

## **Nu-Covid Eduboard: Edukasi Pesan Gizi Seimbang dan Protokol Kesehatan pada Siswa MDA Al-Muhajirin di Kota Medan**

### **(Nu-Covid Eduboard: Education of Balanced Nutrition Message and Health Protocol in MDA Al-Muhajirin Students in Medan)**

**Putri Mulifajar<sup>1</sup>, Marhabsyah Zhaki<sup>2</sup>, Muhammad Iqbal Nasution<sup>3</sup>, Hanny Nirwani<sup>4</sup>, Mulki Nur Alin<sup>5</sup>, Fiskianda Fadhilla<sup>6</sup>, Fani Nurul Fathia<sup>6</sup>, Nurul Fathi Qurrotul'aini<sup>7</sup>, Megawati Simanjuntak<sup>8\*</sup>**

<sup>1</sup> Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>2</sup> Departemen Teknik Sipil dan Lingkungan, Fakultas Teknologi Pertanian, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>3</sup> Departemen Ilmu Ekonomi, Fakultas Ekonomi, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>4</sup> Departemen Geofisika dan Meteorologi Terapan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>5</sup> Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>6</sup>Departemen Arsitektur Lanskap, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

<sup>7</sup>Departemen Matematika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

\*Penulis Korespondensi: mega\_juntak@apps.ipb.ac.id

Diterima Agustus 2021/Disetujui Januari 2022

### **ABSTRAK**

Virus Covid-19 dapat menyebar dengan cepat baik langsung ataupun tidak langsung. Pencegahan virus Covid-19 dapat didampingi dengan sistem imun yang kuat, yaitu dengan meningkatkan pola hidup sehat dengan makanan gizi seimbang. Edukasi gizi merupakan upaya memperbaiki pengetahuan gizi dan perilaku makan, yang penting diperlukan untuk anak Sekolah Dasar (SD). Adapun media yang dapat digunakan ialah menggunakan lembar bermain yang dapat membantu siswa dalam mengingat maupun memahami materi yang telah diberikan. Berdasarkan alasan tersebut, kelompok KKN-T Medan Kota 02 merancang sebuah program untuk meningkatkan pemahaman terhadap gizi dalam upaya pencegahan Covid-19 pada siswa-siswi Madrasah Diniyatul Awaliyah (MDA) Al-Muhajirin di Kelurahan Kota Matsum IV. Kegiatan tersebut dimulai dengan melakukan pengisian *pre-test* kepada siswa untuk mengetahui pengetahuan siswa sebelum mendapat edukasi materi. Kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi *nutrition and covid* mencakup penjelasan tumpeng gizi seimbang, lalu dilanjutkan dengan materi protokol kesehatan, bermain lembar bermain dengan menempelkan stiker pada makanan ke gambar tumpeng gizi seimbang, mencocokkan gambar dengan keterangan protokol kesehatan, serta diakhiri dengan pengisian *post-test*. Dampak dari program ini adalah siswa memahami dan menerapkan cara menjaga kesehatan dan pedoman gizi seimbang (PGS) serta mematuhi prokes. Hasil *test* menunjukkan bahwa nilai peserta meningkat dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 0,034 yakni dari 0,883 menjadi 0,917, yang disebabkan oleh bias pengetahuan karena adanya distraksi. Distraksi tersebut kemungkinan ditimbulkan dari ketidaksiapan peserta dalam menerima materi, kondisi kelas yang kurang kondusif, dan kurangnya inisiatif peserta untuk mencatat dan memahami materi yang diberikan. Kegiatan *Nu-Covid Eduboard* dapat menjadi alternatif media peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang dan prokes selama pandemi covid-19.

