

## **PENERAPAN METODE *IN DEPTH REFLECTION* DALAM BENTUK GAMBAR TERHADAP PEMAHAMAN PENGELOLA RPTRA TERKAIT MANFAAT BIOPIGMEN DALAM MENCEGAH STUNTING DAN OBESITAS**

**Reni Dyanasari<sup>1</sup>, Naurissa Biasini<sup>2</sup>, Leenawaty Limantara<sup>3</sup>, Fitriyah Nurhidayah<sup>4</sup>,  
Pratika Riris Putrianti<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Komunikasi - Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>2</sup> Program Studi Ilmu Komunikasi - Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>3</sup> Program Studi Teknik Sipil - Fakultas Teknologi dan Desain, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>4</sup> Program Studi Akuntansi - Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

<sup>5</sup> Program Studi Teknik Sipil - Fakultas Teknologi dan Desain, Universitas Pembangunan Jaya

Email: reni.dyanasari@upj.ac.id

### ***Abstrak***

Masalah stunting (balita pendek) di Indonesia menempati posisi tiga besar di Asia Tenggara dengan prevalensi stunting tahun 2005-2017 mencapai 36,4%. Sedangkan prevalensi obesitas di Indonesia 21,8% dan diprediksi mencapai 40% pada tahun 2030. Hal ini disebabkan oleh pemahaman yang salah dari masyarakat terkait stunting yang cenderung dikaitkan dengan faktor keturunan (genetik), pola makan, pola hidup dan tingkat pemahaman akan nutrisi di kalangan masyarakat. Padahal stunting dan obesitas lebih disebabkan oleh faktor perilaku (pola makan dan pola hidup), faktor lingkungan dan faktor layanan kesehatan. Sosialisasi dan edukasi pola makan dan pola hidup sehat berbasis riset biopigmen kepada masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi tetapi memegang peran kunci dalam keluarga yakni ibu dan pengelola komunitas sangatlah penting. Status gizi anak sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua yang biasanya berperan penting dalam mengatur kesehatan dan gizi keluarga. Edukasi dalam bentuk seminar dan workshop dapat membangun pemahaman dan upaya peningkatan kesehatan gizi anak dan keluarga. Program Kemitraan Masyarakat yang dilakukan bertujuan untuk mendukung program mitra yaitu pengelola Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) dalam mensosialisasikan pesan pencegahan stunting dan obesitas kepada masyarakat. Kegiatan peningkatan pemahaman dilakukan melalui seminar dan workshop selama dua hari. Salah satu metode yang digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti seminar dan workshop melalui *in depth reflection* berupa gambar yang memuat hal apa saja yang telah peserta dapatkan selama mengikuti kegiatan ini. Hasilnya menunjukkan peserta dapat mengambil kata-kata kunci dan visual yang akrab dengan kegiatan sehari-hari, dari materi yang disampaikan oleh narasumber. Komposisi gambar yang menarik dan mudah dipahami ditentukan dari pesan yang dibuat singkat serta sederhana. Selain itu, gambar yang sering muncul adalah gambar yang sering ditemui sehari - hari. Temuan lainnya adalah pesan yang dituangkan dalam gambar tidak dapat berupa aspek sikap atau psikologis. Aspek tersebut dapat digambarkan melalui *roleplay* yang direkam dalam bentuk video.

***Kata kunci***— *stunting, obesitas, biopigmen, in depth reflection, RPTRA*

### **Abstract**

*The problem of stunting in Indonesia occupies the top three positions in Southeast Asia with the prevalence of stunting in 2005-2017 reaching 36.4%. While the prevalence of obesity in Indonesia is 21.8% and is predicted to reach 40% by 2030. This is due to a mis-understanding of the society regarding stunting that tends to be associated with heredity (genetic), diet, lifestyle and the level of understanding of nutrition among the community. Whereas stunting and obesity are more caused by behavioral factors (diet and lifestyle), environmental factors and health care factors. Socialization and education of healthy eating and lifestyle based on biopigment research to communities that are not economically productive but play a key role in the family, namely mothers and community managers are very important. The nutritional status of children is greatly influenced by the understanding of parents who usually play an important role in regulating family health and nutrition. Education in the form of seminars and workshops can build understanding and efforts to improve the nutritional health of children and families. The Community Partnership Program aims to support partner programs, namely the manager of Child-Friendly Integrated Public Spaces (RPTRA) in socializing the message of stunting and obesity prevention to the community. Understanding improvement activities are carried out through seminars and workshops for two days. One of the methods used to measure the level of understanding of participants after attending seminars and workshops through in depth reflection in the form of images that contain what participants have gained during this activity. The results showed participants were able to take keywords and visuals that are familiar with daily activities, from the material delivered by the source. The composition of an attractive and easy-to-understand image is determined from a message made short as well as simple. In addition, images that often appear are images that are often encountered every day. Another finding is that the message poured out in the image cannot be either an attitude or psychological aspect. This aspect can be described through roleplay recorded in the form of video.*

