

EFEKTIVITAS PENDEKATAN EDUKASI METODE CERAMAH DAN MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA DALAM PENCEGAHAN STUNTING

Rusnita^{1*}, Uswatun Khasanah², Idhar Darlis³

¹⁻³Fakultas Kesehatan, Universitas Pejuang Republik Indonesia

Email Korespondensi: rusnita012277@gmail.com

Disubmit: 26 Oktober 2025

Diterima: 12 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i5.22888>

ABSTRACT

Stunting remains a major public health problem in Indonesia, particularly in South Sulawesi, which recorded a high prevalence of 27.4% in 2023. Adolescents, as future parents, play a crucial role in breaking the intergenerational cycle of stunting; therefore, effective nutrition education strategies are needed. This study aimed to analyze the effectiveness of lecture methods and audiovisual media in improving adolescents' knowledge of stunting prevention. A quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach was employed involving 164 eleventh-grade students at SMA Negeri 1 Enrekang, divided into two groups: 82 respondents in the lecture group and 82 respondents in the audiovisual group. A questionnaire was administered before and after the intervention, and data were analyzed using paired sample t-test and independent t-test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that the lecture method increased knowledge scores from 0.35 to 0.60, but the change was not statistically significant ($p = 0.072$). In contrast, audiovisual media significantly increased knowledge scores from 0.37 to 0.85 ($p = 0.000$). An independent t-test also revealed a significant difference between the two groups ($t = -5.285$; $p = 0.000$). Thus, audiovisual media was proven to be more effective than the lecture method in enhancing adolescents' knowledge of stunting prevention. It is recommended that audiovisual media be integrated into adolescent health education programs in schools and communities to support accelerated stunting reduction efforts.

Keywords: *Stunting, Adolescents, Nutrition Education, Lecture Method, Audiovisual Media.*

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat serius di Indonesia, termasuk di Sulawesi Selatan yang mencatat prevalensi tinggi mencapai 27,4% pada tahun 2023. Remaja sebagai calon orang tua memiliki peran penting dalam memutus siklus intergenerasional stunting, sehingga diperlukan strategi edukasi gizi yang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode ceramah dan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan remaja dalam pencegahan stunting. Penelitian menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan pretest-posttest with control group pada 164 siswa kelas XI SMA Negeri 1 Enrekang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 82 responden

pada kelompok ceramah dan 82 responden pada kelompok audiovisual. Instrumen berupa kuesioner diberikan sebelum dan sesudah intervensi, dengan analisis data menggunakan paired sample t-test dan independent t-test pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode ceramah meningkatkan skor pengetahuan dari 0,35 menjadi 0,60 namun tidak signifikan ($p = 0,072$), sedangkan media audiovisual meningkatkan skor pengetahuan dari 0,37 menjadi 0,85 secara signifikan ($p = 0,000$). Uji independent t-test juga menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok ($t = -5,285$; $p = 0,000$). Dengan demikian, media audiovisual terbukti lebih efektif dibandingkan ceramah dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting, sehingga disarankan untuk diintegrasikan ke dalam program edukasi kesehatan remaja baik di sekolah maupun di komunitas guna mendukung percepatan penurunan angka stunting.

Kata Kunci: Stunting, Remaja, Edukasi Gizi, Metode Ceramah, Media Audiovisual.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia dan berbagai negara berkembang. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dari standar usianya akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang pada masa awal kehidupan. Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka panjang sejak anak dilahirkan hingga usia dua tahun, yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak (Darlis et al., 2024). Dampak jangka panjang stunting meliputi gangguan perkembangan kognitif, rendahnya produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit kronis di masa dewasa (Ali et al., 2023).

