusun untuk memastikan partisipasi dan dukungan dari masyarakat setempat. Hal ini juga dimaksudkan agar dapat memastikan distribusi makanan

dilakukan secara adil dan terorganisir, serta memperhatikan kondisi dan kebutuhan lokal.

Kegiatan ini diselenggarakan oleh tim PKM yang terdiri dari beberapa orang dosen dan melibatkan mahasiswa serta merupakan inisiatif bersama. Kolaborasi antara dosen dan mahasiswa dalam kegiatan ini bertujuan untuk memberikan manfaat untuk anak-anak dusun pada khususnya dan masyarakat pada umumnya, sekaligus menjadi bagian dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun dana kegiatan ini berasal dari swadaya para dosen yang tergabung dalam tim PKM. Produk makanan yang diberikan adalah produk makanan yang berbahan dasar daging sapi yaitu berupa produk rendang. Rendang dimasak sendiri dengan tujuan memastikan nilai gizinya tetap terjaga dan makanan tersebut steril serta aman untuk dikonsumsi oleh anak-anak Dusun Toinaman. Hal ini menunjukkan perhatian khusus terhadap kesehatan dan kualitas makanan yang diberikan.

3. HASIL

Pelaksanaan kegiatan PKM (Pengabdian Kepada Masyarakat) berupa pemberian makanan bergizi berupa olahan daging sapi kepada anak-anak Dusun Toinaman Pulau Moa bertujuan untuk meningkatkan status gizi anak-anak, memberikan asupan bergizi yang kaya protein dan nutrisi penting yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, mengedukasi tentang pentingnya makanan sehat, membantu pemenuhan kebutuhan pangan serta dapat mempererat hubungan dengan masyarakat lokal. Kegiatan dilakukan pada tanggal 20 Juli 2024 dan dihadiri oleh Kepala Dusun Toinaman serta anak-anak dusun. Anak-anak yang dikumpulkan dan hadir berjumlah 35 orang. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 bagian utama yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan fondasi yang menentukan kelancaran pelaksanaan suatu kegiatan. Tahap ini krusial untuk memastikan kelancaran seluruh yang akan dilanjutkan ke tahap berikutnya. Tahap persiapan meliputi beberapa hal penting, antara lain sebagai berikut :

a. Koordinasi dengan Kepala Dusun

Pertama kali yang dilakukan oleh tim PKM untuk mendapatkan izin dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan serta memastikan partisipasi masyarakat setempat yaitu dengan melakukan koordinasi dengan Kepala Dusun. Bapak Silas Tutupahar selaku Kepala Dusun sangat mengapresiasi kegiatan ini. Adanya dukungan dari pihak Dusun tentunya memperkuat hubungan antara tim PKM dan masyarakat dusun setempat. Pada tahap ini juga dilakukan pendataan jumlah anak-anak Dusun Toinaman yang akan diundang dan diharapkan hadir pada saat kegiatan berlangsung. Proses ini memastikan bahwa tidak ada

anak yang terlewatkan dan makanan yang diberikan sesuai dengan jumlah anak yang terdata.

b. Belanja Bahan Makanan

Produk makanan bergizi yang akan dibagikan adalah olahan daging sapi berupa rendang. Pada tahap belanja bahan makanan, tim dibagi untuk memastikan efisiensi dan kelengkapan dalam mempersiapkan bahan-bahan yang diperlukan. Rendang adalah salah satu masakan khas Indonesia yang berasal dari kata “merandang” yang berarti memasak pada waktu yang lama dengan menambahkan santan kelapa dengan bumbu dan diaduk tanpa henti sampai memiliki tekstur yang diinginkan (Widyyana, 2024). Menurut SNI (2009), rendang adalah produk pangan yang terbuat dari daging sapi yang dipotong, ditambahkan aneka bumbu, dimasak dengan santan kelapa dengan atau tanpa penambahan bahan pangan lain, dan bahan tambahan pangan yang diizinkan. Adapun bahan utama yang disediakan yaitu daging sapi sebagai bahan utama, santan kelapa, rempah rempah (lengkuas, serai, daun jeruk, kunyit, jahe, kayu manis, cengkeh dan pala) serta bumbu dasar (bawang putih, bawang merah, ketumbar dan gula merah). Bahan-bahan rendang untuk anak-anak dibuat tidak pedas sehingga lebih cocok untuk mereka konsumsi.

