

Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media *Leaflet* terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas

¹Citra Dinanda, ²Ratna Mutu Manikam*, ³Annisa Nursita Angesti

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin Jakarta

Correspondence Author: Ratna Mutu Manikam, ratnamutu2811@gmail.com

DOI: 10.37012/jik.v16i2.2351

ABSTRAK

Balita termasuk pada kelompok usia yang sangat rentan mengalami permasalahan gizi. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita merupakan hal yang sangat penting agar pemenuhan asupan makanan dan zat gizi dapat tercukupi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan balita. Salah satu cara efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita dapat melalui edukasi gizi menggunakan media *leaflet*. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment design* dengan rancangan *pre test and post test with control group design*. Populasi penelitian ini adalah ibu balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan. Pengambilan sampel menggunakan metode teknik *simple random sampling* berjumlah 56 responden. Analisis data univariat menggunakan uji statistik deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian didapatkan pengaruh pemberian media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita ($P = 0,000$). Tidak terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan secara signifikan pada saat *pre test* ($P = 0,540$) dan terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan secara signifikan pada saat *post test* ($P = 0,001$). Kesimpulan penelitian adalah media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita. Saran bagi ibu balita diharapkan pengetahuan tentang gizi seimbang yang meningkat dapat mempertahankan pengetahuan dan mengubah sikap dalam kehidupan sehari-hari mengenai gizi seimbang pada balita usia 24 – 59 bulan.

Kata kunci : *Leaflet*, Pengetahuan, Gizi Seimbang

ABSTRACT

Toddlers are an age group that is very vulnerable to experiencing nutritional problems. Mothers' knowledge about balanced nutrition for toddlers is very important so that food and nutritional intake can be sufficient to support the growth and development of toddlers. One effective way to increase mothers' knowledge about balanced nutrition for toddlers is through nutritional education using leaflet media. The aim of this research is to determine the effect of using leaflet media on increasing knowledge of balanced nutrition among mothers of toddlers in the Al-Muttaqin Play Group, Ladan Village, Anambas Islands Regency in 2024. This type of research is a quasi-experimental design with a pre-test and post-test with control group design. . The population of this study were mothers of toddlers in the Al-Muttaqin Playgroup in Ladan Village. Sampling using a simple random sampling technique totaled 56 respondents. Univariate data analysis used descriptive statistical tests and bivariate analysis used the Wilcoxon test and Mann-Whitney test. The results of the research showed that there was an effect of providing leaflet media on increasing knowledge of balanced nutrition in mothers of toddlers ($P = 0.000$). There was no significant difference in the average knowledge score during the pre-test ($P = 0.540$) and there was a significant difference in the average knowledge score during the post-test ($P = 0.001$). The conclusion of the research is that leaflet media can increase knowledge of balanced nutrition in mothers of toddlers. Advice for mothers of toddlers is that increasing knowledge about balanced nutrition can maintain knowledge and change attitudes in daily life regarding balanced nutrition in toddlers aged 24 - 59 months.

Keywords : *Leaflet*, Knowledge, Balanced Nutrition

PENDAHULUAN

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan mengenai zat gizi pada makanan. Pengetahuan gizi ibu mempengaruhi pola asupan makan balita, termasuk perilaku dan sikap ibu dalam memilih makanan yang dipengaruhi oleh pengetahuan mengenai gizi, pola makan, serta jenis dan jumlah asupan makan pada balita sehingga berdampak pada status gizi balita (Suriani, Moleong, & Kawuwung, 2021).

Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dapat mempengaruhi status gizi balita. Keberhasilan status gizi balita sangat bergantung pada pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan, yang dapat ditingkatkan melalui edukasi gizi (Chabibah *et al.*, 2020).

