



Dedicated:

Journal of Community Services (Pengabdian kepada Masyarakat)

<https://ejournal.upi.edu/index.php/dedicated/>



Utilization of posters as educational media on balanced nutrition at SD Negeri Citapen Tasikmalaya

Ghaisa Zahira Arya¹, Dedi Purwanto²

¹Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

²Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

ghaitsaza@upi.edu¹, depoerwanto@upi.edu²

ABSTRACT

KKN is one of the community service activities and implementation of the Tri Dharma of Higher Education. Thematic KKN (KKNT) carried out by the Indonesian Education University carries the theme *Si Penting (Mahasiswa Peduli Stunting)*. This problem is in line with the World Health Organization (WHO) priority to reduce stunting globally. Stunting is a growth obstacle resulting from a lack of nutritional intake in children. To prevent children from experiencing stunting problems, they need to get used to healthy living. The approach taken is through poster educational media to strengthen the material implemented at SD Negeri Citapen Tasikmalaya City, so that the entire school community receives information related to balanced nutrition. The steps in the KKNT program start from the preparation stage to the activity implementation stage. Posters are considered to be an appropriate medium because they contain interesting images and symbols so that information is more easily conveyed. It is hoped that the poster educational media creation program will have the opportunity to become a media for literacy and familiarization regarding the importance of consuming balanced nutrition through guidelines on the contents of my plate, drinking at least 8 glasses of water a day, washing hands properly and correctly using the 6 steps from the Ministry of Health, and diligently exercising for at least 30 minutes a day.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 28 Jul 2023

Revised: 30 Aug 2023

Accepted: 9 Sep 2023

Available online: 17 Sep 2023

Publish: 8 Des 2023

Keyword:

balanced nutrition; Citapen elementary school; educational media; poster; stunting

Open access

Dedicated: Journal of Community Services (Pengabdian kepada Masyarakat) is a peer-reviewed open-access journal.

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan pengimplementasian Tri Dharma Perguruan Tinggi. KKN Tematik (KKNT) yang dilaksanakan oleh Universitas Pendidikan Indonesia membawakan tema "Si Penting (Mahasiswa Peduli Stunting)". Permasalahan ini sejalan dengan prioritas World Health Organization (WHO) untuk mengurangi stunting secara global. Stunting merupakan hambatan pertumbuhan yang diakibatkan dari kurangnya asupan gizi yang terjadi pada anak. Untuk menghindari anak dari permasalahan stunting diperlukan pembiasaan untuk hidup sehat. Pendekatan yang dilakukan adalah melalui media edukasi poster untuk penguatan materi yang dilaksanakan di SD Negeri Citapen Kota Tasikmalaya, agar seluruh civitas sekolah mendapatkan informasi terkait gizi seimbang. Langkah-langkah dalam program KKNT ini dimulai dari tahap persiapan hingga tahap pelaksanaan kegiatan. Poster dirasa menjadi media yang sesuai dikarenakan berisikan gambar dan simbol yang menarik sehingga informasi lebih mudah tersampaikan. Program pembuatan media edukasi poster diharapkan berpeluang sebagai media literasi dan pembiasaan terkait pentingnya mengonsumsi gizi seimbang melalui pedoman isi piringku, meminum air minimal 8 gelas sehari, melakukan cuci tangan yang baik dan benar dengan 6 langkah dari Kementerian Kesehatan, serta rajin berolahraga minimal 30 menit sehari.

Kata Kunci: gizi seimbang; media edukasi; poster; SD Negeri Citapen; stunting

How to cite (APA 7)

Arya, G. Z., & Purwanto, D. (2023). Utilization of posters as educational media on balanced nutrition at SD Negeri Citapen Tasikmalaya. *Dedicated: Journal of Community Services (Pengabdian kepada Masyarakat)*, 1(2), 207-218.

Peer review

This article has been peer-reviewed through the journal's standard double-blind peer review, where both the reviewers and authors are anonymised during review.