c. Persiapan Logistik

Pada tahap ini, tim menyiapkan alat masak yang memadai dan memastikan tempat penyajian bersih serta cukup untuk 35 orang anak-anak. Termasuk pula mempersiapkan alat distribusi agar makanan diberikan dengan rapi dan higienis. Alat yang disediakan berupa mika dan sendok plastik sekali pakai sehingga memastikan kemudahan dalam distribusi dan kebersihan saat pembagian makanan kepada anak-anak Dusun Toinaman. Penggunaan alat sekali pakai juga praktis untuk kegiatan di lapangan.

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan adalah tahapan penting dalam suatu proses atau rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tahap ini harus dilakukan dengan teliti dan penuh perhitungan agar mencapai hasil yang diinginkan. Tahap pelaksanaan adalah bagian inti dari kegiatan, yang meliputi sebagai berikut :

a. Memasak Makanan

Para dosen bekerja bersama-sama dalam memasak rendang untuk memastikan makanan yang disiapkan memiliki nilai gizi yang tinggi. Proses ini juga dilakukan dengan memperhatikan kebersihan dan keamanan pangan agar makanan yang disajikan steril dan aman untuk dikonsumsi oleh anak-anak. Rendang dibuat dengan modifikasi agar tidak pedas,

sehingga cocok untuk usia anak-anak, namun tetap kaya akan nutrisi dari bahan-bahan seperti daging sapi, santandan rempah-rempah. Proses pembuatan rendang biasanya membutuhkan waktu selama 4-5 jam, sehingga didapatkan rendang yang berbentuk semi basah dan saat ini banyak dimodifikasi menjadi rendang kering (Akbar dan Gusnita, 2020). Rendang memiliki beberapa ciri khas, antara lain sebagai berikut: (1) aroma harum yang berasal dari bumbu, daun-daun serta rempah rempah yang digunakan, (2) tekstur daging yang mudah dimakan dan padat yang disebabkan oleh waktu memasak,serta (3) rasa yang gurih akibat penambahan santan dengan bumbu dan rempah (Fitri dan Gusnita, 2019).

Cara memasak rendang sebenarnya sebenarnya tidak begitu sulit, namun membutuhkan kesabaran. Agar daging yang digunakan bisa empuk maka perlu mengelolanya dengan baik. Membuat bumbu-bumbunya juga perlu memperhatikan langkah-langkah yang benar agar rasanya menggugah selera. Adapun cara-cara membuat rendang adalah sebagai berikut :

- 1) Haluskan semua bumbu halus, lalu tumis dengan sedikit minyak hingga harum dan matang
- 2) Masukkan santan ke dalam bumbu yang sudah ditumis, aduk-aduk terus hingga santan mendidih dan minyak dari santan mulai keluar (pecah)
- 3) Tambahkan potongan daging sapi ke dalam santan yang sudah mendidih, aduk rata dan pastikan daging terendam dalam santan.
- 4) Setelah mendidih, kecilkan api kompor dan biarkan rendang dimasak perlahan sambil terus diaduk sesekali agar tidak gosong. Proses ini memakan waktu beberapa jam hingga kuah santan menyusut dan daging menjadi empuk.
- 5) Lanjutkan memasak hingga kuah benar-benar menyusut dan bumbu berubah menjadi kering, berminyak dan berwarna coklat tua. Rendang yang lezat, empuk dan kaya rasa siap untuk disajikan.

