

PEMBUATAN JELLY SAYUR WORTEL DAN JAGUNG SEBAGAI ADAPTASI DIET DAN MODIFIKASI TEKSTUR MAKANAN PADA ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SLB NEGERI 1 BIREUEN

Alfi Makrifatul Azizah¹, Yeni Irma Normawati², Anggi Pramono Siregar³, Fohan Muzakir⁴

alfimakrifatulazizah@gmail.com¹, yeninormawati01@gmail.com²,
anggipramono95@gmail.com³, fohanm@gmail.com⁴

Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

ABSTRAK

Pembuatan jelly sayur wortel dan jagung menjadi salah satu inovasi adaptasi diet dan modifikasi tekstur makanan pada anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri 1 Bireuen. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan asupan gizi serta memudahkan anak-anak berkebutuhan khusus dalam mengonsumsi makanan bergizi dengan tekstur yang lebih mudah diterima. Metode yang digunakan meliputi identifikasi masalah, pengembangan resep, pelatihan pembuatan jelly, serta evaluasi penerimaan anak terhadap produk yang dihasilkan. Hasil menunjukkan bahwa jelly sayur ini diterima dengan baik oleh anak-anak, memberikan alternatif makanan sehat yang menarik. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa jelly sayur wortel dan jagung dapat menjadi pilihan untuk adaptasi diet dan modifikasi makanan dalam memenuhi kebutuhan gizi anak berkebutuhan khusus.

Kata Kunci: Jelly Sayur, Inovasi Kuliner, Anak Berkebutuhan Khusus.

ABSTRACT

Making carrot and corn vegetable jelly is one of the innovations in diet adaptation and food texture modification for children with special needs at SLB Negeri 1 Bireuen. This community service activity aims to increase nutritional intake and make it easier for children with special needs to consume nutritious food with a texture that is more easily accepted. The methods used include problem identification, recipe development, jelly making training, and evaluation of children's acceptance of the resulting product. The results showed that this vegetable jelly was well received by children, providing an attractive healthy food alternative. The conclusion of this activity is that carrot and corn vegetable jelly can be an option for diet adaptation and food modification in meeting the nutritional needs of children with special needs.

Keywords: Vegetable Jelly, Culinary Innovation, Children with Special Needs.

PENDAHULUAN

Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan kelompok yang memiliki tantangan unik dalam hal kesehatan dan gizi. Mereka sering kali mengalami kesulitan dalam mengonsumsi makanan yang bergizi, baik karena masalah fisik seperti kesulitan menelan atau mengunyah, maupun karena preferensi makanan yang terbatas. Penelitian menunjukkan bahwa anak berkebutuhan khusus, terutama yang memiliki ADHD dan autisme, memiliki kendala dalam memilih produk pangan yang sesuai, yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka secara keseluruhan. Penelitian di SDN Sidokumpul 7 Gresik mengungkapkan bahwa pemenuhan gizi makro dan mikro anak-anak ini dapat bervariasi, dengan beberapa anak tidak memenuhi kecukupan gizi yang diperlukan (Wiliasari, 2016).

Ahli gizi menjelaskan bahwa kesalahan dalam pola makan dapat berdampak besar pada kondisi ABK. Misalnya, konsumsi gula berlebih dapat meningkatkan risiko

hiperaktivitas pada anak-anak dengan ADHD, dan beberapa anak autis menunjukkan reaksi negatif terhadap makanan tertentu seperti gluten atau kasein (Yen, 2025). Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan inovasi kuliner yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi mereka. Salah satu pendekatan yang dapat diambil adalah melalui inovasi dalam penyajian makanan, seperti pembuatan jelly sayur yang terbuat dari bahan-bahan alami seperti wortel dan jagung.

Wortel dan jagung adalah sayuran yang kaya akan nutrisi. Wortel dikenal sebagai sumber vitamin A yang sangat baik, yang berperan penting dalam kesehatan mata, sistem kekebalan tubuh, dan pertumbuhan sel. Kandungan β -karoten dalam wortel merupakan provitamin A yang berfungsi melindungi mata dan kandungan antioksidan sebagai antikanker (Lidiyawati et al., 2013). Sementara itu, jagung merupakan sumber yang kaya vitamin A, B, E dan banyak mineral. Kandungan serat yang tinggi berperan dalam pencegahan penyakit yang menyerang pencernaan seperti sembelit dan wasir serta kanker kolorektal. Antioksidan pada jagung juga bertindak sebagai agen anti-kanker dan mencegah Alzheimer. Jagung juga kaya phytochemical, memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit kronis (Marzuki, 2008). Kombinasi kedua sayuran ini tidak hanya memberikan manfaat gizi yang signifikan tetapi juga dapat meningkatkan daya tarik visual dan rasa makanan bagi anak-anak. Namun, tantangan utama adalah bagaimana menyajikan sayuran ini dalam bentuk yang menarik dan mudah dikonsumsi oleh anak berkebutuhan khusus.