Kekurangan gizi pada balita dapat berdampak negatif pada kesehatan karena mengganggu fungsi kognitif, pertumbuhan, kesehatan mental dan fisik, serta meningkatkan risiko kematian (Fitria & Sudiarti, 2021). Balita dengan gizi lebih berisiko mengalami penyakit tidak menular seperti kardiovaskular, diabetes melitus, hipertensi, masalah hormon, osteoporosis, dan *sleep apnea* hingga dewasa. Serta mengalami masalah tumbuh kembang dan perkembangan psikososial (Rahmadia & Mardiyah, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Pratiwi, Bahar, & Rasma (2017) terdapat pengetahuan yang kurang sebesar 76,9% pada ibu balita dan sikap yang kurang baik sebesar 73,5% dalam mengatasi pola makan balita untuk memenuhi gizi seimbang disebabkan karena kurangnya rasa ingin tahu seorang ibu tentang apa itu gizi pada balita di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari. Berdasarkan uraian diatas didapatkan kesimpulan bahwa salah satu penyebab terjadinya masalah gizi pada balita yaitu kurangnya pengetahuan orang tua terutama ibu tentang gizi balita. Masalah gizi pada balita dapat dicegah dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan bergizi seimbang. Peningkatan pengetahuan ibu bisa dilakukan melalui kegiatan sosialisasi dan penyuluhan yang disesuaikan dengan kebutuhan, serta penggunaan alat promosi yang dijadikan sebagai media penyuluhan (Utamingtyas & Lestari, 2020).

Media penyuluhan tersedia dalam berbagai bentuk seperti media video, visual, audio, cetak, dan multimedia. Media cetak atau selebaran dapat menjadi pusat perhatian dalam kegiatan penyuluhan karena mudah diperoleh, alat bantu sederhana serta tersedia dimana dan kapan saja. Media *leaflet* merupakan salah satu jenis bahan promosi kesehatan cetak yang dapat digunakan untuk menyebarkan pengetahuan dan mengedukasi masyarakat tentang kesehatan. *Leaflet* adalah

media promosi kesehatan yang digunakan untuk menyebarkan informasi atau pesan yang berhubungan dengan kesehatan melalui lembaran terlipat (Herdhianta, Assafa, & Saleh, 2023). Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media *Leaflet* terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas”.

METODE

Desain Penelitian:

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pre test and post test with control group design*.

Lokasi dan Waktu Penelitian:

Penelitian dilaksanakan di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Juli 2024.

Populasi dan Sampel:

Populasi target penelitian ini adalah 57 ibu yang mempunyai balita usia 2 – 4 tahun di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas. Pengambilan sampel menggunakan *Simple Random Sampling* dengan besar sampel 56 responden yang dihitung menggunakan rumus Slovin yang terdiri dari 28 orang dalam kelompok intervensi dan 28 orang dalam kelompok kontrol, sesuai dengan kriteria penelitian.

Instrumen Penelitian:

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan gizi seimbang dan media *leaflet*. Kuesioner tersebut dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi. Kuesioner telah melalui tahap uji coba pada 20 responden, dan didapatkan hasil uji validitas dengan nilai $r = 0,443$ dan uji reliabilitas dengan nilai *Cronbach Alpha* = 0,833. Sedangkan, media *leaflet* pada penelitian ini merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai gizi seimbang pada balita yang dibuat oleh peneliti sendiri menggunakan aplikasi berbasis online yaitu canva.

Prosedur Penelitian:

Prosedur penelitian terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data Awal (*Pre Test*) : Sebelum intervensi dilakukan, lembar *pre test* diserahkan dalam waktu 15 menit untuk memastikan tingkat pengetahuan awal ibu sebelum mendapatkan perlakuan
2. Perlakuan : Setelah pengumpulan data awal, edukasi gizi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan *power point*. Setelah diberikan perlakuan dengan metode ceramah menggunakan *power point*, peneliti membagikan media *leaflet* dan diberi waktu untuk membaca dan memahami isi dari *leaflet* selama 15 menit pada kelompok intervensi saja.
3. Pengumpulan Data Akhir (*Post Test*) : Setelah intervensi selesai, lembar *post test* diserahkan dalam waktu 15 menit untuk mengetahui tingkat pengetahuan akhir ibu sesudah mendapatkan perlakuan.

