

**PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN
4 SEHAT 5 SEMPURNA USIA 5-6 TAHUN
DI TK AZ ZAHRA PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh :

Adelia

NIM : 06141382126077

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025

**PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN
4 SEHAT 5 SEMPURNA USIA 5-6 TAHUN
DI TK AZ ZAHRA PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Adelia

NIM: 06141382126077

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Mengesahkan

Koordinator Program Studi



Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd.

NIP. 198906212019032017

Pembimbing Skripsi



Dra. Rukiyah, M.Pd

NIP. 196112251988032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan,



Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd.
NIP. 195901011986032001

**PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN
4 SEHAT 5 SEMPURNA USIA 5-6 TAHUN
DI TK AZ ZAHRA PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Adelia

NIM: 06141382126077

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 21 Maret 2025

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dra. Rukiyah, M.Pd

2. Penguji : Akbari, M.Pd



Palembang, 21 Maret 2025

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd

NIP. 198906212019032017



PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Adelia

NIM : 06141382126077

Program studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia 5-6 Tahun di TK IT Izzuddin Palembang". ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penganggulan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, 21 Maret 2025

Yang membuat pernyataan



Adelia

06141382126077

PRAKATA

Skripsi dengan judul "Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia 5-6 Tahun di TK IT Izzuddin Palembang" disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu penulis mengucapkan terima kasih yang tiada hingganya kepada ibu Dra. Rukiyah, M.Pd sebagai pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dekan FKIP Unsri Dr. Hartono, M.A., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan ibu Prof. Dr. Sri Sumarni, M.Pd., dan Koordinator Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini ibu Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd., yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini dan Pengembangan Ilmu pengetahuan, Teknologi, dan seni.

Palembang, Maret 2025

Penulis

Adelia

NIM 06141382126077

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, dengan mengucapkan puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **”Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia 5-6 Tahun di TK IT Izzuddin Palembang”**. Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dorongan dari semua pihak, maka penulisan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar. Oleh karena itu pada kesempatan ini, izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Terisitimewa untuk kedua orang tua tercinta yang ada di dunia ini, yaitu Ibu Ruilah dan Bapak Sunaidi. Yang telah memberikan banyak dukungan dan suport baik moral, maupun finansial hingga saya bisa sejauh ini, doaku selalu menyertaimu sampai akhir hayatku, terima kasih karena selalu menyebut namaku di dalam setiap doamu.
2. Seluruh Keluargaku tercinta, untuk Ayuk Helen dan Kakak Fingki beserta keponakanku Abang M.Hendy Al-Ghafar, Kakak Amora ZaQueena Al-Ghempy, dan Adek M. Razka Al-Ghifari. Dan untuk Ayuk Anggun dan Kakak Dambara beserta keponakanku Abang Afdal dan Adek Rara, yang telah memberikan semangat selalu dan dukungan di setiap perjalanan mengejar Sarjana Pendidikan hingga selesai.
3. Ibu Dr. Windi Dwi Andika, M.Pd selaku selaku Koordinator Program Studi sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi yang telah menyediakan waktu tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan ini. Terima kasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah diberikan.
4. Seluruh Dosen PG-PAUD FKIP Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu dan pengalamannya serta mendidik penulis selama masa kuliah.

