

Analisis Media sebagai Metode Promosi Kesehatan pada Remaja dalam Upaya Mencegah Stunting: Tinjauan Literatur Sistematis

Yoga Lau Sanjung^{*1}, Sitti Nur Djannah², Rochana Ruliyandari³

^{1,2,3} Program Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, Indonesia
Email: ¹Yogalausanjung54@gmail.com

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah kesehatan global yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta risiko morbiditas dan mortalitas anak. Pencegahan stunting perlu dimulai sejak remaja sebagai fase pra-konsepsi, sehingga diperlukan strategi promosi kesehatan yang efektif dan sesuai karakteristik sasaran. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas berbagai media promosi kesehatan dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait pencegahan stunting. Studi ini menggunakan metode tinjauan sistematis dengan pendekatan scoping review sesuai rekomendasi PRISMA. Artikel dipilih melalui penelusuran Google Scholar pada rentang tahun 2019–2022 menggunakan kata kunci promosi kesehatan, media, konseling, dan stunting. Proses seleksi dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang relevan dengan fokus penelitian, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi jenis media dan efektivitasnya. Hasil kajian menunjukkan bahwa media promosi yang digunakan meliputi brosur, poster, leaflet, flipchart, video, serta media sosial seperti WhatsApp. Media audiovisual terbukti lebih efektif dibandingkan media cetak karena mampu melibatkan lebih dari satu indera, meningkatkan daya tarik, retensi informasi, serta pemahaman responden. Media berbasis video dan konten digital juga lebih mudah diterima oleh remaja karena sesuai dengan kebiasaan konsumsi informasi mereka. Temuan ini menunjukkan bahwa media audiovisual lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang stunting, dan memberikan kontribusi strategis dalam merancang intervensi edukatif berbasis media di masa depan.

Kata kunci: *Stunting, media, promosi kesehatan, audiovisual, edukasi kesehatan*

Abstract

Stunting remains a global health problem that affects physical growth, cognitive development, and increases the risk of morbidity and mortality in children. Prevention efforts should begin during adolescence as a preconception phase; therefore, effective health promotion strategies that are tailored to the characteristics of the target population are needed. This study aims to analyze the effectiveness of various health promotion media in improving adolescents' understanding of stunting prevention. This study employed a systematic review using a scoping review approach in accordance with PRISMA guidelines. Articles were identified through a Google Scholar search covering the years 2019–2022 using the keywords health promotion, media, counseling, and stunting. The selection process was conducted based on relevant inclusion and exclusion criteria, and the selected articles were analyzed descriptively to identify the types of media used and their effectiveness. The findings indicate that the health promotion media utilized included brochures, posters, leaflets, flipcharts, videos, and social media platforms such as WhatsApp. Audiovisual media were found to be more effective than print media because they engage multiple senses, enhance attractiveness, improve information retention, and increase respondents' understanding. Video-based and digital content were also more easily accepted by adolescents, as they align with their information consumption habits. These findings demonstrate that audiovisual media are more effective in improving adolescents' understanding of stunting and provide a strategic contribution to the development of future media-based educational interventions.

Keywords: *Stunting, media, health promotion, audiovisual, health education*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan karena terkait dengan risiko morbiditas dan mortalitas, perkembangan otak yang tidak optimal, yang mengakibatkan keterlambatan perkembangan motorik dan terhambatnya pertumbuhan mental. Hal ini menimbulkan ancaman serius bagi kelangsungan hidup anak-anak sebagai generasi penerus suatu bangsa. Stunting pada anak merupakan prediktor yang luas diterima untuk kualitas sumber daya manusia yang buruk, yang pada gilirannya mengurangi kapasitas produktif masa depan suatu bangsa. Indonesia menempati peringkat ke-5 di dunia dengan jumlah anak pendek tertinggi. Posisi Indonesia hanya lebih baik dari India, China, Nigeria, dan Pakistan. Persentase stunting pada anak usia 24-59 bulan di Indonesia pada tahun 2018 adalah 30,8%. Kondisi ini meningkat dari tahun sebelumnya, yaitu 29,6% pada tahun 2017. Provinsi dengan persentase anak balita stunting tertinggi pada usia 24-59 bulan pada tahun 2018 adalah Nusa Tenggara Timur (35,9%), sementara Kalimantan Barat sebesar 33,3% anak balita stunting. Papua Tengah merupakan provinsi dengan prevalensi stunting tertinggi di Indonesia pada tahun 2023, yaitu 39,2%. (Kementerian Kesehatan RI, 2021)

