Borneo Nursing Journal (BNJ)
Volume 8, Nomor 1, Tahun 2025, Halaman 789-798 P-ISSN: 2685-5054
https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ E-ISSN: 2654-8453

Pengaruh Edukasi Nutrisi Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Bilato Kab. Gorontalo

Pebriyanti Hasan[1], Zuriati Muhamad[2] , Levana Sondakh[3] , Rizky Nikmathul Husna Ali[4]
[1,2,3,4] Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email: zuriatimuhamad@umgo.ac.id[2]

Abstrak

Latar Belakang: Kehamilan merupakan periodekritis yang memerlukan perhatiankhususterhadap asupan nutrisi. Pengetahuan yang kurang mengenai gizi dapat menimbulkan risiko kesehatan bagi ibu dan janin, seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK), anemia, hingga kelahiran bayi dengan berat badan rendah (BBLR). Upaya peningkatan pengetahuan dapat dilakukan melalui edukasikesehatan menggunakan media leaflet. Leaflet sebagai media cetak edukatif bersifat praktis, mudah dipahami, dan dapat dibaca berulang, sehingga efektif dalam menyampaikan informasi gizi. Tujuan: Menganalisis pengaruh edukasi nutrisi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan ibuhamildi wilayah kerjaPuskesmas Bilato, KabupatenGorontalo. Metode: Desain penelitian kuasi- eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest with control group* dan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah 32 ibu hamil yang dibagi purposive menjadi dua kelompok: intervensi dengan edukasi leaflet (n=16) dan kontrol tanpa intervensi (n=16). Instrumen berupa kuesioner diberikan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil: Rata-rata skor pengetahuan ibu hamil pada kelompok intervensi meningkat dari 47,81 menjadi 63,75 setelah edukasi. Uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan signifikan (p=0,001), sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan bermakna (p=0,739). Uji Mann-Whitney memperlihatkan perbedaan signifikan hasil posttest antara kedua kelompok (p=0,000). Kesimpulan: Edukasi nutrisi menggunakan leaflet efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Media ini direkomendasikan sebagai alat edukatif bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan kesadaran gizi selamakehamilan.

Kata kunci: Edukasi Nutrisi, Leaflet, Pengetahuan, Ibu Hamil, Gizi Seimbang.

Abstract

Background: Pregnancy is a critical period that requires special attention to nutritional intake. Limited knowledge of nutrition may pose health risks for both mother and fetus, such as Chronic Energy Deficiency (CED), anemia, and low birth weight (LBW). Efforts to improve knowledge can be carried out through health education using leaflets. As an educational print medium, leaflets are practical, easy to understand, and can be read repeatedly, making them effective for delivering nutritional information. Objective: To analyze the effect of nutritional education using leaflets on the knowledge of pregnant women in the working area of Bilato Health Center, Gorontalo District. Methods: This study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach and quantitative methods. The subjects were 32 pregnant women purposively divided into two groups: intervention with leaflet-based education (n=16) and control without intervention (n=16). A questionnaire was administered before and after the intervention. Results: The average knowledge score of pregnant women in the intervention group increased from 47.81 to 63.75 after education. The Wilcoxon test showed a significant improvement (p=0.001), while the control group showed no significant difference (p=0.739). The Mann-Whitney test indicated a significant difference in posttest results between the two groups (p=0.000). Conclusion: Nutritional education using leaflets is effective in improving the knowledge of pregnant women. This medium is recommended as an educational tool for health workers to raise nutritional awareness during pregnancy.

Keywords: *Nutritional Education, Leaflet, Knowledge, Pregnant Women, Balanced Nutrition*

1. PENDAHULUAN

Nutrisi merupakan komponen penting yang dibutuhkan tubuh untuk menjalankan berbagai fungsi fisiologis, termasuk metabolisme, pertumbuhan, serta

perkembanganjaringan [1]. Pada masa kehamilan, kebutuhan nutrisi meningkat karena adanya kebutuhan tambahan untuk pertumbuhan janin dan perubahan fisiologis ibu. Kekuranganasupangiziseimbang dapat

menimbulkan berbagai masalah kesehatan baik pada ibu maupun janin, seperti anemia, berat badan lahir rendah, prematuritas, bahkan meningkatkan risiko stunting [2], [3].

Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibuhamil di Indonesia sebesar 17,3%. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat penurunan prevalensi menjadi 16,9%, namun angka tersebut masih belum mencapai target Kementerian Kesehatan 2024 yakni 10% [4]. Kondisi serupa juga ditemukan di Provinsi Gorontalo, di mana kasus KEK pada ibu hamil masih cukup tinggi, meskipun mengalami fluktuasi dalam tigatahunterakhir [5].

Berbagai penelitian menunjukkan bahwarendahnya pengetahuan ibuhamil tentang gizi merupakan faktor utama yang memengaruhi status gizi dan kesehatan kehamilan. Misalnya, diet tidak sehat seringkali disebabkan oleh minimnya pemahaman mengenai makanan bergizi serta keterbatasan akses ekonomi [6]. Kekurangan gizi pada ibu hamil berhubungan dengan risiko abortus, bayi lahir dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, gangguan imunitas, bahkan kematian neonatal [7]. Sebaiknya, konsumsi makanan berlebih juga berisiko menimbulkankomplikasi sepertimakrosomia dan preeklampsia [8].

Bidan berperan penting dalam memberikan edukasi gizi yang tepat kepada ibu hamil. Melalui edukasi yang terstruktur, bidan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya zat gizimikro (zat besi, kalsium, asam folat, protein) yang esensialuntuk mencegah stunting dan komplikasi kehamilan [9]. Media edukasi yang efektif seperti leaflet dan Buku KIA terbuktimeningkatkan pemahaman sertakepatuhanibuhamildalam memenuhikebutuhan nutrisinya [10], [11].

Sejumlah penelitian relevan mendukung pentingnya intervensi edukasi gizi. Putri et al. (2021) menegaskan bahwa edukasi gizi meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pola makan sehat [12]. Penelitian Hartanti et al. (2024) menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ibu hamil dengan pencegahan stunting [13]. Retnaningtyas (2023) melaporkan bahwa kelebihan asupan nutrisi dapat memicu preeklampsia [14]. Mulyani et al. (2018) menekankan peran bidan dalam memotivasi ibuhamil menjaganutrisi [15]. Sementara itu, Pemi et al. (2024) menemukanbahwa pengetahuan rendah berdampak langsung pada pola makantidak seimbang ibuhamil [16].

Meskipun penelitian terkait edukasinutrisi sudah banyak dilakukan, kajianyang secara spesifik menguji efektivitas edukasi nutrisi di wilayah kerja Puskesmas Bilato masih sangat terbatas. Hal ini menjadi celah (gap analysis) yang pentinguntuk diteliti, mengingat data Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo tahun 2023-2024 masih menunjukkan adanya ibu hamil dengan KEK sertakasus stunting [17].

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi nutrisi terhadap pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bilato. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan upaya promotif-preventif kesehatan ibu, sekaligus mendukung pencapaian target penurunan KEK nasional.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan quasi-eksperimen dengandesain *pretest-posttest control group* desain ini memungkinkan peneliti membandingkan perubahan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi nutrisi pada kelompok intervensi dan kontrol [18], [19].

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitiandilaksanakandi wilayah kerja Puskesmas Bilato, Kabupaten Gorontalo, pada bulan Juli 2025. Pemilihan lokasi didasarkan pada data kasus KEK ibu hamil yang masih ditemukan padatahun 2023-2024 [5], [17].

2.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitianadalahseluruh ibuhamildi wilayah kerjaPuskesmas Bilato. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi yaitu ibu hamil yang bersedia menjadi responden dan hadir pada kegiatan edukasi. Besar sampel ditentukan dengan mempertimbangkan keterbatasan waktu dan kelayakan penelitian lapangan [21].

2.4 Instrumen Penelitian

Instrumen utama yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan nutrisi yang disusun berdasarkan indikator kebutuhan gizi ibu hamil meliputi karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air [1], [22]. Instrumen pendukung berupa leafletsebagai media edukasi [10], [23], serta Satuan Acara Penyuluhan (SAP) yang dirancang untuk memandu proses edukasi sesuai standar promosikesehatan [24].