Kata kunci: covid-19, edukasi, gizi seimbang, lembar bermain, protokol kesehatan

### **ABSTRACT**

The Covid-19 virus is a virus that spread quickly either directly or indirectly. Prevention of the Covid-19 virus can be accompanied by a strong immune system, namely by improving a healthy lifestyle with balanced nutritional foods. Nutrition education stands for an effort to increase knowledge of nutrition and eating behavior which is important for elementary school children. The media which common to use is a playing board that can help students to understand and recall what has been conveyed. Based on this reason, the Medan Kota 02 KKN-T group designed a program to increase understanding of nutrition to prevent Covid-19 among elementary students in MDA Al-Muhajirin, in Kota Matsum IV Village. The activity began by filling out a pre-test to find out student's knowledge before receiving education material. After that, continued with delivering nutrition and covid materials including an explanation of the balanced nutrition cone, then continued with the health protocol

material, playing the board game by attaching food stickers to the picture of the balanced nutrition cone and matching the picture with the health protocol description. In the last session, all the students were asked to filling out the post-test. The impact of this program is that students understand and apply how to maintain healthy and balanced nutrition guidelines (PGS) and comply with prokes. The results indicated that the value of the participants from pre-test to post-test increased not too significantly, namely by 0.034, which could be caused by knowledge bias due to distraction. The distraction may be caused by the participants' unpreparedness in receiving the material, the class conditions that are not supportive, and the lack of initiative of the participants to take notes and understand the material provided. Nu-Covid eduboard may be an alternative program for increasing student knowledge about balanced nutrition guidelines and prokes in covid-19 pandemic situation.

Keywords: balance nutrition, covid-19, education, game sheet, health protocol

## PENDAHULUAN

Penyebaran virus Covid-19 telah lebih dari satu tahun mengakibatkan pandemi di berbagai negara sejak bulan Maret 2020. Penyebaran virus Covid-19 ini mengalami peningkatan yang cepat. Hal ini disebabkan karena metode transmisi virus dapat terjadi baik langsung ataupun tidak langsung. Menurut WHO (2020) transmisi virus Covid-19, yaitu SARS-CoV-2 dapat menyebar melalui kontak langsung seperti melalui *droplet* yang keluar dari orang terinfeksi atau sekresi air liur. Transmisi secara tidak langsung terjadi melalui kontak dengan permukaan benda yang terkontaminasi virus. Gejala-gejala yang banyak dirasakan pasien adalah batuk, demam, serta kelelahan. Gejala lain yang kemungkinan dialami oleh seorang pasien, meliputi sakit kepala, rasa nyeri, diare, sakit tenggorokan, serta rasa sakit pada saluran pernapasan (Audry *et al.* 2021). Salah satu langkah untuk mencegah infeksi penyakit ini adalah dengan meningkatkan sistem imun. Chowdhury *et al.* (2020) menyatakan penyembuhan individu terinfeksi Covid-19 hingga saat ini adalah dengan meningkatkan sistem kekebalan tubuh pasien dengan memberikan asupan gizi yang baik kepada pasien karena belum terdapat obat-obatan spesifik untuk menyembuhkan Covid-19.

Kebutuhan gizi seimbang sangat mendesak untuk dipenuhi dalam upaya meningkatkan daya tahan tubuh, terlebih pada masa pandemi. Pemenuhan gizi seimbang akan meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk melawan virus atau bakteri yang menjadi penyebab penyakit. malnutrisi dan kurang gizi dapat mengganggu sistem kekebalan tubuh dan berpengaruh terhadap kerentanan infeksi virus (Calder 2021). Tidak hanya melalui konsumsi makanan dengan gizi seimbang, kepatuhan terhadap protokol kesehatan menjadi satu kunci agar tidak tertular Covid-19. Protokol kesehatan diberikan untuk mencegah penyebaran infeksi virus Covid-19

kepada masyarakat luas (Saputro *et al.* 2020). Oleh karena itu, dalam menanggulangi pandemi Covid-19, pemenuhan gizi seimbang dan kepatuhan masyarakat terhadap protokol kesehatan khususnya masyarakat Kota Medan perlu ditingkatkan.

Kebijakan pemerintah dalam upaya meningkatkan sumber daya manusia dengan penerapan gizi seimbang diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. Bagi anak usia sekolah dasar (SD) pelaksanaan kebijakan ini belum seluruhnya berjalan dengan baik, dikarenakan penerapannya belum optimal dan ada beberapa masalah terkait perilaku makan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta penyakit terkait dengan gizi, sehingga diperlukan penyelenggaraan gizi seimbang dalam bentuk penyuluhan, sosialisasi, pelatihan, konseling, praktik gizi seimbang, dan edukasi gizi (Perdana *et al.* 2017). Meskipun siswa memiliki pemahaman yang baik, namun belum dapat tercermin dalam perilaku sehari-hari (Utari *et al.* 2022).