Copyright



2023, Ghaisa Zahira Arya, Dedi Purwanto. This an open-access is article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0) <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author, and source are credited. *Corresponding author: ghaitsaza@upi.edu

INTRODUCTION

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan suatu bentuk pembelajaran mengenai pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh sekelompok mahasiswa untuk tujuan penerapan, pengamalan, dan pembudayaan ilmu pengetahuan dan teknologi dengan manfaat untuk memajukan kesejahteraan masyarakat dan mencerdaskan kehidupan bangsa dalam memberikan pengalaman praktis pada praktikan untuk mengimplementasikan teori dan praktik (Laia, 2022). Kegiatan KKN ini juga adalah kegiatan berbasis pemberdayaan masyarakat serta cerminan nyata dari tugas dosen juga mahasiswa untuk mengaplikasikan Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam aspek pengabdian (Herlian & Nurpadilla, 2021). Kuliah Kerja Nyata (KKN) juga adalah suatu kegiatan intrakurikuler yang menyatukan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi menggunakan metode memberikan pengalaman pembelajaran juga pekerjaan kepada mahasiswa pada kegiatan pemberdayaan masyarakat (Syardiansah, 2019). Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah suatu kegiatan mengaplikasikan salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi tentang pengabdian pada masyarakat yang dilakukan oleh kelompok mahasiswa yang mempraktikkan teori yang sudah dipelajari sehingga memberikan pengalaman secara langsung serta memberikan manfaat bagi masyarakat sekitar.

Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) yang dilaksanakan oleh Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) pada tahun 2023 ini mengambil salah satu tema, yakni KKN Tematik “Si Penting (mahasiswa Peduli Stunting) Berbasis MBKM”. KKNT yang diselenggarakan juga bermaksud mendukung kegiatan MBKM. Merdeka Belajar-Kampus Mengajar (MBKM) merupakan suatu program unggulan dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang memiliki tujuan dalam melatih mahasiswa agar dapat memahami berbagai keilmuan yang bermanfaat untuk memasuki dunia pekerjaan (Aswita, 2022). Teknologi yang semakin maju di era industri 4.0 yang dimanfaatkan masyarakat 5.0 memberikan berbagai kemudahan juga dampak dalam mengubah pola hidup serta status gizi Masyarakat (Koerniawati & Sartika, 2022).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2012 menjelaskan bahwa salah satu enam Target Gizi secara global pada tahun 2025 serta indikator kunci kedua pada *Sustainable Development Goal of Zero Hunger* adalah mengurangi stunting pada anak (Adelia *et al.*, 2022). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 menyatakan bahwa penurunan prevalensi stunting dijadikan sebagai prioritas *Sustainable Development Goals* (SDG's) di Indonesia hingga tahun 2030 agar dapat menurunkan sampai 40% dari jumlah balita yang terkena stunting (Permatasari *et al.*, 2020). Oleh karena itu, tema yang diambil ini sejalan dengan salah satu target yang ingin dicapai oleh WHO dan SDG's, yaitu berkeinginan untuk mengurangi stunting pada anak, baik secara global maupun nasional.

Kegiatan KKNT ini dilaksanakan di berbagai kota maupun kabupaten, salah satunya adalah Kota Tasikmalaya. Kegiatan KKNT yang dilakukan di Kelurahan Empangsari. Kelurahan Empangsari merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat, Indonesia. Kelurahan Empangsari ini beralamatkan di Jalan Tanuwijaya No. 19 serta memiliki 11 RW dan 41 RT. Pj. Walikota Kota Tasikmalaya, Bapak Dr. Cheka Virgowansyih, S.STP., M.E. menjelaskan bahwa pada data Elektronik dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (E-PPGBM), provinsi Jawa Barat termasuk dalam 5 provinsi yang memiliki angka absolut balita stunting terbesar berkisar 968.148 balita dan Kota Tasikmalaya mengalami kasus stunting yang cukup tinggi, meskipun hingga November 2022 sudah terjadi penurunan dari angka 14,58% hingga 12,87%. (Dikutip dari Dinas Komunikasi dan Informatika Kota Tasikmalaya https://portal.tasikmalayakota.go.id/index.php/q/berita_detail/586),

Berbagai program dilaksanakan dalam kegiatan KKN di Kelurahan Empangsari, mulai dari penyuluhan, pembagian makanan tambahan, bekerja sama dengan kader-kader posyandu, bahkan program khusus perlombaan memperingati Hari Kemerdekaan Indonesia, serta pembuatan media edukasi poster. Poster memiliki tujuan sebagai penyampaian pesan dengan bentuk yang menarik (Masruroh & Hayati, 2021). Oleh karena itu, poster dapat digunakan sebagai media edukasi karena memberikan tampilan yang menarik bagi orang yang melihatnya. Salah satu kegiatan yang akan dibahas pada penelitian ini adalah program pembuatan media edukasi poster yang di tempelkan di beberapa posyandu, SD Negeri Citapen, serta SMP Negeri 1 Kota Tasikmalaya. Kegiatan pembuatan media edukasi poster ini juga digunakan sebagai media penguatan materi pada program penyuluhan yang dilaksanakan sebelumnya di SD Negeri Citapen Kota Tasikmalaya. Penguatan materi melalui media edukasi poster ini diharapkan mampu menjadi media literasi bagi seluruh civitas sekolah.

