



**EDUKASI GIZI MELALUI POSTER DIGITAL SEBAGAI STRATEGI PROMOTIF  
PENCEGAHAN TUBERCULOSIS**

***NUTRITION EDUCATION THROUGH DIGITAL POSTERS AS A PROMOTIVE  
STRATEGY FOR TUBERCULOSIS PREVENTION***

**Devi Savitri Effendy<sup>1\*</sup>, Febriana Muchtar<sup>2</sup>, Astrifatih A. Daulat<sup>3</sup>, Andi Nur Taqfiyatul  
Rizka Toaso<sup>4</sup>, Dea Septiani<sup>5</sup>, Hartati Bahar<sup>6</sup>, Hariati Lestari<sup>7</sup>, Ramadhan Tosepu<sup>8</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup> Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo,  
Kendari, Indonesia

<sup>1</sup>[fatihhasripath@gmail.com](mailto:fatihhasripath@gmail.com)

**Article History:**

Received: May 26th, 2025

Revised: June 10th, 2025

Published: June 15th, 2025

**Abstract:** *Tuberculosis (TB) remains a significant public health concern, with nutritional status recognized as a contributing factor to increased susceptibility to infection. Proper nutrition education can serve as a promotive and preventive strategy in TB control efforts. This activity aimed to enhance public understanding of the importance of balanced nutrition in TB prevention through the use of educational infographics. The educational intervention was carried out in three stages: development of content based on scientific literature, infographic design using the Canva application, and dissemination via social media platforms (Instagram and TikTok) as well as public spaces within the university campus. Evaluation was conducted through an online survey involving 61 respondents. Results showed that all respondents (100%) found the infographic attractive and easy to understand, while 65.6% reported gaining new knowledge regarding the relationship between nutrition and TB. Infographics shared on Instagram reached a wider audience and generated higher engagement compared to those on TikTok. These findings suggest that visual and digital media are effective tools for nutrition education and have the potential to improve public health literacy. This strategy may be further developed as a preventive approach in TB control initiatives*

**Keywords:** *Nutrition education, social media, tuberculosis, balanced nutrition, health promotion.*

**Abstrak**

Tuberkulosis (TBC) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian, dengan status gizi sebagai faktor yang berkontribusi terhadap kerentanan terhadap infeksi. Edukasi gizi yang tepat dapat berperan sebagai strategi promotif dan

preventif dalam upaya penanggulangan TBC. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang dalam pencegahan TBC melalui media infografis edukatif. Kegiatan edukasi dilakukan melalui tiga tahap, yaitu: penyusunan materi berbasis referensi ilmiah, perancangan infografis menggunakan aplikasi Canva, serta diseminasi melalui media sosial (Instagram dan TikTok) dan ruang publik di lingkungan kampus. Evaluasi dilakukan melalui survei daring terhadap 61 responden. Hasil menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) menilai infografis menarik dan mudah dipahami, sementara 65,6% responden mengaku memperoleh pengetahuan baru mengenai hubungan antara gizi dan TBC. Infografis yang disebarakan melalui Instagram menunjukkan jangkauan dan interaksi audiens yang lebih tinggi dibandingkan TikTok. Temuan ini menunjukkan bahwa media visual dan digital efektif digunakan dalam edukasi gizi serta berpotensi meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Strategi ini dapat dikembangkan lebih lanjut sebagai pendekatan preventif dalam upaya pengendalian TBC.

**Kata Kunci:** Edukasi gizi, media sosial, TBC, gizi seimbang, promosi kesehatan.

## PENDAHULUAN

Tuberkulosis (TBC) merupakan salah satu penyakit infeksi menular yang masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan masyarakat global. Penyakit ini disebabkan oleh *Mycobacterium tuberculosis*, suatu bakteri aerob yang umumnya menyerang paru-paru, namun juga dapat menginfeksi organ tubuh lain yang memiliki tekanan oksigen parsial tinggi. Penularan TBC terjadi melalui droplet udara yang dilepaskan saat penderita batuk, bersin, atau berbicara (*World Health Organization, 2025*).

Data global menunjukkan bahwa pada tahun 2023, sekitar 10,8 juta orang di seluruh dunia terdiagnosis TBC, yang mencakup laki-laki, perempuan, dan anak-anak. TBC menempati urutan teratas penyebab kematian akibat satu agen infeksius, setelah sebelumnya sempat digantikan oleh COVID-19 selama beberapa tahun. Sekitar seperempat populasi dunia diperkirakan telah terinfeksi bakteri penyebab TBC, dan sekitar 5–10% dari mereka berisiko mengalami gejala aktif dalam hidup mereka (*World Health Organization, 2025*). Meski TBC dapat dicegah dan diobati, kasus pada anak-anak dan remaja kerap kali tidak terdeteksi atau luput dari perhatian. Sebagian besar kasus TBC global terkonsentrasi di negara-negara dengan beban tinggi, termasuk Indonesia, yang menduduki posisi ketiga setelah India dan Tiongkok (*World Health Organization, 2022*).