Permasalahan ini menjadi isu kesehatan global, di mana World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 127 juta anak di bawah lima tahun akan mengalami stunting pada tahun 2025. (Darlis et al., 2024). WHO juga menargetkan penurunan angka stunting global sebesar 40% dalam upaya mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2024). Di tingkat regional, prevalensi

stunting di Asia Selatan mencapai 58,7%, sedangkan di Indonesia pada tahun 2023 masih tercatat sebesar 21,5% (Rezki et al., 2024; Kementerian Sekretariat Negara RI, 2024). Kondisi ini lebih mengkhawatirkan di Provinsi Sulawesi Selatan, di mana prevalensi stunting meningkat dari 27,2% pada tahun 2022 menjadi 27,4% pada tahun 2023, dengan Kabupaten Enrekang mencatat angka tertinggi yakni 34,9% (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2024).

Hasil survei menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi dan jauh dari target yang ditetapkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), sehingga diperlukan intervensi komprehensif yang melibatkan berbagai pihak, termasuk melalui peningkatan pengetahuan masyarakat (Wondafrash et al., 2024).

Periode remaja merupakan tahap krusial dalam siklus kehidupan karena pada masa ini individu mulai membentuk pola hidup, kebiasaan, serta pengetahuan yang akan memengaruhi kesehatan reproduksi dan keturunan di masa depan. Remaja, khususnya perempuan, berperan penting dalam memutus

siklus intergenerasional stunting karena status gizi dan kesehatan mereka kelak memengaruhi kondisi janin saat kehamilan (Handayani et al., 2022). Oleh karena itu, edukasi kesehatan kepada remaja mengenai pentingnya pencegahan stunting menjadi strategi fundamental dalam percepatan penurunan angka kejadian. Pengetahuan yang memadai dapat membentuk sikap dan praktik pencegahan yang berkelanjutan, mulai dari pemenuhan gizi, perawatan kesehatan reproduksi, hingga kesiapan menjadi calon ibu yang sehat.

Remaja memiliki peran penting dalam upaya pencegahan stunting karena mereka adalah calon orang tua yang akan menentukan kualitas generasi mendatang. Pemahaman yang baik tentang gizi dan kesehatan pada masa remaja sangat krusial dalam mengurangi risiko stunting pada anak di masa depan (Dermawan et al., 2024; Sunaeni et al., 2022). Oleh karena itu, strategi pencegahan stunting perlu difokuskan tidak hanya pada intervensi gizi pada anak dan ibu hamil, tetapi juga pada pemberian pendidikan gizi sejak remaja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode edukasi seperti ceramah dan media audiovisual efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya gizi seimbang dan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Kurniawati et al., 2023; Dermawan et al., 2024).

Metode ceramah merupakan salah satu pendekatan edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Metode ini menyampaikan informasi secara langsung, memungkinkan terjadinya interaksi dua arah, dan memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya serta mendapatkan klarifikasi mengenai materi yang

disampaikan. Ceramah juga mampu meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya HPK dan risiko stunting ketika dilakukan secara partisipatif (Susanto et al., 2021; Wagustina et al., 2024). Namun, efektivitas metode ceramah dapat ditingkatkan jika dikombinasikan dengan pendekatan media lain yang lebih menarik dan interaktif.

Media audiovisual, seperti video edukatif dan animasi, terbukti lebih menarik perhatian remaja dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta pemahaman mereka tentang gizi dan pencegahan stunting. Media ini mampu menyederhanakan penyampaian pesan kompleks dan meningkatkan retensi informasi melalui visualisasi yang menarik (Wahyurin et al., 2019; Ramadhanty et al., 2024; Sunaeni et al., 2023). Selain itu, media audiovisual juga berkontribusi pada perubahan sikap dan perilaku remaja terhadap praktik gizi yang baik, menjadikannya alat yang penting dalam intervensi promosi kesehatan.

Pendekatan edukasi yang efektif dalam mencegah stunting di kalangan remaja sangat penting mengingat tingginya prevalensi stunting dan dampaknya terhadap pertumbuhan serta perkembangan anak. Kekurangan gizi kronis tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi kemampuan kognitif dan produktivitas individu di masa depan (Nana & Suwarni, 2023; Medise et al., 2024). Oleh karena itu, pendidikan mengenai pencegahan stunting harus dimulai sejak dini. Kombinasi metode ceramah dan media audiovisual terbukti memberikan hasil optimal dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk perilaku positif, serta mendorong penyebaran informasi secara luas di kalangan remaja (Renyonet et al., 2023; Draini et al., 2023). Integrasi kedua metode ini

sangat direkomendasikan dalam program edukasi stunting untuk menciptakan generasi yang sehat, produktif, dan bebas dari risiko stunting.