**Keywords**— *stunting, obesity, biopigment, in depth reflection, RPTRA*

### **PENDAHULUAN**

Pandemi COVID-19 berimbas pada peningkatan masalah kesehatan di Indonesia. Beberapa masalah kesehatan yang muncul yaitu *triple burden of malnutrition* yakni gizi berlebih (obesitas), gizi kurang (*stunting*), dan malnutrisi mikronutrien atau kekurangan zat mikro seperti vitamin dan mineral. Hal ini disebabkan karena goncangan ekonomi akibat pandemi terus meningkat yang dibuktikan dengan tingginya angka PHK, meningkatnya angka pengangguran, dan angka kemiskinan. Akibat penurunan kondisi ekonomi masyarakat ini, membuat menurunnya kemampuan masyarakat untuk mengakses makanan dan layanan kesehatan (Alifa 2021).

Indonesia termasuk dalam tiga besar negara dengan prevalensi stunting tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR) berdasarkan data prevalensi balita stunting dari World Health Organization (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2018). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4%. Sedangkan prevalensi obesitas di Indonesia 21,8% dan diprediksi mencapai 40% pada tahun 2030. Pemerintah mencanangkan program intervensi pencegahan stunting terintegrasi lintas sektor sehingga dapat memenuhi target pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) nomor 3

yaitu Kesehatan yang baik dan Kesejahteraan masyarakat pada tahun 2025 yaitu penurunan angka stunting hingga 40% (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2018). Berdasarkan data tersebut diatas diperlukan penguatan kapasitas Sumber Daya Manusia (SDM) pada komunitas strategis terkait pencegahan stunting dan obesitas dipilih oleh pengabdian dan mitra atas dasar pertimbangan yang matang.

Salah satu penyebab stunting adalah masalah kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan tinggi badan anak (Utami 2018). Masalah stunting juga dipengaruhi oleh rendahnya akses terhadap makanan dari segi jumlah dan kualitas gizi, serta seringkali tidak beragamnya jenis asupan makanan. Sedangkan masalah obesitas muncul akibat gizi buruk yang timbul akibat pola makan yang tidak benar. Hal ini menjadi ironi karena kelimpahan sumber daya alam lokal kaya akan nutrisi di Indonesia sebagai negara mega biodiversitas tidak dimanfaatkan oleh masyarakat. Penyebab utamanya adalah ketidaktahuan masyarakat dalam pemanfaatan dan pengolahan makanan yang benar.

Peningkatan prevalensi obesitas ini dianggap mengkhawatirkan, karena obesitas menjadi pintu masuknya berbagai penyakit tidak menular atau kronis dan sindroma metabolik seperti jantung, pembuluh darah, diabetes, kanker, gangguan syaraf, osteoarthritis, dan lain sebagainya (Pranita 2021).

## **ANALISIS SITUASI**

Dalam membantu upaya penanganan stunting dan obesitas, tenaga kesehatan khususnya dalam bidang gizi dan pekerja sosial dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang anjuran pemenuhan gizi. Mulai dari memberikan informasi bahan makanan, cara pengolahan, pola konsumsi, dengan semaksimal mungkin menggunakan bahan makanan bernilai gizi baik dan terjangkau. Gizi seimbang artinya makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memerhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan (BB) ideal. Konsumsi sayur dan buah sangat disarankan untuk menjaga daya tahan tubuh. Kandungan antioksidan dari sayur dan buah dapat melawan radikal bebas, kandungan vitamin dapat menjaga fungsi tubuh, dan kandungan mineral dapat menjaga kinerja tubuh dan organ (Meisara 2021).

