



**MENUMBUHKAN KESADARAN DAN MOTIVASI ANAK TK HIDUP SEHAT HEMAT  
MELALUI *FUN LEARNING***

*Raising Awareness and Motivation for Kindergarten Children on Living a Healthy and  
Economical Life Through Fun Learning*

**Nathania Cherryl Prayogo, Merviona Sofian, Kenneth Sugianto, Dewi Pertiwi\***

School of Business and Management, Petra Christian University

Jalan Siwalankerto No.121-131, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

\*Alamat korespondensi: [dewi.pertiwi@petra.ac.id](mailto:dewi.pertiwi@petra.ac.id)

(Tanggal Submission: 1 April 2024, Tanggal Accepted : 24 April 2024)



**Kata Kunci :**

*Fun Learning,  
Hidup Sehat  
Hemat, Anak  
TK, Pengabdian  
Masyarakat*

**Abstrak :**

Proses pembelajaran sejak usia dini perlu diperkenalkan kepada anak sebagai sarana dasar perkembangan diri. Salah satu hal penting yang perlu ditanamkan adalah kesadaran dan motivasi hidup sehat hemat. Tidak hanya sehat secara jasmani, namun sehat secara finansial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan masa depan. Penanaman akan kebiasaan tidak dapat dicapai dalam waktu yang singkat, namun memerlukan proses dan latihan secara terus menerus untuk membentuk karakter dan kebiasaan. Kegiatan ini bertujuan menumbuhkan kesadaran dan motivasi siswa Taman Kanak-kanak (TK) akan pentingnya hidup sehat hemat melalui *fun learning*, sehingga siswa termotivasi untuk hidup sehat dan menabung demi masa depan. Metode yang dilakukan adalah tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi kunjungan awal dan pertemuan dengan kepala sekolah. Pelaksanaan dilakukan melalui aktivitas interaktif agar siswa memahami manfaat hidup sehat hemat. Evaluasi dilakukan dengan mencermati reaksi siswa usai kegiatan. Hasil kegiatan dapat dilihat dari meningkatnya pemahaman siswa akan hidup sehat hemat. Para siswa mampu membedakan makanan yang mahal dan murah, mengidentifikasi makanan sehat pada bekal yang dibawa. Antusiasme serta perilaku aktif siswa dalam menjawab pertanyaan yang disampaikan mampu menggambarkan motivasi anak yang meningkat. Lebih lanjut, rangkaian aktivitas serta interaksi yang dilakukan mahasiswa dengan para siswa mampu menumbuhkan dan mendorong jiwa seni, kreativitas, kemampuan berpikir, serta motorik siswa. Hal ini dapat dilihat melalui perkembangan dan kemampuan siswa untuk menyelesaikan setiap aktivitas lebih cepat dari pertemuan sebelumnya. Pendekatan

melalui aktivitas *fun learning* mampu memberikan pemahaman, membangun kesadaran dan motivasi anak untuk menerapkan kebiasaan hidup sehat hemat.

**Key word :**

*Fun Learning,  
Healthy,  
Economical  
Living,  
Kindergarten  
Children,  
Community  
Service*

**Abstract :**

The learning process from an early age needs to be introduced to children as a fundamental means of personal development. One important aspect that needs to be instilled is awareness and motivation for living a healthy and economical life. It's not just about physical health, but financial health as well, which is a factor influencing future well-being. Establishing habits cannot be achieved overnight, but require continuous processes and training to shape character and habits. This activity aims to raise awareness and motivation among kindergarten students about the importance of living a healthy and economical life through fun learning, so that they are motivated to live healthily and save for the future. Methods include preparation, implementation, and evaluation stages. Preparation involves initial visits and meetings with school principals. Implementation is carried out through interactive activities to help students understand the benefits of living a healthy and economical life. Evaluation is done by observing students' reactions after the activity. The results can be seen in the increased understanding of students regarding healthy and economical living. Students are able to differentiate between expensive and cheap foods, and identify healthy foods in their packed meals. The enthusiasm and active behavior of students in answering questions reflect their increased motivation. Furthermore, the series of activities and interactions conducted by students with the children are able to nurture and stimulate artistic sensibilities, creativity, thinking skills, and motor skills. This can be seen through the development and ability of students to complete each activity faster than in previous sessions. The approach through fun learning activities is able to provide understanding, build awareness, and motivate children to adopt healthy and economical living habits.