Edukasi gizi adalah sebuah satu metode dan upaya dalam memperbaiki pengetahuan gizi dan perilaku makan agar tercipta optimalisasi status gizi (Ho *et al.* 2012). Edukasi gizi sangat esensial untuk anak usia sekolah dasar, dan bermanfaat untuk peningkatan perilaku gizi seimbang. Beberapa hasil penelitian mengindikasikan intervensi edukasi gizi mampu meningkatkan perilaku anak SD yang efektivitasnya berbeda-beda (Briawan 2016). Penyebaran Covid-19 yang semakin meluas mendorong kegiatan edukasi tentang pencegahan penularan Covid-19 melalui protokol kesehatan dan pengenalan gizi seimbang menjadi hal yang sangat penting. Dalam edukasi ini, tim mahasiswa KKN-T IPB berupaya mengenalkan penerapan gizi seimbang dan protokol kesehatan dengan media pembelajaran kreatif.

Media yang dapat digunakan untuk menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan

dan bermakna salah satunya adalah media papan permainan. Permainan adalah media pembelajaran dengan mengikutsertakan siswa terkait proses pengalaman dan juga memperoleh inspirasi, menghayati tantangan, berinteraksi dalam kegiatan dengan sesama siswa dalam melakukan permainan dan lebih terdorong untuk kreatif (Dananjaya 2013). Media papan permainan dapat membantu siswa untuk mengingat dan memahami penjelasan yang telah diberikan oleh pengajar, serta menguji pemahaman siswa dengan cara yang menyenangkan. Papan permainan yang dikembangkan berupa stiker bergambar yang berisi latihan soal mengenai gizi seimbang. Penggunaan media papan permainan dapat membuat siswa memahami materi lebih dalam dengan latihan soal. Menurut Widiyatmoko (2012), melalui bermain, sesungguhnya anak melakukan proses pembelajaran. Anak ketika bermain bukan hanya mendapat pengetahuan-pengetahuan tertentu saja, namun juga pola pikir secara general terkait dengan pemecahan masalah sebagai bentuk gagasan dan perilaku.

Kelompok KKN-T Medan Kota 02 merancang sebuah program kegiatan yang ditujukan untuk meningkatkan pemahaman terhadap gizi seimbang dan protokol kesehatan pada siswa-siswi MDA Al-Muhajirin di Kelurahan Kota Matsum IV, Kecamatan Medan Area, Kota Medan. Program ini bernama Nu-Covid Eduboard, yaitu edukasi berupa penyuluhan tentang gizi seimbang dan protokol kesehatan dengan permainan interaktif menggunakan lembar bermain. Kegiatan ini bertujuan dapat mengedukasi siswa-siswi MDA Al-Muhajirin tentang cara menjaga kesehatan dengan menerapkan gizi seimbang serta aktif melaksanakan protokol kesehatan Covid-19.

## METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

### Waktu dan Tempat Kegiatan

Program edukasi Nu-Covid Eduboard dilaksanakan sebanyak dua sesi yaitu pada tanggal 22 Juli 2021 dan 23 Juli 2021. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka (luring) dengan selalu memperhatikan protokol kesehatan. Program kegiatan edukasi ini ditujukan kepada siswa-siswa MDA Al-Muhajirin, Kelurahan Kota Matsum IV, Kecamatan Medan Area, Kota Medan.

### Partisipan Kegiatan

Sesi pertama edukasi Nu-Covid Eduboard dilaksanakan pada tanggal 22 Juli 2021 yang

dihadiri sebanyak 15 siswa kelas V MDA Al-Muhajirin. Sementara, pada sesi kedua edukasi yang dilaksanakan pada tanggal 23 Juli 2021, dihadiri sebanyak 21 siswa kelas VI MDA Al-Muhajirin. Total partisipan pada kegiatan ini sebanyak 36 orang.