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi sosial ekonomi, status gizi ibu sebelum dan selama kehamilan, kejadian infeksi pada bayi, serta kurangnya asupan gizi seimbang pada masa remaja. Remaja putri rentan mengalami anemia dan kekurangan energi kronis yang berpotensi meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dan siklus stunting antargenerasi (Setyawati et al., 2023). Oleh karena itu, intervensi pencegahan perlu dimulai sejak masa pra-konsepsi melalui peningkatan pengetahuan dan perilaku gizi remaja.

Edukasi gizi adalah metode dan usaha untuk meningkatkan pemahaman pengetahuan remaja tentang gizi dan pola makan, dengan tujuan menciptakan status gizi yang optimal, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pendidikan dan edukasi gizi efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait pencegahan stunting. (Lestari et al., 2023) Media yang digunakan meliputi leaflet, poster, booklet, konseling tatap muka, serta media digital seperti video dan media sosial. Studi terbaru menekankan bahwa media audiovisual dan berbasis digital lebih menarik serta meningkatkan retensi informasi dibandingkan media cetak konvensional. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada intervensi tunggal, berskala lokal, dan belum membandingkan secara komprehensif efektivitas berbagai jenis media promosi kesehatan. Selain itu, belum banyak kajian yang secara sistematis merangkum dan menganalisis jenis media yang paling sesuai untuk karakteristik remaja di era digital. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya celah penelitian terkait analisis komparatif efektivitas media promosi kesehatan dalam konteks pencegahan stunting pada remaja.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis jenis dan efektivitas media promosi kesehatan dalam meningkatkan pemahaman remaja terhadap pencegahan stunting melalui pendekatan tinjauan literatur sistematis.

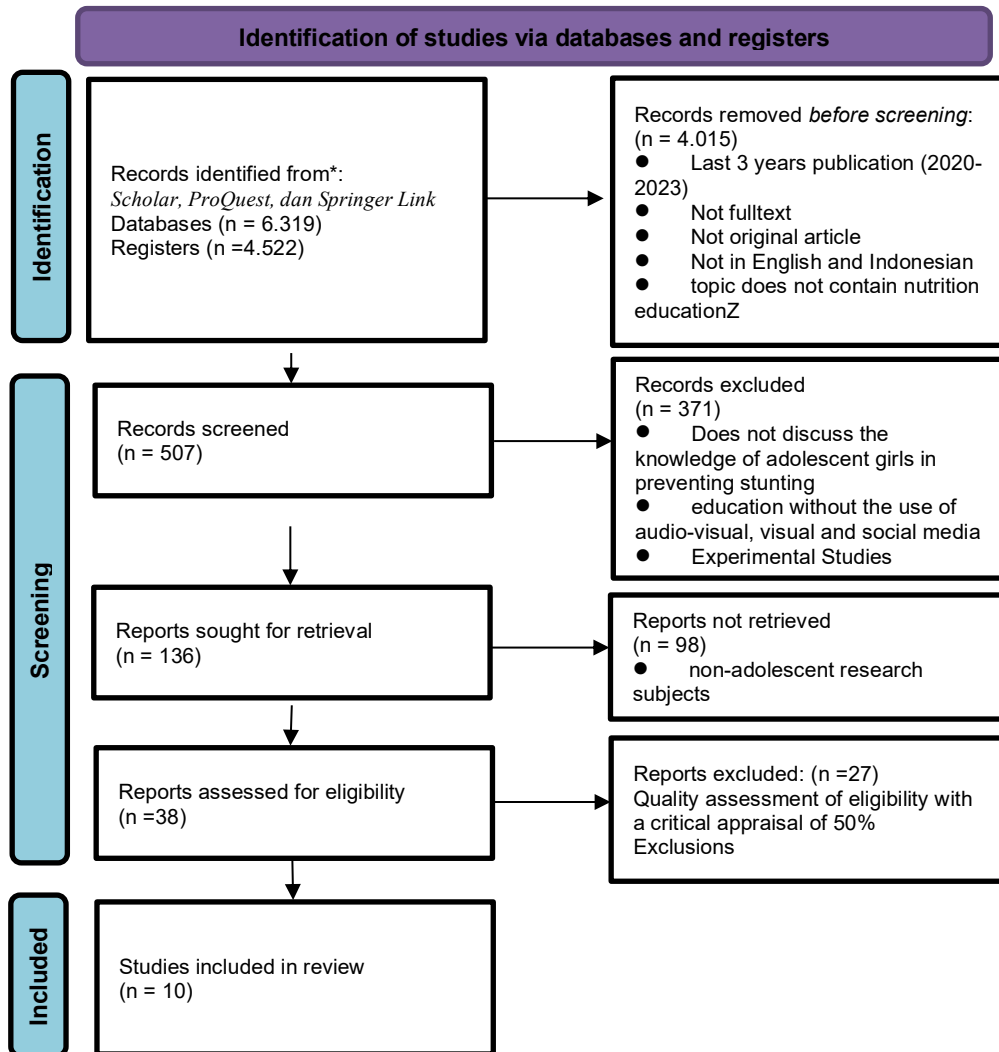
2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review* dengan pendekatan *scoping review* yang disusun sesuai pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Proses penelitian dilakukan secara sistematis, terstruktur, dan terdokumentasi sehingga memungkinkan replikasi pada waktu dan konteks yang berbeda. Pencarian literatur dilakukan menggunakan perangkat lunak *Publish or Perish* versi 7 untuk mengakses database Google Scholar, ProQuest, dan SpringerLink. Kata kunci yang digunakan merupakan kombinasi dari istilah *media, health promotion, education, knowledge, stunting, nutrition, dan adolescent girls*, dengan batasan tahun publikasi 2020–2024 untuk menjamin kebaruan dan relevansi hasil penelitian.