Panduan sitasi / citation guidance (APPA 7<sup>th</sup> edition) :

Pertiwi, D., Prayogo, N. C., Sofian, M., & Sugianto, K. (2024). Menumbuhkan Kesadaran dan Motivasi Anak TK Hidup Sehat Hemat Melalui *Fun Learning*. *Jurnal Abdi Insani*, 11(2), 1238-1249. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i2.1524>

## PENDAHULUAN

Pendidikan anak-anak usia dini, terutama di tingkat Taman Kanak-kanak (TK), memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk dasar perkembangan anak. Periode kritis dalam perkembangan anak terjadi di tingkat taman kanak-kanak, atau biasa disebut sebagai *golden age* (Sumual, 2022). Usia 0 hingga 6 tahun merupakan usia emas dimana proses pembelajaran bisa dilakukan secara efektif agar anak-anak memperoleh kecerdasan emosional serta intelektual yang baik. Salah satu aspek penting yang perlu ditanamkan sejak dini adalah kesadaran dan motivasi untuk hidup sehat serta hemat.

Menurut Susanti & Kholisoh (2018), hidup yang sehat tidak hanya berarti bebas dari penyakit, namun hidup sehat adalah dimana seorang individu berada dalam kondisi optimal baik secara fisik, mental dan sosial. Hidup sehat merupakan kebiasaan yang dapat membawa dampak positif bagi kesejahteraan fisik, mental dan finansial anak-anak. Seorang anak yang sedang berada dalam kondisi sehat dapat melakukan berbagai aktivitas dengan maksimal. Tubuh yang sehat dapat berkontribusi dalam proses pembelajaran anak seperti meningkatnya konsentrasi anak dalam aktivitas

pembelajaran di sekolah, yang pada akhirnya akan memberikan hasil pembelajaran dan prestasi yang optimal (Rahmat *et al.*, 2022).

Tidak hanya hidup sehat secara jasmani atau rohani, hidup sehat juga berarti sehat secara finansial. Menurut (Dewi-izzwi & Emenike, 2021), sehat secara finansial mengindikasikan kemampuan seseorang dalam mengatur keuangannya sehingga dapat memenuhi kebutuhan sekarang, masa depan ataupun kebutuhan di waktu yang tidak terduga. Ketika seseorang tidak memiliki kesehatan keuangan yang baik, maka hal ini dapat mengganggu kesejahteraan hidupnya. Salah satu langkah untuk memulai sehat secara finansial adalah berhemat dengan menabung, dimana menabung lebih baik diajarkan kepada anak dari usia sedini mungkin. Menurut Krisdayanthi (2019), sejak kecil anak-anak tidak boleh dibiasakan untuk hidup konsumtif melainkan harus dibiasakan untuk mengelola keuangan dengan benar. Hal Memberikan edukasi ini pun harus dimulai sejak dini karena pada momen inilah anak-anak akan lebih mudah untuk menyerap informasi dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (Igamo *et al.*, 2022).

Proses penanaman kebiasaan tersebut perlu disesuaikan dengan individu yang akan menerimanya, dalam kasus ini penting untuk memahami bahwa anak-anak usia TK cenderung belajar melalui pengalaman langsung dan permainan. Salah satu metode yang diterapkan untuk mempermudah anak usia dini dalam belajar adalah *Fun Learning*. *Fun Learning* merupakan salah satu dari banyaknya cara pembelajaran dimana pengajar menciptakan suasana yang hangat, menyenangkan, namun masih terkontrol dalam pembelajaran. Dengan suasana yang hangat dan menyenangkan ini, maka apapun yang akan diajarkan akan mudah diterima dengan senang hati oleh peserta didik (Attamimi *et al.*, 2021). Adapun karakteristiknya, dalam proses pembelajaran muncul minat dan motivasi belajar yang tinggi (Alwahidi *et al.*, 2021). Pada intinya, dapat disimpulkan bahwa *fun learning* adalah proses mengajak peserta didik untuk belajar dengan menggunakan metode yang menyenangkan (Nurma, 2021).

Beberapa aspek yang perlu diperhatikan dalam penggunaan metode *Fun Learning* untuk tujuan ini melibatkan pengembangan permainan edukatif, kegiatan kreatif yang mengajarkan prinsip hidup sehat, serta penerapan konsep hemat melalui simulasi permainan atau skenario kehidupan sehari-hari. Dengan cara ini, anak-anak dapat merasakan sendiri manfaat dari kebiasaan hidup sehat dan hemat, sehingga mereka lebih termotivasi untuk mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, metode *Fun Learning* dalam konteks pembelajaran anak TK dapat menjadi cara yang efektif untuk menanamkan kesadaran dan motivasi terhadap hidup sehat hemat. Melalui pendekatan ini, diharapkan anak-anak dapat membentuk kebiasaan positif sejak dini yang akan membawa manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan dan perkembangannya.