5. Dosen Pembimbing skripsi ibu Dra. Rukiyah, M.Pd yang telah membimbing dari awal pembuatan proposal penelitian sampai ke selesai penyelesaian pengerjaan skripsi.
6. Ucapan terima kasih juga kepada Mbak Mezi, S.Pd selaku Admin Prodi PG-PAUD FKIP Universitas Sriwijaya yang telah membantu dalam administrasi selama perkuliahan.
7. Keluarga besar TK IT Izzuddin Palembang, Kepala sekolah, Guru kelas Ibu Linda dan Ibu Lisa beserta seluruh murid kelas B2, atas semua bantuan dan kerjasama yang baik selama proses penelitian dilaksanakan.
8. Teman seperjuangan Romit Tannil, Indah Sari Kusmarini, Nidia Putri Nariswari, Della Fuspita dan Tasya Dinata. Terima kasih karena telah membuat kehidupan perkuliahan terasa begitu cepat serta dukungan yang telah di berikan yang akan selalu di kenang.
9. Teman partner skripsi Romit Tannil, dari awal pengerjaan skripsi hingga sampai selesai, terima kasih sudah mau berjuang bersama saya, saling mengingatkan satu sama lain sampai permemberkas wisuda.
10. Teman-teman PG-PAUD Angkatan 2021 dan seluruh keluarga besar HMPAUD terima kasih atas kebersamaannya selama ini.
11. Almamater tercinta, Universitas Sriwijaya
12. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri. Karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengatur waktu, tenaga, pikiran, serta keuangan. Mampu mengendalikan diri sendiri dari berbagai tekanan di luar keadaan serta mampu melawan rasa malas dalam pengerjaan skripsi. Kamu hebat kamu kuat kamu bisa.

MOTTO

”orang lain ga akan paham *struggle* dan masa sulitnya kita mereka ingin tau hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun ngga ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga apa yang kita perjuangkan hari ini, tetap berjuang dan semangat ya!”

” Karena sesungguhnya, dengan kesulitan akan ada kemudahan.

” (QS. Al Insyirah:5)

”Remain yourself and humble.” (Adelia)

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	8
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR GAMBAR	13
DAFTAR LAMPIRAN	14
ABSTRAK	15
ABSTRACT.....	16
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis :.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis :.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Hakikat Anak Usia Dini.....	6
2.1.1. Pengertian Anak Usia Dini	6
2.1.2. Karakteristik Anak Usia Dini.....	7
2.1.3. Aspek Perkembangan Anak Usia Dini.....	11
2.2 Hakikat Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini	13
2.2.1. Pengertian Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini	13
2.2.2. Tahap -Tahap Perkembangan Kognitif	14
2.2.3. Karakteristik Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini	16
2.3 Hakikat Pembelajaran Makanan 4 Sehat 5 Sempurna.....	18
2.3.1. Pengertian Makanan 4 Sehat 5 Sempurna	18
2.3.2. Jenis-Jenis Makanan 4 Sehat 5 Sempurna.....	19
2.3.3. Kelebihan dan Kekurangan Jenis – Jenis Makanan 4 Sehat 5 Sempurna	21

2.3.4.	Contoh Makanan 4 Sehat 5 Sempurna.....	25
2.3.5.	Tujuan Pembelajaran 4 Sehat 5 Sempurna.....	30
2.3.6.	Indikator Pembelajaran 4 Sehat 5 Sempurna.....	31
2.4	Hakikat Media Pembelajaran.....	33
2.4.1.	Pengertian Media Pembelajaran.....	33
2.4.2.	Tujuan Media Pembelajaran Anak Usia Dini.....	34
2.4.3.	Manfaat Media Pembelajaran.....	35
2.4.4.	Jenis-Jenis Media Pembelajaran.....	36
2.5	Pembelajaran Media Audio Visual.....	37
2.5.1.	Pengertian Media Audio Visual.....	37
2.5.2.	Ciri – Ciri Media Pembelajaran Audio Visual.....	39
2.5.3.	Langkah- Langkah Media Audio Visual Dalam Kegiatan Pembelajaran.....	40
2.5.4.	Manfaat Media Audio Visual Dalam Pembelajaran.....	41
2.6	Penelitian Relavan.....	43
2.7	Kerangka Berpikir.....	46
2.8	Hipotesis Penelitian.....	48
BAB III METODE PENELITIAN.....		49
3.1	Metode Penelitian.....	49
3.2	Desain Penelitian.....	49
3.3	Populasi dan Sampel.....	50
3.3.1.	Populasi.....	50
3.3.2.	Sampel.....	51
3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	51
3.4.1.	Lokasi Penelitian.....	51
3.4.2.	Waktu Penelitian.....	51
3.5	Variabel Penelitian.....	51
3.6	Definisi Konseptual dan Definisi Operasional Variabel.....	52
3.6.1.	Definisi Konseptual.....	52
3.6.2.	Definisi Operasional Variabel.....	52
3.7	Prosedur Penelitian.....	53
3.7.1.	Tahap Persiapan.....	53