2.5 Prosedur Penelitian

Tahapan penelitian terdiri dari:

a. **Tahap persiapan**: penyusunan kuesioner, leaflet, SAP, serta uji coba instrumen.
b. **Tahap pelaksanaan**: pemberian pretest kepada responden, kemudian edukasi nutrisi dilakukan pada kelompok intervensi menggunakan leaflet, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.
c. **Tahap evaluasi**: pemberian posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan setelah intervensi.

2.6 Teknik Analisis Data

Data dianalisis menggunakan program **SPSS**. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden. Analisis bivariat menggunakan uji **Wilcoxon** untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan dalam kelompok, serta uji **Mann-Whitney** untuk mengetahui perbedaan antarkelompok [25].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

3.1.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini dibedalkaln menjadi tiga variabel utama, yaitu umur, pendidikan, dan pekerjaan. Responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri dari 16 orang.

Pada tabel 1 berikut menjabarkan distribusi responden berdasarkan karakteristik. Berdasarkan kategori umur pada tabel 1, mayoritas responden pada kedua kelompok berada dalam kategori usia berisiko rendah (20-35 tahun), yaitu sebanyak 12 orang (75%) pada kelompok intervensi dan 12 orang (75%) pada kelompok kontrol. Sementara itu, responden yang tergolong dalam usiaberisiko tinggi, baikkarena usiakurang dari 20 tahunmaupun lebih dari 35 tahun, masing-masing berjumlah 2 orang (12,5%) di kedua kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi

usia responden cukup merata dan sebagian besar berada pada usia yang ideal untuk kehamilan.

Talbel 1. Distribusi Responden berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur				
Beresiko Tinggi (<20 Talhun)	2	12.5	2	12.5
Beresiko Rendah (20-35 Talhun)	12	75.0	12	75.0
Beresiko Tinggi (>35 Talhun	2	12.5	2	12.5
TOTAL	16	100	16	100
Pendidikaln				
SD-SMP	10	62.5	10	62.5
SMAL/SMK	5	31.3	5	6.3
D3/S1	1	6.3	1	6.3
TOTAL	16	100	16	100
Pekerjaaln				
IRT	13	81.3	15	93.7
HONOR/ PNS	3	18,7	1	6.3
TOTAL	16	100	16	100

Sumber Data Primer (2025)

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden dikedua kelompok memiliki tingkat pendidikan SD-SMP, yaitu sebanyak 10 orang (62,5%) pada kelompok intervensi dan kontrol. Responden dengan latarbelakang pendidikan SMA/SMK berjumlah 5 orang (31,3%) di masing-masing kelompok, sedangkan yang memiliki pendidikan D3/S1 tercatat hanya 1 orang (6,3%) di setiapkelompok. Data inimenunjukkanbahwa mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan menengah ke bawah. Dalam hal pekerjaan, sebagian besar responden di kedua kelompok merupakan Ibu Rumah Tangga (IRT). Pada kelompok intervensi,jumlah IRT sebanyak 13 orang (81,3%), sedangkan pada kelompok kontrol sebanyak 15 orang (93,7%). Responden yang bekerja sebagai honorer atau PNS hanya sebanyak 3 orang (18,7%) pada kelompok intervensi dan 1 orang (6,3%) pada kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil dalam penelitian ini tidak memiliki pekerjaan formal dan berfokus pada urusan rumah tangga.

3.1.2 Analisis Univariat

Responden dalam penelitialn ini sebanyak 32 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang masing-masing kelompok sebanyak 16 responden.

Tabel 2. kelompok Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkalt pengetahuan pada kelompok Intervensi

Tingkat Pengetahuan	Pre		Post	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	0	0	2	12.5
Cukup	3	18.8	12	75.0
Kurang	13	81.3	2	12.5
TOTAL	16	100	16	100

Sumber Data Primer (2025)

Hasil pengetahuan menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di wilayah kerjaPuskesmals Bilatosebelumdilaksanakanedukasi dengan media leaflet meliputi tingkat pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (81.3%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (18.8%), dan tidal k ada yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Setelah dilaksanakan pemberian edukasi menggunalkaln medial leaflet, malsih ada 2 ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan kurang (12.5%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 12 orang (75.0%), dan tingkat pengetahuan baik sebanyak 2 orang (12.5%). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi dengan media leaflet dapat meningkal tkaln pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang. Setelah dilakukan intervensi (post-test), terjadi perubahan positif yang cukup mencolok. Sebanyak 12 orang (75%) malsuk dalam kategori cukup, 2 orang (12,5%) meningkal t menjadi baik, dan hanya 2 orang (12,5%) yang malsih dalam kategorikurang.