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi TBC Paru di Indonesia berdasarkan diagnosis medis tertinggi tercatat di Provinsi Papua Barat sebesar 1,4%, sedangkan yang terendah berada di Provinsi DKI Jakarta dengan 0,2%. Berdasarkan kelompok umur, angka tertinggi terdapat pada usia produktif 15–44 tahun sebesar 1,1% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan RI, 2023).

Pada tahun 2019, Kota Kendari mencatat jumlah kasus tuberkulosis (TBC) tertinggi di Provinsi Sulawesi Tenggara, dengan total 488 kasus yang tersebar di empat puskesmas utama. Di antara puskesmas tersebut, Puskesmas Perumnas menunjukkan pola fluktuatif dalam tiga tahun terakhir, dengan kecenderungan peningkatan jumlah kasus pada tahun tersebut (Mauliyana & Hadrikaselma, 2021).

Selain paparan infeksi, status gizi individu merupakan faktor penting yang memengaruhi kerentanan terhadap TBC. Kondisi gizi yang buruk dapat menurunkan efektivitas sistem imun, sehingga meningkatkan risiko infeksi. Kekurangan zat gizi makro dan mikro, seperti protein, vitamin A, C, dan E, serta mineral seperti seng, berpotensi mengganggu fungsi imun seluler yang berperan dalam pertahanan tubuh terhadap basil TBC (Rupang *et al.*, 2024).

Edukasi gizi merupakan salah satu strategi promotif dan preventif yang krusial dalam upaya pencegahan tuberkulosis (TBC). Meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi dapat memperkuat sistem imun dan menurunkan risiko terjadinya infeksi. Salah satu media yang dinilai efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat adalah poster edukatif. Poster memiliki keunggulan dalam menyajikan informasi secara visual dan ringkas, sehingga mudah diterima dan dipahami, terutama oleh kelompok dengan tingkat literasi kesehatan yang beragam. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dalam mencegah penyakit menular, khususnya TBC, melalui penggunaan media poster sebagai alat edukasi.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditujukan kepada masyarakat umum, khususnya keluarga yang tinggal di wilayah padat penduduk atau daerah dengan prevalensi tuberkulosis (TBC) yang tinggi. Metode pelaksanaan terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu: persiapan dan penyusunan materi, produksi media edukasi, serta diseminasi dan evaluasi.

### **1. Persiapan dan Penyusunan Materi**

Pada tahap ini, mahasiswa terlebih dahulu mendapatkan pembekalan materi dari dosen mengenai keterkaitan antara gizi dan TBC. Materi disusun berdasarkan referensi resmi seperti pedoman dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dan jurnal ilmiah terkini. Selanjutnya, mahasiswa merancang tiga poster edukatif dengan tema: (1) pengaruh gizi terhadap imunitas tubuh, (2) contoh makanan bergizi untuk pencegahan TBC, dan (3) imbauan konsumsi gizi seimbang.

## 2. Produksi Media Edukasi

Poster-poster edukatif didesain menggunakan aplikasi *Canva*, dengan memperhatikan aspek visual dan keterbacaan. Validasi konten dan desain dilakukan oleh dosen untuk menjamin akurasi informasi dan kelayakan media. Poster akhir kemudian dikonversi ke dalam format JPG dan PDF, agar dapat digunakan secara fleksibel dalam distribusi digital maupun cetak.

## 3. Diseminasi dan Evaluasi

Poster disebarluaskan melalui akun media sosial mahasiswa, khususnya *Instagram* dan *TikTok*, disertai narasi edukatif guna meningkatkan pemahaman audiens. Selain itu, poster juga dipasang di area publik kampus, seperti papan informasi dan kantin mahasiswa. Kerjasama dilakukan dengan puskesmas di sekitar kampus untuk menempatkan poster di area strategis seperti ruang tunggu pasien dan posyandu. Evaluasi dampak dilakukan melalui survei daring menggunakan *Google Form*, yang diikuti oleh 61 responden yang telah melihat poster secara langsung maupun melalui media sosial. Instrumen evaluasi dirancang untuk menilai tingkat pemahaman, daya tarik visual, dan efektivitas pesan edukatif dari media yang disebar.