Menumbuhkan kesadaran dan motivasi hidup sehat hemat pada siswa TK dilakukan melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini merupakan salah satu dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, disamping penelitian dan pengajaran (Soehadha *et al.*, 2016). Menurut Siswanto (2023), kegiatan pengabdian masyarakat dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk kegiatan yang dilakukan baik oleh individu maupun kelompok dengan tujuan untuk memberikan kontribusi dan manfaat kepada masyarakat. Kegiatan ini juga dapat didefinisikan sebagai kegiatan sukarela yang dilakukan guna membalas budi kepada masyarakat sekitar maupun masyarakat luas (Muslimatun *et al.*, 2019). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat merupakan kegiatan yang dapat dilakukan oleh berbagai pihak dengan tujuan untuk memberi kontribusi positif kepada masyarakat tanpa mengharapkan adanya imbalan.

Dengan dilaksanakannya kegiatan ini, terdapat beberapa manfaat yang diberikan dimana pengabdian masyarakat dapat membantu membangun solidaritas dan keterlibatan mahasiswa; yang juga merupakan bagian dari masyarakat guna memperkuat hubungan antar individu, kelompok, maupun komunitas. Pengabdian masyarakat juga dapat menumbuhkan kesadaran untuk membantu mengatasi beberapa masalah sosial. Selain itu, keterlibatan metode *fun learning* dalam kegiatan ini

dapat menunjang proses belajar mengajar dengan menumbuhkan minat serta semangat anak untuk belajar.

Dalam hal ini, pengabdian masyarakat dilakukan oleh kelompok yang berasal dari lembaga pendidikan Universitas Kristen Petra. Objek dari kegiatan ini merupakan anak usia dini yang berada di tingkat Taman Kanak Kanak (TK) yakni para siswa siswi TK A Karitas V Surabaya. Pengabdian masyarakat dengan objek anak usia dini dapat menumbuhkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya pendidikan dan pembelajaran pada anak usia dini guna menghasilkan pribadi pribadi penerus bangsa yang cemerlang. Selain itu, kegiatan ini dapat mendukung peningkatan kualitas di sektor pendidikan. Kelompok yang melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga orang mahasiswa dibawah pengawasan 1 dosen. Kegiatan dilaksanakan sebanyak 4 kali dalam rentang waktu 19 Februari 2024 hingga 4 Maret 2024.

## METODE KEGIATAN

Kegiatan *Service Learning* atau pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh 1 kelompok yang berasal dari Universitas Kristen Petra dengan jumlah mahasiswa yang berkunjung adalah tiga orang. Kunjungan dilakukan sebanyak 4 kali dengan masing masing waktu mengajar kurang lebih 60 menit dalam rentang waktu 19 Februari 2024 hingga 4 Maret 2024. Kegiatan diikuti oleh 12 siswa TK A Karitas V yang berlokasi di Jl. Darmo Indah Barat I No.C-06. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dibagi menjadi 3 sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan (*Preparation*)

Tahap pertama adalah tahap persiapan. Pada tahap ini, kelompok melakukan survey dan pemilihan TK yang hendak dikunjungi. Setelah memilih dan memilah beberapa sekolah, maka keputusan akhir jatuh kepada TK Karitas V Surabaya yang terletak di Jalan Darmo Indah Barat I No C-06. Pemilihan TK ini didasarkan pada beberapa pertimbangan antara lain adalah lokasi, jumlah kelas serta kondisi sekolah. Selanjutnya, kelompok mempersiapkan proposal untuk diajukan kepada pihak Kepala Sekolah. Setelah proposal selesai, maka perwakilan kelompok pengabdian masyarakat menghubungi pihak Kepala Sekolah mengenai maksud dan tujuan lalu mencari hari yang tepat untuk bertemu secara langsung dan berbicara lebih lanjut. Pertemuan dilakukan pada tanggal 12 Februari 2024 oleh para perwakilan kelompok Universitas Kristen Petra. Pada pertemuan ini, dilakukan pembahasan lebih lanjut mengenai maksud dan tujuan dari kunjungan tersebut. Pihak Sekolah pun sangat terbuka dan memberikan respon positif serta dengan senang hati menerima kehadiran mahasiswa untuk mengajar di TK Karitas V. Pertemuan ditutup dengan lancar dan *follow-up* mengenai jadwal *fix* kegiatan. Setelah mendapat persetujuan, maka kelompok mahasiswa melakukan *briefing* mengenai materi apa saja yang akan dibawakan beserta kegiatan kegiatan dan hadiah yang akan diberikan pada setiap pertemuan nanti.

