

EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI SEIMBANG PADA BALITA DI POSYANDU CEMARA KARYA INDAH PUSKESMAS PANTAI CERMIN

VIVI SILVIANI¹, LISVIAROSE², RIZKA MARDIYA³, MEIRITA HERAWATI⁴

Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah^{1,2,3,4}

Email: vivisilviani86@gmail.com¹

Abstract: *Balanced nutrition is an important factor in the growth and development of toddlers. Low maternal knowledge about balanced nutrition can affect the selection and preparation of food that is not appropriate for children. Audiovisual media is considered an effective health education method because it combines audio and visual elements, making information easier to understand and remember. This study aimed to determine the effectiveness of health education using audiovisual media on mothers' knowledge of balanced nutrition for toddlers at Posyandu Cemara Karya Indah, in the working area of UPT Puskesmas Pantai Cermin. This research was quantitative with a quasi-experimental design and a pretest-posttest with control group approach. The sample consisted of 46 respondents, divided into intervention and control groups, with 23 people in each group, selected using purposive sampling. The instrument used was a questionnaire on knowledge about balanced nutrition. Data analysis was carried out using the Shapiro-Wilk normality test and the mann-whitney with a significance level of 0.05. The results showed that the average knowledge score of the control group was 62,22, while the intervention group, which was given health education using audiovisual media, had an average score of 82.61. The mean difference between the two groups was 20.39 points. Statistical testing showed a p-value = 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant difference between the two groups. In conclusion, health education using audiovisual media is effective in increasing mothers' knowledge about balanced nutrition for toddlers. It is recommended that health centers integrate audiovisual media into routine health education activities, and that future researchers conduct long-term measurements to assess behavioral change.*

Keywords: *Balanced nutrition, health education, audiovisual media, toddlers*

Abstrak: Gizi seimbang merupakan faktor penting dalam pertumbuhan dan perkembangan balita. Rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dapat berdampak pada pemilihan dan penyajian makanan yang kurang tepat bagi anak. Media audiovisual dinilai sebagai metode pendidikan kesehatan yang efektif karena mampu memadukan unsur audio dan visual sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah, wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *quasi experiment* dan pendekatan *pretest-posttest with control group design*. Jumlah sampel sebanyak 46 responden, dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol masing-masing 23 orang, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang gizi seimbang. Analisis data dilakukan melalui uji normalitas Shapiro-Wilk dan uji *mann-whitney* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan kelompok kontrol adalah 62,22, sedangkan kelompok intervensi yang diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual memiliki rata-rata skor 82,61. Selisih rata-rata antara kedua kelompok adalah 20,39 poin. Uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan signifikan

antara kedua kelompok. Kesimpulan penelitian ini adalah pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita. Disarankan agar puskesmas mengintegrasikan media audiovisual ke dalam kegiatan penyuluhan rutin dan peneliti selanjutnya melakukan pengukuran jangka panjang untuk menilai perubahan perilaku.

Kata Kunci : Gizi seimbang, pendidikan kesehatan, media audiovisual, balita

A. Pendahuluan

Masa balita merupakan periode emas (golden period) dalam kehidupan seorang anak yang sangat menentukan optimalisasi tumbuh kembangnya. Pada masa ini, perkembangan otak mencapai puncaknya, dan berbagai organ tubuh mengalami pematangan fungsi. Dalam fase kritis ini, pemenuhan kebutuhan dasar seperti kasih sayang, stimulasi, dan gizi menjadi sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal (Purba et al, 2021). Salah satu kebutuhan yang paling mendasar adalah gizi seimbang. Gizi yang cukup dan tepat tidak hanya berperan dalam pertumbuhan fisik tetapi juga dalam pembentukan kecerdasan dan daya tahan tubuh balita (Kartini et al, 2023).