Pencegahan stunting dan obesitas harus dilakukan agar anak-anak Indonesia memiliki kesempatan yang sama untuk tumbuh dan berkembang secara optimal dan maksimal, disertai kemampuan emosional, sosial, dan fisik yang siap untuk belajar, serta mampu berinovasi dan berkompetisi di tingkat global (Utami 2018). Upaya-upaya yang mendukung pencegahan stunting dan obesitas akan mendukung terciptanya kualitas sumber daya manusia yang unggul yang sangat menentukan daya saing dan kualitas bangsa Indonesia. Partisipasi dan pemberdayaan masyarakat melalui kesadaran individual, perantara media, akademisi, profesi, swasta dan pemerintah menjadi kunci pokok dalam edukasi pentingnya deteksi dini dan hidup sehat (Pranita 2021).

Sebagai mitra dalam program ini adalah Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) di provinsi DKI Jakarta, tepatnya di Kelurahan Bintaro, Kecamatan Pesanggrahan, Jakarta Selatan yang berlokasi 7-11 km dari Kampus. RPTRA kecamatan Pesanggrahan diresmikan 20

Januari 2016 oleh Pemerintah Provinsi (Pemprov) DKI Jakarta melalui Gubernur DKI Jakarta Basuki Tjahja Purnama (Dinas Perumahan Rakyat dan Permukiman Provinsi DKI 2018). Saat ini RPTRA di Kecamatan Pesanggrahan mencakup sembilan RPTRA yaitu RPTRA Anggrek Bintaro, RPTRA Manunggal, RPTRA Puspita, RPTRA Bhineka, RPTRA Nusantara, RPTRA Asthabrata, RPTRA Permai, dan RPTRA Abdi Praja (Permanasari, Nugraha, and Nurhidayah 2018). Setiap RPTRA ini rata-rata memiliki total luas area 2000an meter persegi dan dilengkapi fasilitas aula, lapangan futsal, taman bermain, kolam ikan, area berkebun untuk warga, perpustakaan, ruang pelayanan kesehatan, ruang laktasi dan ruang serba guna. Tujuan dari Pemprov DKI Jakarta membangun RPTRA adalah sebagai *community center* (Iswara Putra 2019). Sejalan dengan lamanya waktu berinteraksi antara tim abdimas UPJ dengan para mitra (pengelola RPTRA) dapat dipetakan beberapa kebutuhan pengabdian kepada masyarakat yang menjadi kebutuhan utama masyarakat mitra yakni pada aspek pengembangan keterampilan di sektor ekonomi produktif, peningkatan keterampilan Informasi dan Teknologi (IT) serta aspek peningkatan status Kesehatan masyarakat melalui kegiatan dasawisma dan PKK.

Sejauh ini kegiatan terkait stunting dan gizi buruk lebih ditekankan dalam bentuk pemberian makanan bergizi kepada bayi hingga anak usia 12 tahun tetapi belum dilakukan edukasi kepada pengelola RPTRA tentang bagaimana mitra dapat menjadi agen perubahan di lingkungan internal mereka. Menciptakan media edukasi atau penyuluhan yang menarik dan mempersiapkan tim penyuluh internal dari kalangan pengelola RPTRA sendiri merupakan jawaban atas kebutuhan utama pengelola RPTRA dalam membangun kemandirian mencapai keluarga sehat sejahtera yang dicita-citakan masyarakat.

Kemitraan UPJ dengan 3 RPTRA di Kelurahan Bintaro telah diinisiasi berdasarkan PKS No. 008/PER-REK/UPJ/06.16 tentang Pembinaan dan Pendampingan Program Kependudukan Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) yang diperkuat dengan Nota Kesepahaman Nomor 011/PER-REK/UPJ/03.18. Khalayak sasaran program PKM adalah masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi khususnya para ibu pada RPTRA Pemprov DKI, sekurang-kurangnya pada 3 RPTRA di Kelurahan Bintaro. Kemitraan akan mendukung tujuan utama dasawisma PKK yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari kegiatan RPTRA dalam menangani stunting dan gizi buruk.

