DIVERSIFIKASI TOMAT (*SOLANUM LYCOPERSICUM*) MENJADI PERMEN JELLY SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN MINAT IBU DALAM MENYEDIAKAN CAMILAN SEHAT

Dheska Arthyka Palifiana [1], Devillya Puspita Dewi[2], Sitti Khadijah[3], Marwah Erwanda[4]
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta
(dheska_arthyka@respati.ac.id)

ABSTRAK

Latar Belakang: Buah tomat mengandung komponen mutrisi terutama vitamin dan mineral. Selain itu buah tomat juga mengandung senyawa likopen dalam jumlah cukup tinggi. Pada tomat yang masih segar jumlah likopen sebesar 3,1-7,7 mg/100g, selain memberikan warna merah pada buah tomat, likopen terbukti efektif sebagai antioksidan. Dalam kehidupan awal seorang anak, kebutuhan makan dan minum merupakan kebutuhan yang penting untuk tumbuh kembang anak. Tomat dapat didiversifikasi menjadi permen jelly sebagai alternatif camilan sehat untuk anak.
Tujuan:Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui minat ibu dalam menyediakan camilan sehat sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan diversifikasi permen jelly tomat.
Metode: Desain yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *pre post* dan menggunakan jenis rancangan *one group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah 44 ibu balita di Posyandu Mahoni 2 Kelurahan Gedong Kiwo. Analisis data secara kuantitatif menggunakan uji *Paired T Test* yang sebelumnya telah dilakukan uji normalitas.
Hasil: Karakteristik responden sebagian besar berumur 26-35 tahun sebanyak 25 orang (56,8%), pendidikan menengah 32 orang (72,7%). Pada saat pre test jumlah responden yang mempunyai minat tinggi sebanyak 6 orang (13,64%) dan pada saat post test jumlah responden yang mempunyai minat tinggi sebanyak 40 orang (90,90%). Nilai signifikansi (2-tailed) adalah 0,003 (p<0,05).
Simpulan: Pelatihan Diversifikasi Tomat (Solanum Lycopersicum) menjadi Permen Jelly Meningkatkan Minat Ibu dalam Menyediakan Camilan Sehat.

Kata kunci: Diversifikasi Tomat, Permen Jelly, Minat, Camilan Sehat

The Diversification of Tomatoes (Solanum Lycopersicum) in to Jelly Candies as an Effort to Increase Mother's Interest in Providing Healthy Snacks

ABSTRACT

***Background**: In addition to having nutritional components, such as vitamins and minerals, tomatoes also contain lycopene compounds in sufficiently high quantities. In fresh tomatoes, the amount of lycopene is 3.1-7.7 mg/100g. Besides giving*

10.36419/jki.v13i1.562

tomatoes red color, lycopene is proven to be effective as an antioxidant. In the early life of children, the need to eat and drink is highly important for their growth and development. Apart from that, there is a fact that tomatoes can be diversified into jelly candy as a healthy snack alternative for children.
***Objective**: This study aims at finding out the mother's interest in providing healthy snacks before and after the training of the diversification of tomatoes into jelly candy.*
***Methods**: In this study, the researchers applied a quasi-experiment using a pre-post design and a one-group design. The number of samples was 44 mothers having children under five at Mahoni 2 Health Center, Gedong Kiwo Village. The employed techniques of data analysis were the paired t-test preceded by the normality test.*
***Results**: For characteristics of respondents, most of them aged 26-35 years totaling 25 people (56.8%), and had secondary education totaling 32 people (72.7%). In the pre-test, the number of respondents who had a high interest was 6 people (13.64%), while in the post-test, the number of respondents who had a high interest was 40 people (90.90%). The obtained significance value (2-tailed) was 0.003 ($p < 0.05$).*
***Conclusion**: The training of the diversification of tomatoes (Solanum Lycopersicum) into jelly candies increases the mother's interest in providing healthy snacks.*