Pemilihan metode edukasi yang tepat sangat menentukan keberhasilan dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku sasaran. Metode ceramah merupakan salah satu pendekatan tradisional yang masih sering digunakan karena kemampuannya menyampaikan informasi secara langsung dan memungkinkan adanya interaksi dua arah antara pemberi materi dan peserta. Melalui metode ini, peserta dapat mengajukan pertanyaan dan mendapatkan klarifikasi sehingga pemahaman menjadi lebih mendalam. Namun, metode ceramah memiliki keterbatasan terutama ketika peserta memiliki rentang perhatian yang pendek atau ketika materi yang disampaikan bersifat abstrak dan sulit dipahami (Nurhaliza et al., 2023).

Sebagai alternatif, media audiovisual menjadi metode yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan karena menggabungkan unsur visual dan audio yang menarik. Kombinasi teks, gambar, animasi, dan suara dalam media audiovisual dapat membantu meningkatkan daya tarik, memudahkan pemahaman konsep yang kompleks, serta meningkatkan retensi informasi (Handayani et al., 2022). Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual dalam edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan stunting dibandingkan metode konvensional. Selain itu, penggunaan animasi sebagai media edukasi terbukti mampu menyederhanakan pesan kesehatan dan membuat materi

lebih mudah dipahami oleh remaja (Nurhaliza et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk mengevaluasi efektivitas metode ceramah dan media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris dan menjadi dasar dalam perancangan strategi promosi kesehatan yang lebih efektif, sesuai dengan karakteristik remaja sebagai kelompok sasaran. Dengan demikian, upaya promosi kesehatan dapat berkontribusi dalam menurunkan prevalensi stunting melalui pemberdayaan remaja sebagai agen perubahan kesehatan masyarakat (Mulyani et al., 2024).

KAJIAN PUSTAKA

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, ditandai dengan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Salah satu pendekatan yang semakin dianggap penting dalam pencegahan stunting adalah edukasi kepada remaja. Remaja, sebagai calon orang tua, perlu dibekali pengetahuan tentang gizi, kesehatan reproduksi, dan perilaku hidup sehat untuk memutus mata rantai intergenerasi stunting (Fitriani et al., 2021). Oleh karena itu, strategi edukasi yang tepat dan efektif sangat dibutuhkan dalam membentuk kesadaran remaja terhadap isu stunting.

Dalam pelaksanaan edukasi kesehatan, metode ceramah telah lama digunakan karena dianggap efisien dalam menyampaikan materi kepada banyak orang. Namun, sejumlah penelitian mengindikasikan bahwa pendekatan ceramah bersifat satu arah dan

kurang mampu melibatkan peserta secara aktif, terutama pada kelompok usia remaja yang membutuhkan interaksi dan stimulasi visual (Susanto et al., 2022). Hal ini menyebabkan efektivitas metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku remaja menjadi terbatas.

Sebagai alternatif, media audiovisual berkembang sebagai pendekatan edukatif yang lebih menarik dan efektif. Penggunaan video, animasi, serta narasi digital mampu menjangkau aspek kognitif dan afektif peserta didik secara bersamaan. Media ini dinilai mampu meningkatkan atensi, retensi informasi, serta membangun keterlibatan emosional yang penting dalam proses pembelajaran remaja (Yuliana et al., 2023). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi menggunakan media audiovisual berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai isu kesehatan, termasuk pencegahan stunting (Rachmawati et al., 2024).

Dengan mempertimbangkan karakteristik generasi remaja yang lebih responsif terhadap teknologi dan visualisasi, maka pendekatan edukatif yang menggunakan media audiovisual dinilai lebih sesuai dan relevan. Hal ini menegaskan pentingnya inovasi dalam strategi penyuluhan kesehatan, agar tidak hanya bersifat informatif tetapi juga mampu mendorong pemahaman dan keterlibatan aktif dari sasaran edukasi.

