

Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Audio Visual Terhadap Pengetahuan WUS Tentang Gizi Prakonsepsi

Wahidah Azhari

Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Surabaya; wahidah@gmail.com

ABSTRACT

Introduction : Preconception nutrition is a substance needed by the body in preparing for a perfect pregnancy. The purpose of this study was to determine the effectiveness of audio-visual on the knowledge of women of childbearing age about preconception nutrition in the control group and the WUS intervention group at the Tikung Community Health Center, Lamongan Regency. **Methods** : This type of research is a quantitative study, using a quasi experiment with a pretest-posttest design with a control group design. The sample for this study was WUS in the Pesona Pregnancy Posyandu, consisting of 45 respondents for each of the experimental and control groups. The research instrument test uses validity and reliability tests. Data analysis used the Wilcoxon Sign Rank Test for the effect of audio visual and leaflets on pretest and posttest knowledge in each group. And the Mann Whitney test to find out the difference in mean ratings between the two independent groups. **Results** : The results showed that 1) based on the Mann Withney test, a p value of $0.048 < 0.005$ was obtained, so there was a difference in knowledge between the experimental group using audio-visual compared to the control group using leaflets. 2) the Wilcoxon test obtained knowledge of the value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$) indicating that there was an effect before and after counseling with audio visual. In the control group, value knowledge, $p = 0.000$ ($p < 0.05$) showed that there was an effect before and after counseling with leaflets. **Discussion** : Based on the results of this study, it was concluded that health education using audio visual had an effect on WUS knowledge about preconception nutrition.

Keywords : WUS, Audio Visual, Leaflet media group, Preconception Nutrition, KEK

ABSTRAK

Pendahuluan : Gizi prakonsepsi adalah zat yang dibutuhkan oleh tubuh dalam mempersiapkan masa kehamilan yang sempurna. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas audio visual terhadap pengetahuan wanita usia subur tentang gizi prakonsepsi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi WUS di Puskesmas Tikung Kabupaten Lamongan. **Metode** : Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan *quasy eksperimen* dengan rancangan *pretest-posttest with control grup design*. Sampel penelitian ini adalah WUS dalam posyandu pesona kehamilan sebanyak 45 responden untuk masing-masing kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji instrumen penelitian menggunakan uji validitas dan reabilitas. Analisis data menggunakan analisis Wilcoxon Sign Rank Test untuk pengaruh audio visual dan leaflet terhadap pengetahuan pretest dan posttest pada masing-masing kelompok. Dan uji Mann Whitney test untuk mengetahui perbedaan rerata peringkat antara kedua kelompok independen. **Hasil** : Hasil penelitian didapatkan bahwa 1) berdasarkan uji Mann Withney test didapatkan nilai p sebesar $0,048 < 0,005$ sehingga ada perbedaan pengetahuan antara kelompok eksperimen yang menggunakan audio visual dibandingkan kelompok kontrol yang menggunakan leaflet. 2) uji Wilcoxon didapatkan pengetahuan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan ada pengaruh sebelum dan sesudah penyuluhan dengan audio visual. Pada kelompok kontrol, pengetahuan nilai, $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan ada pengaruh sebelum dan sesudah penyuluhan dengan leaflet. **Diskusi** : Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan audio visual berpengaruh terhadap pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi.

Kata Kunci : WUS, Audio Visual, Kelompok media leaflet, Gizi Prakonsepsi, KEK

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kehamilan sehat memerlukan persiapan fisik dan mental yang perlu disiapkan sejak prakonsepsi atau sebelum hamil. Persiapan sebelum hamil memiliki peran penting terdapat periode kritis perkembangan janin yang perlu diperhatikan sejak sebelum hamil. Banyaknya Wanita yang berencana untuk hamil namun tidak mempersiapkan kehamilannya dengan baik sehingga rentan mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi, kehilangan hak kesehatan reproduksi dan kekerasan rumah tangga hingga kematian (Toivonen *et al.*, 2017).