Proses seleksi artikel mengacu pada kerangka PICOS (Population, Intervention, Comparison, Outcome, Study Design). Populasi yang diteliti adalah remaja, terutama remaja putri; intervensi berupa penggunaan media promosi kesehatan atau pendidikan gizi terkait pencegahan stunting; perbandingan dilakukan antarjenis media atau sebelum dan sesudah intervensi; luaran yang diukur adalah peningkatan pengetahuan atau pemahaman; dan desain penelitian yang diterima adalah eksperimental atau kuasi-eksperimental dengan analisis statistik kuantitatif. Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian asli yang

dipublikasikan pada tahun 2020–2024, berfokus pada penggunaan media promosi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang stunting, tersedia dalam teks lengkap, dan menggunakan analisis statistik. Artikel berupa tinjauan pustaka, editorial, opini, penelitian yang tidak melibatkan remaja, tidak mengukur luaran pengetahuan, atau merupakan duplikasi publikasi dikeluarkan dari seleksi.

Hasil pencarian awal mengidentifikasi 6.319 artikel. Setelah penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, diperoleh 136 artikel yang relevan untuk ditelaah lebih lanjut. Sebanyak 26 artikel dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria inklusi. Tahap berikutnya adalah penilaian kelayakan teks lengkap (*full-text assessment*) dan penilaian kualitas metodologis (*critical appraisal*). Penilaian kualitas dilakukan menggunakan Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Checklist untuk studi quasi-eksperimental serta CASP (Critical Appraisal Skills Programme) Checklist guna menilai validitas desain, kejelasan intervensi, kesesuaian analisis statistik, dan konsistensi hasil. Artikel yang tidak memenuhi minimal 50% indikator kualitas dieliminasi. Berdasarkan proses tersebut, diperoleh 10 artikel yang memenuhi seluruh kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Diagram alur seleksi artikel disusun sesuai format standar PRISMA dan disajikan dalam bentuk tabel terstruktur pada bagian hasil untuk menunjukkan tahapan identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi akhir artikel secara transparan. Diagram alur proses seleksi artikel ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Flowchart of Article Selection Process

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1. Hasil Pencarian Artikel Terkait.