Pengembangan jelly sayur sebagai alternatif dan inovasi makanan memiliki potensi besar untuk membantu anak-anak ini dalam mendapatkan asupan gizi yang seimbang. Jelly sayur tidak hanya menawarkan tekstur yang lebih lembut dan kenyal, tetapi juga dapat disajikan dengan berbagai variasi rasa dan warna yang menarik. Dengan demikian, jelly sayur dapat menjadi solusi inovatif dalam memenuhi kebutuhan diet anak berkebutuhan khusus. Penelitian yang dilakukan Salsabila et al., (2024) mengenai pembuatan jelly dari wortel menunjukkan bahwa produk ini tidak hanya memberikan manfaat gizi, seperti vitamin A, tetapi juga dapat disajikan dengan variasi rasa dan warna yang menarik. Hal ini menjadikan jelly wortel sebagai solusi inovatif dalam memenuhi kebutuhan diet anak-anak, terutama mereka yang berkebutuhan khusus.

Di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri 1 Bireuen, kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan untuk memperkenalkan teknik modifikasi tekstur makanan kepada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Kegiatan ini melibatkan dosen dan mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, yang berkomitmen untuk meningkatkan kualitas hidup anak-anak tersebut melalui pelatihan pembuatan jelly sayur. Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada guru dan orang tua mengenai pentingnya diet yang tepat serta cara membuat makanan bergizi yang disesuaikan dengan kemampuan makan anak-anak.

Pentingnya modifikasi tekstur makanan tidak dapat dipandang sebelah mata. Banyak anak berkebutuhan khusus mengalami kesulitan dalam mengunyah atau menelan makanan keras, sehingga mereka cenderung menghindari makanan sehat seperti sayuran. Dengan menyajikan sayuran dalam bentuk jelly, diharapkan anak-anak dapat lebih mudah menerima makanan bergizi tanpa merasa tertekan atau terpaksa. Selain itu, jelly sayur juga memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk terlibat dalam proses pembuatan makanan, sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keterampilan mereka di dapur. Status gizi yang baik sangat penting bagi keberhasilan terapi dan pertumbuhan optimal anak berkebutuhan khusus. Asupan zat gizi yang lengkap, beragam, dan seimbang merupakan kunci untuk mendukung perkembangan mereka (Taufiq, 2023).

Melalui kegiatan pengabdian ini, kami bertujuan untuk mengeksplorasi manfaat pembuatan jelly sayur wortel dan jagung sebagai adaptasi diet dan modifikasi tekstur

makanan pada anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri 1 Bireuen. Kegiatan ini tidak hanya akan menilai penerimaan anak terhadap produk jelly yang dihasilkan tetapi juga memberikan wawasan tentang bagaimana inovasi ini dapat diterapkan secara lebih luas di komunitas lain.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa tahapan yang dirancang untuk memastikan keberhasilan pembuatan jelly sayur wortel dan jagung sebagai adaptasi diet dan modifikasi tekstur makanan pada anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri 1 Bireuen. Berikut adalah langkah-langkah yang diambil dalam pelaksanaan kegiatan ini:

1. Identifikasi Masalah

- Tahap awal dilakukan observasi dan wawancara dengan guru serta orang tua untuk mengidentifikasi masalah yang dihadapi anak berkebutuhan khusus terkait dengan asupan gizi dan kesulitan dalam mengonsumsi makanan bergizi. Observasi ini bertujuan untuk memahami preferensi makanan anak serta kendala yang mereka hadapi dalam mengonsumsi sayuran.

2. Pengembangan Resep

- Setelah masalah teridentifikasi, tim pengabdian masyarakat mengembangkan resep jelly sayur menggunakan bahan dasar wortel dan jagung. Resep ini dirancang untuk mempertahankan nilai gizi tinggi sambil memastikan tekstur yang lembut dan mudah dikonsumsi oleh anak-anak. Uji coba dilakukan untuk menemukan proporsi bahan yang tepat agar jelly memiliki rasa dan konsistensi yang diinginkan.