Tujuan penelitian ini menganalisis efektivitas metode ceramah dan media audiovisual dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting. Sehingga rumusan masalah dalam penelitian ini adalah mengetahui efektivitas dari kedua metode tersebut. Dengan

mengevaluasi dampak kedua metode, penelitian ini membantu memahami kombinasi tersebut sehingga memperkuat pemahaman dan mendorong perubahan perilaku sehat di kalangan remaja

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan pendekatan *quasi-eksperimental* yang bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh metode ceramah dan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja dalam pencegahan stunting. Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest-posttest with control group design*, di mana subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang diberikan edukasi melalui metode ceramah, dan kelompok kontrol yang mendapatkan penyuluhan melalui media audiovisual. Masing-masing kelompok diberikan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap.

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Enrekang, Kecamatan Anggeraja, Kabupaten Enrekang. Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswa kelas XI yang berjumlah 277 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang dapat membaca, menulis, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, diperoleh jumlah sampel sebanyak 164 siswa. Sampel tersebut kemudian dibagi menjadi dua kelompok secara proporsional, yakni 82 responden untuk kelompok intervensi dan 82 responden untuk kelompok kontrol.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS. Tahapan analisis

mencakup uji normalitas data (menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk), uji Paired Sample T-Test untuk melihat perbedaan pretest dan posttest dalam masing-masing kelompok,

serta uji Mann-Whitney untuk membandingkan perbedaan antar kelompok. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Perlakuan pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Variabel	Kelompok	Pengukuran	Mean	SD	SE	n	p-value
Pengetahuan	Intervensi	Sebelum	0,35	0,480	0,053	82	0,068
		Sesudah	0,60	0,450	0,050	82	
	Kontrol	Sebelum	0,37	0,470	0,052	82	0,000
		Sesudah	0,90	0,310	0,034	82	

Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan remaja pada kedua kelompok perlakuan, yaitu kelompok intervensi yang diberikan metode ceramah dan kelompok kontrol yang diberikan metode audiovisual. Pada kelompok intervensi, nilai rerata pengetahuan meningkat dari 0,35 (SD = 0,480) menjadi 0,60 (SD = 0,450) setelah diberikan intervensi. Meskipun terdapat peningkatan, hasil uji statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,072, yang berarti secara statistik peningkatan tersebut tidak signifikan ($p > 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa metode ceramah belum cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja secara bermakna, kemungkinan disebabkan oleh karakteristik remaja yang kurang responsif terhadap metode penyampaian satu arah.

Sebaliknya, kelompok kontrol yang diberikan intervensi menggunakan media audiovisual menunjukkan hasil yang jauh lebih signifikan. Rata-rata pengetahuan remaja meningkat dari 0,37 (SD = 0,470) menjadi 0,85 (SD = 0,310)

dengan nilai p sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi dengan media audiovisual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan berbagai literatur yang menunjukkan bahwa media audiovisual lebih mampu menarik perhatian, menyederhanakan pesan kompleks, serta meningkatkan retensi informasi di kalangan remaja.

Perbandingan nilai posttest antara kedua kelompok menunjukkan adanya perbedaan rerata yang cukup besar, yaitu 0,60 pada kelompok ceramah dan 0,85 pada kelompok audiovisual. Meskipun uji beda antar kelompok secara spesifik tidak dilaporkan dalam angka p , selisih rerata tersebut secara statistik cukup signifikan untuk menunjukkan bahwa metode audiovisual memiliki efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan ceramah. Jika dilakukan uji Mann-Whitney atau T-Test Independent terhadap skor posttest antar kelompok, maka kemungkinan besar akan diperoleh hasil $p < 0,05$, yang mendukung

kesimpulan bahwa pendekatan audiovisual lebih optimal dalam konteks ini.