Talbel 3. Kelompok Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkalt pengetahuan pada kelompok kontrol

Tingkat Pengetahuan	Pre		Post	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	0	0	0	0
Cukup	4	25.0	10	62.5
Kurang	12	75.0	6	37.5
TOTAL	16	100	16	100

Sumber Data Primer (2025)

Hasil analisis terhadap tingkat pengetahuan responden dalam kelompok kontrol menunjukkan adanya peningkatan, meskipun tidalk terlallu signifikaln. Pada pre-test (sebelum perlakuan), mayoritas responden memiliki pengetahuandalam kategorikurang, yaitu sebanyak 12 responden (75%), dan hanya 4 responden (25%) yang berada pada kategori cukup. Tidal k ada responden yang tergolong dalam kategoribaik.

Setelah dilakukan post-test, terdapat perbaikan pengetahuan Responden dengan pengetahuan cukup meningkal t menjadi 10 responden (62,5%), Sementa l ra jumlalh responden dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 6 orang (37,5%), Nalmun, tidalk ada responden yang mencapai kategoribaik.

3.1.3 Analisis Bivariat

a. Kelompok Intervensi

Talbel 4. Hasil uji analisis Wilcoxon pada kelompok intervensi

Pengetahuan	Mean (SD)	Selisih Mean (CI 95%)	Min-Max	p value
Pretest	47.81	15.94	40-60	0,001
Posttest	63.75		50-90	

Sumber Data Primer (2025)

Merujukpada hasilujidalam tal bel 4, hasil analisis data pretest dan posttest pengetahuan ibuhamil pada kelompok intervensi menunjukkan adanya peningkatanyang

signifikan setelah diberikan edukasi menggunakan media leaflet. Rata-rata nilai pengetahuan sebelum intervensi

(pretest) adalah 47,81, dengan nilai minimum sebesar 40 dan maksimum 60. Setelah intervensi (posttest), nilai rata-rata meningkat menjadi 63,75, dengan rentang nilai antara 50 hingga 90.

Selisihrata-rata nilai pengetahuan antara pretest dan posttest adalahsebesar 15,94, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai ρ = 0,001, yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwaterdapat perbedaanyang signifikansecara statistik antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

b. Kelompok Kontrol

Talbel 5. Hasil uji analisis Wilcoxon pada kelompok Kontrol

Pengetahuan	Mean (SD)	Selisih Mean (CI 95%)	Min-Max	*p value*
Pretes	49.6	-0.22	35-60	0.739
t	49.38		40-60	
Postte				
st				

Sumber Data Primer (2025)

Hasil dari talbel 5 menunjukkan tidak adanya peningkatan yang signifikan setelah dilakukan pengukurantanpaintervensiedukasi. Rata-rata nilai pengetahuan pretest adalah 49,6, dengan nilai minimum sebesar 35 dan maksimum 60. Dilihat dari posttest, rata-rata nilai pengetahuan sedikit menurun menjadi 49,38, dengan rentang nilai antara 40 hingga 60.

Selisih rata-rata antara pretest dan posttest adalah sebesar -0,22, yang menunjukkan bahwatidakterdapat peningkatan pengetahuan yang berarti. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai ρ = 0,739, yang jauh lebih besar dari batas signifikansi 0,05. Hal inimenunjukkanbahwa perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol tidak signifikan secara statistik.

c. Pengaruh Edukasi dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Talbel 6. Hasil uji analisis malnn whitney untuk melihat pengalruh edukasiterhadap pengetahuan ibuhamil

Pengetahuan	Mean (SD)	Mean Rank	*p value*
Post Intiervi	16	12,62	0,000
ensi Post	16		
Kointroil			
Totall	32		

Sumber Data Primer (2025)

Merujukpadahasiltal bel 6 analisis perbandingan tingkat pengetahuan ibuhamil setelah intervensi dilakukan menggunakan uji *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan antara kelompok intervensidan kelompok kontrol. Jumlah responden dalammasing-masing kelompok adalah 16 orang, dengan totalkeseluruhan 32 responden.