WUS di Indonesia usia 15-19 tahun yang mengalami masalah gizi seperti Kekurangan energi kronis (KEK) yaitu sebanyak 36,3% pada WUS tidak hamil dan 33,5% pada WUS hamil dimana menurut data tersebut lebih banyak WUS yang tidak hamil mengalami KEK (Kemenkes RI., 2018). Berdasarkan data Riskesdas (2018) di Jawa Timur WUS yang mengalami KEK pada saat hamil sebesar 19,6 % dan 13,9 % pada wanita tidak hamil. Angka KEK di Lamongan 11,30%, sedangkan angka KEK di Kecamatan Tikung sebesar 11,5 % dari 332 WUS, desa tertinggi terdapat di Djati Rejo sebesar 32,2 % (Puskesmas Tikung, 2021).

Faktor-faktor yang berpengaruh pada status gizi dibagi menjadi dua faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung (Notoatmodjo, 2014). Kurangnya pengetahuan gizi WUS pada masa prakonsepsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku pemenuhan gizi yang salah (Oktaria D, *et al.*, 2019). Pertumbuhan dan perkembangan janin, kesehatan bayi yang dilahirkan dan keselamatan pada saat proses persalinan dipengaruhi oleh pola makan wanita sebelum menikah (Paratmanitya dkk. 2012). Bagi calon ibu, gizi yang terpenuhi dan seimbang akan mempengaruhi kondisi kesehatan yang menyeluruh pada masa konsepsi dan saat kehamilan serta dapat memutuskan mata rantai masalah Kekurangan gizi pada masa kehamilan (Susilowati dkk. 2016).

KEK memiliki dampak pada WUS yang akan mengakibatkan terjadinya anemia, kematian saat melahirkan, kematian janin, berat bayi lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, lahir cacat sampai kematian pada bayi (Fifit *et al.*, 2022).

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi seseorang adalah kurangnya pengetahuan tentang gizi (Meidiana *et al.*, 2018). Untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu dengan cara memberikan pendidikan gizi sejak sedini mungkin (Meidiana *et al.*, 2018).

Salah satu upaya pemerintah untuk memperbaiki gizi adalah dengan meningkatkan akses dan kualitas pelayanan kesehatan dan gizi. Fokus utamanya adalah 1000 hari pertama kehidupan, remaja, calon pengantin dan ibu hamil. Termasuk juga pemberian makanan tambahan khususnya bagi keluarga kelompok termiskin dan wilayah DTPK (Kemenkes, 2019). Selain itu cara lain yang dilakukan yakni dengan pemberian pendidikan gizi prakonsepsi berupa penyuluhan tentang makanan yang bergizi yang harus dikonsumsi. Penyuluhan dalam penelitian ini menggunakan audio visual dan leaflet. menggunakan media audio visual untuk melakukan pendidikan kesehatan kepada Wanita Usia Subur di wilayah puskesmas tikung media audio visual belum pernah digunakan dalam penelitian untuk meningkatkan pengetahuan dan WUS dalam mempersiapkan persalinan. audio visual terjadi perubahan pengetahuan yang terlihat dari peningkatan rata-rata hampir setengah dari responden memiliki pengetahuan baik, audio visual mampu meningkatkan pengetahuan seseorang karena penyampaian pesan atau informasi secara audio dan visual memberikan stimulus terhadap penglihatan (mata) dan pendengaran (telinga), informasi yang didapatkan singkat, jelas dan mudah dipahami dan sesuai dengan kebutuhan WUS. Sehingga diduga dapat membuat WUS menjadi lebih mudah mengingat apa yang sudah dijelaskan.

METODE

Metode kuantitatif, dengan desain penelitian menggunakan metode kuasy eksperimen (*Quasy Ekperiment*), dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan pretest dan posttest with control grup design. Penelitian dilakukan pada bulan Februari sampai April 2023. Penelitian dilakukan di Desa Wonokromo wilayah Puskesmas Tikung Kabupaten Lamongan. Teknik pengambilan sampel : *Probability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling*. Besar sampel 96 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner.

HASIL

Berikut ini adalah hasil yang diperoleh dari penelitian tentang seberapa efektif pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi.