Rendang dimasak dengan cara yang disesuaikan agar disukai oleh anak-anak dusun Toinaman. Modifikasi pada bumbu dilakukan dengan menghilangkan rasa pedas, namun tetap mempertahankan rasa gurih dan kaya akan rempah-rempah. Tekstur daging yang empuk serta aroma khas rendang membuat hidangan ini mudah dinikmati oleh anak-anak, sehingga mereka bisa mendapatkan makanan yang bergizi dan lezat. Rendang dalam kegiatan ini dimasak menggunakan sekitar 5 kilogram daging sapi. Jumlah ini memastikan makanan cukup untuk dibagikan kepada 35 anak-anak dengan porsi yang memadai, sekaligus memberikan gizi yang diperlukan.



Gambar 1. Proses Memasak Rendang Daging Sapi



Gambar 2. Rendang Siap Disajikan

b. Pembagian Makanan

Setelah rendang selesai dimasak, mahasiswa bertugas membagikan makanan kepada 35 anak-anak yang berusia antara 5 hingga 13 tahun. Pembagian makanan ini dilakukan dengan menggunakan wadah mika dan sendok plastik sekali pakai, sehingga menjaga kebersihan makanan dan mempermudah proses distribusi. Selain rendang, makanan yang dibagikan kepada anak-anak juga dilengkapi dengan nasi, sehingga memberikan porsi yang lengkap dan bergizi untuk mereka. Kombinasi rendang dan nasi memastikan bahwa anak-anak mendapatkan asupan karbohidrat dan protein yang seimbang. Setiap anak menerima porsi yang cukup, memastikan mereka mendapatkan makanan bergizi yang telah disiapkan.



Gambar 3. Proses Pembagian Makanan



Gambar 4. Tim PKM

Tahap Evaluasi

Evaluasi adalah pengukuran suatu kegiatan, seperti membandingkan hasil kegiatan dan menganalisisnya. Tahap ini merupakan proses penilaian yang dilakukan setelah kegiatan untuk melihat sejauh mana tujuan telah tercapai. Adapun tahap evaluasi ini meliputi sebagai berikut:

a. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

Melakukan evaluasi mengenai pelaksanaan kegiatan mencakup beberapa aspek penting, antara lain adalah terkait dengan kelancaran kegiatan, aspek penerimaan makanan oleh

anak-anak Dusun Toinaman dan dampak kegiatan. Aspek kelancaran kegiatan dilakukan untuk menilai apakah seluruh proses dari persiapan hingga pelaksanaan berjalan sesuai rencana, termasuk koordinasi tim, logistik dan distribusi makanan. Pada koordinasi tim, baik dosen dan mahasiswa bekerja sama dengan baik, termasuk juga kerja sama dengan Kepala Dusun Toinaman dan pihak-pihak terkait lainnya. Terkait dengan logistik, semua bahan dan alat yang diperlukan tersedia tepat waktu sesuai kebutuhan, seperti bahan-bahan pembuatan rendang, alat masak yang digunakan serta wadah dan sendok plastik untuk pembagian makanan kepada anak-anak dusun. Selain itu, yang paling penting adalah kegiatan pembagian makanan kepada 35 orang anak-anak Dusun Toinaman berjalan lancar dan tepat waktu.

b. Diskusi Perbaikan

Setelah melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan, selanjutnya diskusi berlanjut untuk membahas potensi perbaikan atau tindak lanjut kegiatan di masa mendatang. Diskusi ini bertujuan untuk memastikan bahwa kegiatan di masa mendatang lebih baik, berdampak lebih besar dan berjalan lebih efisien. Adapun yang dibahas antara lain terkait dengan perbaikan logistik dan pelaksanaan, variasi menu yang lebih beragam dan keberlanjutan program kegiatan PKM. Kegiatan pemberian makanan bergizi sebagai program berkelanjutan yang dilakukan secara rutin untuk terus mendukung kesehatan anak-anak Dusun Toinaman.