3.7.2.	Tahap Pelaksanaan.....	53
3.7.3.	Tahap Analisis Data.....	53
3.8	Teknik Pengumpulan Data	54
3.8.1.	Test.....	54
3.8.2.	Dokumentasi.....	54
3.8.3.	Checklist	55
3.9	Instrumen Penelitian.....	56
3.10	Pengujian Instrumen Penelitian	62
3.10.1.	Uji Validitas	62
3.10.2.	Uji Reliabilitas	63
3.11	Teknik Analisis Data	63
3.11.1.	Uji Normalitas.....	64
3.11.2.	Uji test.....	65
3.11.3.	Uji Hipotesis Statistik	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		67
4.1	Deskripsi Penelitian	67
4.1.1.	Deskripsi Data.....	67
4.1.1.1.	Deskripsi Penelitian Awal (pre-test).....	67
4.1.1.2.	Deskripsi Penelitian (Treatment).....	68
4.1.1.3.	Deskripsi Pelaksanaan.....	68
4.1.1.4.	Deskripsi Kegiatan Penelitian	69
4.1.1.5.	Deskripsi Penelitian Post-Test.....	81
4.2	Uji Instrumen Penelitian.....	82
4.2.1	Uji Validitas	82
4.2.2	Uji Relibilitas	82
4.3	Teknik Analisis Data	83
4.3.1	Uji Normalitas.....	83
4.3.2	Uji Hipotesis.....	83
4.4	Pembahasan Terhadap Penelitian	85
BAB V PENUTUP.....		91
5.1	Kesimpulan.....	91
5.2	Saran.....	91

DAFTAR FUSTAKA.....	93
LAMPIRAN.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penelitian One-Group-Pretest-Posttest design	50
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen Observasi Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Anak Usia Dini.....	56
Tabel 3. 3 Tabel Instumen Pertanyaan	58
Tabel 3. 4 Rubrik Penilaian Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	60
Tabel 3. 5 Konversi Skor Sesuai dengan Kriteria Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	64
Tabel 3. 6 Kriteria Penilaian Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia (5-6) Tahun	64
Tabel 3. 7 Modifikasi Konversi Nilai Sesuai Denagan Kriteria Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia (5-6) Tahun di TK IT Izzuddin Palembang	64
Tabel 4. 1 Data Hasil Pretest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	68
Tabel 4. 2 Data Hasil Posttest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna.....	81
Tabel 4. 3 Uji Validitas	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Makanan Pokok.....	25
Gambar 2. 2 Lauk Pauk.....	26
Gambar 2. 3 Sayuran.....	27
Gambar 2. 4 Buah-Buahan.....	28
Gambar 2. 5 Susu.....	29
Gambar 2. 6 Kerangka Berpikir.....	47
Gambar 4. 1 Pertemuan ke 1.....	70
Gambar 4. 2 Pertemuan ke 2.....	70
Gambar 4. 3 Pertemuan ke 3.....	71
Gambar 4. 4 Pertemuan ke 4.....	72
Gambar 4. 5 Pertemuan ke 5.....	72
Gambar 4. 6 Pertemuan ke 6.....	73
Gambar 4. 7 Pertemuan ke 7.....	73
Gambar 4. 8 Pertemuan ke 8.....	74
Gambar 4. 9 Pertemuan ke 9.....	75
Gambar 4. 10 Pertemuan ke 10.....	76
Gambar 4. 11 Pertemuan ke 11.....	76
Gambar 4. 12 Pertemuan ke 12.....	77
Gambar 4. 13 Pertemuan ke 13.....	78
Gambar 4. 14 Pertemuan ke 14.....	78
Gambar 4. 15 Pertemuan ke 15.....	79
Gambar 4. 16 Pertemuan ke 16.....	80
Gambar 4. 17 Pertemuan ke 17.....	80
Gambar 4. 18 Hasil Uji Normalitas.....	83
Gambar 4. 19 Paired Sample Statistik.....	84
Gambar 4. 20 Paired Sample correalation.....	84
Gambar 4. 21 Paired Sample Test.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-Kisi Instrumen Observasi Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Anak Usia Dini.....	97
Lampiran 2 Pedoman lembar Observasi Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Pada Usia 5-6 Tahun di TK IT Izzuddin Palembang	99
Lampiran 3 Rubrik Penilaian Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna.....	101
Lampiran 4 Tabel Data Hasil Pretest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	104
Lampiran 5 Tabel Data Hasil Posttest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna	104
Lampiran 6 Gambar Hasil Uji Normalitas	105
Lampiran 7 Gambar Paired Sample Statistik	105
Lampiran 8 Gambar Paired Sample correlation	105
Lampiran 9 Gambar Paired Sample Test.....	106
Lampiran 10 Foto Bersama Anak-Anak Kelas B2 Tahun 2025 TK IT Izzudin Palembang	106
Lampiran 11 Instrumen Penilaian Pretest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Anak Usia Dini	107
Lampiran 12 Instrumen Penilaian Posttest Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna Anak Usia Dini	107
Lampiran 13 Usul Judul Skripsi.....	108
Lampiran 14 Sk Pembimbing	109
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian DEKAN FKIP UNSRI	111
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian Dari Depdiknas	112
Lampiran 17 Surat Izin Pengantar Badan Kesatuan Bangsa dan Politik	113
Lampiran 18 Kartu Bimbingan Skripsi.....	114
Lampiran 19 Surat Keterangan Validasi	116
Lampiran 20 Lembar Validasi.....	117