Konsep gizi seimbang pada balita mengacu pada pemenuhan kebutuhan zat gizi yang sesuai dengan usia, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas fisik anak. Gizi seimbang mencakup asupan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan cairan dalam proporsi yang tepat (Istiqomah, 2024). Kebutuhan ini sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita, seperti energi untuk aktivitas, protein untuk membangun jaringan tubuh, serta vitamin dan mineral seperti zat besi untuk mencegah anemia dan kalsium untuk pertumbuhan tulang. Namun, kurangnya pemenuhan gizi ini sering kali menjadi penyebab masalah kesehatan pada balita (Supardi, 2023). Kekurangan gizi pada balita dapat menyebabkan berbagai dampak buruk. Kondisi seperti stunting (pertumbuhan terhambat), wasting (berat badan rendah dibandingkan tinggi badan), dan defisiensi mikronutrien sering kali muncul akibat kurangnya gizi. Dampak jangka pendek dari kekurangan gizi meliputi berat badan rendah, daya tahan tubuh yang menurun, serta kerentanan terhadap infeksi seperti diare dan pneumonia. Dalam jangka panjang, kekurangan gizi dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak sehingga berisiko pada penurunan kemampuan belajar dan produktivitas di masa dewasa (WHO, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) Pada tahun 2022, lebih dari 45 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami kekurangan gizi dan hampir 13,6 juta anak (21%) mengalami gizi buruk (WHO, 2023). Menurut profil kesehatan Indonesia Tahun 2023 prevalensi balita dengan gizi kurang sebesar 6,9 % dan gizi sangat kurang sebesar 1,4%. Untuk provinsi Riau prevalensi balita dengan gizi kurang sebesar 4,3 % dan gizi sangat kurang sebesar 0,8% (Kemenkes, 2023). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau tahun dari 12 Kabupaten/Kota yang ada di Provinsi Riau terdapat 3 Kabupaten dengan cakupan balita gizi kurang tertinggi yaitu Kabupaten Bengkalis sebesar 7,4%, Kabupaten Siak sebesar 6,3% dan Kabupaten Kuantan Singingi sebesar 4,4%. Sedangkan untuk Kabupaten Kampar dengan prevalensi balita gizi kurang sebesar 1,1%.

Salah satu penyebab utama kurang gizi pada balita adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang. Ibu sebagai pengasuh utama memegang peranan penting dalam memastikan asupan gizi anak terpenuhi (lestari et al, 2024). Namun, kurangnya pemahaman ibu tentang kebutuhan gizi seimbang, cara mengolah makanan bergizi, dan pentingnya pemberian ASI eksklusif sering kali menjadi hambatan dalam pencegahan masalah gizi.

Faktor ini dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi, tingkat pendidikan ibu yang rendah, dan minimnya program edukasi kesehatan yang efektif (Samsuddin et al, 2023).

Pengetahuan gizi yang memadai memungkinkan orang tua, terutama ibu, untuk memilih makanan yang seimbang, sehingga mendukung preferensi makan dan pertumbuhan anak. Namun, rendahnya pemahaman ibu tentang gizi seimbang menjadi salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya angka kasus gizi kurang di berbagai daerah (Rahangmetan et al, 2024). Untuk mengatasi permasalahan ini, upaya peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang menjadi sangat penting. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui pendidikan kesehatan (Yanti, 2022).

Pendidikan kesehatan adalah proses dinamis yang mendorong perubahan perilaku melalui kesadaran individu, kelompok, atau masyarakat, bukan sekadar transfer materi atau prosedur (Pakpahan, 2021). Pendidikan gizi seimbang memberikan informasi jelas tentang pemenuhan gizi anak, jenis makanan yang baik, dan manfaatnya bagi perkembangan anak, sehingga masyarakat dapat membuat keputusan yang mendukung kesehatan dan perkembangan optimal anak. (Emmaria et al, 2024).