Analisis Data:

Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat untuk melihat gambaran karakteristik setiap variabel, distribusi dan frekuensinya serta gambaran pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Selain itu, analisis dilakukan untuk mengetahui pengaruh media edukasi gizi terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan dan menganalisis perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan uji *wilcoxon* dan uji *mann whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

| Karakteristik | Kelompok Intervensi | | Kelompok Kontrol | |
|-------------------|---------------------|------------|------------------|------------|
| | n | % | n | % |
| Usia | | | | |
| 17 – 25 Tahun | 2 | 7,1 | 6 | 21,4 |
| 26 – 35 Tahun | 20 | 71,4 | 15 | 53,6 |
| 36 – 45 Tahun | 6 | 21,4 | 7 | 25,0 |
| Total | 28 | 100 | 28 | 100 |
| Pendidikan | | | | |
| Rendah | 7 | 25,0 | 7 | 25,0 |
| Tinggi | 21 | 75,0 | 21 | 75,0 |
| Total | 28 | 100 | 28 | 100 |
| Pekerjaan | | | | |
| Tidak Bekerja | 12 | 42,9 | 16 | 57,1 |
| Bekerja | 16 | 57,1 | 12 | 42,9 |
| Total | 28 | 100 | 28 | 100 |

Analisa Bivariat

Tabel 2. Rata-Rata Skor Pengetahuan Gizi Seimbang

| Variabel Skor | Kelompok Intervensi | | | Kelompok Kontrol | | |
|---------------------|---------------------|--------|---------|------------------|--------|---------|
| | Mean | SD | P Value | Mean | SD | P Value |
| Pengetahuan Sebelum | 62,75 | 18,083 | 0,0005 | 60,61 | 16,116 | 0,0005 |
| Pengetahuan Sesudah | 92,54 | 5,274 | | 84,11 | 10,005 | |

Berdasarkan hasil analisis didapatkan hasil rata-rata pengetahuan *pre test* dan *post test* menunjukkan bahwa rata-rata skor *pre test* pada kelompok intervensi yang diberikan media *leaflet* yaitu 62,75 dan pada kelompok kontrol yang diberikan metode ceramah yaitu 60,61. Sesudah adanya perlakuan terjadi peningkatan skor pengetahuan dan pengaruh yang signifikan, dapat dilihat dari nilai rata-rata *post test* pada kelompok intervensi yang diberikan media *leaflet* yaitu 92,54 dan pada kelompok kontrol yang diberikan metode ceramah yaitu 84,11. Nilai *P value* dari *pre test* dan *post test* pada kedua kelompok adalah $0,000 < \alpha 0,05$ artinya ada pengaruh pemberian media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang.

Tabel 3. Perbedaan Rata-Rata Skor Pengetahuan Total *Pre Test* dan *Post Test*

| Kelompok | Mean | | SD | | P Value | |
|------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|
| | <i>Pre Test</i> | <i>Post Test</i> | <i>Pre Test</i> | <i>Post Test</i> | <i>Pre Test</i> | <i>Post Test</i> |
| Intervensi | 62,75 | 92,54 | 18,083 | 5,274 | 0,540 | 0,001 |
| Kontrol | 60,61 | 84,11 | 16,116 | 10,005 | | |

Berdasarkan hasil analisis rata-rata skor pengetahuan *pre test* pada kedua kelompok sebelum diberikan perlakuan nilai *P Value* = $0,540 > \alpha 0,05$ artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan nilai *pre test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Serta didapatkan nilai pengetahuan saat *post test* *P value* $0,001 < \alpha 0,05$ artinya ada perbedaan perubahan pengetahuan antar kedua kelompok secara statistik sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Karakteristik Responden

1. Usia Responden

Berdasarkan hasil penelitian di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan responden memiliki rentan usia 26 – 35 tahun, pada kelompok intervensi dengan jumlah 20 responden (71,4%) dan kelompok kontrol 15 responden (53,6%). Fase dewasa awal yaitu meliputi usia 26 – 35 tahun. Pada masa ini, wanita harus siap menerima tanggung jawab sebagai ibu dan menyesuaikan diri dengan peran barunya (Johari, Agrina, & Putri, 2023). Ibu juga perlu memahami gizi anak, baik

dalam pemberian makanan balita maupun dukungan nutrisi sesuai kebutuhannya (Chabibah *et al.*, 2020). Untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi balita, dapat dilakukan dengan cara pemberian edukasi tentang gizi dan kesehatan (Azrimaidaliza, Khairany, & Putri, 2021).