4. DISKUSI

Aspek penerimaan makanan oleh anak-anak yaitu dengan menilai bagaimana anak-anak merespons makanan yang diberikan. Berdasarkan pengamatan, anak-anak tampak menikmati rendang dan nasi yang diberikan. Modifikasi rasa rendang yang dibuat dengan tidak pedas membuatnya lebih cocok di lidah anak-anak, sehingga mereka dapat menikmati makanan tanpa terganggu oleh rasa pedas yang biasanya ada pada rendang tradisional. Porsi makanan yang diberikan sudah mencukupi kebutuhan gizi dan kenyang untuk anak-anak. Pembagian makanan juga dilakukan secara merata dan adil kepada semua anak, tanpa ada yang kekurangan atau menerima lebih dari yang lain.

Aspek dampak kegiatan yaitu dengan mengevaluasi bagaimana kegiatan ini dapat mempengaruhi anak-anak dari berbagai aspek, termasuk kesehatan, respons kepuasan anak-anak serta manfaat sosial. Terkait dengan kesehatan dan kandungan gizi makanan, rendang daging sapi memberikan asupan protein yang baik untuk tubuh. Dalam satu porsi daging rendang, setara dengan 7 gram protein. Kandungan protein yang tinggi pada rendang membuat tubuh lebih bertenaga dan mampu mengganti sel tubuh yang rusak dengan baik. Protein yang

cukup juga baik untuk membentuk massa otot dan pertumbuhan untuk anak-anak. Rendang juga mengandung lemak karena rendang dimasak dengan santan. Rendang juga memiliki kandungan vitamin yang padat, yaitu kalsium, fosfor, zat besi, vitamin A serta vitamin B1. selain itu, kandungan antioksidan dan fitonutrien juga berasal dari berbagai bumbu dan rempah yang mengandung antioksidan. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian makanan bergizi, seperti rendang dan nasi dapat memberikan dampak positif pada kesehatan anak-anak, terutama dalam hal asupan gizi yang diperlukan.

Pengamatan terhadap respons emosional anak-anak adalah bagaimana perasaan anak-anak setelah menerima makanan dan perhatian mereka selama kegiatan berlangsung. Anak-anak Dusun Toinaman tampak menunjukkan tanda-tanda kebahagiaan, seperti senyum, tawa dan antusiasme selama kegiatan berlangsung, terutama saat mereka menerima makanan. Anak-anak juga tampak merasa puas dengan makanan yang diberikan, baik dari segi rasa maupun porsi makanan. Tim PKM memperlakukan anak-anak dengan sangat ramah dan penuh kasih, menciptakan suasana yang hangat dan mendukung selama kegiatan berlangsung. Hal ini membuat anak-anak merasa lebih nyaman dan tidak canggung serta mau berinteraksi dengan mahasiswa, dosen dan sesama anak-anak.

Kegiatan ini memberikan dampak positif dalam mempererat hubungan sosial. Kegiatan ini menciptakan kesempatan bagi anak-anak untuk bermain bersama, memperkuat ikatan sosial di antara mereka. Melalui pengalaman berbagi makanan dan kebersamaan, anak-anak dapat memperkuat rasa kebersamaan dan solidaritas. Kegiatan ini juga membantu mempererat hubungan antara masyarakat Dusun Toinaman dengan tim PKM. Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat secara fisik melalui pemberian makanan, tetapi juga berkontribusi dalam memperkuat ikatan sosial dan kebersamaan dalam komunitas.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pemberian makanan bergizi kepada anak-anak di Dusun Toinaman berjalan dengan baik dan berhasil mencapai tujuan utama, yaitu menyediakan makanan sehat, seperti rendang dan nasi, yang disesuaikan dengan kebutuhan gizi anak-anak. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat kesehatan tetapi juga berkontribusi dalam mempererat hubungan sosial antara anak-anak, komunitas dusun serta tim PKM (dosen dan mahasiswa). Dengan pelaksanaan yang berlangsung dengan ramah dan penuh kasih sehingga anak-anak merasa senang dan nyaman. Anak-anak sangat antusiasme selama kegiatan berlangsung, terutama saat mereka menerima makanan. Evaluasi menyimpulkan bahwa kegiatan PKM ini berjalan lancar dan diharapkan sebagai program yang berkelanjutan yang dilakukan secara rutin untuk terus