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media audio visual terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna pada usia 5-6 tahun. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Pre Exsperimental* dengan rancangan *One Grup Pretest and Posttest Design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Penelitian ini dilakukan pada anak kelas B2 di TK IT Izzuddin Palembang dengan jumlah sampel 15 anak. Pada penelitian ini peneliti melakukan beberapa tahap yaitu *pretest* untuk melihat kondisi awal terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna anak usia dini. Selanjutnya peneliti memberikan sebuah perlakuan (*treatmeant*) menggunakan media audio visual, melakukan 5 kali perlakuan dan terakhir *posttest* untuk mengetahui adakah peningkatan terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna anak usia dini. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, menggunakan uji normalitas dan uji t-test. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu tes, dokumentasi, dan ceklis. Terbukti adanya pengaruh positif dari penggunaan media audio visual terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna anak usia dini.

Kata Kunci : 4 Sehat 5 Sempurna, Media Audio Visual, Pengetahuan Anak Usia Dini, Metode Kuantitatif, *One Grup Pre-Exsperimental Pretest and Posttest*.

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of audio-visual media on knowledge of 4 healthy 5 perfect at the age of 5-6 years. The research method used in this research is the Pre-Experimental method with a One Group Pretest and Posttest Design. The sampling technique used was purposive sampling. This research was conducted on class B2 children at TK IT Izzuddin Palembang with a sample size of 15 children. In this study, researchers carried out several stages, namely a pretest to see the initial conditions regarding the knowledge of 4 healthy 5 perfect early childhood. Next, the researcher gave a treatment (treatment) using audio-visual media, carried out 5 treatments and finally a posttest to find out whether there was an increase in the knowledge of 4 healthy 5 perfect early childhood. The data analysis technique used in this research is the normality test and t-test. The data collection techniques used are tests, documentation and checklists. It has been proven that there is a positive influence from the use of audio-visual media on the 4 healthy 5 perfect knowledge of early childhood.

Keyword : *4 Healthy 5 Perfect, Audio Visual Media, Early Childhood Knowledge*

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan formal sebelum anak memasuki sekolah dasar (Novitasari & Fauziddin, 2020). Usia ini penting karena bagi anak usia ini merupakan usia emas (golden age) dimana didalamnya terdapat masa peka yang hanya datang sekali pada anak. Golden age merupakan waktu paling tepat untuk memberikan bekal yang kuat kepada anak. Urgensi pendidikan anak usia dini terletak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak memiliki dorongan yang kuat untuk mengenal lingkungan alam sekitar dan lingkungan sosialnya, selain itu anak juga ingin memahami segala sesuatu yang dilihat dan didengar. Untuk menciptakan generasi yang berkualitas, pendidikan harus dilakukan sejak usia dini dalam hal ini melalui Pendidikan Anak Usia Dini (Nasional, 2007). Seperti yang diketahui bahwa anak usia 0-8 tahun adalah masa golden age atau masa keemasan sehingga anak usia dini sangat membutuhkan stimulasi ramah yang disesuaikan dengan tahapan perkembangannya serta menyelaraskan dengan karakteristik masing-masing anak.