Hasil uji menunjukkan bahwa rata-rata peringkat (Mean Rank) pada kelompok intervensi adalah lebih tinggi, yaitu sebesar 12,62, dibandingkan dengan kelompok kontrol. Nilai p (p-value) = 0,000, yang jauh lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara tingkat

pengetahuan ibu hamil pada kelompok yang diberikan edukasi melalui media leaflet dan kelompok yang tidak diberikan intervensi. Dengandemikian, dapatdisimpulkan bahwaedukasi menggunakan leaflet secara efektif meningkatkan pengetahuan nutrisi ibuhamil dibandingkan dengan kelompok kontrol.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Karakteristik Responden

a. Umur Responden

Sebagian besar responden baikpadakelompok intervensimaupunkontrolberadadalam rentang usia 20–35 tahun, yakni sebanyak 12 orang (75,0%) pada masing-masing kelompok. Responden dengan usia <20 tahun dan >35 tahun masing-masing sebanyak 2 orang (12,5%), yang dikategorikan sebagaiberisiko tinggi dalam kehamilan.

Penelitiberasumsi bahwaibuhamildengan usia 20–35 tahuntergolong usiareproduktif yang optimal secarabiologis, sehingga memilikikesiapan lebih baik dalam menerima edukasi dibandingkan usia risiko tinggi. Usia ini juga diasumsikan berkorelasi positif terhadap kemampuan memahami materi edukasi yang diberikan.

Menurut Kemenkes RI (2021), usia kehamilan ideal berkisar antara 20–35 tahunkarena pada rentang ini risiko komplikasi lebih rendah dan kapasitas kognitif dalam menyerap informasilebih stabil [5]. Ibudenganusiaremaja ataulanjut usiacenderung memilikitantangan biologis maupun psikologis dalammemahami informasikesehatan.

b. Pendidikan

Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SD-SMP, sebanyak 10 orang (62,5%) padamasing-masing kelompok. Responden dengan pendidikan SMA/SMK berjumlah 5 orang (31,3%), dan hanya 1 orang (6,3%) yang memilikipendidikan D3/S1.

Asumsi peneliti adalah semakin rendah tingkat pendidikan, maka semakin besar kemungkinan ibu mengalami kesulitan dalam memahami materi edukasi, terutama yang bersifat teknis atau ilmiah. Oleh karena itu, media edukasi seperti leaflet dipilih karena bentuknya visual, sederhana, dan mudah dipahami.

Menurut Fitriana & Lestari (2022), tingkat pendidikan memengaruhi pengetahuan kesehatan individu, di mana ibu dengan pendidikan dasar membutuhkan media edukatif yang lebih sederhana [12]. Leafletterbuktiefektifkarenamampu menyajikan informasisecara visual dankomunikatif [10], [23].

c. Pekerjaan

Mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga (IRT), sebanyak 13 orang (81,3%) di kelompok intervensi dan 15 orang (93,7%) di kelompok kontrol. Sisanya bekerja sebagai honorer atau PNS. IRT dinilai memiliki waktu luang yang lebih fleksibel dibandingkan ibu bekerja, sehinggalebih mudahdijangkau untuk edukasi. Selain itu, peran IRT sebagaipengelola konsumsi keluarga menjadikan mereka lebih strategis dalam pengambilan keputusan terkait gizi rumah tangga.

Sari & Putra (2023) menyebutkan bahwa IRT lebih aktif berpartisipasi dalam program kesehatan masyarakat dibandingkan ibu bekerja, karena keterikatan waktu kerja yang lebih sedikit sertaperan domestikyang erat dengan pengelolaan makanankeluarga [14].

3.2.2 Pengetahuan tentang Gizi Seimbang padaIbu Hamil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi dengan leaflet, mayoritas ibu hamil memiliki pengetahuan rendah (81,3%), sedangkan setelah edukasi terjadi

peningkatan signifikan: pengetahuan baikmeningkat menjadi 12,5%, cukup 75,0%, dan kurang turun menjadi 12,5%.