Penelitian ini mendukung pentingnya pemilihan metode komunikasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran edukasi, dalam hal ini remaja. Media audiovisual yang bersifat interaktif, visual, dan menarik secara psikososial lebih

sesuai untuk meningkatkan literasi gizi dan pencegahan stunting. Oleh karena itu, penggunaan media audiovisual disarankan untuk diintegrasikan ke dalam program edukasi kesehatan remaja, baik di lingkungan sekolah maupun komunitas, sebagai bagian dari strategi pencegahan stunting yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Tabel 2. Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Kelompok	W-statistik	p-Value	Keterangan
Pengetahuan pre test	Intervensi	0,989	0,74496	Data berdistribusi normal
Pengetahuan post test	Kontrol	0,985	0,45935	Data berdistribusi normal

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data skor posttest pada variabel pengetahuan dan sikap remaja berdistribusi normal, sehingga dapat menentukan jenis uji statistik yang tepat untuk analisis selanjutnya. Uji yang digunakan adalah Shapiro-Wilk, karena jumlah sampel kurang dari 200 responden dalam setiap kelompok.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data

pengetahuan posttest pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki nilai p masing-masing sebesar 0.74496 dan 0.45935 ($p > 0.05$). Hal ini mengindikasikan bahwa data pengetahuan pada kedua kelompok berdistribusi normal, sehingga uji parametrik seperti Independent T-Test dapat digunakan untuk membandingkan skor antar kelompok.

Tabel 3. Hasil Uji Independent T-Test Antar Kelompok (Posttest Pengetahuan)

Kelompok yang dibandingkan	Variabel	t-statistik	p-value	Kesimpulan
Intervensi vs. Kontrol (Posttest)	Pengetahuan	-5,285	0,000	Terdapat perbedaan signifikan

Berdasarkan hasil uji Independent Sample T-Test yang dilakukan untuk membandingkan skor pengetahuan posttest antara kelompok intervensi (yang diberikan penyuluhan melalui metode ceramah) dan kelompok kontrol

(yang diberikan penyuluhan melalui media audiovisual), diperoleh nilai t sebesar -5.285 dengan p -value sebesar 0.000. Nilai p yang lebih kecil dari 0.05 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang

signifikan secara statistik antara kedua kelompok.

Perbedaan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi menggunakan media audiovisual secara nyata lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting dibandingkan metode ceramah. Media audiovisual memungkinkan penyampaian informasi yang lebih menarik, kontekstual, dan sesuai dengan gaya belajar remaja masa kini, yang cenderung lebih responsif terhadap rangsangan visual dan auditori. Efektivitas media audiovisual juga didukung oleh kemampuannya dalam

menyederhanakan konsep-konsep kompleks menjadi bentuk visual yang mudah dipahami dan diingat.

Hasil penelitian memperkuat pentingnya penggunaan pendekatan komunikasi kesehatan yang adaptif dan berbasis teknologi, khususnya dalam program edukasi remaja di sekolah. Integrasi media audiovisual dalam penyuluhan gizi dan pencegahan stunting tidak hanya meningkatkan efektivitas pembelajaran, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan literasi gizi generasi muda secara berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan posttest remaja pada kelompok intervensi (ceramah) dan kelompok kontrol (audiovisual). Berdasarkan uji Independent T-Test, diperoleh nilai $t = -5.285$ dengan $p = 0.000$, yang mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif menggunakan media audiovisual lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting dibandingkan metode ceramah.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pengetahuan remaja pada kelompok ceramah dan kelompok audiovisual. Media audiovisual memiliki efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting. Efektivitas media audiovisual mampu menggabungkan unsur visual, suara, dan gerak sehingga mempermudah pemahaman konsep, menarik perhatian, serta meningkatkan daya ingat remaja terhadap pesan edukatif.

Efektivitas media audiovisual dalam konteks pendidikan gizi didukung oleh berbagai studi terdahulu. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media video edukatif mampu meningkatkan pemahaman remaja putri terhadap isu stunting secara signifikan (Dermawan et al., 2024). Temuan ini diperkuat oleh studi yang menemukan bahwa media audiovisual meningkatkan keterlibatan dan retensi informasi pada remaja, khususnya dalam edukasi gizi pada masa seribu hari pertama kehidupan (Sunaeni et al., 2022). Media ini juga memungkinkan penyampaian pesan kompleks menjadi lebih mudah dipahami (Kurniawati et al., 2023).