### 2. Tahap Pelaksanaan (*Doing*)

Tahap kedua adalah pelaksanaan. Setelah melalui beberapa pertimbangan antara 2 pihak, maka disepakati bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan Setiap hari Senin tanggal 19 Februari 2024, 26 Februari 2024 dan 4 Maret 2024 pukul 8.30 - 9.30 WIB. Diluar hari Senin, kegiatan dilakukan pada hari Rabu, 21 Februari 2024 pukul 8.00 - 9.00 WIB. Kelompok mahasiswa selalu melakukan briefing sebelum hari h sehingga ketika hari h tiba, setiap anggota sudah memahami *job desc* masing masing, materi apa yang akan dibawakan, kegiatan yang akan dilakukan serta hadiah yang akan diberikan. Materi serta kegiatan tersebut antara lain adalah:

- a. Senin, 19 Februari 2024: Pengenalan akan Buah dan Sayur serta makanan sehat melalui media boneka dan dilanjutkan dengan mewarnai berbagai macam makanan sehat
- b. Rabu, 21 Februari 2024: Gerak dan Lagu berjudul "Ayo Makan Sayur", pengenalan mengenai 4 sehat 5 sempurna, kemudian dilanjutkan dengan menempel huruf dan menyusun kata "Hidup Sehat Hemat Hebat"

- c. Senin, 26 Februari 2024: Mendongeng buku cerita berjudul “Jurus Rahasia Nona Apel” dan dilanjutkan dengan bermain dan menempel *puzzle* dengan tema 4 sehat 5 sempurna
- d. Senin, 4 Maret 2024: Gerak dan Lagu berjudul “Ayo Makan Sayur” kemudian dilanjutkan dengan berhitung dan menulis jumlah buah

Setiap pertemuannya, kelompok akan memberikan tanda bintang 5 pada tiap lembar kerja siswa yang sudah selesai. Hal ini menyesuaikan dengan apa yang dilakukan para Guru TK Karitas V kepada siswanya sebagai tanda apresiasi atas pekerjaan para siswa. Setelah itu, kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama dimana para siswa akan menunjukkan hasil kerja mereka. Tidak lupa terdapat sesi pembagian snack sebagai bentuk reward atas partisipasi dan semangat para siswa karena telah mengikuti pelajaran dengan baik.

### 3. Tahap Evaluasi (*Evaluation*)

Tahap ketiga adalah evaluasi. Tahap ini penting karena bertujuan untuk mengetahui apa saja yang bisa diperbaiki dan dikembangkan di kegiatan selanjutnya agar proses belajar mengajar lebih efektif dan materi dapat tersalurkan dengan baik. Proses evaluasi ini selalu dilakukan di akhir hari kegiatan dimana setelah selesai dengan kegiatan maka kelompok akan berkumpul dan bertemu dengan kepala sekolah untuk membahas dan mengevaluasi kegiatan pada hari itu. Setiap kritik, saran, serta masukkan yang ada mendorong kelompok untuk memberikan yang lebih baik lagi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian berupa penerapan *fun learning* dalam menumbuhkan kesadaran dan motivasi akan hidup sehat hemat anak TK dituangkan dalam beberapa aktivitas sebagai berikut:

Kegiatan pertama yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengenalan mengenai buah dan sayuran serta makanan sehat lainnya (Gambar 1). Buah dan sayuran seringkali tidak disukai oleh anak-anak kecil, termasuk siswa Taman Kanak-kanak. Orang tua seringkali memberi *snack* berlebihan dengan alasan membuat anak gembira, dimana buah dan sayur nyatanya lebih dibutuhkan untuk memenuhi gizi seimbang anak (Rahayu *et al.*, 2023). Oleh karena itu, mahasiswa membuat edukasi dengan cara bercerita dengan menarik agar anak-anak termotivasi akan pentingnya buah dan sayuran serta makanan sehat lainnya. Mahasiswa menjelaskan kandungan-kandungan dalam buah dan sayuran serta makanan sehat lainnya yang tentunya akan membuat tubuh anak-anak menjadi sehat dan bergizi.