### Metode Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan program kegiatan edukasi *Nu-Covid Eduboard* diawali dengan melakukan tahap perencanaan dan persiapan, yaitu tim pelaksana melakukan koordinasi dengan kepala sekolah tentang peserta, tempat, waktu, dan rundown kegiatan. Selanjutnya, tim pelaksana menyiapkan media yang akan digunakan dalam kegiatan. Persiapan tersebut meliputi pembuatan materi *power point* mengenai Pedoman Gizi Seimbang (PGS) dan protokol kesehatan selama pandemi Covid-19, pembuatan lembar bermain serta pembuatan stiker untuk pelaksanaan permainan.

Kegiatan edukasi *Nu-Covid Eduboard* dimulai dengan melakukan pengisian *pre-test* oleh para siswa untuk mengetahui pengetahuan siswa sebelum mendapatkan edukasi materi. Kemudian, kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai *Nutrition and Covid* yang disajikan dalam bentuk slide *powerpoint* dan pemutaran video. Materi *Nutrition and Covid* mencakup penjelasan Tumpeng Gizi Seimbang dan protokol kesehatan selama pandemi untuk mencegah penularan Covid-19. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan permainan *Nu-Covid Eduboard*, yaitu sebuah permainan yang mengajak siswa-siswa untuk memilih stiker yang berisi gambar bahan makanan kemudian menempelkannya pada lembar bermain sesuai dengan kelompok pangan dalam tumpeng gizi seimbang. Selain itu, dalam *Nu-Covid Eduboard* juga terdapat permainan mencocokkan antara gambar yang sesuai dengan keterangan protokol kesehatan. Kegiatan penutup dilaksanakan dengan melakukan pengisian *post-test* untuk mengetahui pengetahuan siswa terkait Tumpeng Gizi Seimbang dan Protokol Kesehatan Covid-19 setelah diberikan edukasi materi.

### Metode Pengumpulan dan Analisis Data

Keberhasilan kegiatan dievaluasi dari pengukuran hasil nilai *pre-test* maupun *post-test* siswa setelah dilakukannya kegiatan edukasi. Keberhasilan program diukur dengan indikator 60% siswa diharapkan dapat memahami pedoman gizi seimbang dan protokol kesehatan Covid-19 setelah diberi edukasi. Siswa diminta menjawab pertanyaan sebanyak 5 soal berganda

pada lembar bermain yang telah disiapkan. Analisis data *pre-test* maupun *post-test* diolah dengan memanfaatkan *Microsoft Excel 2010*. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui sebaran nilai dari hasil tes sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

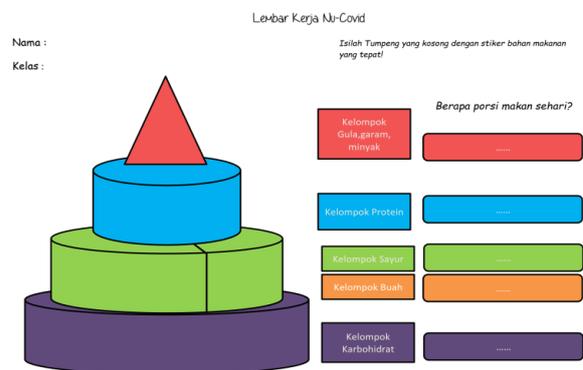
### Pelaksanaan Edukasi

Program Nu-Covid dilaksanakan secara *offline* di MDA Al-Muhajirin, Kelurahan Matsum IV, Kecamatan Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara pada 22 Juli 2021 pukul 15.00-17.00 WIB dengan peserta dari siswa kelas V dan 23 Juli 2021 pukul 14.30-17.00 WIB dengan peserta dari siswa kelas VI. Kegiatan ini diarahkan dan dibuka *Master of Ceremony* (MC) dengan pemateri seorang mahasiswa KKN-T dari Institut Pertanian Bogor. Sebelum memasuki kegiatan penyampaian materi, siswa-siswa diwajibkan untuk mengisi *pre-test* yang terdiri dari 5 pertanyaan dengan model pertanyaan adalah pilihan berganda. Pertanyaan yang terdapat dalam lembar *pre-test* antara lain, 1) Makanan pokok merupakan sumber makanan yang berguna untuk?; 2) Contoh bahan makanan yang termasuk kelompok sayuran adalah?; 3) Berapa porsi makan gula dalam satu hari?; 4) Manakah sebutan protokol kesehatan yang perlu dilakukan selama masa pandemi?; dan 5) Manakah kebiasaan yang harus kita lakukan selama masa pandemi?