Peneliti	Judul	Total Data	Health Concern	Result
Khairatunnisa, Sukamto, Andini Mentari Tarigen, & Ulan Dari 2023	Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan stunting di SMA Negeri 1 Labuhan Delikabupaten Deli Serdang	42	Stunting	The results showed that there were differences in knowledge before (mean = 7.17) and after treatment (mean = 11.00) and there were differences in attitudes before (mean = 28.64) and after treatment with (mean = 39.57).
Asih Media Yaniarti, Mukhammad Himawan Saputra, Dwi Helynarti Syurandhari, & Intan Arya Dwi Pandini 2023	Media Animasi Dan Iklan Layanan Masyarakat Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Ngoro Kabupaten Mojokerto	84	Stunting	The results showed that animation and public service advertisements had an effect on increasing adolescent knowledge (P value = 0.000), and public service advertisements were able to increase knowledge higher (P value = 0.001).
Hasanah & Permadi 2020	Pengaruh media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Stunting Di Kabupaten Probolinggo	99	Stunting	-The difference in the level of knowledge of adolescent girls before and after being given stunting booklet media through the Wilcoxon Signed Test with a p value <0.001.
Sry Rizki Amelia, & Laras Sitoayu 2023	Pengaruh Media Booklet dan Video terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap tentang Stunting pada	73	Stunting	The results showed that there was an effect of booklet and video media on increasing knowledge and changing attitudes (p = 0.000).

Remaja Putri di SMA Negeri 4 Kerinci				
Sunaeni, Inayah M Abduh, & Mariana Isir	Efektivitas Media Audio Visual dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan Remaja Putri	46	Stunting	The results showed a p value of 0.001, there was a significant difference in knowledge about the first thousand days of life of adolescent girls at MAN Model Sorong before and after being given treatment.
Yuli Admasari, Sri Restu Tempali, & Mercy Joice Kaparang 2022	The Use of WhatsApp Groups as A Means of Health Education for Young Women About the First Thousand Days of Life (1000 HPK)	100	Stunting	The results of the analysis showed that there was an increase in the average value of knowledge before and after treatment was 45.63 with p = 0.000 and there was an increase in the average attitude value before and after treatment was 42.49 with p = 0.000
Baiq Indah Kinanti, Marliana, & Suwanti 2022	Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Leaflet Tentang Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri	30	Stunting	The results showed that before being given counseling, most of the knowledge of adolescent girls was 47%, less as much as 23% and negative attitudes as much as 67%, after being given counseling the majority of knowledge became good as much as 40%, enough as much as 60% and attitudes became positive as much as 77% and negative as much as 23%.
Sriwiyanti, Hartati, Aflika, & Muzakar 2022	Effectiveness of Nutritional Education on Knowledge and Attitudes About Stunting in High School	50	Stunting	There is an increase in knowledge and attitudes, there is an increase of good knowledge values after giving the intervention to 56%, and the value of good attitude at 60%

Rusilanti, & Nur Riska	Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja	20	Stunting	The results of this study found that there was an increase in knowledge of healthy food selection through nutrition education media for adolescent girls in Benda Baru Village with pre-test results of 73.5
Siswati, Olfah, Kasjono, Paramashanti, Bunga 2022	Improving Adolescent Knowledge and Attitude toward the Intergenerational Cycle of Undernutrition through Audiovisual Education	216	Stunting	Edukasi audiovisual dan e-leaflet meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja wanita. Remaja yang menerima edukasi audiovisual memiliki nilai post tesr pengetahuan (P = 0,046) dan sikap (P = 0,034) yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan remaja yang menerima edukasi melalui e-leaflet.

Media Video & Audio Visual

Berdasarkan penelitian (Tarigan et al., 2023), media edukasi yang digunakan berupa video untuk menilai pengaruhnya terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai pencegahan stunting. Penelitian dilakukan pada 42 responden di SMA Negeri Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang, dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Analisis dilakukan menggunakan SPSS dengan uji *paired sample t-test*. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 3,83 poin setelah intervensi, dengan nilai p-value 0,000 (< 0,05), yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah pemberian media video. Temuan ini menunjukkan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri. Keunggulan media video terletak pada kombinasi unsur visual dan audio yang mampu meningkatkan daya tarik, retensi informasi, serta pemahaman materi.