3. Pelatihan Pembuatan Jelly

Pelatihan diadakan untuk guru dan orang tua di SLB Negeri 1 Bireuen mengenai cara membuat jelly sayur. Pelatihan ini mencakup:

- Demonstrasi Pembuatan: Tim pengabdian memberikan demonstrasi langsung tentang cara membuat jelly, mulai dari persiapan bahan hingga proses memasak dan pendinginan.
- Praktik Mandiri: Peserta diberikan kesempatan untuk mencoba membuat jelly sendiri dengan bimbingan dari tim pengabdian, sehingga mereka dapat memahami prosesnya secara langsung.

4. Evaluasi Penerimaan Makanan

Setelah jelly sayur diproduksi, dilakukan evaluasi penerimaan produk oleh anak-anak. Metode evaluasi meliputi:

- Observasi Langsung: Anak-anak diminta untuk mencicipi jelly, dan tim pengabdian mengamati reaksi mereka terhadap rasa, tekstur, dan penampilan jelly.
- Wawancara: Wawancara dilakukan dengan guru dan orang tua untuk mendapatkan umpan balik mengenai penerimaan anak terhadap jelly sayur serta dampaknya terhadap kebiasaan makan mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN





Gambar 1. Proses Pembuatan Jelly Sayur Wortel dan Jagung di SLB Negeri 1 Bireuen

Pembuatan jelly sayur wortel dan jagung merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Mahasiswa dan Dosen Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh sebagai inovasi kuliner dan adaptasi diet dan modifikasi tekstur makanan pada anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri 1 Bireuen . Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas asupan gizi anak berkebutuhan khusus melalui inovasi makanan yang menarik dan mudah dikonsumsi. Berikut adalah hasil dari kegiatan tersebut:

1. Pelatihan Pembuatan Jelly Sayur

- Pemberian pelatihan pembuatan jelly sayur dilakukan pada tanggal 11 Januari 2025, dengan melibatkan guru, orang tua, dan mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Peserta pelatihan menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti setiap tahap pembuatan jelly.
- Resep jelly sayur yang dikembangkan menggunakan bahan dasar wortel dan jagung berhasil diuji coba. Hasil akhir menunjukkan jelly memiliki tekstur yang lembut dan rasa yang disukai anak-anak.

2. Penerimaan Anak terhadap Jelly Sayur

- Setelah pembuatan jelly, dilakukan evaluasi penerimaan produk oleh anak-anak. Observasi menunjukkan bahwa banyak anak-anak yang mau menerima dan menyatakan menyukai jelly sayur yang disajikan. Mereka merespon positif terhadap rasa manis alami dari jagung dan warna menarik dari wortel.
- Wawancara dengan orang tua juga mengungkapkan bahwa anak-anak lebih bersedia mengonsumsi sayuran dalam bentuk jelly dibandingkan dengan sayuran segar atau dimasak.

3. Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi

- Melalui pelatihan ini, para guru dan orang tua mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya diet seimbang untuk anak berkebutuhan khusus. Mereka belajar tentang cara memodifikasi makanan agar sesuai dengan kebutuhan gizi anak-anak.
- Materi pelatihan mencakup informasi tentang nilai gizi wortel dan jagung, serta teknik penyajian makanan yang menarik bagi anak-anak.

Pembuatan jelly sayur merupakan inovasi yang efektif dalam menyajikan sayuran kepada anak-anak. Dengan mengubah bentuk sayuran menjadi jelly, anak-anak dapat lebih mudah menerima makanan bergizi tanpa merasa tertekan. Inovasi dalam pembuatan puding atau jelly berbahan dasar sayuran bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anak. Sayuran sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan mereka, dan inovasi ini diharapkan dapat memudahkan orang tua dalam memberikan asupan yang sehat (Suriyanti & Nurwahyuni, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa modifikasi tekstur makanan dapat meningkatkan penerimaan makanan pada anak-anak dengan kebutuhan khusus. Penelitian ini menunjukkan bahwa pembuatan minuman jelly dari sayuran seperti wortel dan brokoli dapat menjadi alternatif yang baik untuk meningkatkan konsumsi sayuran di kalangan anak-anak. Jelly ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan

gizi dan dapat diterima dengan baik oleh anak-anak yang biasanya sulit mengonsumsi sayuran (Hanna, 2019). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa inovasi cemilan sehat berbahan alami seperti jelly dari buah dan sayur dapat membantu memperbaiki pola makan anak-anak. Produk ini menawarkan manfaat gizi yang signifikan dan dirancang agar menarik bagi anak-anak (Sianipar et al., 2024).