2. Pendidikan Responden

Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sampel terbanyak adalah dengan tingkat pendidikan tinggi yaitu masing-masing kelompok terdiri dari 21 orang (75,0%). Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dalam memahami informasi, tetapi pendidikan rendah tidak selalu berarti pengetahuan seseorang dalam memahami informasi menjadi berkurang (Ramadhanti *et al.*, 2019). Penerapan dan penerimaan informasi tentang gizi balita dapat dipengaruhi oleh pendidikan ibu (Astuti & Fitriana, 2024). Ibu berpendidikan tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang baik untuk menyediakan makanan yang tepat bagi pertumbuhan anak (Kusumawati *et al.*, 2021).

3. Pekerjaan Responden

Mayoritas pekerjaan pada kelompok intervensi adalah bekerja yaitu sebanyak 16 orang (57,1%) rata-rata bekerja sebagai honorer, sedangkan pada kelompok kontrol tidak bekerja sebanyak 16 orang (57,1%) yang berarti sebagai ibu rumah tangga. Bekerja merupakan aktivitas yang dilakukan sehari-hari dan mendapatkan upah. Menurut penelitian (Savita & Amelia, 2020) upaya ibu dalam memberikan nutrisi kepada balitanya ditentukan oleh status pekerjaan. Ibu yang bekerja memiliki waktu terbatas untuk anaknya, sehingga perhatian dan pengontrolan asupan makanan, serta pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi berkurang. Ibu membutuhkan lebih banyak waktu untuk memberikan perhatian dan nutrisi pada balita. Menurut Utaminingtyas & Lestari (2020) ibu yang tidak bekerja berpotensi lebih baik dalam mengontrol kebiasaan makan balitanya, sementara ibu yang bekerja sering kekurangan waktu untuk merawat anak, sehingga menempatkan mereka pada risiko permasalahan gizi.

Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 28 responden kelompok intervensi dan 28 responden kelompok kontrol dilakukann uji *wilcoxon*, karena setelah dilakukan uji normalitas data tidak berdistribusi normal $< 0,05$.

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas, didapatkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon* bahwa terdapat pengaruh media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang sebelum dan

sesudah diberikan perlakuan pada ibu balita yang ditunjukkan dengan nilai $p\ value\ 0,000 < \alpha$ 0,05.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Utaminingtyas dan Lestari (2020) yang menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu dalam penyuluhan kesehatan tentang gizi balita menggunakan media *leaflet*.

Menurut Utaminingtyas dan Lestari (2020) peningkatan pengetahuan ibu dapat dicapai melalui sosialisasi dan penyuluhan yang disesuaikan dengan kebutuhan target menggunakan alat promosi kesehatan sebagai media promosi kesehatan dalam penyuluhan. Upaya menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat dikenal sebagai edukasi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan (Pratiwi, 2021).

Pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti isi materi, media penyuluhan, dan kemampuan materi dalam menarik minat serta antusiasme responden agar mereka dapat menerima pengetahuan tentang gizi dan kesehatan dengan baik (Pratiwi, 2021). Media edukasi berupa *leaflet* dalam penelitian ini menyajikan informasi bergambar mengenai gizi seimbang pada balita usia 24–59 bulan. dan responden dapat menerima informasi yang disampaikan pada isi *leaflet* ini dengan baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *leaflet* sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan responden.

Pemilihan *leaflet* sebagai media edukasi gizi sangat tepat untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita. Hal ini dikarenakan *leaflet* memiliki gambar, warna, dan desain menarik serta mudah digunakan untuk menyampaikan materi secara menarik, sehingga ibu tidak merasa bosan dengan materi yang disampaikan (Saputra *et al.*, 2022).

Pada penelitian ini, peneliti juga menerapkan metode ceramah sebagai salah satu cara edukasi. Menurut Sukmawati (2022), metode ceramah efektif digunakan untuk kelompok yang perlu menyimpan dan memanfaatkan informasi yang diterima. Kelebihan metode ini meliputi efisiensi, kemudahan pelaksanaan, dan kemampuan menyampaikan pengetahuan secara sistematis.