Berdasarkan penelitian (Sunaeni, 2021) peneliti menilai pengetahuan remaja putri tentang seribu hari pertama kehidupan dengan media audio visual. 46 siswi diberikan kuesioner dengan 34 pertanyaan, kemudian peneliti melakukan sosialisasi menggunakan media audio visual. Dari intervensi yang dilakukan terdapat peningkatan pengetahuan pemberian materi tentang seribu hari pertama kehidupan pada remaja putri sebesar 35,22%. Hasil ini menunjukkan bahwa media audiovisual mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri. Pada penelitian serupa (Tri Siswati 2022) Edukasi audiovisual dan e-leaflet meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja wanita. Remaja yang menerima edukasi audiovisual memiliki nilai post tesr pengetahuan (P = 0,046) dan sikap (P = 0,034) yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan remaja yang menerima edukasi melalui e-leaflet.

Media Animasi

Penelitian (Asih Media Yuniarti 2023) menggunakan dua jenis media edukasi, yaitu animasi pada kelompok eksperimen dan iklan layanan masyarakat pada kelompok kontrol. Pengetahuan responden diukur menggunakan kuesioner berisi 12 pertanyaan. Analisis dengan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value 0,000 ($< 0,05$) pada kelompok animasi, yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan secara signifikan setelah intervensi.

Pada kelompok kontrol yang menggunakan iklan layanan masyarakat, hasil uji Wilcoxon juga menunjukkan p-value 0,000 ($< 0,05$), sehingga media ini dinyatakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Antusiasme responden terhadap media yang relatif baru turut memengaruhi keterlibatan mereka dalam mengikuti materi hingga selesai.

Perbandingan efektivitas kedua media menggunakan uji Mann-Whitney menunjukkan p-value 0,001 ($< 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara media animasi dan iklan layanan masyarakat, dengan media animasi menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan stunting.

Media Sosial

Berdasarkan penelitian (Admasari et al., 2022), digunakan desain eksperimen semu dengan satu kelompok untuk menilai efektivitas grup WhatsApp sebagai media pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pengukuran variabel pengetahuan dan sikap dilakukan sebanyak empat kali, yaitu sebelum intervensi (pretest), satu hari setelah intervensi (posttest pertama), dua minggu setelah intervensi (posttest kedua), dan enam minggu setelah intervensi (posttest ketiga).

Intervensi diberikan selama satu minggu melalui grup WhatsApp dengan penyampaian empat materi edukasi, meliputi: video tentang stunting dan 1000 HPK, presentasi PowerPoint mengenai gizi selama kehamilan, video tentang gizi bayi usia 0–6 bulan, serta presentasi PowerPoint mengenai gizi bayi usia 6–24 bulan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian intervensi. Dari tiga kali posttest yang dilakukan, peningkatan rata-rata tertinggi ditemukan pada posttest pertama, dengan kenaikan skor pengetahuan sebesar 35,56.

Media Leaflet

Berdasarkan penelitian (Meisha et al., 2021) media yang digunakan adalah leaflet untuk mengetahui pengetahuan remaja dan sikap remaja putri tentang stunting. Hasil penelitian menunjukkan sebelum penyuluhan sebagian besar pengetahuan Remaja putri cukup sebanyak 14 responden (46,6%) setelah penyuluhan didapatkan mayoritas pengetahuan cukup meningkat sebanyak 18 responden (60%), dan ada pengaruh penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri.

Media Booklet

Berdasarkan penelitian (Sriwiyanti et al., 2022) media yang digunakan adalah media booklet dan juga melakukan pre test dan post test. Berdasarkan hasil penelitian, peningkatan pengetahuan di nilai signifikan karena sebelum pemberian intervensi pada saat pre test pengetahuan tentang stunting pada remaja putri pada kategori baik sebanyak 0%, setelah pemberian intervensi kategori baik sekali menjadi 56%. Sehingga pendidikan gizi dengan media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap sikap remaja putri di SMA. Pada penelitian lain (Hasanah & Permadi, 2020) menunjukkan adanya perubahan signifikan yang terjadi Perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan setelah diberikan media buklet tentang stunting melalui Uji Tanda Wilcoxon dengan nilai $p < 0,001$.