Pendekatan pendidikan kesehatan berbasis media audio-visual merupakan metode yang efektif untuk menyampaikan informasi secara menarik, interaktif, dan mudah dipahami, terutama oleh ibu. Media ini menggabungkan elemen visual, suara, dan narasi yang dirancang untuk meningkatkan daya tarik dan kejelasan pesan. Dengan menggunakan gambar yang informatif, suara yang jelas, serta narasi yang relevan, media audio-visual dapat membantu ibu lebih memahami konsep yang disampaikan (Fadyllah dan Prasetyo, 2021). Materi pendidikan kesehatan dengan media Audio visual lebih disukai karena dilengkapi dengan gambar atau foto yang seolah nyata membuat responden lebih mudah paham dengan materi yang disampaikan. Selain itu Penggunaan ponsel pintar atau android yang massive pasa saat ini merupakan peluang yang dimanfaatkan oleh promotor kesehatan sebagai media edukasi informasi kesehatan karena pengiriman video melalui ponsel lebih efektif dan cost effective dibandingkan dengan kegiatan penyuluhan (Kholisotin, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Khairi (2024) di Puskesmas Medan Sunggal menunjukkan bahwa media audio visual lebih efektif daripada penyuluhan dalam peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang untuk anak balita., dengan p-value sebesar 0,000. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Yanti dan Agustin (2022), di wilayah Posyandu Ambarawa Timur, terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan tentang gizi balita terhadap pengetahuan ibu mengenai gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Ambarawa pada tahun 2021, dengan p-value sebesar 0.000.

Berdasarkan data dari Puskesmas Pantai Cermin tahun 2024 dari 2302 jumlah balita terdapat 5 balita dengan gizi sangat kurang dan 63 balita dengan gizi kurang. Dari 8 desa yang ada dililayah kerja Puskesmas Pantai Cermin, Desa Karya Indah menempati salah satu desa dengan jumlah balita terbanyak yaitu 891 balita dan 12 diantaranya mengalami gizi kurang. Desa Karya Indah memiliki tujuh posyandu, dengan jumlah balita gizi kurang terbanyak berada di Posyandu Cemara. Dari total 89 balita yang tercatat di Posyandu Cemara, terdapat 6 balita dengan status gizi kurang. Sementara itu, Posyandu Bunga Tanjung mencatat 2 balita gizi kurang dari 73 balita yang, dan jumlah yang sama (2 balita) ditemukan di Posyandu Mawar dari total 253 balita, serta di Posyandu Sadar Sehat dari 195 balita yang tercatat. Adapun Posyandu Aglonema, Posyandu Melati, dan Posyandu Seroja Mandiri tidak memiliki balita dengan status gizi kurang, Posyandu Cemara menjadi perhatian utama karena memiliki jumlah balita gizi kurang tertinggi dibandingkan posyandu lainnya di desa ini.

Pada survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Desember 2024 di Posyandu Cemara Karya Indah, Puskesmas Pantai Cermin, ditemukan bahwa dari 10 ibu yang membawa balita ke Posyandu, 4 balita memiliki berat badan di bawah garis merah (BGM), 1 balita

berstatus gizi kurang, dan 5 balita memiliki berat badan di garis hijau. Dari 10 ibu tersebut, hanya 2 ibu yang mengetahui konsep gizi seimbang untuk balita dengan memberikan makanan yang terdiri dari nasi, lauk pauk, sayuran, buah, dan susu sesuai panduan di KMS, sementara 8 ibu lainnya belum memahami konsep gizi seimbang.

Berdasarkan latar belakang maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Audio Visual Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang pada Balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik yang bersifat kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode quasy eksperimental dengan nonequivalent control group design untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada efektifitas pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin. Penelitian telah dilaksanakan dari bulan Juni – Agustus 2025. Penelitian telah dilaksanakan di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin Kabupaten Kampar. Populasi pada penelitian ini seluruh ibu yang memiliki balita di Posyandu Cemara. Sampel dalam penelitian ini adalah 23 responden kelompok intervensi dan 23 responden pada kelompok kontrol dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner dan lembar observasi. Analisa data yang digunakan Univariat dan Bivariat.

C. Pembahasan dan Analisa

Analisis Univariat

Tabel 1
Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada kelompok kontrol
di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin

Pengetahuan (Kontrol)	F	(%)
Rendah	10	43,5
Tinggi	13	56,5
Total	23	100

Variabel	N	Mean	SD	Min	Maks
Kontrol	23	62,22	20,681	23	92

Berdasarkan tabel 1, pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di kelompok kontrol menunjukkan bahwa dari 23 responden, sebanyak 10 orang (43,5%) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan 13 orang (56,5%) memiliki pengetahuan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan tinggi, proporsinya hanya sedikit lebih besar dibandingkan dengan kategori pengetahuan rendah, sehingga masih terdapat hampir setengah responden yang memerlukan peningkatan pemahaman. Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok kontrol adalah 62,22 dengan standar deviasi 20,681. Nilai ini menggambarkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada

kategori sedang, dengan sebaran data yang cukup lebar. Rentang skor pengetahuan berada antara nilai minimum 23 hingga maksimum 92.