Gambar 1. Pengenalan Buah dan Sayur serta Makanan Sehat Lainnya

Kegiatan kedua yang dilakukan adalah mewarnai gambar. Mewarnai merupakan salah satu metode yang efektif untuk melatih jiwa seni dan kreativitas serta motorik anak. Dengan mewarnai, anak-anak juga berlatih untuk mengkoordinasikan motorik halus, yaitu antara tangan dengan mata. Anak-anak juga berlatih untuk mengetahui apa warna yang sesuai dengan gambar yang tersedia. Hal ini melatih anak untuk mencocokkan warna yang diwarnai dengan warna aslinya. Mahasiswa membagikan kertas berisi gambar yang siap diwarnai, dalam hal ini gambar yang disediakan berupa sayur serta makanan bergizi (Gambar 2). Alat warna yang digunakan adalah pensil warna

yang disediakan oleh sekolah. Mahasiswa perlu membimbing serta mendampingi anak-anak secara bergantian agar terjalin komunikasi yang baik antara mahasiswa dan anak-anak.



Gambar 2. Foto Bersama Hasil Mewarnai

Kegiatan ketiga yang dilakukan adalah mengedukasi anak-anak mengenai 4 sehat dan 5 sempurna. Menurut Purwaningsih *et al.*, (2023), makanan 4 sehat 5 sempurna merupakan makanan yang memiliki 4 sumber nutrisi bagi tubuh yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, buah, dan disempurnakan oleh susu. komponen makanan ini dapat memenuhi kebutuhan gizi karena adanya asupan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral (Silvia & Fajar, 2023). Mahasiswa menempelkan poster 4 sehat 5 sempurna di papan depan kelas kemudian menjelaskan masing-masing komponen dalam 4 sehat 5 sempurna. Mahasiswa juga melakukan interaksi dua arah kepada anak-anak sehingga anak-anak tetap fokus dan menyimak betul akan pentingnya 4 sehat 5 sempurna.



Gambar 3. Antusiasme Siswa saat Edukasi 4 Sehat 5 Sempurna

Kegiatan keempat yang dilakukan adalah gerak dan lagu (Gambar 4). Dalam aktivitas ini, lagu yang dinyanyikan sangat sederhana dan mudah dinyanyikan oleh anak-anak. Lagu yang dipilih berjudul “Ayo Makan Sayur” yang diambil dari platform Youtube. Lagu ini mengajarkan anak-anak untuk rajin makan sayur sehingga tubuh menjadi kuat dan anak menjadi pintar karena sayur sangat bergizi dan kaya manfaat. Mahasiswa memberikan contoh gerak dan lagu terlebih dahulu di hadapan anak-anak kemudian anak-anak harus mengikuti. Lagu diputar melalui *speaker* yang telah disediakan oleh sekolah. Kemudian mahasiswa dan anak-anak melakukannya secara bersama-sama dengan penuh semangat. Gerak dan lagu ini dilakukan setiap pagi sebelum memulai kegiatan agar meningkatkan *mood* anak-anak.



Gambar 4. Memperagakan Gerak dari Lagu “Ayo Makan Sayur”

Kegiatan kelima yang dilakukan adalah membaca dan mengeja kata melalui aktivitas menempel (Gambar 5). Mahasiswa menyiapkan lembar kerja yang berisikan gambar anak laki laki (untuk siswa laki laki) dan gambar anak perempuan (untuk siswa perempuan) yang sedang makan makanan sehat dan bergizi. Lalu mahasiswa juga menyediakan abjad abjad yang telah dipotong kecil kecil untuk dieja dan ditempel oleh siswa. Sebelum memulai aktivitas masing masing, mahasiswa mengajak para anak untuk memperhatikan gambar yang ada di lembar kerja, dan meminta para anak untuk mengidentifikasi makanan apa saja yang ada dalam gambar tersebut. Dengan begitu, anak menjadi lebih paham akan komposisi makanan sehat dan bergizi. Setelah itu, mahasiswa mengajak anak anak untuk bersama sama mengeja dan membaca kata kata yang ada yaitu “Hidup Sehat Hemat Hebat”.



Gambar 5. Mengeja dan Menempel Kata “Hidup Sehat Hemat Hebat”

Kegiatan keenam yang dilakukan adalah mendongengkan sebuah cerita dari buku yang berjudul “Jurus Rahasia Nona Apel” (Gambar 6). Cerita ini dipilih dengan tujuan memberikan pesan kepada anak - anak mengenai pentingnya mengkonsumsi sayur dan buah untuk tubuh. Metode mendongeng dipilih sebagai salah satu cara menyampaikan pesan dikarenakan mendongeng dapat memperkuat ikatan emosional, merangsang imajinasi anak, serta memiliki pesan moral yang dapat mempengaruhi perkembangan anak (Fahmi, 2022). Anak anak rupanya bersemangat dan antusias ketika mendengarkan dongeng. Mahasiswa juga mengajukan pertanyaan- pertanyaan mengenai dongeng yang diceritakan kepada anak - anak untuk memastikan paham mereka dan anak anak dapat menjawab dengan baik.