Literature Review

Pengaruh Stunting pada Anak Usia Sekolah Dasar

Stunting pada pertumbuhan anak-anak merupakan salah satu hambatan yang paling signifikan untuk perkembangan manusia, yang mana secara global memberikan pengaruh berkisar 162 juta anak di bawah usia 5 tahun. Stunting adalah terhambatnya pertumbuhan yang disebabkan oleh kekurangan asupan zat gizi serta adanya permasalahan kesehatan (Rosmalina *et al.*, 2018). Stunting juga diartikan sebagai permasalahan kurang gizi kronis yang diakibatkan oleh asupan gizi yang kurang pada waktu yang cukup lama dikarenakan makanan yang diberikan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Rahmadhita, 2020). Stunting juga merupakan suatu kondisi di mana anak mengalami gagal pertumbuhan dan perkembangan yang diakibatkan berbagai faktor, mulai dari gizi yang tidak adekuat, infeksi berulang, serta kurangnya stimulus *psycosocial* (Effendy *et al.*, 2022).

Permasalahan stunting (pendek) menjadi suatu masalah gizi yang paling sering dihadapi oleh Indonesia, bisa terjadi pada anak laki-laki maupun perempuan (Nasution & Rahman, 2021). Stunting dapat disimpulkan sebagai suatu kondisi di mana anak terhambat untuk bertumbuh dan berkembang tinggi badannya sesuai dengan standar penghitungan lembaga kesehatan dan biasanya disebabkan oleh asupan gizi yang cenderung kurang. Ciri-ciri stunting yang paling utama dapat dilihat dari tubuh anak yang lebih pendek dari standar perhitungan yang sudah ditetapkan oleh Badan Kesehatan Dunia, yaitu WHO (Cahyati *et al.*, 2022). Terdapat beberapa faktor yang memberikan pengaruh anak terindikasi stunting, diantaranya pola asuh, pola makan, pengetahuan orang tua mengenai gizi, kesehatan ibu dan anak, keikutsertaan posyandu, faktor lingkungan, serta pemberian ASI eksklusif (Puspitasari *et al.*, 2023).

Anak usia sekolah berkisar 5-14 tahun biasanya mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang cepat (Ahmad *et al.*, 2023). Anak sekolah merupakan salah satu populasi yang paling rentan apabila dikaitkan dengan gizi. Usia anak sekolah akan menjadi rentan jika tidak mendapatkan gizi yang cukup, baik dalam hal perkembangan fisik, mental, serta intelektual (Ahmad *et al.*, 2023). Hal ini tentunya bisa saja mengakibatkan stunting. Stunting biasanya berdampak pada tidak optimalnya kemampuan kognitif anak yang akan memberikan pengaruh pada kehidupan anak terkait ke depannya (Daracantika *et al.*, 2021).

Media Edukasi Poster

Pemanfaatan media yang diadaptasi dengan perkembangan zaman akan memberikan kesan yang kekinian dan menarik (Subianto *et al.*, 2018). Media edukasi adalah suatu alat bantu yang digunakan untuk memaparkan informasi dalam pembelajaran (Femyliati & Kurniasari, 2022). Edukasi terkait gizi seimbang dapat dilakukan dengan berbagai media apapun, sehingga dengan memilih media yang tepat, maka akan memberikan kemudahan pada target sasaran yang ingin dicapai untuk lebih memahami dan menerima informasi yang diberikan. Salah satu media edukasi yang dapat digunakan pada civitas sekolah, khususnya anak-anak adalah media edukasi poster (Effendy *et al.*, 2022).

Disampaikan Nursalam dalam Wiji & Fitri (2020) poster adalah salah satu media informasi berbentuk gambar dan tulisan hingga suatu informasi dapat disampaikan dengan baik. Edukasi terkait gizi seimbang tentunya sangat penting bagi seluruh masyarakat, khususnya dalam hal ini anak sekolah yang cukup rentan. Untuk itu poster kampanye kesehatan atau poster kesehatan publik, termasuk mengenai gizi seimbang mulai dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) yang tersebar di berbagai laman resmi lembaga terkait (Noordyanto *et al.*, 2023).