mendukung kesehatan anak-anak Dusun Toinaman.

Saran untuk kegiatan berikutnya adalah dengan mempersiapkan logistik dengan lebih terperinci agar waktu pelaksanaan lebih efisien. Menambahkan variasi menu yang lain dan disesuaikan dengan selera anak-anak agar kegiatan lebih menarik dan memberikan pilihan gizi yang lebih beragam. Selain itu, diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan masyarakat lokal dalam proses persiapan dan pelaksanaan sehingga dapat memperkuat rasa kebersamaan dan saling mendukung di masyarakat Dusun Toinaman dan tim PKM.

Pengakuan/Acknowledgements

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Silas Tutupahar selaku kepala Dusun Toinaman, warga Dusun Toinaman, dosen-dosen yang terlibat dalam tim PKM, mahasiswa dalam tim PKM, dan anak-anak Dusun Toinaman.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, Afdal, and Wiwik Gusnita. "Kualitas Rendang Daging Dengan Metode Pengolahan Yang Berbeda." *Jurnal Pendidikan Tata Boga Dan Teknologi* 1, no. 2 (2020): 111. <https://doi.org/10.24036/jptbt.v1i2.37>.
- Almatsier, Sunita. "Prinsip Dasar Ilmu Gizi". Cetakan IX. Jakarta: Gramedia. (2009).
- Aulia, Jinan Nabila. "Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada* 11, no. 1 (2022): 22–25. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v11i1.290>.
- Fitri, Y. Y., dan Gusnita, W. "Standarisasi Resep Rendang Daging Di Kabupaten Solok". *Jurnal Kapita Selektta Geografi*, 2(9) (2019): 18-36.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi (AKG) Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2019).
- Nguju, Apliana Leki, Pieter Rih Kale, and Bastari Sabtu. "Pengaruh Cara Memasak Yang Berbeda Terhadap Kadar Protein, Lemak, Kolesterol Dan Rasa Daging Sapi Bali." *Jurnal Nukleus Peternakan* 5, no. 1 (2018): 17–23. <https://ejournal.undana.ac.id/nukleus/article/view/831>.
- Rahayu, Herwinda Kusuma., M.P.H., Nadhea Alriessyane Hindarta, S.Gz, and etc M.Gz. "Gizi Dan Kesehatan Remaja". (2023).
- Susanti, Siti, Ahmad N. Al-Baari, Heni Rizqiati, and Puput Afwa Aimmati. "Teknologi Pengolahan Daging Kelinci Secara Aman , Sehat , Utuh Dan Halal (ASUH)". *Undip Press*. (2021).
- Syahril, Eddy Soekendarsi, and Zohra Hasyim. "Perbandingan Kandungan Zat Gizi Ikan

Mujair (*Oreochromis Mossambica*) Danau Universitas Hasanuddin Makassar Dan Ikan Danau Mawang Gowa.” *Jurnal Biologi Makassar* 1, no. 1 (2016): 1–7.

Widyyana Fauzhiah Haris. “Autentikasi Rendang Sapi Dan Babi Menggunakan Ekstraksi Metode Bligh Dyer Dan Analisis Gas Chromatography-Mass Spectrometry (Gc-Ms) Kombinasi Kemometrik”. Padang: Fakultas Farmasi Universitas Andalas. (2024).