Table 1. Distribusi Frekuensi WUS berdasarkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan Audio Visual

Berdasarkan Tabel 1. Menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan audio

Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Sebelum	-	-	15	31.3	33	68.8	48	100
Sesudah	23	47.9	22	45.8	3	6.3	48	100
Total	23	47.9	37	80.4	36	78.2	96	100
<i>Uji Wilcoxon Signed Rank Test</i>						<i>p-value =0,000</i>		

Sumber : Data Primer 2023

visual, sebagian besar responden (68,8%) memiliki pengetahuan kurang tentang gizi prakonsepsi, sedangkan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan audio visual, hampir setengah responden (47,9%) mengalami perubahan pengetahuan yaitu berpengetahuan baik tentang gizi prakonsepsi.

Hasil dari Wilcoxon Signed Rank Test terdapat nilai p-value 0.000 Sig. (2- tailed) p- value (<0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikansi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi.

Table 2. Distribusi Frekuensi WUS berdasarkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan Leaflet

Berdasarkan Tabel 2. Menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan

Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Sebelum	-	-	16	33.3	32	66.7	48	100
Sesudah	13	27.1	31	64.6	4	8.3	48	100
Total	13		47		36		96	100
<i>Uji Wilcoxon Signed Rank Test</i>						<i>p-value =0,000</i>		

Sumber : Data Primer 2023

kelompok media leaflet, Sebagian besar responden (66,7%) memiliki pengetahuan kurang tentang gizi prakonsepsi, sedangkan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan kelompok media leaflet, sebagian besar responden (64,6%) mengalami perubahan pengetahuan yaitu berpengetahuan cukup tentang gizi prakonsepsi.

Hasil dari uji Wilcoxon signed rank test terdapat nilai p-value 0.000 Sig. (2- tailed) p- value (<0,05)) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikansi sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan menggunakan audio visual terhadap pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi.

Table 3. Analisis Perbedaan Pengetahuan WUS Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

	Kelompok Audio Visual		Kelompok media leaflet	
	Posttest	Frekuensi	Posttest	Frekuensi
Baik	23	47.9	13	27.1
Cukup	22	45.8	31	64.4
Kurang	3	6.3	4	8.3
Jumlah	48	100	48	100
<i>Uji Mann Whitney U Test</i>				<i>p-value =0,048</i>

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 3. Menunjukkan bahwa pada hasil posttest menggunakan audio visual dan kelompok media leaflet keduanya mengalami perubahan pengetahuan dengan jumlah yang berbeda, yaitu pada audio visual terdapat, hampir setengah dari responden (47.9%) mempunyai pengetahuan baik.

Sedangkan pada kelompok media leaflet terdapat, sebagian besar responden (64,4%) mempunyai pengetahuan cukup.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji Mann-Whitney U Test p value = 0,048 ($p < 0,05$) maka hasil menunjukkan bahwa H_1 diterima yang artinya ada perbedaan signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Analisa deskriptif dengan menggunakan uji Wilcoxon signed rank test p value = 0,000 lebih kecil dari nilai alpha ($p < 0,05$) Maka H_0 ditolak H_1 diterima artinya audio visual berpengaruh dalam perubahan pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi. Audio visual merupakan salah satu media yang dapat digunakan pembelajaran menyimak. Media ini dapat menambah minat audiens dalam belajar karena audiens dapat menyimak dan melihat gambar. Pendidikan kesehatan menggunakan audio visual merupakan jenis media yang mengandung unsur suara dan gambar (Fifit et al., 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian Wahyudi, A., dkk (2018) bahwa edukasi melalui audio visual memberikan pengaruh terhadap pengetahuan responden.