Gambar 6. Mendongeng dari Buku Cerita

Kegiatan ketujuh yang dilakukan adalah mengajarkan anak-anak mengenai konsep untuk hidup sehat dan hemat (Gambar 7). Salah satunya adalah dengan membandingkan harga makanan jajanan di luar yang juga disertai dengan penjelasan mengenai manfaat makan sayur bagi kesehatan. Mahasiswa melakukan tanya jawab dan diskusi bersama anak-anak mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pemilihan makanan.



Gambar 7. Pengenalan Konsep Hidup Sehat Hemat

Kegiatan kedelapan yang dilakukan adalah bermain *puzzle* yang bergambarkan makanan 4 sehat 5 sempurna. Mahasiswa memberikan potongan-potongan kertas yang bergambar makanan seperti buah, sayur, lauk, makanan pokok, dan susu kepada anak-anak. Kemudian anak-anak dengan antusias menempelkan potongan-potongan gambar tersebut (Gambar 8). Proses ini tidak hanya memberikan kesenangan dalam bermain, tetapi juga memberikan dampak positif mengenai pemahaman anak-anak tentang gizi seimbang. Dengan secara langsung terlibat dalam menyusun *puzzle*, anak-anak dapat secara visual memahami komponen makanan sehat. Selain itu, aktivitas ini dapat merangsang keterampilan motorik halus anak-anak melalui langkah-langkah memasangkan potongan gambar.



Gambar 8. Mengerjakan *Puzzle* 4 Sehat 5 Sempurna



Kegiatan kesembilan yang dilakukan adalah dengan mengajak anak-anak untuk mengembangkan keterampilan menulis dan berhitung melalui gambar buah. Mahasiswa menyediakan lembaran gambar berbagai buah seperti stroberi, pir, jeruk. Anak-anak kemudian diajak untuk berhitung sederhana. Mereka diminta untuk menuliskan jumlah buah-buahan tersebut di kertas sesuai dengan kolom gambar buah yang diberikan (Gambar 9). Beberapa anak ada yang terlihat kesulitan dan kebingungan dalam menjalankan kegiatan berhitung, sedangkan sebagian dari mereka mampu berhitung dengan tepat. Peran mahasiswa di sini sebagai pemandu yang memberikan arahan kepada anak-anak, dan memberikan bimbingan khusus bagi yang memerlukan.



Gambar 9. Menghitung dan Menulis Jumlah Buah

Dari beberapa kunjungan dan aktivitas yang dilakukan, tentunya akan terdapat hasil yang diperoleh. Hasil dari kegiatan ini tergambar melalui pengaruh dan respons apa yang dialami oleh siswa TK. Tujuan dilakukannya evaluasi ini adalah untuk menguji dan melihat efektivitas kegiatan kunjungan pengabdian masyarakat yang dilakukan serta menilai manfaat yang diterima oleh anak TK.

#### 1. Dampak yang diterima oleh anak TK

Berdasarkan hasil pengamatan, terdapat beberapa pengaruh yang dirasakan oleh siswa TK. Melalui setiap kunjungan yang dilakukan mahasiswa, para siswa dapat mengikuti sesi pemberian materi dengan baik, aktif dalam sesi tanya jawab dan mampu untuk mengerjakan setiap *class activity* yang diberikan. Tidak hanya itu saja, para siswa dapat menyebutkan macam-macam makanan sehat dan dapat mengidentifikasi makanan sehat pada bekal yang mereka bawa pada hari itu.

Walau begitu, terdapat beberapa anak yang mungkin kurang aktif dalam kegiatan yang ada. Namun, mahasiswa selalu berusaha untuk melibatkan setiap anak agar aktif dan mendorong setiap anak untuk memberikan jawaban mereka. Sehingga dengan begitu, siswa diharapkan dapat merasa mendapat perhatian yang sama. Saat sesi *activity* berjalan pun setiap mahasiswa akan berkeliling untuk melihat *progress* masing-masing siswa. Dengan memberikan semangat dan dorongan, beberapa siswa dapat menyelesaikan *activity* dengan cepat dan benar.

#### 2. Reaksi yang diberikan oleh anak TK

Pentingnya untuk memahami ekspresi dari anak-anak TK menjadi indikator kesuksesan program kunjungan ini. Ekspresi, perasaan dan tanggapan mereka menjadi acuan untuk menilai dampak kegiatan ini yakni sejauh mana kegiatan ini dijalankan secara efektif dan efisien dalam menyampaikan pesan-pesan hidup sehat hemat.