## HASIL

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Usia	Frekuensi	Presentase (100%)
>15	1	1.6%
15-18	13	21.3%
19-24	37	60.7%
>24	10	16.4%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 1, didapatkan sebanyak 61 responden yang mengisi kuesioner. Usia yang paling banyak mengisi kuesioner adalah 19–24 tahun dengan presentase sebesar 60,7%, sedangkan yang paling sedikit adalah usia >15 tahun dengan presentase sebesar 1,6%.

**Tabel 2.** Latar Belakang Responden

Latar Belakang Responden	Frekuensi	Presentase (100%)
Pelajar (SMP/SMA)	7	11.7%
Mahasiswa	43	70%
Masyarakat umum	11	18.3%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 2, dari 61 responden yang mengisi kuesioner, latar belakang yang paling banyak adalah mahasiswa dengan presentase sebesar 70%, dan yang paling sedikit

adalah pelajar (SMP/SMA) dengan presentase sebesar 11,7%.

**Tabel 3.** Pendapat Responden Mengenai pentingnya Informasi Gizi Dalam Penanganan TBC

<b>Pendapat Responden Mengenai pentingnya Informasi Gizi Dalam Penanganan TBC</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (100%)</b>
Penting	9	14,8%
Sangat penting	52	85,2%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 3, dari 61 responden yang mengisi kuesioner, sebagian besar menyatakan bahwa informasi gizi sangat penting dalam penanganan TBC, yaitu sebanyak 52 responden dengan presentase sebesar 85,2%. Tidak terdapat responden yang memilih kategori "tidak penting" atau "kurang penting".

**Tabel 4.** Kemudahan Dalam Memahami Isi Poster

<b>Kemudahan Dalam Memahami Isi Poster</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (100%)</b>
Mudah	22	36,1%
Sangat Mudah	39	63,9%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 4, dari 61 responden yang mengisi kuesioner, sebanyak 39 responden atau 63,9% menyatakan bahwa isi poster sangat mudah dipahami, sedangkan 22 responden atau 36,1% menyatakan mudah. Tidak ada responden yang menyatakan tidak mudah.

**Tabel 5.** Pemahaman Responden Terhadap Gizi dan Penyakit TBC setelah Melihat Poster

<b>Pemahaman Responden Terhadap Gizi dan Penyakit TBC Setelah Melihat Poster</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (100%)</b>
Sangat Paham	40	65,6%
Sedikit Lebih Paham	21	34,4%
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 5, setelah melihat poster edukasi, sebagian besar responden yaitu 40 orang (65,6%) menjadi sangat memahami gizi dan penyakit TBC. Sisanya sebanyak 21 orang (34,4%) menyatakan sedikit lebih paham. Hal ini menunjukkan bahwa media poster dapat meningkatkan pemahaman responden.

## PEMBAHASAN

Penyusunan media edukasi dalam bentuk poster dengan tema gizi dan pencegahan tuberkulosis (TBC) berhasil dilaksanakan dengan mengedepankan prinsip keterbacaan, akurasi informasi, dan daya tarik visual. Media dirancang menggunakan *Canva*, dengan

pendekatan visual yang sederhana namun komunikatif, seperti penggunaan ikon makanan, warna cerah, dan infografik naratif. Ketiga poster menyampaikan pesan berbeda namun saling melengkapi, yang secara konsisten menekankan pentingnya konsumsi gizi seimbang dalam upaya meningkatkan daya tahan tubuh dan menurunkan risiko TBC.

Sebagai media edukasi visual, poster memiliki potensi signifikan dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada berbagai lapisan masyarakat. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media visual yang dikemas secara menarik dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan, termasuk dalam konteks gizi dan pencegahan penyakit menular (Yuda *et al.*, 2024; Evi *et al.*, 2019). Poster sebagai media komunikasi massa memungkinkan penyebaran informasi secara luas dan cepat, serta mampu membangkitkan kesadaran dan rasa ingin tahu audiens, khususnya jika dikombinasikan dengan media digital.

Hasil survei online terhadap 61 responden yang terpapar poster secara langsung maupun melalui media sosial menunjukkan bahwa 100% responden menganggap pesan dalam poster mudah dipahami, dan 65,6% mengaku memperoleh pemahaman baru tentang hubungan antara kekurangan gizi dan peningkatan risiko TBC. Temuan ini menunjukkan bahwa pesan yang disampaikan melalui media poster tidak hanya informatif, tetapi juga mudah diterima oleh audiens.