Pendidikan Anak Usia Dini sebagai suatu upaya penstimulusan dan rangsangan yang dilakukan kepada anak yang baru lahir sampai dengan usia enam tahun Golden Age yang dilakukan dengan memberi rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan anak, baik jasmani maupun rohani agar anak siap dalam memasuki pendidikan selanjutnya (Langgi & Susilaningsih, 2022). Pendidikan anak usia dini berfungsi membina, menumbuhkan, dan mengembangkan seluruh potensi anak usia dini secara optimal sehingga terbentuk perilaku dan kemampuan dasar sesuai dengan tahap perkembangannya agar memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan selanjutnya. Anak Usia Dini ialah kelompok yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik yaitu pola pertumbuhan dan perkembangan, intelegensi, sosial emosional, bahasa, dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan

perkembangan anak. Pada dasarnya anak usia dini adalah peniru, apa yang dilihat dan didengar akan mereka lakukan, jadi sebagai pendidik harus mampu memberikan contoh yang baik.

Anak usia dini didefinisikan sebagai manusia dengan rentang usia antara 0 sampai 6 tahun yang sedang tumbuh dan berkembang dengan pesat, baik dari segi fisik maupun pikiran (Langgi & Susilaningsih, 2022)Usia dini adalah periode di mana perilaku, kebiasaan, dan karakter seseorang dibentuk (Lian, Kristiawan, Primasari, Anggung, & Prasetyo, 2020). Anak pada masa ini akan mengamati lingkungan maupun perbuatan orang-orang di sekelilingnya dan akan membentuk perilaku serta kebiasaan yang akan mereka bawa hingga mereka dewasa. Lebih lanjut, periode ini juga menentukan cara berpikir dan menghadapi masalah di masa yang akan datang. Fungsi eksekutif, yakni kumpulan kompetensi yang mencakup pengembangan memori kerja, peningkatan fleksibilitas kognitif, dan kemampuan membuat pertimbangan yang matang berkembang paling cepat pada usia dini. Kemampuan kognitif dan linguistik yang terbentuk di usia dini sangat menentukan kesuksesan seseorang di sekolah, tempat kerja, dan lingkungannya.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) mencatat bahwa terdapat permasalahan gizi balita di Indonesia(Azzahra et al., 2024). Salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian yaitu stunting karena prelevansinya yang cukup tinggi pada tahun 2022 mencapai 21,6%. Angka tersebut melebihi ambang batas yang ditetapkan WHO, yakni sebesar 20%. Makanan dengan kandungan pengawet seperti makanan instan akan mempengaruhi kinerja otak, sehingga daya pikir pun melambat atau hilangnya konsentrasi. Asupan makanan yang sehat dan bergizi seimbang sangat dibutuhkan untuk mencegah hal tersebut. Makanan bergizi seimbang umumnya dikenal masyarakat dengan “Makanan 4 Sehat 5 Sempurna”. Makanan yang mencakup 4 sehat 5 sempurna adalah makanan sehat yang mengandung berbagai asupan gizi penting bagi tubuh manusia. Selain itu, makanan 4 sehat 5 sempurna juga bermanfaat dalam memelihara kesehatan dan imunitas (kekebalan) tubuh agar terhindar dari berbagai penyakit. Makanan 4 sehat 5 sempurna terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur mayur, buah-buahan, dan susu.