Pada kunjungan pertama, siswa TK sangat antusias dan bersemangat karena melihat kami membawa peraga boneka berupa sayur, buah, dan makanan lainnya. Antusiasme siswa TK juga terlihat saat mereka menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh kami, ini menunjukkan minat mereka terhadap topik makanan sehat. Saat kegiatan mewarnai, siswa TK

diminta untuk memilih makanan yang mereka sukai, suasana riang dan gembira mewarnai momen tersebut.

Pada kunjungan kedua, kami memberikan pemahaman lebih dalam mengenai kandungan apa saja yang terdapat pada makanan sehat dan manfaatnya untuk tubuh. Siswa TK duduk dengan diam dan mendengarkan dengan baik, hal ini menunjukkan ketertarikan terhadap pembahasan dan pemahaman terhadap materi yang diberikan. Kemudian aktivitas yang dilakukan adalah mengeja "hidup sehat hemat hebat". Dengan gambar dan huruf warna - warni siswa TK menjadi tertarik dengan visualisasinya dan sekaligus dapat belajar membedakan warna - warna.

Pada kunjungan ketiga, siswa TK sangat penasaran dengan dongeng yang berjudul "Jurus Rahasia Nona Apel". Para siswa dengan penuh perhatian menunjukkan ketertarikan yang besar terhadap cerita yang sedang diceritakan. Beberapa dari mereka bahkan mulai bertanya-tanya, menunjukkan rasa penasaran terhadap alur cerita. Setelah sesi dongeng selesai, dilanjutkan dengan aktivitas menyusun *puzzle* gambar "4 Sehat 5 Sempurna". Rasa ingin tahu akan gambar asli dari *puzzle* mendorong kecepatan mereka dalam menyelesaikan *puzzle*. Ekspresi wajah mereka mencerminkan keseriusan dalam mencocokkan gambar-gambar yang ada.

Pada kunjungan keempat, siswa TK diajak untuk menyanyi dan bergerak dengan judul lagu "Ayo Makan Sayur". Siswa TK menunjukkan antusiasme dengan langsung berdiri dan nampak bersemangat. Setelah menyanyi, kegiatan dilanjutkan dengan aktivitas berhitung. Dalam sesi berhitung, sebagian siswa TK mungkin mengalami kesulitan dan kebingungan, namun sebaliknya, ada juga yang menunjukkan kemampuan yang lancar dalam menyelesaikan tugas tersebut. Pada sesi terakhir, kami memberikan beberapa hadiah berupa makanan sebagai bentuk apresiasi (Gambar 10). Hal ini bertujuan untuk terus mendorong semangat belajar para siswa. Terdapat juga beberapa siswa TK yang merasa sedih, karena mereka merasa kunjungan ini memiliki makna yang besar bagi mereka. Mereka menyampaikan rasa terima kasih atas semua bantuan, perhatian, dan materi yang telah kami berikan kepada mereka selama kunjungan tersebut.



Gambar 10. Sesi Foto Bersama pada Pertemuan Terakhir

## KESIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan kesadaran dan motivasi siswa TK terkait hidup sehat melalui pendekatan kreatif dan edukatif. Aktivitas - aktivitas yang diberikan tidak hanya memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan tetapi juga efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa TK terhadap pola makan sehat. Dengan demikian, kunjungan yang dilakukan telah membantu memberikan kontribusi positif kepada masyarakat, khususnya pada siswa TK Karitas V Surabaya. Adapun saran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kedepannya dapat dilakukan pengembangan metode edukasi pembelajaran yang lebih bervariasi sesuai dengan kebutuhan siswa TK, dengan juga melibatkan