Pemanfaatan poster ini kemungkinan lebih disukai oleh anak dikarenakan terlihat sederhana, menarik warnanya, serta mudah dimengerti (Salma & Kurniasari, 2022). Selain itu, media poster juga menjadi salah satu contoh media yang dapat dimanfaatkan sebagai media informatif yang membantu proses menyampaikan informasi mengenai gizi seimbang (Nurfitriani & Kurniasari, 2023). Poster juga memiliki kelebihan karena dapat memperjelas suatu permasalahan dengan cara melihat gambar yang jelas serta sesuai dengan bahasan yang diambil (Atasasih & Mulyani, 2022).

METHODS

Pendekatan yang dilakukan melalui pembuatan media edukasi berupa poster terkait pilar gizi seimbang dengan aplikasi desain Canva. Pembuatan media edukasi poster merupakan salah satu media edukasi visual yang bisa di desain secara menarik memakai warna dan simbol yang hingga dirasa lebih efektif dipakai dalam proses pembelajaran (Effendy *et al.*, 2022). Media edukasi poster ini digunakan sebagai penguatan materi dalam kegiatan penyuluhan gizi seimbang dan PHBS yang telah dilakukan pada siswa Kelas III di SD Negeri Citapen Kelurahan Empangsari, Kota Tasikmalaya. Selain itu, media edukasi ini juga digunakan sebagai media literasi bagi seluruh civitas sekolah di SD Negeri Citapen, mulai dari siswa, guru/tenaga pendidik, serta orang tua siswa.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan berupa dokumentasi kegiatan dan studi literatur dengan menambahkan berbagai referensi yang mendukung dan berkaitan dengan artikel ini. Tahapan pengabdian yang dilakukan terbagi menjadi 2 tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan kegiatan. Tahap persiapan dilakukan dengan menganalisis masalah, survei tempat dan berkoordinasi dengan pihak sekolah, serta pembagian tugas. Selanjutnya, pada tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pembuatan poster, mencetak poster, hingga penempelan poster di sekolah terkait.

RESULT AND DISCUSSION

Anak sekolah dasar merupakan salah satu kelompok usia yang rentan akan gizi dikarenakan mulai padatnya jadwal sekolah dan pertumbuhan serta perkembangan anak yang cenderung cukup cepat. Untuk optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dasar diperlukan gizi yang cukup, baik dari sudut pandang kualitas maupun kuantitas serta membutuhkan perhatian dari berbagai pemangku

kepentingan (Wahyu *et al.*, 2022). Prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2018 berada pada angka 36,8% (Suryaningsih *et al.*, 2022). Menurut data dari Elektronik Pencatatan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (E-PPGBM) pada 8 Mei 2023 yang disampaikan oleh Pj. Walikota Kota Tasikmalaya, Bapak Dr. Cheka Virgowansysh, S.STP., mengungkapkan bahwa prevalensi stunting di Kota Tasikmalaya berada di angka 12,22%.

Jika mengerucut pada setiap kecamatan, Kecamatan Tawang sebagai tempat pelaksanaan KKNT ini memiliki persentase sebesar 6,74%. Pada pelaksanaannya di Kelurahan Empangsari sebagai salah satu kelurahan di Kecamatan Tawang, anak-anak yang mengalami stunting sudah mendekati sehat sehingga sudah bisa dikatakan “*zero stunting*”. Namun, dikarenakan sudah banyak ibu hamil serta anak-anak yang baru, pelaksanaan KKNT di Kelurahan Empangsari ini lebih banyak difokuskan pada program pencegahan stunting, salah satunya adalah melalui media edukasi poster yang terbagi menjadi dua tahapan, yaitu tahapan persiapan dan pelaksanaan kegiatan yang dipaparkan sebagai berikut.

Tahap Persiapan

Tahapan persiapan diawali dengan menganalisis permasalahan mengenai permasalahan stunting di Kelurahan Empangsari. Permasalahan yang didapatkan adalah gejala anak-anak stunting yang sudah mendekati sehat sehingga program yang dirancang lebih banyak berfokus pada kegiatan pencegahan stunting di Kelurahan Empangsari. Sehingga dibuatlah pembagian tugas pada tanggal 1 Agustus 2023 untuk pembuatan poster media edukasi sebagai salah satu pencegahan stunting di Kelurahan Empangsari sebagai berikut.