Metode ceramah adalah metode menyampaikan informasi secara langsung tentang gizi seimbang kepada ibu balita. Metode ini memungkinkan sasaran berinteraksi langsung dengan narasumber (Septianto *et al.*, 2020). Metode ini juga menyampaikan materi secara terstruktur dan mencakup materi yang luas, sehingga ibu balita mendapatkan pengetahuan yang lebih baik tentang gizi seimbang setelah pendidikan kesehatan (Wirabumi, 2020).

Pentingnya pengetahuan gizi seimbang bagi orang tua terutama ibu adalah kunci keberhasilan status gizi balita yang ditentukan oleh informasi dan pengetahuan yang dimiliki ibu. Dengan pengetahuan tersebut, ibu dapat menyediakan makanan bergizi seimbang sesuai kebutuhan balita dan makanan sehat untuk keluarga (Chabibah *et al.*, 2020).

Perbedaan Rata-Rata Skor Pengetahuan Total *Pre Test* dan *Post Test*

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas, didapatkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *mann whitney* bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan nilai *pre test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ditunjukkan dengan nilai *P Value* = 0,540 > α 0,05. Serta didapatkan ada perbedaan perubahan pengetahuan antar kedua kelompok secara statistik sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ditunjukkan dengan pengetahuan saat *post test P value* 0,001 < α 0,05.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Muthiah, Watana dan Sitasari, 2023) pada nilai *pre test* kelompok intervensi 55,99 poin dan nilai *post test* 91,93 poin sedangkan nilai *pre test* kelompok kontrol 55,73 poin dan nilai *post test* 72,66 poin. Poin dengan nilai *P Value* = 0,000 < α 0,05 terdapat pengaruh yang signifikan pada nilai pengetahuan kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan.

Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu ibu balita belum pernah mendapatkan edukasi tentang gizi seimbang pada balita usia 24 – 59 bulan. Hal ini memungkinkan terdapat perbedaan pengetahuan terhadap informasi yang disampaikan. Faktor lain adalah lingkungan dikarenakan pada saat pemberian perlakuan edukasi gizi dengan metode ceramah menggunakan *power point*, lingkungan kurang kondusif karena ada beberapa ibu balita membawa anaknya saat penyuluhan. Selain itu adanya komunikasi atau diskusi antara beberapa responden saat mengisi soal *pre test* maupun *post test* sehingga hal ini mempengaruhi daya terima terhadap materi yang disampaikan. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Notoatmodjo yaitu pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu usia, pendidikan, informasi, lingkungan, pengalaman, ekonomi, dan sosial budaya. Namun hal ini dapat dilakukan dengan upaya pemberian edukasi lebih dari satu kali dengan durasi yang lebih lama serta dibutuhkan lingkungan yang lebih kondusif hal tersebut akan meningkatkan daya tangkap dibandingkan dengan suasana yang kurang kondusif.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan Berdasarkan hasil penelitian gambaran karakteristik usia sebagian besar responden berkisar pada usia 26 – 35 tahun pada kelompok intervensi terdiri dari 20 responden (71,4%) dan kelompok kontrol 15 responden (53,6%), karakteristik pendidikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol responden terbanyak adalah dengan tingkat pendidikan tinggi yaitu masing-masing kelompok terdiri dari 21 responden (75,0%), karakteristik pekerjaan dengan mayoritas pada kelompok intervensi adalah bekerja yaitu terdiri dari 16 responden (57,1%), sedangkan pada kelompok kontrol tidak bekerja terdiri dari 16 responden (57,1%). Dari analisis statistik menggunakan uji *wilcoxon* terdapat pengaruh pemberian media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas dan dari analisis statistik menggunakan uji *mann whitney* tidak ada perbedaan yang signifikan nilai *pre test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol serta ada perbedaan peningkatan rata-rata pengetahuan gizi seimbang antar kedua kelompok secara statistik sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Rekomendasi Bagi Responden : Setelah mendapatkan pendidikan gizi ini, diharapkan para ibu dapat mempertahankan pengetahuan sehingga dapat mengubah sikap dan mengambil tindakan yang tepat mengenai gizi seimbang untuk balita usia 24 – 59 bulan sehingga dapat mencegah terjadinya permasalahan gizi pada balita. Bagi Institusi : Diharapkan sekolah bekerjasama dengan pihak puskesmas agar memberikan edukasi kepada ibu mengenai pentingnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Dapat dilakukan dengan memanfaatkan media *leaflet* sebagai media promosi kesehatan yang berisikan informasi mengenai gizi seimbang pada balita usia 24 – 59 bulan. Bagi Puskesmas Kecamatan Palmatak : Media *leaflet* dapat dijadikan sebagai media penyuluhan gizi seimbang pada ibu balita agar pengetahuan dapat tercapai serta untuk membantu program pemerintah di Kabupaten Kepulauan Anambas dalam mencegah terjadinya masalah gizi pada balita. Bagi Penelitian Lain : Diharapkan peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan media promosi kesehatan yang berbeda seperti lembar balik, media kalender dan melanjutkan penelitian dengan variabel lain seperti sikap dan pola makan pada balita usia 24 – 59 bulan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin mengucapkan terimakasih atas bantuan dan dukungan baik moril dan materil kepada: 1) Institusi Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan, dan