orangtua atau wali murid secara aktif agar dapat menyalurkan tujuan yakni untuk membangun kesadaran dan kebiasaan hidup sehat hemat.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada program *Service Learning* mata kuliah *Personal Finance* semester Genap 2023/2024 yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk melayani dan berbagi pengetahuan kepada para siswa TK. Selain itu, terima kasih kepada Ibu Dr. Nanik Linawati, M.M yang telah membimbing dan memberi dukungan dalam kegiatan abdimas ini. Lebih lanjut, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak TK Karitas V yang dengan senang hati telah memberi kesempatan kepada para siswa Program Manajemen Keuangan Program Studi Manajemen Fakultas School of Business and Management Universitas Kristen Petra untuk melakukan edukasi mengenai hidup sehat hemat kepada para siswa TK.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwahidi, A. A., Sani, M. I., Dewi, A. M., Darmawangsa, S. S., Alawiyah, T. N. A., Rohimah, S., Imtihan, Z., Hasmia, W., Mustapida, H., & Sukenti, K. (2021). Optimalisasi Minat Belajar dengan Metode Fun Learning pada Era New Normal di Desa Sengkerang, Kecamatan Praya Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(2). <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v4i2.682>
- Attamimi, I. F., Kamaliyah, M., Nurjanah, S., & Dewinggih, T. (2021). Meningkatkan Minat Belajar dengan Metode Fun Learning pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Kumbang. *Proceedings Uin Sunan Gunung Djati Bandung*. <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/view/531>
- Dewi-izzwi, A. M., & Emenike, K. (2021). Personal Financial Stress and Financial Wellness: Their Influence on The Performance of Bumiputera Academicians. In *Asian Journal of Research in Business and Management*, 3(1). <http://myjms.mohe.gov.my/index.php/ajrbm>
- Fahmi, D. (2022). Efektivitas Mendongeng Sebagai Upaya Konstruktif Dalam Membentuk Kepribadian Anak. *PANCASONA: Pengabdian dalam Cakupan Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(1). <https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/pancasona/article/view/6145/4259>
- Krisdayanthi, A. (2019). Penerapan Financial Parenting (Gemar Menabung) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.25078/pw.v4i1.1063>
- Igamo, A. M., Effendi, A., Apriani, D., & Andaiyani, S. (2021). Edukasi Pentingnya Menabung Sejak Dini di Desa Kota Daro II. In *Jurnal Pengabdian Aceh*, 1(4). <https://jpaceh.org/index.php/pengabdian/article/view/83>
- Muslimatun, S., Aisyah, S., & Damayanti, G. M. (2019). Student-Led Community Service Activities in Indonesia International Institute for Life Sciences (I3I) for Building Collaborative Work And Social Awareness. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 2, 897–901. <https://prosiding-pkmcsr.org/index.php/pkmcsr/article/view/432>.
- Nurma, A. (2021). *Implementasi Metode Fun Learning Dalam Meningkatkan Hasil Belajar SKI Di Tsanawiyah Al-Hikmah Bandar Lampung*. <http://repository.radenintan.ac.id/13666/1/PERPUS%20PUSAT%201.2%20DAPUS.pdf>
- Purwaningsih, N. K., Dewi, S. P. A. A. P., & Lindawati. N. P. (2023). PKM, Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pelatihan Kemampuan Vocabulary Bahasa Inggris Melalui Demonstrasi Pengenalan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Widya Mahadi*, 3(2), 68–73. <https://doi.org/10.59672/widyamahadi.v3i2.2982>
- Rahayu, E. Y., Rustipa, K., & Purwanto, S. (2023). Motivasi Hidup Sehat Bagi Siswa-Siswi TK Bhakti 02 Melalui Pengenalan Kata Benda Buah dan Sayur Dalam Bahasa Inggris. *Jurnal Abdimas Budaya*, 4(1). <https://www.unisbank.ac.id/ojs/index.php/budaya/article/download/9240/3746>

- Rahmat, A., Smith, B. M., & Rahim, M. (2015). Perilaku Hidup Sehat Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Scientific Journal of Psychology*.  
<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/view/452>
- Silvia, V., & Fajar, M. (2023). Sosialisasi Pentingnya Mengonsumsi Makanan 4 Sehat 5 Sempurna Kepada Anak Sekolah Dasar. *SiKemas Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4). <https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKEMAS>.
- Siswanto, E. (2023, May 24). *Apa Itu Pengabdian Masyarakat*. UNIVERSITAS STEKOM: Universitas Sains Dan Teknologi Komputer.
- Soehadha, M., Faiz, A. A., Muryana, & Khuzaimah, S. (2016). Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Agama; Model Pengabdian Masyarakat oleh Dosen dan Peran Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sunan Kalijaga 1. *RELIGI: Jurnal Studi Agama Agama*, 12(1), 1–16.  
<https://doi.org/10.14421/rejusta.2016.1201-01>
- Sumual, O. E. (2022). Penerapan Pendidikan Karakter Melalui Metode Bercerita Pada Anak Usia Dini di TK GMIM Damai Rasi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(10), 382-389.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6982700>
- Susanti, E., & Kholisoh, N. (2018). Konstruksi Makna Kualitas Hidup Sehat (Studi Fenomenologi pada Anggota Komunitas Herbalife Klub Sehat Ersanddi Jakarta). *Jurnal Lugas* 2(1), 1-12.  
<http://ojs.stiami.ac.id>