Tabel 1. Pembagian Tugas Pembuatan Poster Mahasiswa KKN Tematik Kelurahan Empangsari

No	Nama Mahasiswa	Materi Poster
1	Aldy Padmanegara Putra	Pengertian Stunting dan Penyebabnya
2	Dimas Dwi Alfirano	Dampak Stunting dan Pencegahannya
3	Wahyuni Efrida	Perencanaan Menu MPASI
4	Fitriyyatul Muslihah	Edukasi Pola Asuh
5	Rachma Safa Aulia	Ciri-Ciri Stunting
6	Naufal Fakhrie Rienandie	Cegah Stunting dengan Protein Hewani
7	Calvinito Fajar Rizkia	Cegah Stunting dengan Sumber Nabati
8	Salsabiela Fitria	Cegah Stunting dengan Bebas Anemia
9	Ghaitsa Zahira Arya	Pilar Gizi Seimbang
10	Adinda Laqiyta Falasifa	Peran Remaja dalam Pencegahan Stunting

Sumber: *Pengabdian 2023*

Pada tabel di atas, hasil dari analisis masalah untuk media edukasi poster yang akan dibahas berkaitan dengan penjelasan mengenai stunting, gizi seimbang, menu MPASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu), pola asuh, dan gejala anemia. Pada artikel ini difokuskan pada materi pilar gizi seimbang sebagai salah satu media edukasi yang memiliki sasaran civitas sekolah, mulai dari siswa-siswa, guru/tenaga pendidik, serta orang tua siswa.

Gizi seimbang disampaikan Arikunto dalam Winingsih *et al.* (2020) merupakan penyusunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh yang memperhatikan prinsip variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, serta berat badan ideal. Pemenuhan gizi yang optimal tentunya sangat dibutuhkan sebagai pertumbuhan dan perkembangan anak-anak secara fisik juga tingkat kecerdasannya (Winingsih *et al.*, 2020).



Gambar 1. Survei Tempat dan Berkoordinasi dengan Pihak SD Negeri Citapen
Sumber: Dokumentasi Penulis 2023

Setelah pembagian tugas pembuatan media edukasi poster pada sepuluh (10) mahasiswa KKN Kelurahan Empangsari, pada tanggal 3 Agustus 2023 kegiatan dilanjutkan dengan survei sekolah, salah satu sekolah yang dipilih adalah SD Negeri Citapen. Kegiatan dilakukan dengan berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan dan dilanjutkan dengan menempelkan media edukasi poster. Koordinasi berjalan dengan lancar sehingga pihak sekolah memberikan izin untuk pelaksanaan program KKN di sekolah terkait.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahapan selanjutnya mengenai pelaksanaan kegiatan. Setelah diizinkan oleh pihak sekolah, dilakukan penyesuaian jadwal untuk kegiatan penyuluhan dan penempelan poster. Pencarian materi dan pembuatan poster dilakukan sekitar tanggal 2-5 Agustus 2023 melalui aplikasi desain Canva.

Pemilihan materi pilar gizi seimbang disesuaikan dengan istilah gizi seimbang yang terbaru. Istilah 4 Sehat 5 Sempurna (4S5S) yang sudah tidak berlaku lagi sekarang diganti menjadi istilah yang dikenal dengan 4 pilar utama gizi seimbang. Pola makan seimbang dilandaskan pada empat pilar utama, meliputi pola hidup bersih dan sehat, menjaga berat badan ideal, pola makan yang beragam, serta pentingnya olahraga dan gaya hidup aktif (Wahyu *et al.*, 2022). Pada pembuatan poster ini, pilar utama yang paling disorot adalah mengenai pedoman “Isi Piringku”. Isi Piringku merupakan suatu metode pedoman makan sehat yang diperkenalkan oleh Kementerian Kesehatan yang dijadikan acuan untuk penyajian dalam sekali makan (Devriany & Wulandari, 2021).



Gambar 2. Pembuatan Media Edukasi Poster Pilar Gizi Seimbang
Sumber: Dokumentasi Penulis 2023

Pada gambar di atas dipaparkan penggambaran mengenai empat pilar gizi seimbang, mulai dari pedoman Isi Piringku, lalu dilanjutkan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui 6 langkah cuci tangan, meminum air minimal 8 gelas sehari, hingga rajin berolahraga minimal 30 menit dalam sehari. Pedoman Isi Piringku menjadi poin utama yang dibahas. Pedoman Isi Piringku ini terbagi menjadi 3 bagian yang diisi berbagai makanan mengandung gizi seimbang berdasarkan arahan Kemenkes RI, mulai dari 50% diisi dengan buah dan sayur dan 50% lagi dibagi 2 dengan diisi oleh lauk pauk mengandung protein hewani maupun nabati dan bagian lainnya diisi oleh karbohidrat (Atasasih & Mulyani, 2022).