***Keywords**: Diversification of Tomatoes, Jelly Candy, Interests, Healthy Snacks.*

PENDAHULUAN

Menurut Depkes RI (1972) dalam Yuniar Rizky (2020) Komponen nutrisi yang terkandung pada buah tomat cukup tinggi terutama mineral dan vitamin.100 gram buah tomat ukuran sedang mengandung zat besi, 30 kalori, 60 mg vitamin B, 1500 vitamin A, 40 mg vitamin C, kalsium. Vitamin A dan C merupakan zat gizi yang jumlahnya cukup dominan dalam buah tomat (Tonucci, 1995 dalam Cut Rosmawati, 2013). Asam L-askorbat dan asam L-dehidroaskobat yang terbentuk dalam vitamin C dan keduanya mempunyai keaktifan sebagai vitamin C (Jungs and Wells, 1997 dalam Cut Rosmawati, 2013). Senyawa likopen yang terkandung dalam buah tomat juga cukup tinggi. Dalam satu buah tomat segar terkandung likopen sekitar 3,1-77 mg/100g. Fungsi likopen yaitu memberikan warna merah pada buah tomat dan sebagai antioksidan. Dengan adanya komponen-komonen dalam buah tomat tersebut membuat buah tomat sebagai bahan pangan yang bergizi dan fungsional (Roni, 2017).

Jumlah likopen yang disarankan untuk dikonsumsi masyarakat yaitu rata-rata 1,86 mg likopen per hari apabila dibawah jumlah tersebut maka seseorang dinyatakan kekurangan likopen. Apabila dalam 100 gram tomat mentah rata-rata mengandung likopen 3-5 mg, maka dalam sehari masyarakat sebaiknya mengkonsumsi 200 gram buah tomat untuk mengurangi resiko terkena kanker dan meningkatkan imunitas tubuh (Agarwal, 1999 dalam Yanuar Rizky, 2020).

Dalam kehidupan awal seorang anak, ada beberapa kebutuhan pokok yang harus diperhatikan, diantaranya kebutuhan jasmani yang meliputi makan, minum,

Copyright © 2022, Jurnal Kebidanan Indonesia
ISSN 2086-5562 (print) | ISSN 2579-7824 (online)

pakaian, tempat tinggal, beraktivitas dan beristirahat. Semua kebutuhan jasmani tersebut harus seimbang untuk mencapai perkembangan dan pertumbuhan yang optimal. Sebagai orang tua, ibu harus memperhatikan asupan makanan untuk anaknya diantaranya dengan membuat camilan sehat berbentuk permen jelly.

Selain dimanfaatkan dalam bentuk sayuran, bahan masakan dan jus, tomat dapat diolah menjadi permen jelly agar dapat meningkatkan minat anak dalam mengkonsumsi tomat. Permen jelly merupakan bentuk produk makanan yang disukai oleh semua kalangan baik anak-anak maupun dewasa. Hal ini dikarenakan rasa manis, warna, aroma dan bentuk yang bervariasi sehingga cukup menarik perhatian bagi yang melihatnya. Diversifikasi tomat menjadi permen jelly menjadi salah satu solusi bagi pada orang tua terutama ibu untuk menyediakan camilan sehat bagi anaknya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai "Diversifikasi Tomat (*Solanum Lycopersicum*) menjadi Permen Jelly Sebagai Upaya Meningkatkan Minat Ibu dalam Menyediakan Camilan Sehat".

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian *Quasi Eksperiment* dengan menggunakan rancangan pre post untuk membandingkan tindakan yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dan menggunakan jenis rancangan one group design. Variable bebas dalam penelitian ini adalah pelatihan diversifikasi tomat menjadi permen jelly sedangkan variable terikatnya adalah minat ibu dalam menyediakan camilan sehat.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 44 ibu balita yang datang di Posyandu Mahoni 2 Kecamatan Gedong Kiwo Mantrijeron Yogyakarta. Pelatihan diversifikasi tomat menjadi permen jelly dilakukan saat ibu balita datang untuk melakukan posyandu anaknya. Sebelum dilakukan pelatihan, responden mengisi pretest terlebih dulu kemudian dilakukan pelatihan diversifikasi tomat menjadi permen jelly. Narasumber pelatihan dari tim peneliti kemudian responden mencoba membuat permen jelly tomat. Setelah pelatihan selesai dilakukan, peneliti membagikan kuesioner posttest.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan analisis univariat untuk menganalisis secara deskriptif variable penelitian dengan menyajikan data dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi sebagai penjelasan dari tabel yang disajikan. Analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh pelatihan diversifikasi tomat menjadi permen jelly terhadap minat ibu dalam menyediakan camilan sehat dengan menggunakan analisis *Paired T Test* yang sebelumnya telah dilakukan uji normalitas.