Media Sosial Youtube dan Website

Berdasarkan penelitian (Rusilanti & Riska, 2021), menggunakan media youtube dalam bentuk video animasi, WA grup dan website ayocegahstunting.com untuk mengetahui peningkatan

pengetahuan remaja putri tentang pencegahan stunting. Peneliti melakukan dua macam tes, tes awal digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terhadap bahan yang akan diajarkan, dan tes akhir dilakukan setelah mengikuti kegiatan pembelajaran yang digunakan untuk mendapatkan data pengetahuan akhir remaja putri. Peneliti menyampaikan materi tentang stunting, upaya asupan makanan untuk mencegah stunting menggunakan video youtube dan website. Pada perhitungan pre test rata-rata nilai adalah 73,5 menunjukkan peserta kurang memiliki pengetahuan tentang materi gizi dalam memilih makanan yang sehat, dan setelah diberikan intervensi nilai rata-rata mengalami peningkatan dengan hasil post test sebesar 84,5. Dari hasil yang diperoleh melalui uji statistik menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan tentang pemilihan makanan sehat untuk mencegah stunting terhadap peningkatan pengetahuan remaja puteri. Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang stunting mempunyai selisih 11, yang diharapkan dapat menjadi salah satu media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang stunting. Pada penelitian lain (Admasari et al., 2022) juga menunjukkan perubahan yang signifikan dan hasil yang berbanding lurus Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah pengobatan sebesar 45,63 dengan $p = 0,000$ dan terdapat peningkatan nilai rata-rata sikap sebelum dan sesudah pengobatan sebesar 42,49 dengan $p = 0,000$.

3.2. Pembahasan

Tinjauan literatur ini mengkaji delapan artikel ilmiah yang meneliti pengaruh penggunaan media pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai stunting. Media promosi kesehatan merupakan segala bentuk sarana atau strategi yang digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada sasaran dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, dan mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat (Raodah & Handayani, 2022). Dalam konteks promosi kesehatan di Indonesia, media yang digunakan meliputi media cetak, elektronik, permainan, sosial, visual, audiovisual, serta media kombinasi. Pada kajian ini, media yang dianalisis mencakup video (audiovisual), animasi, media sosial, dan media cetak.

Pemberian edukasi kepada remaja sekolah merupakan langkah strategis dalam pencegahan stunting, mengingat kelompok ini berada pada fase persiapan menuju usia reproduktif (Kurniawan et al., 2021). Media berperan penting dalam proses promosi kesehatan karena menjadi perantara penyampaian pesan yang mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap kesehatan. Hasil analisis terhadap delapan artikel menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test, yang mengindikasikan bahwa intervensi media pendidikan gizi secara konsisten meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang stunting.

Media Video (Audiovisual)

Media audiovisual, khususnya video, dinilai efektif karena mampu mendukung interaktivitas serta menarik perhatian sasaran (Martina Pakpahan et al., 2021). Penggunaan video dalam edukasi kesehatan terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai pencegahan stunting, sebagaimana ditemukan pada penelitian di SMA Negeri 1 Labuhan Deli dan SMA Negeri 4 Kerinci. Efektivitas media audiovisual didukung oleh kemampuannya merangsang indera penglihatan dan pendengaran secara simultan, sehingga mempermudah pemahaman informasi. Penelitian (Sunaeni, 2021) menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan remaja mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) setelah intervensi audiovisual. Selain itu, penggunaan iklan layanan masyarakat berbasis audiovisual juga terbukti meningkatkan pengetahuan remaja (Asih Media Yuniarti, 2023). Daya tarik visual berupa gambar bergerak dan suara menjadikan media ini lebih mudah diingat dan tidak monoton, sehingga pesan kesehatan lebih efektif tersampaikan.

Media Animasi

Media animasi juga menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan stunting (Himawan Saputra & Pandini, 2023). Animasi mengintegrasikan unsur visual, warna, teks, dan audio yang menarik sehingga mampu meningkatkan fokus dan ketertarikan sasaran (Lestari, 2023). Penggunaan animasi dalam edukasi gizi membantu

menyederhanakan konsep yang kompleks, seperti pemilihan makanan sehat dan pencegahan stunting. Penelitian (Rusilanti & Riska, 2021) menunjukkan bahwa pelatihan berbasis video animasi melalui YouTube mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait pemilihan makanan sehat. Peningkatan pemahaman gizi ini penting karena berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan bahan makanan, yang pada akhirnya berdampak pada status gizi generasi berikutnya.