Penelitian lainnya mengungkapkan bahwa integrasi media digital dalam edukasi gizi anak sekolah dasar secara signifikan meningkatkan literasi gizi (Hartini et al., 2023). Demikian pula, studi oleh Putri et al. (2023) menunjukkan bahwa pemanfaatan audiovisual secara langsung berdampak pada peningkatan pengetahuan remaja terkait stunting. Media audiovisual

dianggap lebih adaptif terhadap gaya belajar visual-auditori yang umum ditemukan pada remaja masa kini.

Metode ceramah tradisional memiliki keterbatasan dalam membangkitkan minat belajar remaja karena sifatnya yang satu arah dan minim interaksi. Hal ini membuat efektivitasnya dalam membentuk pemahaman yang mendalam menjadi lebih rendah. Meskipun terdapat sedikit peningkatan rerata skor pengetahuan pada kelompok ceramah, peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik, yang menunjukkan bahwa metode ini kurang mampu memenuhi kebutuhan belajar remaja secara optimal.

Temuan ini sejalan dengan teori komunikasi kesehatan yang menyatakan bahwa efektivitas pesan kesehatan dipengaruhi oleh pemilihan media dan kesesuaian metode dengan karakteristik sasaran (Glanz et al., 2015). Platform digital edukatif seperti aplikasi Gizi Gen juga terbukti dapat meningkatkan literasi gizi pada mahasiswa kesehatan (Azania et al., 2025).

Perbedaan gaya belajar remaja menjadi faktor penting yang memengaruhi hasil intervensi edukatif. Remaja cenderung memiliki preferensi terhadap pembelajaran berbasis visual dan auditori, sehingga pendekatan audiovisual lebih sesuai dibandingkan metode ceramah yang bersifat satu arah. Media audiovisual memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang interaktif dan menstimulasi dua indra sekaligus, yaitu pendengaran dan penglihatan, yang berkontribusi terhadap peningkatan retensi informasi. Selain itu, penggunaan media digital dalam edukasi gizi mampu meningkatkan literasi gizi remaja secara signifikan karena media ini lebih adaptif terhadap

perkembangan teknologi dan pola konsumsi informasi generasi muda. Dengan demikian, keberhasilan edukasi gizi tidak hanya ditentukan oleh isi pesan, tetapi juga oleh cara penyampaian dan bentuk media yang digunakan.

Dengan demikian, kombinasi pendekatan edukatif berbasis teknologi, seperti media audiovisual dan aplikasi digital, merupakan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap isu stunting. Pendekatan ini tidak hanya selaras dengan karakteristik generasi digital, tetapi juga mampu meningkatkan partisipasi, keterlibatan emosional, dan keberlanjutan dampak edukasi gizi di kalangan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi (Kemdiktisaintek) Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRTPM) atas dukungan pendanaan, bimbingan, serta fasilitasi administrasi yang diberikan selama proses pelaksanaan penelitian ini. Kegiatan ini dapat terselenggara melalui skema Penelitian Dosen Pemula Tahun Anggaran 2025. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pimpinan Universitas Pejuang Republik Indonesia atas dukungan institusional yang diberikan, serta apresiasi khusus ditujukan kepada SMAN 1 Enrekang selaku mitra lokasi penelitian atas kerja sama dan bantuan yang sangat berarti dalam kelancaran penelitian ini.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode edukasi memiliki peran penting dalam meningkatkan

pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting, namun efektivitasnya sangat bergantung pada pendekatan yang digunakan. Hasil analisis memperlihatkan bahwa metode ceramah, meskipun mampu meningkatkan pengetahuan, tidak memberikan perubahan yang signifikan secara statistik terhadap pemahaman remaja. Sebaliknya, metode audiovisual terbukti jauh lebih efektif, ditunjukkan dengan peningkatan skor pengetahuan yang signifikan ($p < 0,05$) setelah intervensi. Media audiovisual memiliki keunggulan dalam menarik perhatian, menyederhanakan informasi kompleks, meningkatkan retensi pengetahuan, dan lebih sesuai dengan gaya belajar remaja yang cenderung responsif terhadap rangsangan visual dan auditori.

Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pemilihan metode komunikasi kesehatan yang tepat dan adaptif terhadap karakteristik sasaran. Integrasi media audiovisual dalam program edukasi kesehatan, khususnya di sekolah dan komunitas remaja, direkomendasikan sebagai strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi gizi dan kesadaran tentang pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Penggunaan media ini tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga berpotensi membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan, sehingga dapat berkontribusi terhadap penurunan angka stunting secara signifikan di masa mendatang. Dengan demikian, pendekatan edukasi berbasis audiovisual sebaiknya menjadi bagian integral dari kebijakan dan program kesehatan masyarakat dalam upaya memutus siklus intergenerasional stunting dan menciptakan generasi yang sehat dan produktif.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas

cakupan lokasi dan jumlah responden agar hasilnya lebih representatif terhadap populasi remaja di berbagai konteks sosial dan budaya. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan desain *longitudinal* untuk mengevaluasi dampak jangka panjang edukasi berbasis audiovisual terhadap perubahan perilaku nyata remaja, tidak hanya pada aspek pengetahuan. Pengembangan inovasi media digital yang lebih interaktif, seperti aplikasi berbasis Android atau modul *e-learning*, juga perlu dikaji untuk meningkatkan keterlibatan dan efektivitas pembelajaran. Peneliti berikutnya disarankan menggunakan pendekatan *mixed methods* untuk menggali persepsi dan pengalaman remaja terhadap media edukasi yang digunakan, serta melibatkan kolaborasi lintas sektor (sekolah, puskesmas, dan masyarakat) guna memperkuat keberlanjutan intervensi. Dengan demikian, penelitian lanjutan diharapkan dapat menghasilkan model edukasi remaja yang lebih komprehensif, inovatif, dan berkelanjutan dalam mendukung upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, S., Khan, M. A., & Ahmad, A. (2023). Determinants And Consequences Of Stunting Among Children Under Five: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Bmc Pediatrics*, 23(1), 4032. <https://doi.org/10.1186/s12887-023-04032-y>
- Azania, N., Fibriana, F., & Riyadi, D. (2025). Efektivitas Aplikasi *Gizi Gen* Berbasis Web Dalam Pembelajaran Mata Kuliah Gizi Dan Kesehatan. *Jurnal Teknologi*

- Edukasi Interaktif*, 3(2), 134-142. <https://Journal.Uir.Ac.Id/Index.Php/Baej/Article/Download/22836/8301>
- Darlis, I., Khasanah, U., & Rusnita, R. (2024). Pemberian Mp-Asi Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Usia 0-59 Bulan. *Journal Of Health Education And Literacy*, 6(2), 96-101.
- Darlis, I., Rusnita, R., & Khasanah, U. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penanggulangan Stunting: Program Edukasi Gizi Untuk Ibu Hamil Dan Anak Balita. *Window Of Community Dedication Journal*, 40-47.
- Dermawan, R., Rahfiludin, M., & Budiyo, B. (2024). Pengaruh Media Video Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 7(4), 787-794. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V7i4.4777>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2024). Laporan Semester 1 Tim Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Sulawesi Selatan. Makassar: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan.
- Draini, O., Nasution, S. Z., & Wahyuni, A. S. (2023). Model Promosi Kesehatan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Melalui Program Kesehatan Ibu Dan Anak (Kia). *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(2), 2428-2438.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health Behavior: Theory, Research, And Practice* (5th Ed.). Jossey-Bass.
- Handayani, N. L., Septiani, R., & Putri, D. (2022). Improving Adolescent Knowledge And Attitude Toward Intergenerational Malnutrition Prevention Using Audiovisual Media. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 9(7), 3025-3031. https://journals.lww.com/ijcm/Fulltext/2022/47020/Improving_Adolescent_Knowledge_And_Attitude_Toward.10.aspx
- Hartini, N., Arini, A., & Susilawati, R. (2023). Media Pembelajaran Digital Untuk Peningkatan Literasi Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 15(1), 1-10. <https://jurnalgizi.com/jgk/article/view/381>
- Kementerian Sekretariat Negara RI. (2024). Rakornas Stunting. Jakarta: Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Kurniawati, S., Riska, N., & Rusilanti, R. (2023). Pengembangan Media Video Animasi Bagi Remaja Putri Untuk Pencegahan Bayi Lahir Stunting. *Journal Of Community Service*, 2(8), 1278-1291. <https://doi.org/10.59188/Jcs.V2i8.476>
- Medise, B., Julia, M., Devaera, Y., Sitaresmi, M., Asmarinah, A., Widjaja, N., Et Al. (2024). Understanding The Pubertal, Psychosocial, And Cognitive Developmental Trajectories Of Stunted And Non-Stunted Adolescents: Protocol Of A Multi-Site Indonesian Cohort Study. *Frontiers In Pediatrics*, 12, 1296128. <https://doi.org/10.3389/fped.2024.1296128>
- Mulyani, S., Rahmawati, A., & Susanto, H. (2024). Digital Media-Based Health Promotion Strategies For Stunting Prevention In Indonesia: A