Materi yang disampaikan bertema *Nutrition and Covid 19* dengan poin-poin materi antara lain 1) Pengertian Gizi; 2) Komponen tumpeng gizi seimbang beserta porsi makan dari setiap kelompok pangannya, seperti kelompok pangan karbohidrat berporsi 3-4 porsi/hari; 3) Empat pilar gizi seimbang dan protokol kesehatan, seperti menjadikan kebiasaan untuk perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara mencuci tangan, rajin mandi, dan sebagainya.

Setelah penyampaian materi, kegiatan selanjutnya adalah mengarahkan para siswa untuk mengisi lembar bermain Nu-Covid. Halaman pertama dari lembar bermain berisikan sebuah gambar tumpeng gizi seimbang yang kosong dan lima kotak kosong disampingnya, sedangkan halaman kedua berisi keterangan dan lima gambar dari protokol kesehatan yang bersisian kanan dan kiri (Gambar 1). Siswa diminta mengisi lembar bermain sesuai materi yang telah diberikan (Gambar 2).

Para siswa mengisi halaman pertama dengan menempelkan stiker gambar makanan ke gambar tumpeng gizi seimbang yang kosong sesuai dengan kelompoknya serta mengisi kotak kosong di sampingnya dengan porsi setiap komponen pangan dari tumpeng gizi seimbang. Lembar bermain halaman kedua, para siswa mencocokkan antara gambar dengan keterangan protokol kesehatan yang disediakan. Panitia mengarahkan siswa yang menemukan kesulitan dalam menyelesaikan lembar bermain tersebut. Akhir dari kegiatan terdapat pengumuman dan pemberian hadiah kepada siswa-siswa tercepat selesai mengerjakan lembar bermain dan siswa teraktif,



a



b

Gambar 1 Halaman pertama lembar kerja Nu-Covid a) Halaman pertama dan b) Halaman kedua.



a



b

Gambar 2 Pelaksanaan kegiatan Nu-Covid: a) Pemparan matei dan b) Pengisian lembar bermain oleh siswa.

serta terdapat sesi pengisian *post-test* yang pertanyaannya sama dengan *pre-test*.

### Evaluasi Kegiatan

Kegiatan edukasi gizi seimbang dan protokol kesehatan melalui *Nu-Covid Eduboard* dilakukan sebanyak dua sesi. Para siswa diajak untuk mengikuti permainan *Nu-Covid*, yaitu sebuah permainan yang mengajak siswa-siswa untuk memilih stiker yang berisi gambar bahan makanan kemudian menempelkannya pada lembar bermain sesuai dengan kelompok pangan dalam tumpeng gizi seimbang. Analisis karakteristik terhadap peserta *Nu-Covid* disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1 mengindikasikan adanya perbedaan proporsi jenis kelamin pada setiap kelas, namun secara keseluruhan, proporsi peserta yang mengikuti kegiatan edukasi berjumlah 17 orang perempuan dan 19 orang laki-laki. Total peserta yang mengikuti edukasi ini adalah 36 orang.

Evaluasi Program edukasi dilakukan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* dan *post-test* diberikan kepada seluruh siswa yang terdapat didalam kelas, yaitu 17 siswa kelas 5 dan 21 siswa kelas 6. Rangkaian kegiatan program *Nu-Covid* diantaranya, sesi pembukaan, kemudian pemateri memaparkan materi edukasi, lalu setelahnya diadakan sesi bermain berupa pengerjaan lembar bermain yang berisi gambar tumpeng gizi seimbang yang kosong serta protokol kesehatan untuk mencegah Covid 19, dan setelahnya peserta diberikan lembar *post-test*.