Salah satu media pendidikan kesehatan menggunakan audio visual dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi prakonsepsi karena cara penyampaian materi menggunakan teknologi dalam bentuk suara dan gambar sehingga penyerapannya menggunakan pendengaran dan penglihatan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang (Fifit et al., 2022). Pada kelompok yang menggunakan audio visual terjadi perubahan pengetahuan yang terlihat dari hampir setengah dari responden mengalami perubahan pengetahuan baik. sehingga hal ini diduga merupakan faktor yang mempermudah dalam memahami materi Pendidikan Kesehatan melalui audio visual dapat menerima penyampaian pesan dengan cepat, mudah dipahami, lebih menarik dan tidak monoton karena responden mendengar dan melihat dengan antusias terhadap isi video dan melihat video sampai selesai. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa adanya kemauan seseorang dalam mengikuti dan mengetahui pendidikan kesehatan tentang gizi sebelum hamil sehingga maka semakin tanggap ibu dalam menerima pengetahuan baru.

Berdasarkan hasil Analisa deskriptif dengan menggunakan uji Wilcoxon signed rank test p value = 0,000 lebih kecil dari nilai alpha ($p < 0,05$) Maka H_0 ditolak H_1 diterima artinya audio visual berpengaruh dalam perubahan pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi. Kelompok media leaflet adalah selebar kertas yang berisi tulisan cetak mengenai suatu masalah untuk sasaran dengan tujuan tertentu. Kelompok media leaflet sering digunakan dalam promosi Kesehatan karena dapat disimpan lama, sehingga dapat dilihat Kembali dan dipakai sebagai bahan bacaan rujukan. Kelompok media leaflet adalah media yang digunakan untuk memberikan informasi Kesehatan dengan tujuan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Kelompok media leaflet dapat menyampaikan suatu tulisan yang terdapat pada lembaran yang berisikan informasi yang dapat merubah pemahaman seseorang (Raidanti, D & Wijayanti R, 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian penelitian Ramadhani, dkk (2019) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan dengan pemberian kelompok media leaflet. Pada kelompok Pendidikan Kesehatan menggunakan kelompok media leaflet terjadi perubahan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan sebagian responden mengalami pengetahuan cukup menggunakan leaflet. ini memudahkan penyampaian pesan yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan sesudah intervensi.

Salah satu adanya peningkatan pengetahuan pada penelitian ini dilihat sehingga ini mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bahwa leaflet merupakan bentuk penyampaian informasi melalui lembaran yang dapat dilipat dan mudah digunakan, isi informasi dalam bentuk gambar dan kalimat sehingga dapat menarik untuk dilihat dan dibaca oleh responden.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan Uji Mann-Whitney U Test p value 0,023 lebih kecil dari nilai alpha ($p < 0,05$) maka hasil menunjukkan H_0 ditolak H_a diterima yang artinya menunjukkan ada perbedaan yang signifikan dari kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol setelah mendapatkan penyuluhan menggunakan audio visual maupun leaflet tentang gizi prakonsepsi. Dalam pendidikan kesehatan terdapat berbagai macam media penyampaian informasi yang dapat digunakan, salah satunya adalah audio visual yang merupakan salah satu media memiliki unsur suara dan gambar yang efektif meningkatkan pengetahuan karena melibatkan indera pendengaran dan penglihatan.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Indrawati, Alini (2018) tentang efektivitas promosi kesehatan melalui audio visual dan kelompok media leaflet tentang sadari terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang sadari di SMAN 1 Kampar tahun 2018 bahwa audio visual lebih efektif dalam merubah pengetahuan daripada kelompok media leaflet, karena efek suara dan gambar bergerak yang dapat

menampilkan Langkah-langkah yang terarah, sehingga memudahkan informasi yang disampaikan. Menurut peneliti media leaflet memiliki kekurangan jika dibandingkan dengan media audio visual, salah satunya adalah media leaflet hanya memuat gambar sedangkan pada audio visual memuat gambar, suara dan gerak. Perbedaan ini bisa memberikan informasi yang berbeda bagi sebagian besar orang terlebih pada pemaparan materi yang disampaikan. Pada gambar leaflet hanya ditunjukkan berupa gambar dan tulisan yang terkadang sulit dipahami responden dan ketidakinginan seseorang dalam membaca merupakan hal membosankan bagi sebagian orang. Namun hal ini menjadi lebih mudah dipahami jika menggunakan audio visual karena dalam video ditampilkan secara langsung sehingga responden lebih mengerti. Penelitian ini merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan WUS tentang gizi prakonsepsi. Diharapkan WUS yang telah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang gizi prakonsepsi dapat mengetahui manfaat gizi pada masa prakonsepsi dan dapat mencegah terjadinya KEK saat masa kehamilan. Sehingga dapat melahirkan bayi yang sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang gizi prakonsepsi pada WUS. Diharapkan WUS yang telah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang gizi prakonsepsi dapat mengetahui manfaat gizi pada masa prakonsepsi dan dapat mencegah terjadinya KEK saat masa kehamilan. Sehingga dapat melahirkan bayi yang sehat