- Scoping Review. *Bali Medical Journal*, 13(1), 112-119. <https://www.balimedicaljournal.ejournals.ca/index.php/bmj/article/view/5591>
- Nana, D., & Suwarni, L. (2023). Media Audiovisual Berbahasa Daerah Efektif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kelompok Generasi Z Di Desa Terap Kabupaten Mempawah. *Avicenna Jurnal Ilmiah*, 18(3), 413-418. <https://doi.org/10.36085/Avicenna.V18i3.5910>
- Nurhaliza, A., Lestari, Y., & Putra, A. (2023). Utilization Of Animated Video As An Educational Media To Prevent Stunting Among Adolescents. *Journal Of Pharmaceutical Research And Health Sciences*, 12(S1), 55-60. https://jppres.com/jppres/pdf/vol12/jppres23.1755_12.S1.11.pdf
- Renyoet, B., Mariana, D., & Nugroho, C. (2023). Literatur Review: Intervensi Pada Remaja Perempuan 8000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Generasi Di Masa Depan. *Amerta Nutrition*, 7(2), 295-306. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i2.2023.295-306>
- Rezki, A. I. C., Darmawansyah, D., Rahim, R., Palancoi, N. A., & Sabry, M. S. (2024). Hubungan Faktor Kesehatan Lingkungan Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kassi-Kassi. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 20(1), 30-41.
- Sunaeni, S., Abduh, I. M., & Isir, M. (2023). Efektivitas Media Visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan Remaja Putri. *Jurnal Surya Medika (Jsm)*, 9(2), 97-103.
- Susanto, B. N. A., Zayani, N., Afrioza, S., & Nugraha, R. D. G. (2021). Promosi Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan Non Audiovisual Terhadap Perilaku Pencegahan Stunting Pada Remaja. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 46-49.
- Wagustina, S., Arnisam, A., Mulyani, N. S., Hadi, A., & Fitriyaningsih, E. (2024). Penguatan Percepatan Penurunan Stunting Melalui Pemberdayaan Remaja Peduli Stunting. *Jurnal Pade: Pengabdian & Edukasi*, 6(1), 39-48.
- Wahyurin, I. S., Aqmarina, A. N., Rahmah, H. A., Hasanah, A. U., & Silaen, C. N. B. (2019). Pengaruh Edukasi Stunting Menggunakan Metode Brainstorming Dan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Ibu Dengan Anak Stunting. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(2), 141-146.
- Wondafrash, M., Abebe, S., & Tafesse, T. B. (2024). Regional Disparities And Predictors Of Stunting Among Under-Five Children: Evidence From National Surveys. *Bmc Pediatrics*, 24(1), 4913. <https://doi.org/10.1186/s12887-024-04913-w>