Mitra membutuhkan pengabdian dengan kepakaran di bidang yang terkait dengan stunting, nutrisi, biopigmen, kekayaan sumber daya alam sekaligus kepakaran ilmu komunikasi yang dapat memberikan penyuluhan dengan tepat dan menghasilkan produk-produk penyuluhan yang mendukung ketercapaian PKM. Keunggulan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah implementasi hasil riset berupa pengetahuan dan keterampilan yang dikuasai pengabdian melalui kegiatan penelitian yang telah dilakukan lebih dari 15 tahun.

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini dimaksudkan untuk memberikan penguatan kapasitas dalam bentuk *workshop* dan seminar dengan pendekatan yang menarik berbasis riset biopigmen pada sayuran dan buah-buahan, yang divisualisasikan menggunakan poster dan video tentang pentingnya menerapkan pola makan sehat melalui pemanfaatan dan pengelolaan sumber daya alam lokal sebagai sumber nutrisi pencegah stunting dan obesitas kepada para pengelola RPTRA.

Kegiatan yang padat serta materi yang banyak membutuhkan perhatian lebih dari para pengelola RPTRA selama mengikuti kegiatan ini. Tim pengabdian berupaya untuk menyampaikan materi melalui narasumber yang menarik serta membangun interaksi dengan peserta selama pemaparan dan pemberian tugas. Harapannya peserta dapat terlibat aktif untuk bertanya dan memberikan pendapat terkait dengan materi yang disampaikan. Selain penyampaian materi yang menarik, tim pengabdian juga perlu untuk mempersiapkan tes atau tugas untuk mengetahui tingkat pemahaman para peserta sebelum mengikuti seminar dan *workshop*, serta setelah mengikuti seminar dan *workshop*. Salah satu metode yang dapat digunakan setelah mengikuti kegiatan adalah *in depth reflection* untuk mengetahui sejauh mana para peserta mengingat hal-hal penting yang telah didapatkan sebelumnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan seminar dan *workshop* guna meningkatkan pemahaman pengelola RPTRA akan pentingnya pencegahan stunting dan obesitas dilaksanakan selama dua hari dengan materi yaitu Pentingnya Asupan Gizi Seimbang Pada Anak, Psikologi Perilaku Makan Pada Anak Agar Terhindar Stunting dan Obesitas, serta Pelangi di Piringku : Cegah Stunting dan Obesitas. Masing-masing narasumber menyampaikan materi dengan baik, peserta aktif melakukan diskusi hingga waktu pada masing-masing sesi berakhir. Walaupun masalah stunting dan obesitas bukan hal yang baru saja diketahui oleh para pengelola RPTRA, namun masih banyak hal baru yang diperoleh dalam kegiatan ini.

Setelah sesi paparan berakhir, acara dilanjutkan dengan focus group discussion (FGD), untuk mengetahui sejauh mana pemahaman para peserta dari tiga materi yang telah disampaikan sebelumnya. Peserta dibagi kelompok secara acak dan mengerjakan FGD dengan menggunakan jamboard untuk selanjutnya hasil diskusi dipresentasikan oleh perwakilan kelompok masing-masing. Topik FGD masing-masing kelompok berbeda namun memiliki keterkaitan dengan masalah stunting dan obesitas. Salah satu contoh pertanyaannya adalah sebagai berikut; untuk BADUTA (bayi di bawah dua tahun) (i) jenis sayuran apa saja yang biasanya Ibu/Bapak berikan (sebutkan sebanyak mungkin jenis sayuran yang dipakai Ibu/Bapak kepada anak-anak ibu/Bapak atau berdasarkan pengetahuan Ibu/Bapak selaku pengelola RPTRA saat melihat pilihan jenis sayur yang digunakan keluarga yang memiliki BADUTA), (ii) dalam bentuk olahan seperti apa, (iii) menurut Ibu/bapak apakah cara mengolah sayuran tersebut merusak zat gizi yang ada di dalam sayuran tersebut?