Keterlibatan aktif orang tua dan guru dalam pelatihan pembuatan jelly sangat penting untuk keberhasilan kegiatan pengabdian ini. Mereka tidak hanya belajar cara membuat jelly tetapi juga memahami pentingnya penyesuaian diet untuk anak-anak mereka. Dengan pengetahuan ini, diharapkan mereka dapat menerapkan teknik modifikasi makanan di rumah. Hal ini sejalan dengan pernyataan Oktaviani et al., (2024) bahwa keterlibatan orang tua dalam kegiatan pendidikan di rumah, termasuk pelatihan pembuatan makanan seperti jelly, membantu memperkuat hubungan antara orang tua dan anak. Ini juga memberikan kesempatan bagi orang tua untuk mendidik anak mengenai pentingnya gizi dan pola makan sehat.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa jelly sayur tidak hanya diterima dengan baik tetapi juga membantu meningkatkan variasi pola makan anak-anak. Dengan adanya alternatif makanan yang sehat dan menarik, diharapkan anak-anak dapat memperoleh asupan gizi yang lebih baik, sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian ini, disarankan agar program serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan di SLB lainnya atau komunitas lain yang memiliki kebutuhan serupa. Variasi rasa dan bentuk jelly juga dapat dikembangkan untuk menarik minat lebih banyak anak. Selain itu, penting untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai dampak jangka panjang dari konsumsi jelly sayur terhadap kesehatan dan perkembangan anak berkebutuhan khusus.

KESIMPULAN

Pembuatan jelly sayur wortel dan jagung menjadi salah satu menu pilihan untuk adaptasi diet serta inovasi kuliner bagi anak berkebutuhan khusus di SLB Negeri 1 Bireuen. Produk ini tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi tetapi juga disukai oleh anak-anak, sehingga dapat menjadi alternatif makanan sehat dan juga menarik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan variasi rasa dan bentuk jelly guna meningkatkan minat makan pada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Hanna, T. T. (2019). Pembuatan Minuman Jelly Berbahan Dasar Sayuran Wortel Dan Brokoli Sebagai Alternatif Pengganti Buahbuahan. Skripsi.
- Lidiyawati, R., Dwijayanti, F., S, N. Y., & Pradigdo, S. F. (2013). Mentel (Permen Wortel) Sebagai Solusi Penambah Vitamin A. Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 3(1). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jim/article/view/10865>
- Marzuki, I. (2008). Analisis Perubahan Kandungan Gizi Jagung (*Zea Mays L.*) Selama Penyimpanan Dalam Kemasan Kantong Plastik. Teknosains, 2(2), 94–101.
- Oktaviani, N., Rahayu, I. S., & Wahyuni, L. (2024). Strategi Orang Tua Dalam Mengajar Dan Mendidik Anak Dalam Pembelajaran Dirumah Selama Pandemi Covid-19. ResearchGate. <https://doi.org/10.54460/jifa.v6i2.14>
- Salsabila, K. A., Puspitasari, H., & A.u, L. P. I. (2024). Inovasi Jelly Wortel Sumber Vitamin A Sebagai Upaya Pencegahan Mata Minus Pada Anak Dan Dewasa. Journal of Business and Halal Industry, 1(4), 1–7. <https://doi.org/10.47134/jbhi.v1i4.415>
- Sianipar, B. R., Rajagukguk, G. P. J., Azma, R. A., Purba, S. T., Fadhilah, U. A., & Lubis, F. (2024). Inovasi Cemilan Sehat dan Praktis Berbahan Alami sebagai Alternatif Jajanan Anak Sekolah.

- Journal on Education, 7(1), Article 1. <https://doi.org/10.31004/joe.v7i1.7397>
- Suriyanti, & Nurwahyuni. (2023). Sayur Sebagai Inovasi Produk Camilan Baru Yang Berguna Sebagai Peningkatan Gizi Pada Anak-Anak. *PUBLICA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.58738/publica.v2i1.36>
- Taufiq, Z. (2023). Website Layanan Disabilitas dan Pendidikan Inklusif. <http://padangkota.go.id/site/index>
- Wiliasari, D. E. (2016). Konsumsimakanan Dan Pemenuhan Gizi Anak Berkebutuhan Khusus Di Sdn Sidokumpul 7 Gresik. *Jurnal Tata Boga*, 5(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/article/view/14200>
- Yen, T. S. (2025). MBG untuk Anak Berkebutuhan Khusus, Seberapa Inklusif? *dw.com*. <https://www.dw.com/id/menu-khusus-untuk-anak-berkebutuhan-khusus-seberapa-inklusif-program-mbg/a-71398741>