Media pembelajaran merupakan bagian penting dalam menunjang proses pembelajaran dan dapat berhasil dengan melibatkan pendidik dalam kegiatan mengajar (Darihastining et al., 2020). Fungsi media dalam kegiatan tersebut selain memberikan stimulasi, informasi, sikap dan lain sebagainya juga dapat meningkatkan koordinasi penerimaan informasi. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi membantu untuk memberikan pilihan penggunaan media pembelajaran yang kreatif, karena dalam bidang pendidikan tidak berorientasi pada cara tradisional, misalnya pendidik hanya menggunakan metode tutur atau diskusi yang seringkali membuat anak merasa jenuh. Saat ini proses pengajaran dapat dilakukan dengan memanfaatkan menggunakan multimedia yang artinya proses pengajaran dapat menjadi kreatif, inovatif dan merangsang yang dapat memberikan semangat kepada anak. Untuk itu perlu adanya kreatifitas pendidik dalam menciptakan maupun menggunakan media pembelajaran yang inovatif dan sesuai dengan perkembangan zaman saat ini terutama pada pendidikan anak usia dini.

Penelitian ini menggunakan media audiovisual dalam pembelajaran 4 sehat 5 sempurna di kelas sekaligus melihat ada atau tidaknya pengaruh media audiovisual terhadap kemampuan bahasa ekspresif anak usia 5-6 tahun (AR, 2022). Media ini bisa menampilkan dua unsur sekaligus, yaitu unsur gambar dan unsur suara. Kelebihan dari media audiovisual ini bisa menampilkan secara langsung apa yang akan dilihat dan didengar oleh anak tanpa harus melalui guru. Arsyad dalam (Karlina, 2017, p. 27); Khadijah et al., 2021, p. 3), menyatakan peserta didik yang belajar dengan memanfaatkan media indera ganda yaitu visual dan audio akan mempengaruhi kuantitas dan kualitas belajar anak jika dibandingkan dengan hanya stimulus pandang atau hanya stimulus dengar. Kelebihan lain yang dimiliki oleh media ini adalah dapat diulang-ulang, dipercepat dan diperlambat sesuai dengan kebutuhan di kelas (Fitria, 2014, p. 61).

Anak dengan karakteristik memiliki daya konsentrasi yang pendek tidak akan cepat merasa bosan saat pembelajaran di kelas. Berdasarkan pengamatan peneliti selama kegiatan belajar di kelas, pembelajaran yang dilaksanakan oleh pendidik di kelas masih cenderung kurang menarik untuk anak serta media yang dipakai oleh guru juga masih kurang bervariasi. Melalui kegiatan pembelajaran 4 sehat 5

sempurna menggunakan media audio visual. Berdasarkan pengamatan, pembelajaran di kelas terlihat kurang menyenangkan bagi anak. Hal itu terlihat dari anak yang gelisah saat guru bercerita, anak kurang fokus mendengarkan guru karena penyampaian cerita dari guru kurang menarik perhatian anak.

Hal ini membuat beberapa anak melakukan aktivitas lain seperti melihat ke luar kelas, melihat teman-temannya yang lain dan ada anak yang hendak ke kamar mandi lebih dari dua kali. Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan, tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk melihat pengetahuan pembelajaran 4 sehat 5 sempurna melalui media audio visual yang lebih menarik bagi anak. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pengetahuan bagi anak tentang 4 sehat 5 sempurna.

Pada perbedaan penelitian sebelumnya menerapkan prinsip makanan sehat bagi anak-anak untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak-anak pada masa pertumbuhan sangat penting untuk dilakukan. Kandungan gizi yang seimbang harus ada pada makanan yang dikonsumsi anak-anak.. Makanan bergizi seimbang itu adalah makanan 4 sehat 5 sempurna yang terdiri dari makanan pokok, lauk-pauk, sayur-mayur, buah-buahan, dan susu. Sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman terkait makanan 4 sehat 5 sempurna. Keberhasilan ini dibuktikan dengan adanya peningkatan dari hasil posttest. Hal tersebut didorong oleh pemberian materi dalam sosialisasi yang dikemas dengan menarik melalui gambar, lagu, dialog interaktif, dan ceramah. Harapannya, peningkatan pengetahuan ini dapat diiringi dengan implementasi hidup sehat dalam pola hidup sehari-hari. Dengan ini dapat dikatakan, bahwa kegiatan pengabdian masyarakat seperti sosialisasi kepada anak-anak dapat meningkatkan pemahaman terkait gizi seimbang melalui pembelajaran makanan 4 sehat 5 sempurna untuk meningkatkan kualitas kesehatan agar lebih baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat merumuskan masalah yaitu “Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan 4 Sehat 5 Sempurna pada usia 5-6 Tahun di TK IT Izzuddin Palembang”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan di laksanakan nya penelitian ini, yaitu untuk mengetahui pengaruh media audio visual terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna pada usia 5-6 tahun di TK IT IZZUDDIN PALEMBANG.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini antara lain :