Tabel 2

Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada kelompok intervensi di Posyandu
Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin

Pengetahuan (Intervensi)	F	(%)
Rendah	2	8,7
Tinggi	21	91,3
Total	23	100

Variabel	N	Mean	SD	Min	Maks
Intervensi	23	82,61	13,307	54	100

Berdasarkan tabel 2, pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di kelompok intervensi menunjukkan bahwa dari 23 responden, sebanyak 2 orang (8,7%) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan 21 orang (91,3%) memiliki pengetahuan tinggi. Hal ini memperlihatkan bahwa mayoritas besar responden berada pada kategori pengetahuan tinggi setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual, dengan proporsi yang jauh lebih besar dibandingkan kategori pengetahuan rendah. Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok intervensi adalah 82,61 dengan standar deviasi 13,307. Nilai ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori tinggi, dengan sebaran data yang lebih sempit dibandingkan kelompok kontrol. Rentang skor pengetahuan berada antara nilai minimum 54 hingga maksimum 100.

Analisa Bivariat

Sebelum dilakukan Uji T independent sample t-test, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data untuk menentukan apakah data yang diuji berdistribusi normal atau tidak berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas data :

Tabel 3. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Kontrol	.194	23	.025	.923	23	.078
Intervensi	.163	23	.117	.911	23	.043

Berdasarkan tabel 3, hasil uji normalitas data menggunakan nilai Shapiro-Wilk dengan alasan sampel kurang dari 50 responden. Pengetahuan responden sebelum diberikan Pendidikan kesehatan dengan menggunakan audiovisual dengan nilai $p=0,078$ dan pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan audiovisual dengan nilai $p=0,043$. Dari kedua data tersebut didapatkan kesimpulan data tidak berdistribusi normal karena nilai $p<0,05$. maka peneliti menggunakan uji mann-whiney t-test.

Tabel 4. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Audio Visual Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang pada Balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin

Pengetahuan Gizi Seimbang	N	Mean	Standar Deviasiasi (SD)	Maksimal-Minimal	Selisish Mean	P value
<i>Kontrol</i>	23	62,22	20,681	92-23	20,39	0,001
<i>Intervensi</i>	23	82,61	13,307	100-54		

Hasil analisis pada Tabel 4, menunjukkan adanya perbedaan yang nyata antara pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol, yang tidak mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan media audio visual, rata-rata skor pengetahuan yang diperoleh adalah 62,22 dengan standar deviasi sebesar 20,681. Rentang skor pengetahuan pada kelompok ini cukup lebar, yakni dari nilai terendah 23 hingga tertinggi 92, yang menunjukkan adanya variasi pengetahuan yang besar antarresponden. Sementara itu, pada kelompok intervensi yang diberikan pendidikan kesehatan dengan media audio visual, rata-rata skor pengetahuan meningkat secara signifikan menjadi 82,61 dengan standar deviasi sebesar 13,307. Rentang skor pengetahuan pada kelompok ini lebih tinggi secara keseluruhan, yaitu dari nilai terendah 54 hingga tertinggi 100. Selisih rata-rata skor pengetahuan antara kedua kelompok adalah sebesar 20,39 poin, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup besar setelah intervensi diberikan. Uji statistik menghasilkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), artinya ada efektifitas pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kelompok kontrol memiliki rata-rata skor pengetahuan 62,22 dengan hampir setengah responden berada pada kategori pengetahuan rendah (43,5%). Hal ini menunjukkan bahwa tanpa intervensi pendidikan kesehatan berbasis audiovisual, pemahaman ibu mengenai gizi seimbang masih bervariasi dan cenderung belum optimal. Sementara itu, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan rata-rata skor menjadi 82,61, dengan proporsi pengetahuan tinggi mencapai 91,3%. Perbedaan skor sebesar 20,39 poin yang signifikan secara statistik ($p = 0,001$) menegaskan efektivitas media audiovisual dalam meningkatkan pemahaman ibu. Temuan ini selaras dengan teori Cone of Experience oleh Dale yang menyatakan bahwa penggunaan media yang melibatkan berbagai indera, seperti penglihatan dan pendengaran, mampu meningkatkan retensi informasi dibandingkan metode tunggal seperti ceramah lisan (Dale, 2019).