Copyright © 2022, Jurnal Kebidanan Indonesia
ISSN 2086-5562 (print) | ISSN 2579-7824 (online)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Pendidikan

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
Remaja Akhir	10	22,7
Dewasa Awal	25	56,8
Dewasa Akhir	9	20,5
Total	44	100
Pendidikan		
Dasar	5	11,4
Menengah	32	72.7
Tinggi	7	15,9
Total	44	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 44 responden mayoritas umur responden dalam kategori dewasa awal sebanyak 25 responden (56,8%), remaja akhir 10 responden (22,7%) dan dewasa akhir 9 responden (20,5%). Sedangkan karakteristik pendidikan Sebagian besar responden berpendidikan menengah sebanyak 32 responden (72,7%), Pendidikan tinggi 7 responden (15,9%) dan Pendidikan dasar 5 responden (11,4%).

Tabel 2. Perbedaan Minat Ibu dalam Menyediakan Camilan Sehat Sebelum dan Sesudah diberikan Pelatihan Diversifikasi Tomat

Pre test Minat Ibu	Post Test Minat Ibu			Total	Sig
	Tinggi	Sedang	Rendah		
Tinggi	3 (7,5%)	2 (66,66%)	1 (100%)	6 (13,64%)	0,003
Sedang	14 (35%)	0 (0%)	0 (0%)	14 (31,82%)	
Rendah	23 (57,5%)	1 (33,34%)	0 (0%)	24 (54,54%)	
Total	40 (90,90%)	3 (6,82%)	1 (2,28%)	44 (100%)	

Pada saat pretest jumlah yang mempunyai minat tinggi sebanyak 6 responden (13,64%) dan responden yang mempunyai minat rendah sebanyak 24 orang (54,54%). Kemudian pada saat post test jumlah responden yang mempunyai minat tinggi sebanyak 40 orang (90,90%) dan responden yang mempunyai minat rendah sebanyak 1 orang (2,28%).

Nilai signifikasnsi (2-tailed) adalah 0,003 ($p<0,05$) sehingga hasil pre test dan post test mengalami perubahan yang signifikan (berarti). Disimpulkan pelatihan diversifikasi tomat (*solanum lycopersicum*) menjadi permen jelly dapat meningkatkan minat ibu dalam menyediakan camilan sehat.

Copyright © 2022, Jurnal Kebidanan Indonesia
ISSN 2086-5562 (print) | ISSN 2579-7824 (online)

Pembahasan

Dari hasil kegiatan dapat diketahui bahwa karakteristik berdasarkan umur Sebagian besar responden pengabdian masyarakat berumur 26-35 tahun sebanyak 25 responden (56,8%), sebanyak 10 responden (22,7%) berumur 17-25 tahun dan 9 responden (20,5%) berumur 36-45 tahun.

Umur yang cukup akan mempengaruhi tingkat kematangan dan kekuatan seseorang dalam berfikir dan bekerja (Wulandari, 2014). Menurut Budiman dan Riyanto (2013) bahwa rentang umur 21-35 tahun merupakan usia produktif Kesehatan seseorang, usia madya atau dewasa yang memberikan kesempatan yang lebih besar untuk belajar dan mengembangkan daya intelektualnya. Umur akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah umur akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Responden pada umur tersebut cukup mempunyai pengalaman proses berfikir yang matang dan pengetahuan tentang pengolahan permen jelly tomat.