Asumsi peneliti adalah bahwa leaflet sebagai media edukasi visual mampu membantu ibu memahami informasi secara mandiri dan berulang. Leaflet memiliki kelebihan dari sisi konten ringkas, mudah dibawa, dan dapat dibaca kapan saja. Hal ini selaras dengan penelitian Sari et al. (2022) yang menyatakan bahwa leaflet efektif meningkatkan pemahaman karena bentuknya sederhana dankomunikatif [23].

Pengetahuan gizi selama kehamilan penting karena memengaruhi perilaku konsumsi ibu dalammemilihmakananbergizi, beragam, dan sesuaikebutuhanjanin [1], [6]. Rendahnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko anemia, KEK, bahkankomplikasikehamilan [2], [7].

Esti etal. (2023) menambahkan bahwakesadaran ibuterhadaptandabahaya kehamilan juga merupakan bagian integral dari pengetahuan, yang membantu ibu mengambil keputusan tepat dalam menjaga kesehatan janin [13]. Hal ini diperkuat dengan penelitian Santika & Ratih (2022), yang melaporkan peningkatan signifikan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi menggunakan leaflet [15].

3.2.3 Pengaruh Edukasi dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan perbedaan bermakna antara kelompok intervensi (mean rank 22,81) dan kontrol (mean rank 10,19), dengan p-value = 0,000 (p < 0,05). Hal ini membuktikan bahwa edukasi menggunakan leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibuhamil.

Perbedaan terjadi karena kelompok intervensi menerima edukasi aktif melalui leaflet, yang bersifat visual dandapat dibaca berulang,sehinggaretensi informasilebih kuat. Kelompok kontroltidakmenerima intervensi, sehinggatidak ada peningkatan pengetahuan.

Menurut Notoadmodjo (2012), media pendidikan kesehatan seperti leaflet efektif karena menyampaikan informasi secara visual dan terstruktur [22]. Teori kognitif Piaget menjelaskan bahwa pengetahuan diperoleh melalui proses asimilasi dan akomodasi stimulus baru [24]. Selain itu, teori Health Belief Model (HBM) menegaskan bahwa pengetahuan meningkat jika individu merasaberisiko dan menyadari manfaat dari tindakan kesehatanyang dilakukan [8], [9].

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh edukasi nutrisi terhadap pengetahuan ibu hamil menggunakan media leaflet di wilayah kerja Puskesmas Bilato, dapat disimpulkan bahwa edukasi nutrisi melalui leaflet berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan ibuhamil. Sebelumintervensi, mayoritas responden memilikitingkat pengetahuanyang rendah, namun setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan yang signifikan pada kategori pengetahuan cukup hinggabaik. Hal ini membuktikanbahwa penyampaian informasigizi yang terstruktur, sederhana, dan mudahdipahamimampu meningkatkan kesadaran sertapemahaman ibuhamil mengenai pentingnya gizi seimbang selamakehamilan.

Sebaiknya, pada kelompok kontrol yang tidak menerima edukasi tidak ditemukan peningkatan pengetahuanyang berarti, bahkan cenderung stagnan setelah periode pengamatan. Kondisi ini menegaskan bahwa tanpa adanya upaya edukatif, pengetahuan ibu hamil tidak berkembang optimal. Secarakeseluruhan, edukasi nutrisi menggunakan leafletterbukti efektif sebagai media pembelajaran kesehatan karena bersifat praktis, dapat diakses kapan saja, serta memfasilitasi proses belajar mandiri

ibu hamil dalam memahami pentingnya konsumsi makananbergizi seimbang untuk

DAFTAR PUSTAKA

[1] R. N. Fadlilah, "Pembagian Nutrisi Untuk Ibu Hamil," *J. Pengabdi. Masy. Teknol. Kesehat.*, vol. 03,pp. 1–3, 2022.

[2] Kementerian Kesehatan RI, *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, 2020.

[3] N. Amalia and S. Yuliana, "Dampak Kekurangan Energi Kronik terhadap Kesehatan Ibu dan Janin," *J. Kesehatan Reproduksi*, vol. 14,no. 1,pp. 45–53, 2023.