2) pembimbing dari Universitas Mohammad Husni Thamrin

REFERENSI

- Astuti, R. A., & Fitriana, R. N. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Flipchart* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan *Stunting* Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Manahan. Universitas Kusuma Husada Surakarta
- Azrimaidaliza, Khairany, Y., Putri, R. (2021). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Keluarga dalam Meningkatkan Imunitas Selama Pandemi COVID-19. Jurnal Ilmiah Kesehatan Universitas Andalas
- Chabibah, N., Khanifah, M., & Kristiyanti, K. (2020). Pengaruh Pemberian Modifikasi Edukasi *Booklet* Gizi Balita Dan *Cooking Class* Terhadap Pengetahuan Dan Pola Pemberian Makan Balita. Jurnal Kebidanan Indonesia Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
- Fitria, & Sudiarti, T. (2021). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kesehatan pada Ibu Balita di Mampang, Depok. Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas Universitas Sultan Ageng Tirtayasa
- Herdhianta, D., Assafa, M. R., H.D.S. (2023). Pengaruh Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar. Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat Poltekkes Kemenkes Bandung
- Kusumawati, D. D., Budiarti, T., & Susilawati. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Balita *Stunting*. Stikes Al Irsyad Al Islamiyyah Cilacap
- Muthiah, A. B., Waryana, & Sitasari, A. (2023). Pengaruh Penggunaan Media *Traffic Light Card* MPASI Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Dalam Pencegahan *Stunting* Pada Balita Usia 6-25 Bulan Di Puskesmas Bambanglipuro. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta Poltekkes RS dr. Soepraoen. [Online]. <https://repository.itsk-soepraoen.ac.id/605/> [Diakses 5 Oktober 2024]
- Pratiwi, H., Bahar, H., & Rasma. (2017). Peningkatan Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Ibu Dalam Upaya Pencegahan Gizi Buruk Pada Balita Melalui Metode Konseling Gizi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wua-Wua Kota Kendari Tahun 2016. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo
- Pratiwi, M. P. (2021). Pengaruh Edukasi Tentang Diare Dengan Menggunakan Media *Leaflet*

- Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pencegahan Diare Pada Balita Di Puskesmas Wonoasih Kota Probolinggo. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Universitas Nurul Jadid
- Rahmadia, Z. R., & Mardiyah, S. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Balita Di Kelurahan Sungai Bambu. Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Mohammad Husni Thamrin
- Ramadhanti, C. A., *et al.* (2019). Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. Jurnal Kedokteran Diponegoro Universitas Diponegoro
- Savita, R., & Amelia, F. (2020). Hubungan Pekerjaan Ibu, Jenis Kelamin, dan Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Kejadian *Stunting* Pada Balita 6-59 Bulan di Bangka Selatan. Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang Stikes Citra Delima Bangka Belitung
- Septianto, A., Wahyu, Nurmutia, S., Feblidiyanti, N., & Junaenah. (2020). Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat Guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pematang Provinsi Jawa Tengah.
- Sukmawati, I., dkk. (2022). Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Dan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). Healthcare Nursing Journal
- Suriani, N., Moleong, M., K.W. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Balita Di Desa Rambusaratu Kecamatan Mamasa. Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Manado
- Utaminingsyas, F., & Lestari, R.M. (2020). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Balita Dengan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Ibu. Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga Universitas Aufo Royhan
- Wirabumi, R. (2020). Metode Pembelajaran Ceramah