*Pre-test* dan *post-test* yang disediakan memiliki 5 pertanyaan dengan tipe soal pilihan berganda. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang dipaparkan pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa secara umum, nilai peserta meningkat dari *pre-test* ke *post-test*, yaitu dari angka 0,883 menjadi 0,917. Peningkatan nilai rata-rata yang

terjadi tidak terlalu optimal, yaitu hanya meningkat sebesar 0,034. Berdasarkan proses berlangsungnya kegiatan, rata-rata siswa juga menjalankan kegiatan belajar-mengajar di sekolah dasar umum, sehingga edukasi yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan didapat dari kegiatan belajar-mengajar tersebut. Maka dari itu, skor *pre-test* peserta cukup tinggi. Kemudian, apabila dilihat dari jawaban setiap soal, terdapat pula nilai yang menurun dari *pre-test* ke *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat anak yang sebelumnya telah menjawab soal dengan benar ketika *pre-test*, namun setelah diberikan materi dan dilaksanakan *post-test* siswa menjawab pertanyaan dengan tidak tepat. Selebihnya perkembangan setiap soal *pre-test* dan *post-test* ada yang meningkat, yaitu pada soal pertama dan keempat. Terdapat pertanyaan yang tidak mengalami kenaikan ataupun penurunan, yaitu soal kedua dan kelima. Hal ini dapat terjadi karena peserta belum terlalu memahami materi ataupun kondisi kelas yang kurang kondusif sehingga memungkinkan terjadinya bias pemahaman.

Pertanyaan *pre-test* dan *post-test* dalam edukasi ini tidak sepenuhnya dapat mengukur pengetahuan siswa dalam proses edukasi. Hal tersebut dikarenakan kemungkinan terjadi bias pengetahuan karena adanya distraksi selama proses edukasi. Distraksi tersebut kemungkinan ditimbulkan dari ketidaksiapan peserta dalam menerima materi, kondisi kelas yang kurang kondusif, dan kurangnya inisiatif peserta untuk mencatat dan memahami materi yang diberikan. Sebagaimana hasil penelitian Khotijah *et al.* (2017) yang menyatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu kegiatan memproses informasi yang keefektifannya tergantung dari proses berjalannya kedelapan fase pembelajaran yang terdiri dari fase motivasi, pemahaman, pemerolehan, fase penahanan, fase ingatan kembali,

Tabel 1 Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin

Kelas	Perempuan	Laki-Laki	Total
5	5	10	17
6	12	9	21
Total	17	19	36

Tabel 2 Hasil evaluasi *pre-test* dan *post-test* edukasi

Jenis test	1	2	3	4	5	Rata-rata
<i>Pre-test</i>	0,97	0,97	0,78	0,72	0,97	0,883
<i>Post-test</i>	1,00	0,97	0,75	0,89	0,97	0,917
Keterangan	+ <sup>1)</sup>	= <sup>2)</sup>	-. <sup>3)</sup>	+	=	+

fase generalisasi, fase perlakuan dan fase umpan balik. Dalam edukasi ini diduga terdapat kendala dari segi motivasi awal peserta, fase pemahaman hingga fase umpan balik.

Selain menggunakan *pre-test* dan *post-test*, program edukasi Nu-Covid juga menyertakan lembar bermain yang disajikan sebagai permainan mengisi *puzzle* kosong. Menurut Hikmawati *et al.* (2016), edukasi gizi melalui *puzzle* mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswa tentang gizi seimbang. *Puzzle* Tumpeng Gizi Seimbang (TGS) ditujukan agar anak dapat lebih memahami pengelompokan makanan (karbohidrat, protein, dan lemak) beserta porsi ideal untuk dapat dikonsumsi sehari-hari. Selain meningkatkan pemahaman anak dari praktik langsung menggunakan lembar bermain, pemberian edukasi melalui permainan memberikan kepuasan dan kebahagiaan (Palupi *et al.* 2018).

### Kendala yang Dihadapi

Kendala yang utama terjadi dari kedua sesi pelaksanaan program adalah kurangnya konsentrasi peserta selama proses edukasi berjalan. Hal ini disebabkan karena selama edukasi berlangsung, suasana ruang kelas kurang kondusif, seperti hawa ruangan yang panas dan kecenderungan peserta sering berbalas-balasan perkataan atau mengajak bicara teman sebangkunya. Konsentrasi belajar sejatinya adalah aspek psikologis yang sering kali sulit diketahui orang lain selain individu peserta belajar (Aunurrahman 2014). Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif akan mengganggu siswa terutama yang ingin belajar dengan tenang (Setyani & Ismah 2018). Kondisi ini memengaruhi banyaknya informasi yang dapat diterima oleh peserta sehingga hasil nilai *post-test* peserta tidak mengalami perubahan signifikan. Sebagaimana menurut Setyani & Ismah (2018), apabila siswa tidak dapat berkonsentrasi saat pembelajaran berlangsung, maka siswa akan menemukan kesulitan me-

nyelesaikan soal dan pasti mempengaruhi hasil belajar matematikanya.