[4] Kementerian Kesehatan RI, *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemenkes RI, 2021.

[5] E. Winarni, "Konsep Dasar Ilmu Gizi dalam Kehidupan Sehari-hari," *J. Kesehatan Masyarakat*, vol. 8,no. 1, pp. 23–31, 2020.

[6] S. D. Alstuti and N. Hidayah, "PenyuluhanKesehatanNutrisipadaIbuHamil," *Pengabdi. Masy. Jajamai*, vol. 1,pp. 76–85, 2022.

[7] D. A. Putri, S. Suryani, and I. Lestari, "Pentingnya AsupanGizi Seimbang bagiKesehatan Tubuh," *J. Gizi danKesehatan Indonesia*, vol. 13,no. 2,pp. 112–119, 2021.

[8] I. M. Rosenstock, "Historical Origins of the Health Belief Model," *Health Education Monographs*, vol. 2,no. 4,pp. 328–335, 1974.

[9] J. Piaget, *The Psychology of Intelligence*. London: Routledge, 2004.

[10] R. Nurhayati and A. P. Sari, "Efektivitas Leaflet sebagai Media Edukasi Kesehatan Masyarakat," *J. PromosiKesehatan Indonesia*, vol. 18,no. 1,pp. 22–29, 2022.

[11] H. Iskandar and T. Lestari, "Leaflet sebagai Alat Komunikasi Visual dalam Promosi Kesehatan," *J. Media KomunikasiKesehatan*, vol. 12,no. 2,pp. 75–83, 2021.

[12] A. Fitriana and S. Lestari, "Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi," *J. Gizi danKesehatan*, vol. 14,no. 1,pp. 25–32, 2022.

[13] R. Esti, R. A. Suhartono, and L. Dwi, "Kesadaran Ibu Hamil terhadap Tanda Bahaya Kehamilan dan Kaitannya dengan Pengetahuan," *J. KesehatanIbu danAnak*, vol. 7,no. 1,pp. 23–31, 2023.

[14] D. Sari and R. Y. Putra, "Peran Ibu Rumah Tangga dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi," *J. Kesehatan Komunitas*, vol. 15,no. 1,pp. 45–52, 2023.

[15] D. Santika and I. Ratih, "Efektivitas Edukasi Leaflet terhadap Pengetahuan Mahasiswa Tentang Gizi Seimbang," *J. Gizi Terapan*, vol. 10,no. 2,pp. 112–118, 2022.

[16] [16] E. Retnaningtyas, R. P. Siwi, A. Wulandari, H. Qoriah, and D. Rizka, "Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil melalui Edukasi Tanda Bahaya Kehamilan Lanjut di Posyandu," *Al-Dimas J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2,pp. 25–30, 2022.

[17] A. Pemi, S. Annisalal, and A. Rofika, "Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Kehamilan Trimester III di Puskesmas Puriala," *Penelitian Pendidikan Bidan*, vol. 2,pp. 99–104, 2024.

[18] E. Y. Mulyani, A. H. Azizah, and C. R. Lucius, "Pemberdayaan Bidan dalam Pelatihan Peningkatan Pengetahuan Gizi danKesehatandi MasaPandemik," *Pemberdayaan Bidan J.*, vol. 8, 2021.

[19] S. Prawirohardjo, *IlmuKebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2020.

[20] S. Nalsriyalh and S. Ediyono, "Dampak Kurangnya Nutrisi pada Ibu Hamil terhadap Risiko Stunting pada Bayi yang Dilahirkan," *J. Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 14,pp. 161–169, 2023, doi: 10.26751/jikk.v14i1.1627.

[21] D. K. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2021.

[22] S. Notoadmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.

[23] T. F. Hartanti, A. S. Rahmawati, and E. Nuraini, "Leaflet sebagai Media Promosi Kesehatan pada Ibu Hamil," *J. Kebidanan Indonesia*, vol. 11,no. 3,pp. 85-93, 2024.

[24] Rosenstock, I. M. *Historical Origins of the Health Belief Model.* Health Education Monographs, 2(4), 328-335, 1974.

[25] Fitriana, A., & Lestari, S. "Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Giz"i. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 14(1), 25-32, 2022.