Perkembangan teknologi informasi telah mendorong adopsi media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Dalam kegiatan ini, *Instagram* dan *TikTok* dipilih sebagai platform distribusi digital karena keduanya populer di kalangan remaja dan dewasa muda. Poster yang disebar di Instagram menunjukkan performa yang lebih tinggi dibandingkan *TikTok*, dengan mencatat 215 *likes*, 67 komentar, 42 *shares*, dan 4.432 tayangan. Sebaliknya, *TikTok* hanya memperoleh 10 *likes*, 3 komentar, 4 *shares*, dan 840 tayangan. Perbedaan ini mencerminkan tingginya keterlibatan audiens di Instagram, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh karakteristik pengguna dan algoritma platform.

Efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi gizi telah didukung oleh berbagai studi yang menegaskan bahwa platform digital, dengan tampilannya yang visual dan aksesibilitas tinggi, mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan (Rinarito *et al.*, 2022; Pratiwi *et al.*, 2021). Media sosial memungkinkan penyampaian informasi secara cepat, berulang, dan terfokus pada kelompok sasaran tertentu, menjadikannya alat promosi kesehatan yang sangat strategis di era digital.

Namun demikian, perlu dicermati bahwa efektivitas edukasi melalui media sosial juga menghadapi sejumlah tantangan, seperti potensi penyebaran informasi yang tidak valid, kesenjangan literasi digital, serta keterbatasan akses di kelompok masyarakat tertentu

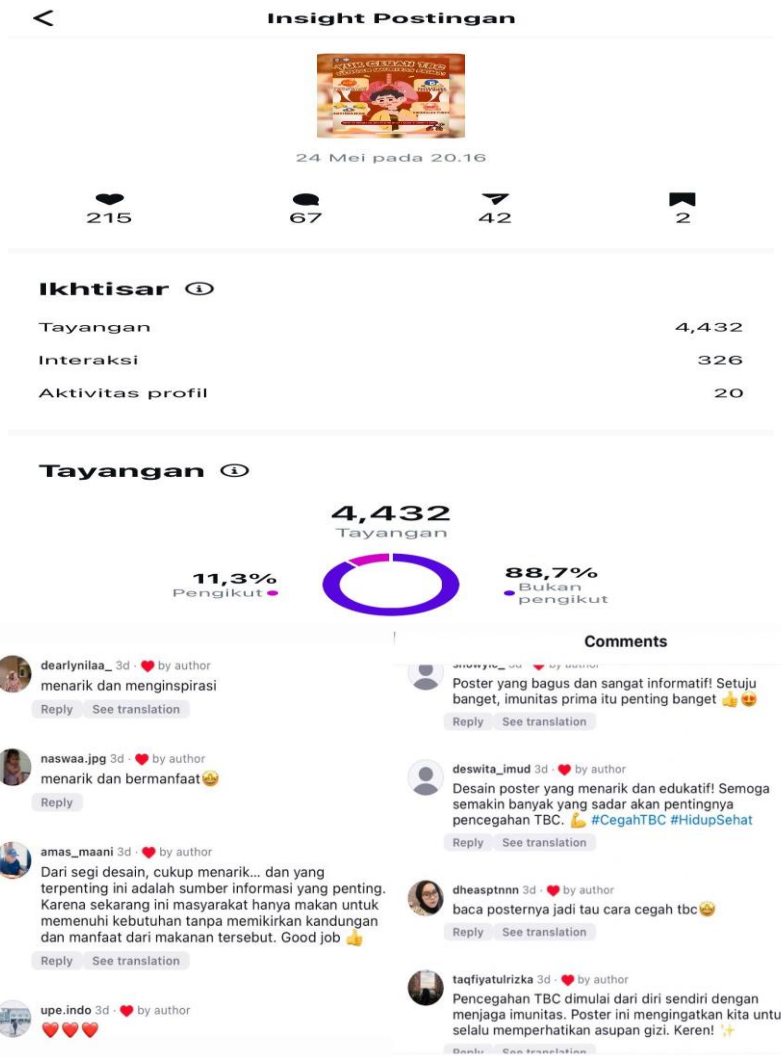
(Mustofa & Sari, 2024). Oleh karena itu, validasi konten oleh tenaga ahli, seperti yang dilakukan dalam kegiatan ini, menjadi langkah penting untuk memastikan akurasi dan kredibilitas informasi.