Kendala lainnya adalah waktu edukasi yang berbeda pada sesi pertama dan kedua. Sesi pertama pada kelas V dilakukan lebih cepat dibandingkan kelas VI. Perbedaan waktu ini disebabkan pada sesi pertama, edukasi dimulai pukul 15.00 WIB sementara sesi kedua, yaitu kelas VI, edukasi dimulai pukul 14.30 WIB. Berdasarkan penelitian Titis & Sari (2019), waktu belajar yang lebih panjang akan berdampak positif terhadap hasil belajar siswa. Siswa dengan peringkat 1-5 dalam kelas memiliki durasi belajar yang lebih panjang dibandingkan siswa lainnya.

### Dampak Kegiatan

Keberhasilan dari program Nu-Covid diharapkan dapat berdampak langsung kepada siswa-siswa kelas V dan VI MDA Al-Muhajirin. Dampak dari program Nu-Covid adalah para siswa memahami dan menerapkan cara menjaga kesehatan sesuai dengan PGS yang telah diberikan dalam kehidupan yang dilakukan sehari-hari. Selain itu, para siswa dapat mengetahui dan mematuhi Protokol Kesehatan (Prokes) yang diberlakukan pemerintah selama pandemi. Pemberian lembar bermain Nu-Covid kepada para siswa, menjadi salah satu media hiburan dan memberikan dampak dalam mengurangi rasa bosan yang dialami para siswa pada kondisi pandemi.

### Upaya Keberlanjutan Kegiatan

Program *Nu-Covid Eduboard* dirancang dengan salah satu tujuan sebagai media edukasi lewat permainan bagi peserta. Metode bermain diberikan lewat lembar bermain yang berisi materi tumpeng gizi seimbang bersama dengan stiker bahan pangan. Melalui media ini, diharapkan dapat melatih kemampuan kognitif dan psikomotorik peserta tentang materi gizi seimbang. Bentuk media yang berupa lembaran

juga membuat media mudah disimpan oleh peserta sebagai acuan bagi peserta dan dapat mengingat kembali materi yang telah diberikan. Lembar kedua berisi materi tentang protokol kesehatan 5M. Mekanisme pengerjaan lembar kedua sangat mudah berupa menjodohkan pernyataan serta gambar yang sesuai dengan anjuran protokol kesehatan 5M. Sebagai upaya membuat media yang jauh lebih baik, lembar bermain Nu-Covid dapat dirancang dengan bahan yang lebih kaku atau keras sehingga media yang digunakan lebih kokoh dan dapat bertahan lama. Selain itu, gambar bahan pangan yang sebelumnya disusun dalam bentuk stiker dapat menggunakan bahan yang mudah merekat seperti magnet sehingga lebih mudah direkatkan.

### SIMPULAN

Program edukasi gizi dilaksanakan untuk mengenalkan gizi seimbang dan pencegahan Covid-19 melalui media lembar bermain. Pelaksanaan program dilakukan dengan memberikan *pre-test*, materi edukasi, permainan Nu-Covid, dan *post-test*. Hasil dari *test* menunjukkan bahwa nilai peserta dari *pre-test* ke *post-test* meningkat. Peningkatan kurang maksimal, yaitu sebesar 0,034 yakni dari 0,883 menjadi 0,917. Hasil proses edukasi dengan permainan *Nu-Covid Eduboard* belum dapat meningkatkan pengetahuan siswa secara efektif. Hal tersebut dikarenakan kemungkinan terjadi bias pengetahuan karena adanya distraksi selama proses edukasi. Distraksi tersebut kemungkinan ditimbulkan dari ketidaksiapan peserta dalam menerima materi, kondisi kelas yang kurang kondusif, dan kurangnya inisiatif peserta untuk mencatat dan memahami materi yang diberikan. Namun, dengan adanya kegiatan ini diharapkan siswa dapat mulai memahami dan menerapkan cara menjaga kesehatan sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari. Adapun kegiatan edukasi ini baik untuk dilanjutkan dengan perbaikan pada sisi penyiapan kondisi kelas dan peserta didik sehingga penerimaan materi lebih maksimal. Perlu dilakukan kerja sama yang lebih optimal dan dibutuhkannya bantuan dari guru yang mengampu kelas peserta sehingga peserta lebih fokus.