Sesi hari pertama ditutup dengan FGD, peserta beristirahat dan melanjutkan sesi *in depth reflection* pada hari kedua. Metode *in depth reflection* dilakukan secara berkelompok yakni menggambarkan hasil yang diperoleh selama satu hari sebelumnya dengan membuat sebuah gambar pada kertas berukuran sekitar A2 mengenai apa yang mereka rasakan dan pikirkan. Selain memberikan kertas, tim pengabdian juga memberikan *crayon* dan *spidol* berwarna agar para peserta dapat berekspresi melalui gambar yang dibuat.

Kegiatan yang merupakan bagian dari program hibah Program Penelitian Kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka dan Pengabdian Masyarakat Berbasis Hasil Penelitian Dan Purwarupa Perguruan Tinggi Swasta ini diikuti oleh 30 peserta dengan rentang usia 20 hingga 57 tahun. Seluruh peserta kegiatan ini adalah pengelola RPTRA yang sudah bekerja mulai satu tahun hingga hampir tujuh tahun. Latar belakang pendidikan pengelola RPTRA mulai SMA/SMK hingga sarjana. Penyuluhan terkait kesehatan keluarga bukan kali pertama diikuti oleh

para pengelola RPTRA, namun terkait stunting dan obesitas selalu ada hal baru yang didapatkan dari informasi yang sudah didapatkan sebelumnya. Hal yang belum pernah didapatkan oleh pengelola RPTRA secara khusus yaitu mengenai kandungan biopigmen pada makanan. Hal tersebut di bahas dalam kegiatan PKM ini karena terkait dengan judul PKM yaitu Penguatan Kapasitas Pengelola RPTRA Dalam Mencegah Stunting Dan Obesitas Berbasis Hasil Riset Biopigmen. Selain pembahasan mengenai gizi seimbang dan psikologis anak terkait makan, materi yang disampaikan terkait kandungan makanan khususnya biopigmen yang disampaikan oleh peneliti biopigmen.

Materi yang disampaikan oleh pembicara pertama terkait dengan; 1) Masalah kekurangan gizi di Indonesia seperti kurus, stunting dan anemia, 2) Masalah yang dihadapi seperti kelebihan gizi yakni obesitas, 3) Arahan dan tips mengenai menu gizi seimbang dan pola makanan yang baik. Untuk materi yang kedua disampaikan oleh dokter yang juga memiliki latar belakang psikologi yaitu terkait; 1) Ciri – ciri anak yang menyukai semua makanan, 2) Jurus anak mau makan buah dan sayur dan tips memenuhi nutrisi anak yang susah makan, 3) Keterampilan makan anak juga membutuhkan berbagai kemampuan dasar. Seperti oral motor, motorik kasar, motorik halus, komunikasi, dan imitasi. Sesi ketiga pembicara menegaskan bahwa; 1) Makanan sehat tidak harus selalu mahal, makanan sehat dapat dijumpai di sekitar lingkungan kita 2) Kandungan biopigmen pada makanan sehari-hari, salah satunya arahan dan simulasi contoh seperti membeli pisang dengan kandungan beta karoten paling banyak dijumpai pada pisang ambon, pisang susu tidak harus pisang cavendis yang harganya tergolong cukup mahal. Setelah mengikuti tiga sesi, seluruh peserta mengikuti FGD untuk berdiskusi terkait materi yang disampaikan sebelumnya.



**Gambar 1.** Rangkaian kegiatan penyampaian materi oleh narasumber yang ahli dibidangnya, terbagi kedalam tiga sesi.

Setelah mengikuti rangkaian hari pertama, tim pengabdian merasa perlu untuk mengetahui sejauh mana para peserta mengingat hal penting atau pesan utama apa yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan ini. Tim pengabdian menggunakan metode *in depth reflection* dimana setiap peserta yang telah dibagi dalam kelompok secara acak dapat menuangkan apa yang diperolehnya melalui sebuah gambar yang dirancang bersama dengan kelompok. Sebelum membuat gambar, para anggota kelompok berdiskusi tentang hal apa yang telah diperoleh masing-masing peserta selama mengikuti kegiatan ini. Peserta membuat rencana agar hal tersebut dapat dituangkan dalam sebuah gambar yang memiliki pesan secara menyeluruh mengenai hasil kegiatan yang telah diikuti selama dua hari.