1.4.1. Manfaat Teoritis :

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pemikiran dan pengetahuan ilmiah baru bagi penulis.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan serta dapat menjadi pedoman dalam penelitian selanjutnya atau peneliti yang akan datang.

1.4.2. Manfaat Praktis :

1. Bagi Sekolah :
Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pembelajaran bahwa media pembelajaran audio visual pengetahuan 4 sehat 5 sempurna betapa pentingnya belajar tentang ke kesehatan anak usia 5-6 tahun.
2. Bagi Siswa
Anak dapat meningkatkan terhadap pengetahuan 4 sehat 5 sempurna setelah belajar menggunakan media audio visual.
3. Bagi Peneliti :
Diharapkan ini akan berfungsi untuk peneliti tahun berikutnya

DAFTAR FUSTAKA

- Afifah, S. Y., Habibi, M., Rachmayani, I., & Astini, B. N. (2021). Pengenalan Makanan 4 Sehat 5 Sempurna Dengan Media Playdough Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Islam Plus Qamarul-Lail Aikmel. *Indonesiam Journal of Elementaru and Childhood Education*, 2(3), 272–278.
- Amini, M. (2014). Hakikat Anak Usia Dini. *Perkembangan Dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*, 65. repository.ut.ac.id/4697/1/PAUD4107-M1.pdf
- ANANDA MUHAMAD TRI UTAMA. (2022). *No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析* Title. 9(2), 356–363.
- Anggita Isma Juliandini, Taopik Rahman, R. R. (2022). Pengembangan Alat Permainan Edukatif Papan Aktivitas sebagai Stimulus Kemampuan Mengenali Huruf Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 6(1), 49–58. http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PGTK/197010221998022-CUCU_ELİYAWATI/MEDIA_PEMBELAJARAN_ANAK_USIA_DINI-PPG_UPI.pdf
- Aprilia, T., Yulianti, N., & Saputri, S. W. D. (2021). Analisis Karakteristik Perkembangan Kognitif Anak Autis Usia 5-6 Tahun. *JECER (Journal Of Early Childhood Education And Research)*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.19184/jecer.v2i2.18867>
- AR, H. S. (2022). Mengembangkan Penggunaan Media Pembelajaran Audio Visual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam Dan Isu-Isu Sosial*, 20(1), 25–42. <https://doi.org/10.37216/tadib.v20i1.538>
- Azzahra, V. F., Sianturi, C. R., Nurhuda, F., Dhaniswara, P., Rochadi, R. A., Rasya, M., Pratama, K., Listiani, L., Zevanya, C., & Simanjuntak, R. (2024). 1, 3, 10(11), 847–860.
- Berlianti, D. F., Abid, A. Al, & Ruby, A. C. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah untuk Analisis Data. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(3), 1861–1864.
- Darihastining, S., Aini, S. N., Maisaroh, S., & Mayasari, D. (2020). Penggunaan Media Audio Visual Berbasis Kearifan Budaya Lokal pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1594–1602. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.923>
- Dini, A. U. (2024). 2. 1,2, 6(2), 185–196.
- Dyah, R. K. (2021). Strategi coping menghadapi pandemi Covid-19 pada populasi umum. *Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(1), 2502–4590.