DAFTAR PUSTAKA

- Wawan, dan D. M. (2017). *Teori & Pengukuran PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU MANUSIA* (John Budi (ed.); Cetakan II). Nuha Media. Arikunto, S (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Angraini, S. A., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Audio visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting Di Desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v6i1.379>
- Fifit, K. I. S., Sofiyanti, I., Mustika, V., Nashita4, C., Diens, Permana, N. E., Mujahidah, F., & Rahmadhani, T. D. (2022). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah. *Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah*, 1 no 2(Vol 1 No 2 (2022): Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo), 696
- Fillah, A. dan D. (2021). *Buku Gizi Prakonsepsi* (Nur Syamsiyah (ed.); cetakan pe). Bumi Medika.
- Fitriani Fitriani, Luvi Dian Afriyani, Farah Diba, Yusa Indah Wahyuni, Dewi Indriani, Tinalia Wahyuni, Evina Triani, H. P. (2021). Literature Review Hubungan Pengetahuan dengan KEK pda Wanita Prakonseps. 2021: Implementasi Hasil Penelitian, Pengabdian Masyarakat dan Literature Review dalam Bidang Kesehatan Ibu dan Anak.
- Ginting, S., Simamora, A. C. R., & Siregar, N. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan dengan Audio visual Terhadap Perubahan Pengetahuan , Sikap dan Praktik Ibu dalam Pencegahan Stunting di Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021 The Effect of Health Counseling with Audio Visual Me. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), 390–399
- Kemenkes RI. (2018). *Profil Kesehatan Indo-nesia*. In Pusdatin.Kemenkes.Go.Id.
- Listyarini, A. D., & Fatmawati, Y. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil Dengan Media Booklet Tentang Perilaku Pencegahan Balita Stunting Di Wilayah Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(1), 100. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i1.74>
- Meidiana, R., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). Pengaruh Edukasi melalui Audio visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 478. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.961>
- Nadia, S. (2021). Peran Media Video Animasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil. 42.
- Nanda S, Rosyid Z, S. H. (2021). *Ragam Media Pembelajaran* (Taufikurrahman (ed.); Cetakan II). CV. Literasi Nusantara Abdi.
- Raidanti, D, Wijayanti R, Wahidin (2022). Influence Of Health Counseling With Kelompok media leaflets On Women Of Childbearing Age (WUS) : Knowladeg And Attitude To Conduct PAP Smear At

-
- Midwifery Poly In RSPAD Gatot Soebroto Jakarta, *Jurnal Of Health & Health Medical Sciens*, 4 (3), 362-366.
- Siregar, N dkk (2022) Pengaruh Penyuluhan Kesehatan dengan Audio visual Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Ibu dalam Pencegahan Stunting diKecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021 *Journal of Healthcare Technology and Medicine* Vol. 8 No. 1 April 2022 Universitas Ubudiyah Indonesia e-ISSN : 2615-109X 39
- Sunaeni, S., Abduh, A. I. M., & Isir, M. (2022). Efektivitas Audio visual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Seribu Hari Pertama Kehidupan Remaja Putri. *Malahayati Nursing Journal*, 4(3), 591–600. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i3.5971>
- Profil Puskesmas Tikung 2022
- Widuri, Islamarida Rista, Devianto Aan, M. (2023). *Promosi Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan* (T. Santoso (ed.); Cetakan Pe). Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.