**Gambar 2.** Para peserta sedang melaksanakan *in depth reflection* dengan membuat gambar secara bersama-sama dalam kelompok, untuk menyampaikan pesan yang diperoleh selama mengikuti kegiatan seminar dan workshop.

Peserta dibagi ke dalam enam kelompok, dari keenam gambar yang dibuat, kata kunci stunting, obesitas, dan RPTRA selalu muncul pada setiap gambar yang dibuat oleh kelompok. Kata kunci tersebut tertulis pada gambar. Selain kata-kata tersebut, visual yang muncul berupa anak dengan tubuh gemuk dan pendek serta orang tua sebagai pendamping. Secara khusus, empat dari enam gambar menggambarkan sosok ibu yang memiliki peran penting dalam pengaturan pola makan keluarga. Visual lain yang sering muncul adalah gambar makanan sehat bergizi yang digambarkan dengan sayur, buah dan lauk pauk yang harus dikonsumsi oleh keluarga. Secara khusus, empat dari enam gambar menggambarkan sayur yaitu wortel dan sawi hijau yang sering dikonsumsi sehari-hari. Selain tulisan dan gambar, paduan warna yang menyertai gambar juga membuat pesan semakin kuat. Sebagian besar kelompok memilih warna-warna terang dan memberi warna hampir disemua kertas agar visual nampak menarik.

Gambar yang banyak dibuat oleh para peserta kegiatan adalah gambar yang sering ditemui oleh peserta dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh gambaran keluarga, gambaran mengenai RPTRA atau gambaran bahan makanan yang sering dikonsumsi seperti wortel, sawi dan ikan. Tim pengabdian mengamati bahwa hal yang banyak dituangkan pada gambar bersumber dari paparan yang disampaikan oleh narasumber sesi satu dan narasumber sesi tiga. Kedua narasumber memaparkan mengenai stunting, obesitas dan bahan makanan serta kandungan dari komposisi makanan yang mampu mencegah stunting dan obesitas khususnya pada 1000 hari pertama kehidupan manusia. Setelah diskusi dan pembuatan gambar selesai dibuat oleh kelompok dengan durasi 30 menit, perwakilan kelompok menyampaikan makna dari gambar yang telah dibuat.

Pada saat sesi pemaparan gambar terlihat ekspresi wajah perwakilan kelompok yang antusias menceritakan pesan apa yang ingin disampaikan dari gambar yang dibuat. Terlihat bahwa kata kunci yang tertuang pada gambar dapat dipaparkan dengan baik oleh seluruh perwakilan kelompok. Hal tersebut sejalan dengan pesan yang ingin disampaikan oleh tim pengabdian pada kegiatan seminar dan workshop. Dengan metode *in depth reflection* melalui gambar seperti ini, pemahaman peserta kegiatan terkait dengan kata kunci dan pesan utama yang ingin disampaikan dapat terlihat. Kegiatan ini cukup sederhana namun dapat menjadi alternatif yang menyenangkan sebagai salah satu metode untuk melihat pemahaman peserta kegiatan. Dengan alat bantu kerta besar berukuran A2/ A1 serta *crayon* dan *spidol* berwarna, pesan tersebut dapat disampaikan melalui tulisan, gambar dan warna.



**Gambar 3.** Hasil gambar enam kelompok pada sesi *in depth reflection* untuk mengetahui pesan apa yang diterima oleh seluruh peserta yang dituangkan melalui sebuah gambar

Gambar hasil *in depth reflection* ini dilombakan untuk dipilih satu gambar terfavorit oleh tim pengabdian dan panitia acara melalui *voting*. Hasil *voting* menunjukkan gambar kelompok lima (kelima dari kiri) mendapatkan sembilan suara dari total empat belas suara. Tim penilai yang memilih gambar tersebut menilai gambarnya sederhana, pesannya sampai pada pembaca dan warna yang dipilih cukup mencolok sehingga menarik perhatian.