Media Cetak (Leaflet dan Booklet)

Rendahnya pengetahuan remaja mengenai stunting menunjukkan perlunya edukasi kesehatan sejak dini, terutama bagi remaja putri sebagai calon ibu. Edukasi gizi bertujuan meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap gizi dan perilaku hidup bersih dan sehat (Perdana et al., 2017). Menurut teori (Martina Pakpahan et al., 2021) daya ingat terhadap informasi yang hanya dibaca relatif lebih rendah dibandingkan media audiovisual. Namun demikian, media cetak seperti leaflet dan booklet tetap efektif sebagai sarana penyampaian informasi yang sistematis dan dapat dibaca ulang. Penelitian Raodah (2022) menunjukkan bahwa penggunaan booklet dalam metode ceramah lebih efektif dibandingkan ceramah tanpa media. (Sriwiyanti et al., 2022) dan Kinanti (2022) juga menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi menggunakan booklet maupun leaflet. Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, remaja diharapkan mampu mempersiapkan diri secara lebih baik dalam mencegah risiko stunting di masa mendatang.

Media Sosial

Intervensi pencegahan stunting perlu dilakukan sejak masa remaja, terutama dalam memberikan pemahaman mengenai pentingnya 1000 HPK bagi calon ibu (Sarlina, 2022). Pemanfaatan media digital semakin berkembang dalam promosi kesehatan, salah satunya melalui WhatsApp yang memiliki kemudahan akses dan fitur komunikasi interaktif (Febrianti, 2023). Penggunaan grup WhatsApp dalam pendidikan kesehatan efektif ketika sasaran sulit dikumpulkan secara langsung. Penelitian (Admasari et al., 2022) menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi melalui WhatsApp Group. Hasil ini menegaskan bahwa media sosial berbasis digital efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terkait 1000 HPK.

Sintesis Pembahasan

Secara keseluruhan, seluruh jenis media yang dianalisis menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan stunting. Namun, media audiovisual dan digital cenderung memberikan dampak yang lebih kuat dibandingkan media cetak, karena melibatkan lebih banyak indera serta meningkatkan keterlibatan sasaran. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan promosi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh substansi materi, tetapi juga oleh kesesuaian media dengan karakteristik remaja sebagai generasi yang adaptif terhadap teknologi dan visualisasi informasi. Oleh karena itu, pendekatan kombinasi media (multimedia approach) berpotensi menjadi strategi yang lebih optimal dalam program pencegahan stunting berbasis remaja.

Implikasi Praktis

1. **Bagi pendidik dan sekolah:** Integrasi video edukatif dan konten digital dalam kurikulum kesehatan reproduksi dan gizi dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran.
2. **Bagi tenaga kesehatan dan puskesmas:** Pengembangan materi promosi berbasis audiovisual dan media sosial dapat memperluas jangkauan edukasi prakonsepsi pada remaja.
3. **Bagi pembuat kebijakan:** Perancangan program intervensi pencegahan stunting perlu mempertimbangkan pendekatan berbasis teknologi digital yang sesuai dengan karakteristik generasi muda.

Secara teoretis, hasil ini memperkuat konsep bahwa efektivitas promosi kesehatan dipengaruhi oleh kesesuaian media dengan karakteristik kognitif dan sosial sasaran. Secara praktis, temuan ini memberikan dasar empiris dalam perancangan strategi komunikasi kesehatan berbasis media yang lebih

adaptif dan berbasis bukti.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa media promosi kesehatan berbasis audiovisual, khususnya aplikasi web interaktif, video blog (vlog), dan video motion graphics, merupakan metode yang paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan stunting. Dibandingkan media cetak konvensional, media audiovisual lebih mampu meningkatkan perhatian, motivasi belajar, serta retensi informasi karena melibatkan lebih dari satu indera dalam proses penerimaan pesan. Selain itu, kombinasi beberapa jenis media terbukti memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan penggunaan satu media tunggal.

Secara praktis, temuan ini dapat menjadi dasar dalam perancangan strategi promosi kesehatan berbasis digital yang lebih sesuai dengan karakteristik remaja di era teknologi. Pemanfaatan media interaktif dan konten visual yang menarik berpotensi meningkatkan efektivitas intervensi edukatif pada tahap pra-konsepsi. Secara teoretis, hasil penelitian ini mendukung konsep pembelajaran multisensori yang menyatakan bahwa keterlibatan lebih banyak indera dapat memperkuat pemrosesan dan penyimpanan informasi.

Penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas kombinasi media dalam desain eksperimen dengan ukuran sampel yang lebih besar serta mengevaluasi dampak jangka panjang terhadap perubahan perilaku, tidak hanya peningkatan pengetahuan. Temuan ini memberikan kontribusi dalam pengembangan model promosi kesehatan yang lebih adaptif dan berbasis bukti untuk mendukung upaya pencegahan stunting sejak masa remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Admasari, Y., Tempali, S. R., & Kaparang, M. J. (2022). The Use of WhatsApp Groups as A Means of Health Education for Young Women About the First Thousand Days of Life (1000 HPK). *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(4), 1165–1172. <https://doi.org/10.30604/jika.v7i4.1328>
- Asih Media Yuniarti, Mukhammad Himawan Saputra, D. H. S., & Pandini, I. A. D. (2023). Dosen Program Studi SI Kesehatan Masyarakat STIKES Majapahit Mojokerto. *Mahasiswa Program Studi SI Kesehatan Masyarakat STIKES Majapahit Mojokerto*. 15(2), 268–273.
- Hasanah, U., & Permadi, M. R. (2020). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Stunting di Kabupaten Probolinggo. *HARENA: Jurnal Gizi*, 1(1), 56–64. <https://publikasi.polije.ac.id/harena/article/view/2411>
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*.
- Kurniawan, Y. S., Priyanga, K. T. A., Krisbiantoro, P. A., & Imawan, A. C. (2021). Gelora Membangun Indonesia Menuju Generasi Emas 2045. *Journal of Multidisciplinary Applied Natural Science*, 1(1), 1–12.
- Lestari, T., Tati Sumiati, D., Artikel, I., Penelitian, A., Pengabdian, A., & Artikel, R. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Stunting. *Jurnal BIOSAINSTEK*, 5(2), 17–20. <https://doi.org/10.52046/biosainstek.v5i2.17-20>
- Martina Pakpahan, Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompunu, M. R. G., Sitanggang, Y. F., & M, M. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Jakarta: EGC*.
- Meisha, B., Melia, I., Kebidanan, J., & Mataram, P. K. (2021). *JURNAL Midwifery Update (MU) PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET TENTANG THE EFFECT OF COUNSELING USING LEAFLET MEDIA ON STUNTING ON Pendahuluan Stunting atau kegagalan pertumbuhan tubuh terjadi pada sekitar 170 juta anak usia dibawah 5 tahun d. 4(1), 9–15.*

- Perdana, F., Madanijah, S., & Ekayanti, I. (2017). Pengembangan media edukasi gizi berbasis android dan website serta pengaruhnya terhadap perilaku tentang gizi seimbang siswa sekolah dasar. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 12(3), 169–178. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.169-178>
- Raodah, & Handayani, L. (2022). Media Sebagai Edukasi Intervensi Promosi Kesehatan Masyarakat di Indonesia. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(2), 123–133. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i2.2039>
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). The Effect of Training on Healthy Food Choices to Prevent Stunting Through Nutrition Education on Increasing the Knowledge of Young Women. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8, 175–185. <http://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>
- Setyawati, V. A. V., Yuniastuti, A., Woro, O., Handayani, K., Farida, E., Widowati, E., Doktor, P., Masyarakat, K., & Kedokteran, F. (2023). Faktor Risiko Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri di Kota Semarang. *Universitas Negeri Semarang*, 1(3), 875–882.
- Sriwiyanti, Hartati, S., Aflika F, D., & Muzakar. (2022). Effectiveness of Nutritional Education on Knowledge and Adolescent Attitudes About Stunting in High School. *Journal of Applied Nursing and Health*, 4(1), 16–22. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i1.30>
- Sunaeni. (2021). *Efektivitas Media Audio Visual dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan Remaja Putri*. 32(3), 167–186.
- Tarigan, A. M., Dari, U., Utara, S., & Utara, S. (2023). Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan stunting di SMA Negeri 1 Labuhan Delikabupaten Deli Serdang. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 6(4), 1941–1950.
- Tri Siswati, Yustiana Olfah, Heru Subaris Kasjono, B. A. P. (2022). Improving Adolescent Knowledge and Attitude toward the Intergenerational Cycle of Undernutrition through Audiovisual Education: Findings from RESEPIN Study in Yogyakarta, Indonesia. *Indian Journal of Community Medicine*, 42(1), 147–150. <https://doi.org/10.4103/ijcm.IJCM>

Halaman ini dikosongkan