Selain distribusi digital, ketiga poster juga dipasang secara fisik di area strategis kampus, seperti papan informasi, ruang tunggu klinik, dan kantin mahasiswa, untuk menjangkau audiens yang tidak aktif di media sosial. Kerja sama dengan puskesmas juga dilakukan untuk mendistribusikan poster di ruang tunggu pasien dan kegiatan posyandu. Umpan balik dari tenaga kesehatan menunjukkan bahwa media ini efektif dalam mendukung kegiatan penyuluhan rutin, memperkuat peran media visual dalam edukasi masyarakat.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pemanfaatan poster edukatif, baik dalam bentuk cetak maupun digital, dapat menjadi strategi komunikasi kesehatan yang efektif. Kombinasi pendekatan visual yang menarik, distribusi yang tepat sasaran, serta validasi konten ilmiah menjadi faktor kunci keberhasilan dalam meningkatkan literasi gizi dan mendorong perilaku sehat sebagai bagian dari pencegahan TBC.



Gambar 1. Poster Edukasi Gizi Cegah TBC



Gambar 2. Statistik Interaksi dan Jangkauan Poster di Platform *Instagram*



Gambar 3. Statistik Interaksi dan Jangkauan Poster di Platform *Tiktok*





**Gambar 4.** Poster Edukasi di Papan Infomasi Salah Satu Fakultas di Universitas Halu Oleo

## KESIMPULAN

Edukasi gizi melalui media poster bertema pencegahan TBC terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat, terutama remaja dan dewasa muda, mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang. Poster yang dirancang secara menarik dan disebarakan melalui media sosial serta ruang publik mampu menjangkau audiens luas dan mendorong perubahan perilaku sehat. Pemanfaatan media visual dan digital menjadi strategi komunikasi kesehatan yang relevan dan potensial dalam upaya promotif dan preventif terhadap TBC.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kepada semua anggota tim edukasi yang merancang media, melakukan implementasi kegiatan (Abdul Muhammad Adhan, Ahmad Syahrul Umar, Alda Sari, Alya Rahmawati Ishak, Ananda Wulandari Tosepu, Andi Misna, Anugrah Dwi Putra, Ari Priadin, Asnani, Atika Nur Rahman, Aulia Maghfirah Alifia, Azahrah Wulandari, Defriani, Desrianti, Deswita Putri Cahya Alini, Dian Fitria Rahayu, Dian Sasmita) serta kepada seluruh masyarakat yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan *feedback* terkait poster edukasi yang telah kami bagikan.

## DAFTAR PUSTAKA

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Republik Indonesia. (2023). SKI 2023 dalam angka. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>  
Evi, K. B., & Irianton, A. (2019). Intervensi Booklet Peran Suami dalam Pemberian ASI

- Terhadap Pengetahuan Tentang ASI pada Suami di Dusun Jetis Desa Widodomartani (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta). <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1346/>
- Mauliyana A and Evi Hadrikaselma. (2021). “Risk Factors of Pulmonary Tuberculosis in the Working Area of Perumnas Public Health Center Kendari City.” *MIRACLE Journal Of Public Health* 4 (2): 202–13. <https://doi.org/10.36566/mjph/vol4.iss2/257>.
- Mustofa, R.A.B, & Mutiara Sari. (2024). “Efektivitas Promosi Kesehatan Mental Melalui Media Sosial Dalam Mendorong Perilaku Hidup Sehat Pada Remaja.” *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial Dan Politik* 1 (3): 212–23. <https://journal.lpkd.or.id/index.php/Sosial/article/view/484>
- Pratiwi, P. S., Seytawati, M. P., Hidayatullah, A. F., Ismail, I., & Tafsir, T. (2021). Moderasi Beragama dan Media Sosial (Studi Analisis Konten Instagram & Tik-Tok). *Jurnal dakwah dan Komunikasi*, 6(1), 83-94. <https://journal.iaincurup.ac.id/index.php/JDK/article/view/2959>
- Rinarto, D. L., Ilmi, I. M. B., & Imrar, I. F. (2022). Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan YouTube terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(03), 287-292. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm/article/view/1056>
- Rupang, Ernita Rante, Amnita Anda Yanti Ginting, and Sovia Veronika. (2024). “Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Tb Paru Di Rumah Sakit Khusus Paru Sumatera Utara Tahun 2023.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA* 10 (1): 1–10. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v10i1.1364>.
- World Health Organization. (2022). Tuberculosis Day 2022. WHO. <https://www.who.int/indonesia/news/campaign/tb-day-2022/fact-sheets>
- World Health Organization. (2025). Tuberculosis [*Fact sheet*]. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tuberculosis>
- Yuda, A., Solihati., Zahrah, M.S. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Melalui Media Poster Leaflet Dan Permainan Index Card Match Terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Gizi Seimbang. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2 (2) Page 283-2.