**Tabel 1.** Hasil *voting* gambar *in depth reflection* dari kegiatan seminar dan *workshop*

<b>Hasil Voting</b>	
Kelompok 1	3
Kelompok 2	0
Kelompok 3	1
Kelompok 4	1
Kelompok 5	8
Kelompok 6	1
<b>Total Suara</b>	<b>14</b>

Pemahaman mengenai efektifitas pesan yang dituangkan dalam gambar bagi setiap orang terkadang berbeda-beda, namun dari hasil *voting* menunjukkan bahwa gambar dan tulisan singkat dan padat serta mencolok memudahkan orang untuk memahami pesan di dalamnya. Kemampuan dari kelompok untuk meramukan sekian banyak materi kedalam satu gambar yang sederhana namun menarik membutuhkan kemampuan tersendiri. Akhir sesi ditutup dengan masing-masing peserta membuat pesawat terbang dari kertas yang didalamnya tertulis harapan pribadi dan diterbangkan bersama-sama.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Metode *in depth reflection* ini terlihat sederhana dan menarik untuk dilakukan dalam kelompok-kelompok kecil. Namun metode ini memiliki limitasi dimana pesan atau kata kunci yang dituangkan dalam gambar tidak dapat berupa perilaku psikologis. Pada saat pemaparan materi sesi kedua terkait psikologi anak banyak hal menarik yang disampaikan oleh narasumber, namun hal tersebut tidak terlihat dalam gambar yang dituangkan oleh masing-masing kelompok.

Agar dapat mengukur aspek psikologis dapat pula dibuat dengan *roleplay* yang direkam dalam bentuk video agar sikap atau perilaku psikologis dapat tergambar. Perlu menjadi pertimbangan tim pelaksana hal apa yang ingin dicapai dari metode yang dilaksanakan. Apabila kata kunci dan pesan dapat dituangkan dalam gambar sudah cukup, metode *in depth reflection* dapat dipilih. Namun apabila hasil pemahaman yang ingin dilihat banyak terkait dengan aspek psikologis, metode *in depth reflection* dengan gambar kurang dapat mencapai hasil yang diinginkan. Pastikan tugas atau tes yang diberikan ketika akhir seminar atau *workshop* sesuai dengan kebutuhan data dari tim pelaksana.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, kata kunci dan pesan utama yang digambarkan melalui metode *in depth reflection* cukup mewakili keseluruhan pesan dan kata kunci dari materi yang telah disampaikan seperti; stunting, obesitas, peran RPTRA, peran orang tua serta zat penting yang terkandung pada makanan sehat yang dapat dikonsumsi sehari-hari. Hal tersebut didapatkan dari enam gambar yang dibuat oleh seluruh peserta secara berkelompok.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alifa, Syadza. 2021. "Urgensi Penanganan Stunting Dan Obesitas Di Era Pandemi COVID-19." <https://puspensos.kemensos.go.id/urgensi-penanganan-stunting-dan-obesitas-di-era-pandemi-covid-19>.
- Dinas Perumahan Rakyat dan Permukiman Provinsi DKI, Jakarta. 2018. "Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA)." <https://dprkp.jakarta.go.id/product-rptra/>.
- Iswara Putra, Iqsyah. 2019. "Jumlah Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Yang Diresmikan Pemrov DKI Jakarta Hingga 2019." <https://statistik.jakarta.go.id/jumlah-ruang-publik-terpadu-ramah-anak-rptra-yang-diresmikan-pemprov-dki-jakarta-hingga-tahun-2019/>.
- Meisara, Naura Delfi. 2021. "Tantangan Gizi Remaja Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19." <https://cegahstunting.id/berita/tantangan-gizi-remaja-dalam-menghadapi-pandemi-covid-19/>.
- Permanasari, Eka, Hari Nugraha, and Fitriyah Nurhidayah. 2018. *Metode Desain Partisipatif Sebagai Model Pembangunan 6 RPTRA DKI Jakarta*. UPJ Press.
- Pranita, Ellyvon. 2021. "Prevalensi Obesitas Terus Meningkat, Apa Dampaknya Bagi Kesehatan?" <https://www.kompas.com/sains/read/2021/11/05/130100023/prevalensi-obesitas-terus-meningkat-apa-dampaknya-bagi-kesehatan-?page=all>.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan, RI. 2018. "Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia." *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*: Edisi 1 Semester 1.
- Utami, Murti. 2018. "Cegah Stunting Dengan Perbaiki Pola Asuh, Pola Makan Dan Sanitasi." <http://www.depkes.go.id/article/view/18040700002/cegah-stunting-dengan-perbaiki-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi-2-.html>.