Isi piringku secara lebih rinci terbagi menjadi 4 bagian. Bagian pertama adalah bagian makanan pokok yang mengandung karbohidrat yang mengisi sekitar 2/3 dari 1/2 piring. Makanan mengandung karbohidrat, seperti beras putih, beras merah, kentang, jagung, singkong, roti, ubi jalar, mie, sagu, juga gandum. Sedangkan, bagian kedua berisi lauk-pauk yang mengisi sekitar 1/3 dari 1/2 piring. Lauk pauk ini biasanya yang mengandung protein, baik hewani (ayam, ikan, daging, telur, susu dan olahan produknya) maupun nabati (tahu, tempe, kacang-kacangan).

Bagian ketiga berisikan buah-buahan yang biasanya mengisi 1/3 dari 1/2 piring. Contoh buah-buahan yang dapat dikonsumsi, mulai dari jeruk, pisang, apel, mangga, semangka, papaya, alpukat, dan buah lainnya. Sedangkan bagian keempat berisi sayur-sayuran yang mengisi 2/3 dari 1/2 piring. Contoh sayur yang dapat dikonsumsi, meliputi tomat, bayam, kembang kol, brokoli, kol, terong, timun, kangkong, wortel, labu siam, lobak, selada, dan sayuran lainnya. Selain itu, poster juga berisikan pengingat untuk tidak lupa mencuci tangan dengan baik dan benar melalui 6 langkah cuci tangan, rajin meminum air minimal 8 gelas sehari, serta rajin berolahraga minimal 30 menit dalam sehari.



Gambar 3. Penempelan Media Edukasi Poster pada Mading di SD Negeri Citapen
Sumber: Dokumentasi Penulis 2023

Penempelan poster dilaksanakan pada tanggal 19 Agustus 2023 di mading SD Negeri Citapen Kota Tasikmalaya. Kegiatan penempelan poster ini diharapkan dapat menjadi media edukasi dan literasi bagi civitas sekolah, mulai dari siswa, guru/tenaga pendidik, serta orang tua siswa. Media edukasi poster ini juga diharapkan mampu mengenalkan permasalahan terkait 4 pilar utama mengenai gizi seimbang, mulai dari pedoman isi piringku, rajin meminum air putih, rajin berolahraga, sampai pada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan contoh kecil mencuci tangan dengan baik dan benar.

Discussion

Stunting merupakan gangguan pada pertumbuhan linier yang diakibatkan kekurangan gizi yang berlangsung kronis (Apriluana & Fikawati, 2018). Apabila stunting tidak dipedulikan, maka akan berdampak buruk bagi tumbuh kembang anak-anak di masa yang akan datang. Pola makan yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan serta dengan memilih bahan makanan yang tepat akan membuahkan status gizi yang baik (Amalia & Putri, 2022). Pedoman Isi Piringku bermaksud untuk menjadi acuan yang menunjukkan apa yang disediakan untuk makanan dan minuman tiap kali makan, mulai dari sarapan, makan siang, hingga makan malam (Suprayitno *et al.*, 2023). PHBS dapat dilakukan dengan berbagai cara mulai dari mencuci tangan yang benar, rajin menggosok gigi minimal 2 kali sehari, memakan makanan sehat, juga menjaga kesehatan dengan rutin memotong kuku (Fitriani *et al.*, 2022).

Pemanfaatan poster sebagai media edukasi ini dirancang agar civitas sekolah khususnya siswa-siswa dapat belajar mengenai gizi seimbang melalui media visual yang tidak hanya berbentuk tulisan saja, tetapi diberikan gambar. Sehingga, siswa SD Negeri Citapen Kota Tasikmalaya dapat memahami pentingnya 4 pilar gizi seimbang untuk menjalankan pola hidup sehat. Program pembuatan media edukasi poster ini diharapkan mampu menjadi media literasi bagi masyarakat di Kelurahan Empangsari, khususnya di civitas sekolah SD Negeri Citapen. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan serta mengonsumsi makanan dengan pola gizi seimbang diharapkan mampu mencegah penyakit menular dan tidak menular (Muda & Handayani, 2020). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan mengonsumsi makanan bergizi seimbang tentunya harus dibiasakan, agar selain dapat menghindari stunting di Kelurahan Empangsari dapat juga menjaga agar tubuh tetap sehat sehingga mencegah terkena penyakit dikarenakan sistem imun yang kokoh.