<http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.4906>

- Fuadah, Y. T. (2022). Penggunaan media cerita bergambar dalam pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Mubtadiin*, 8(1), 71.
- Hidayah, N., Amin, L. H., & Kasanah, W. D. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Minat Belajar Siswa di MIM 1 PK Sukoharjo. *Indonesian Journal of Islamic Elementary Education*, 2(1), 27–38. <https://doi.org/10.28918/ijjee.v2i1.5275>
- Ichsan, J. R., Suraji, M. A. P., Muslim, F. A. R., Miftadiro, W. A., & Agustin, N. A. F. (2021). Media Audio Visual dalam Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian Ke-III (Snhrp-III 2021)*, 183–188.
- Iii, B. A. B., & Penelitian, P. V. (2012). *B.111.15.0153-06-Bab-Iii-20190217123319*. 36–51.
- Kurnia, R., & Ed, M. (2018). *Media Pembelajaran*.
- Langgi, N. R., & Susilaningsih, S. (2022). Analisis Implementasi Pendidikan Keuangan pada Jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2429–2438. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1625>
- Latif, M. (2020). *Defenisi, Tujuan, Ciri, Dan Manfaat Media Pembelajaran Anak Usia Dini*. 37–39.
- Ningsih, S. O. (2022). Peranan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Proses Dan Hasil Belajar Mengajar Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Dasar. *GUAU: Jurnal Pendidikan Profesi Guru ...*, 2, 281–288.
- Novikasari, I. (2016). *Uji Validitas Instrumen*.
- Novitasari, Y., & Fauziddin, M. (2020). Perkembangan Kognitif Bidang Auditori pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 805. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.640>
- Nurasyiah, R., & Atikah, C. (2023). Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini. *Khazanah Pendidikan*, 17(1), 75. <https://doi.org/10.30595/jkp.v17i1.15397>
- Oktavia, A., & Nuraeni, L. (2021). Meningkatkan Kemampuan Keaksaraan Awal Untuk Anak Usia Dini Melalui Penggunaan Media Audiovisual. *Jurnal Ceria (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 4(1), 1–7.
- Ramadhani, R., & Amudi, A. (2020). Efektifitas Penggunaan Modul Matematika Dasar Pada Materi Bilangan Terhadap Hasil Belajar. *AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 9(1), 64. <https://doi.org/10.24127/ajpm.v9i1.2443>
- Ramadhina, A., Permata Sari, D., Fadiah Nasution, R., & Islam Negeri Sumatera Utara, U. (2024). Karakteristik Perkembangan Kognitif Pada Anak. *Jurnal*

Penelitian Pendidikan Indonesia, 1(4), 177–184.

- Retnaningrum, W., & Umam, N. (2021). Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Melalui Permainan Mencari Huruf. *Jurnal Tawadhu*, 5(1), 25–34.
- Sd, D. I., & Tanjung, N. (2023). *Skripsi Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pemahaman Siswa Pada Pembelajaran Matematika Institut Agama Islam Negeri (Iain) Metro 1444 H / 2023 M.*
- Setiyawati, A., Suci Wulandari, R., & Novitasari, L. (2021). Pencapaian aspek perkembangan anak usia dini selama pembelajaran daring di masa covid-19. *Jurnal Mentari*, 1, 51–59.
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas Dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Ker. *Aliansi : Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 17(2), 51–58. <https://doi.org/10.46975/aliansi.v17i2.428>
- Suharsimi, A. (2010). *Prosedur Penelitian*. 2(3), 211–213.
- Tatminingsih, S. (2016). Hakikat Anak Usia Dini. *Perkembangan Dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*, 1, 1–65.
- Taufik, T., & Wardatul jannah, S. (2024). Penggunaan Media Audio Visual dalam Pembelajaran Istima'. *Edu Journal Innovation in Learning and Education*, 2(1), 31–39. <https://doi.org/10.55352/edu.v2i1.934>
- Teknik analisis data penelitian dr. sutrisno, se., mm.* (n.d.).
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62. <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Yohanes, Y. T. S., Lukman, D. R. K. S., & Lestari, N. W. R. (2021). Penerapan Pre & Post-Test terhadap Hasil Pembelajaran Mahasiswa Jurusan Akuntansi UPBJJ UT Mataram. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya*, 7(4), 297. <https://doi.org/10.32884/ideas.v7i4.529>