Media audiovisual dinilai mampu menyajikan informasi secara lebih menarik dan mudah dipahami karena memadukan unsur visual, teks, dan audio. Menurut teori Dual Coding yang dikemukakan Paivio, penyampaian informasi melalui jalur verbal dan visual secara bersamaan akan memperkuat proses kognitif dan meningkatkan daya ingat. Dalam konteks penyuluhan kesehatan, kombinasi ini dapat membantu ibu memahami konsep abstrak seperti komposisi gizi seimbang, porsi yang tepat, serta variasi menu sehat bagi balita (Paivio, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Putri et al. (2022) juga membuktikan bahwa penggunaan

audiovisual meningkatkan skor pengetahuan ibu balita secara signifikan dibanding metode ceramah.

Selain meningkatkan pemahaman, media audiovisual juga berperan dalam membentuk persepsi risiko dan manfaat, yang menurut Health Belief Model merupakan langkah awal dalam mengubah perilaku kesehatan. Visualisasi yang menampilkan contoh anak dengan gizi buruk dan anak yang tumbuh sehat mampu menimbulkan respon emosional yang mendorong ibu untuk mengadopsi perilaku pemberian makan yang lebih baik (Rosenstock et al., 2020). Penelitian oleh Lestari dan Widodo (2021) menemukan bahwa ibu yang mendapatkan edukasi gizi melalui video interaktif menunjukkan peningkatan motivasi dalam merencanakan menu bergizi bagi balita.

Keunggulan media audiovisual juga relevan bagi masyarakat pedesaan seperti di wilayah kerja UPT Puskesmas Pantai Cermin, di mana sebagian besar penduduk bekerja di sektor agraris. Menurut Notoatmodjo (2020), metode pendidikan kesehatan yang menarik dan mudah diakses sangat penting untuk menjangkau kelompok dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Audiovisual memungkinkan pesan kesehatan disampaikan secara konsisten di berbagai lokasi, bahkan dapat diputar berulang kali tanpa mengurangi kualitas informasi. Studi oleh Johnson et al. (2020) di Kenya juga menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis video mampu meningkatkan pengetahuan ibu di daerah terpencil secara signifikan.

Peneliti berasumsi bahwa keberhasilan intervensi ini didukung oleh beberapa faktor. Pertama, audiovisual mempermudah pemahaman konsep abstrak melalui ilustrasi nyata, sehingga pesan lebih mudah diinternalisasi. Kedua, kombinasi audio dan visual memperkuat retensi memori sesuai teori Dual Coding. Ketiga, penyesuaian materi dengan konteks lokal—seperti penggunaan bahasa daerah dan contoh makanan setempat—membuat pesan lebih relevan. Keempat, visualisasi dampak positif gizi seimbang dan negatifnya gizi buruk menimbulkan dorongan emosional yang memotivasi perubahan perilaku (Sari et al., 2021).

Implikasi dari temuan ini bagi program kesehatan masyarakat adalah perlunya integrasi media audiovisual dalam kegiatan penyuluhan rutin posyandu dan puskesmas. Selain meningkatkan efektivitas penyuluhan, metode ini dapat mengatasi keterbatasan tenaga kesehatan di daerah pedesaan. Materi edukasi yang sudah dibuat dapat digunakan ulang di berbagai kesempatan, sehingga efisiensi waktu dan sumber daya dapat tercapai. Penelitian oleh Hidayah et al. (2019) menegaskan bahwa penggunaan media audiovisual pada kelas ibu balita meningkatkan pengetahuan sekaligus keterampilan dalam menerapkan gizi seimbang. Dengan demikian, pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berpotensi memperbaiki perilaku gizi ibu dan anak dalam jangka panjang.