Karakteristik Pendidikan diperoleh hasil bahwa pendidikan Sebagian besar berpendidikan menengah sederajat sebanyak 32 responden (72,7%) sebanyak 7 responden (15,9%) berpendidikan tinggi dan 5 responden (11,4%) berpendidikan dasar. Keadaan gizi anak ditentukan oleh Pendidikan ibu, karena ibu dengan tingkat pendidikan yang baik dianggap memiliki pengetahuan yang cukup untuk mengolah tomat menjadi permen jelly sebagai upaya meningkatkan imunitas anak dimasa pandemi. Pendidikan SMA sederajat sudah dianggap dapat menerima berbagai informasi tentang gizi untuk balita, baik yang didapat dari bangku sekolah maupun dari media massa elektronik maupun cetak. Adanya hal tersebut diharapkan ibu mempunyai pengetahuan yang lebih mengenai pengolahan tomat untuk meningkatkan imunitas dan gizi untuk balita (Setiaji, 2012).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa p-value 0,003 yang berarti pelatihan diversifikasi tomat (solanum lycopersicum) menjadi permen jelly dapat meningkatkan minat ibu dalam menyediakan camilan sehat. Minat adalah suatu pemusatan perhatian secara tidak sengaja yang terlahir dengan penuh kemauan, rasa ketertarikan, keinginan dan kesenangan (Djali, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh Lia Lismeri, dkk (2019) bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman para peserta tentang nilai gizi dalam buah tomat, manfaat mengkonsumsi camilan sehat dari buah tomat dan cara pembuatan kripik tomat yang semula hanya memperoleh nilai rata-rata 45,25 telah meningkat menjadi rata-rata 88,15.

Pengolahan tomat menjadi permen jelly tidak hanya dapat mengatasi permasalahan pasca panen buah tomat yang cepat mengalami pembusukan tetapi juga menjadi solusi bagi masyarakat dan anak-anak yang tidak menyukai buah tomat.

Copyright © 2022, Jurnal Kebidanan Indonesia
ISSN 2086-5562 (print) | ISSN 2579-7824 (online)

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data dan hasil pembahasan yang dijelaskan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pelatihan diversifikasi tomat (*solanum lycopersicum*) menjadi permen jelly terhadap minat ibu dalam menyediakan camilan sehat.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang dikemukakan di atas, saran yang dapat diberikan adalah mengembangkan pelatihan diversifikasi tomat menjadi permen jelly ke posyandu atau daerah lain agar orang tua terutama ibu dapat menyediakan camilan sehat untuk anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

Agarwal S, Rao AV. (2000). Role of Antioxidant Lycopene in Cancer and Heart Diseases. Journal of The American College of Nutrition. Vol. 19, No. 5.

Budiman & Riyanto.(2013). Kapita Selekta Kuisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta : Salemba Medika.

Cut Rosmawati. (2013). Pengaruh Mulsa dan Dosis Pupuk Organik terhadap Pertumbuhan dan Hasil Tanaman Tomat (*Lycopersicum esculentum Mill*). Skripsi. Universitas Teuku Umar. Meulaboh.

Jung, H.C and Wells, W.W. (1997). Spontaneous Conversion of L-Dehydroascorbic Acid to L-Ascorbic Acid and L-Erythroascorbic Acid. Biochemistry & Biophysis Article.

Roni P.S, M.Basri dan Siswo S. (2017). Analisis Sifat-Sifat Psiko-Kimia Buah Tomat.

Setiaji, A. (2012). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi pada Anak Usia Pra Sekolah di Kabupaten SUkoharjo. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tonucci, L, M.J. Holden, G.R. Beecher, F. Khacik, C.S. David and G Mulokozi. (1995). Carotenoid Content of Thermally Processed Tomato Based Food Product. J. Agric, Food Chem.

Wulandari. (2014). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Hamil dengan Pengetahuan Tanda Bahaya Kehamilan pada Trimester III di RB Harapan Bunda Surakarta.

Copyright © 2022, Jurnal Kebidanan Indonesia
ISSN 2086-5562 (print) | ISSN 2579-7824 (online)