CONCLUSION

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) terkait tema stunting dirasa selaras dilaksanakan di sekitar Kota Tasikmalaya. Kelurahan Empangsari merupakan salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Tawang, Kota Tasikmalaya. Pada kelurahan ini permasalahan stunting sudah dapat diatasi, sehingga program untuk kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) yang dilaksanakan lebih berfokus pada program pencegahan stunting di Kota Tasikmalaya. Salah satu program yang dirancang adalah pembuatan media edukasi berupa poster. Program pembuatan media edukasi poster memiliki peluang sebagai media literasi secara tidak langsung untuk mengenalkan terkait pentingnya mengonsumsi gizi seimbang melalui pedoman isi piringku, meminum air minimal 8 gelas sehari, melakukan cuci tangan yang baik dan benar dengan 6 langkah dari Kementerian Kesehatan, serta rajin berolahraga minimal 30 menit sehari.

Diharapkan secara umum poster ini dapat digunakan sebagai pembiasaan mengonsumsi makanan bergizi dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi masyarakat kelurahan Empangsari dapat terus mencegah dan mengurangi stunting secara umum, lalu dapat memberikan penguatan materi pada kegiatan penyuluhan yang sudah dilaksanakan sebelumnya di SD Negeri Citapen Kota Tasikmalaya. Rekomendasi untuk program ini diharapkan agar poster dapat juga di sosialisasikan pada khalayak masyarakat dan dilakukan program pendampingan juga untuk memberikan pembelajaran mengenai pembuatan poster sebagai media edukasi.

AUTHOR'S NOTE

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan terkait publikasi artikel ini. Penulis menegaskan bahwa data dan isi artikel bebas dari plagiarisme.

REFERENCES

- Adelia, G., Maulinda, D., Ningsih, S. W., Dyna, F., Arfina, A., & Malfasari, E. (2022). Kampanye isi piringku untuk kejadian stunting pada balita. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 11(1), 186–191.
- Ahmad, H., Antoni, A., & Muhamad, Z. (2023). Edukasi gizi seimbang pada anak di SD Negeri Pijorkoling Kota Padangsidempuan. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas)*, 1(1), 1–6.
- Amalia, J. O., & Putri, T. A. (2022). Edukasi gizi seimbang pada anak-anak di Desa Bawuran, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul. *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat dan Inovasi Pengembangan Teknologi*, 4(1), 65–70.
- Apriluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis faktor-faktor risiko terhadap kejadian stunting pada balita (0-59 bulan) di negara berkembang dan Asia Tenggara. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 28(4), 247–256.
- Aswita, D. (2022). Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM): inventarisasi mitra dalam pelaksanaan magang mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan. *Prosiding Seminar Nasional Biotik*, 9(2), 201–206.
- Atasasih, H., & Mulyani, S. (2022). Sosialisasi “isi piringku” pada remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 116–121.
- Cahyati, P., Hartono, D., Kartilah, T., & Februanti, S. (2022). Pembinaan kelompok kegiatan (poktan) dalam pencegahan stunting di Kota Tasikmalaya. *Abdimas Galuh*, 4(2), 1034–1040.
- Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Systematic literature review: pengaruh negatif stunting terhadap perkembangan kognitif anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 124–135.
- Devriany, A., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan pengetahuan ibu tentang “isi piringku” dengan kejadian stunting anak balita usia 12-59 bulan. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 17–24.
- Effendy, D. S., Bahar, H., Muchtar, F., Lestari, H., & Tosepu, R. (2022). Pendidikan gizi seimbang untuk mencegah stunting menggunakan media video dan poster pada murid sekolah dasar di SDIT Al Wahdah Kendari. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 2(1), 21–27.
- Femyliati, R., & Kurniasari, R. (2022). Pemanfaatan media kreatif untuk edukasi gizi pada remaja (literatur review). *Hearty: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 16–22.
- Fitriani, U. F., Tiboyong, W. G., Ardhani, D., Naufal, A., Agustina, N., & Fahrudin, T. M. (2022). Sosialisasi dan penerapan perilaku Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya penurunan angka stunting di sekolah dasar Desa Kunjorowesi. *Karya Unggul: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 1–8.
- Herlian, G. T., & Nurpadilla, P. (2021). Peranan kuliah kerja nyata dalam bidang pendidikan sebagai wujud pengabdian di kampung Barangbang Hilir. *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(1), 50–56.
- Juliana, N., Rahim, F., Liambana, E. S. M., & Andriani, W. O. S. (2023). Edukasi stunting menggunakan media poster di Desa Liangkabori. *Sentra Dedikasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 10–15.