D. Penutup

Berdasarkan penelitian terhadap 23 responden dengan judul efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin, dapat disimpulkan bahwa, Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok kontrol adalah 62,22 dengan standar deviasi 20,681. Nilai ini menggambarkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori sedang, dengan sebaran data yang cukup lebar. Rentang skor pengetahuan berada antara nilai minimum 23 hingga maksimum 92. Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok intervensi adalah 82,61 dengan standar deviasi 13,307. Nilai ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden berada pada kategori tinggi, dengan sebaran data yang lebih sempit dibandingkan kelompok kontrol. Rentang skor pengetahuan berada antara nilai minimum 54 hingga maksimum 100. Ada efektivitas pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita di Posyandu Cemara Karya Indah Puskesmas Pantai Cermin, dengan nilai $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$.

Daftar Pustaka

- Dale, E. (2019). *Audio-visual methods in teaching* (3rd ed.). New York, NY: Dryden Press.
- Emmaria, R., Sinaga, K., Manurung, B., Lumban Tobing, R. A., & Lubis, R. D. (2024). Edukasi Penanganan dan Pencegahan Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rantang Kota Medan Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(4), 1309-1314.
- Fadyllah, M. I., & Prasetyo, Y. B. (2021). Pendidikan kesehatan menggunakan metode audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan ibu merawat anak dengan stunting. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1).
- Istiqomah, 'A., Masmur, K. S., Amali, R. A., & Tiawati, S. (2024). Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Balita. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 2(2), 67–74.
- Johnson, A., Ochieng, C., & Wekesa, P. (2020). Effectiveness of animated video-based nutrition education in improving maternal knowledge in rural Kenya. *Public Health Nutrition*, 23(14), 2558–2567. <https://doi.org/10.1017/S1368980020000987>
- Kartini, D., Arbiyah, S., Hajri Rasjid, W. S., Nurlaela, E., Desmawati, D. D., & Dewi, Y. I. K. (2023). Gizi pada Bayi dan Balita. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Kholisotin. (2020). Pengaruh Penyuluhan Berbasis Video Whatsapp tentang Persalinan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Klabang Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Surya*, 11(02): 1–9.
- Lestari, A., Harahap, D. A., & Dhilon, D. A. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Tanjung Harapan Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lipat Kain Tahun 2023. *EMJ*, 3(2), 20–28.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Paivio, A. (2020). *Mind and its evolution: A dual coding theoretical approach*. New York, NY: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429318476>
- Pakpahan, M. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Purba, D. H., Kushargina, R., Ningsih, W. I. F., Lusiana, S. A., Lazwana, T., Rasmaniar, et al. (2021). *Kesehatan dan Gizi untuk Anak*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Putri, R. A., Handayani, W., & Prasetyo, Y. (2022). Efektivitas media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang di posyandu. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(3), 211–218. <https://doi.org/10.35816/jisk.v10i3.651>
- Rahangmetan, M. A., Yulaikhah, L., Astuti, E. P., & Rahmawati, D. (2024). Impact of health education on stunting knowledge among mothers with children aged 1-5 years. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(7), 787-792.
- Rosenstock, I. M., Strecher, V. J., & Becker, M. H. (2020). Social learning theory and the Health Belief Model. *Health Education Quarterly*, 47(2), 175–183. <https://doi.org/10.1177/1090198120902042>
- Samsuddin, Agusanty, S.F., Desmawati, Kurniatin, L.F., Bahriyah, F.B., M.Keb., Wati, & Ulva. (2023). *Stunting*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Sari, N. W., Indriyani, R., & Mahendra, A. (2021). Pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media audiovisual terhadap pengetahuan ibu balita. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(1), 34–42. <https://doi.org/10.31596/jgk.v13i1.1029>

- Supardi, N., Sinaga, T. R., Hasanah, F. L. N., Fajriana, H., Puspareni, P. L. D., Atjo, N. M., Maghfiroh, K., & Humaira, W. (2023). *Gizi pada Bayi dan Balita*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- WHO. (2023). *Global Nutrition Targets 2025 Stunting Policy Brief*.
<https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>
- WHO. (2023). *Levels and trends in child malnutrition*. Switzerland: WHO
- Yanti, D. A. M., & Agustin, E. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang gizi balita terhadap pengetahuan ibu. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(6), 552-560.