### DAFTAR PUSTAKA

- Audry CL, Putri MR, Jauhar ZM. 2021. Edukasi pencegahan Covid-19 melalui media sosial. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1(1):130–139. <https://doi.org/10.31002/abdipraja.v1i1.3145>
- Aunurrahman. 2014. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung (ID): Alfabeta.
- Briawan D. 2016. Perubahan pengetahuan, sikap, dan praktik jajanan anak sekolah dasar peserta program edukasi pangan jajanan. *Jurnal Gizi Pangan*. 11(3): 201–210.
- Calder PC. 2021. Nutrition and immunity: lessons for Covid-19. *European Journal of Clinical Nutrition*. 11(1): 74–92. <https://doi.org/10.1038/s41387-021-00165-0>
- Chowdhury Ma, Hossan N, Kashem M, Shahid MA, Alam A. 2020. Immune Response in Covid-19: a Review. *Journal of Infection and Public Health*. 13(1):1619–1629. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.07.001>
- Dananjaya U. 2013. *Media Pembelajaran Aktif*. Bandung (ID): Nuansa Cendekia.
- Hikmawati Z, Yasnani Y, Sya'ban AR. 2016. Pengaruh penyuluhan dengan media promosi *puzzle* gizi terhadap perilaku gizi seimbang pada siswa kelas V di SD Negeri 06 Poasia Kota Kendari tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. 1(2):1–9.
- Ho M, Garnett SP, Baur L. 2012. Effectiveness of lifestyle interventions in child obesity: systematic review with meta-analysis. *Pediatrics*. 130(1): 1647–1671. <https://doi.org/10.1542/peds.2012-1176>
- [Kemenkes] Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Permenkes RI Nomor 41 tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*.
- Khotijah S, Trianto A, Utomo P. 2017. Penerapan model pemrosesan informasi pada pembelajaran membaca siswa di SMP Negeri 02 Bengkulu Utara. *Jurnal Ilmiah Korpus*. 1(2): 199–209. <https://doi.org/10.33369/jik.v1i2.4121>
- Palupi KC, Sa'pang M, Swasmilaksmita PD. 2018. Edukasi gizi seimbang pada anak Sekolah

- Dasar di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Jurnal Abdimas*. 5(1): 49-53.
- Perdana F, Madanijah S, Ekayanti I. 2017. Pengembangan media edukasi gizi berbasis android dan website serta pengaruhnya terhadap perilaku tentang gizi seimbang siswa sekolah dasar. *Jurnal Gizi Pangan*. 12(3): 169-178. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.169-178>
- Saputro AA, Saputra YD, Prasetyo GB. 2020. Analisis dampak Covid-19 terhadap kesadaran masyarakat dalam penerapan protokol kesehatan. *Jurnal PORKES*. 3(2): 81-92. <https://doi.org/10.29408/porkes.v3i2.2865>
- Setyani M, Ismah. 2018. Analisis tingkat konsentrasi belajar siswa dalam proses pembelajaran matematika ditinjau dari hasil belajar. *Seminar Nasional Pendidikan Matematika*. 1(1): 73-84.
- Titis B, Sari W. 2019. Pengaruh durasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa kelas 5 Ledok 006 Salatiga. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*. 2(1): 139-144. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i1.264>
- [WHO] World Health Organization. 2020. *Transmisi SARS-CoV-2: Implikasi terhadap Kewaspadaan Pencegahan Infeksi*.
- Widiyatmoko A. 2012. Pengembangan Perangkat Pembelajaran IPA Fisika Dengan Pendekatan Physics-Edutainment Berbantuan CD Interaktif. *Journal of Primary Education*. 1(1): 38-44.