- Koerniawati, R. D., & Sartika, R. S. (2022). Edukasi kontrol asupan makanan dan diet sehat pada mahasiswa baru program studi gizi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 165–170.
- Laia, B. (2022). Sosialisasi dampak kegiatan kuliah kerja nyata di desa (studi: Desa Sirofi). *Haga: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 74–84.
- Masruroh, & Hayati, N. (2021). Media poster sebagai sarana edukasi masyarakat dalam upaya pencegahan COVID-19. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (Jipemas)*, 4(2), 169–176.
- Muda, C. A. K., & Handayani, R. (2020). Health Education about the important of clean and healthy living behaviors (phbs) and balance nutrition in Kampung Lembah Duhur, Bogor. *As-Syifa: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 1–6.
- Nasution, S. A. H., & Rahman, S. (2021). Edukasi isi piringku kepada anak dan orang tua sebagai pencegahan stunting pada masyarakat kelurahan pasar merah barat. *Jurnal Implementa Husada*, 2(4), 328–331.
- Noordyanto, N., Ramadhani, N., & Sayatman. (2023). Poster edukasi gizi seimbang: sarapan “isi piringku sekali makan” pada anak usia sekolah di Madura. *DeKaVe*, XVI(1), 100–115.
- Nurfitriani, J., & Kurniasari, R. (2023). Edukasi gizi menggunakan media video animasi dan poster terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 503–506.
- Permatasari, T. A. E., Turrahmi, H., & Illavina. (2020). Edukasi gizi seimbang bagi kader posyandu pada masa pandemi COVID-19 sebagai pencegahan balita stunting di Kabupaten Bogor. *As-Syifa: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 67–77.
- Puspitasari, F. A., Widowati, A. W., & Kurniasih, Y. (2023). Edukasi gizi yang tepat dalam mencegah stunting dengan menggunakan media booklet dan poster. *Sigdimas: Publikasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 11–21.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229.
- Rosmalina, Y., Luciasari, E., Aditianti, A., & Ernawati, F. (2018). Upaya pencegahan dan penanggulangan balita stunting: systematic review. *Gizi Indonesia: Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 41(1), 1–14.
- Salma, A. N., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh media poster, video boneka tangan, dan buku cerita terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar tentang gizi seimbang. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(8), 939–942.
- Subianto, I. B., Anto, P., & Akbar, T. (2018). Perancangan poster sebagai media edukasi peserta didik. *Jurnal Desain*, 5(3), 215–222.
- Suprayitno, E., Hannan, M., Hidayat, S., Mulyadi, E., & Oktavianisya, N. (2023). Pendampingan isi piringku untuk mencegah stunting. *Jpmas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 1–5.
- Suryaningsih, S., Mamlukah, M., Iswarawanti, D. N., & Suparman, R. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sangkali Kota Tasikmalaya pada masa pandemi COVID-19 tahun 2021. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 13(2), 157–178.

- Syardiansah, S. (2019). Peranan kuliah kerja nyata sebagai bagian dari pengembangan kompetensi mahasiswa (studi kasus mahasiswa Universitas Samudra KKN tahun 2017). *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 57–68.
- Wahyu, Amira, Anggraini, Ariska, Puspita, A. F., Talia, M., Kurniawati, N. P., & Agustian, R. (2022). Sosialisasi tentang gizi seimbang pada anak Sekolah Dasar Negeri 12 Sungai Pinang Kecamatan Sambas. *Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 16–20.
- Wiji, R. N., & Fitri, I. (2020). Strategi edukasi gizi dan efektivitas media poster sebagai implementasi Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi). *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 96–106.
- Winingsih, P. A., Sulandjari, S., Indrawati, V., & Soeyono, R. D. (2020). Efektivitas poster sebagai media sosialisasi program Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) tentang Beragam, Bergizi, Seimbang, Aman (B2SA) di TK Kartika Bojonegoro. *JTB: Jurnal Tata Boga*, 9(2), 887–894.