

Analisis Efektivitas Dampak Leaflet Kampanye Isi Piringku pada Pengetahuan Gizi Ibu di Wilayah Kerja Kecamatan Setu Kota Tangerang

Susi Shorayasari^{1*}, Intan Silviana Mustikawati², Dessy Aryanti Utami³, Riska Andriyani⁴, Asiyah Zaherah⁵, Lisa Rahma Dewi⁶, Tania Surga Sari⁷, Rasya Aulia Rahma⁸

¹⁻⁸Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

Abstrak

Masa balita merupakan periode krusial dalam pembentukan perkembangan otak dan status kesehatan anak secara keseluruhan. Pemenuhan gizi yang seimbang sangat diperlukan guna mendukung tumbuh kembang optimal, dan peran orang tua, terutama ibu, menjadi faktor kunci dalam menentukan asupan nutrisi anak. Namun, rendahnya pengetahuan gizi pada ibu masih menjadi tantangan, sebagaimana terlihat dalam hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Kecamatan Setu, Kota Tangerang Selatan yang menyebutkan bahwa 60% ibu tidak mengetahui konsep "Isi Piringku". Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas leaflet kampanye Isi Piringku terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu di wilayah kerja kecamatan setu Kota Tangerang tahun 2024. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Quasi Experimental dalam rancangan pretest-posttest pada dua kelompok: kelompok intervensi yang menerima leaflet dan kelompok kontrol yang tidak. Hasil analisis bivariat ditemukan bahwa skor tertinggi yaitu 80,61 pada kelompok intervensi dan 64,43 pada kelompok kontrol dengan selisih skor rata-rata 16,181 pada p-value <0,001. Penggunaan leaflet kampanye Isi Piringku di wilayah kerja kecamatan setu kota tanggerang efektif terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu yang dibuktikan dengan hasil analisis terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Diharapkan pihak puskesmas dapat mengoptimalkan media promosi dalam memberikan pendidikan kesehatan guna meningkatkan pengetahuan karena media memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dibandingkan tidak dengan media.

Kata Kunci: Gizi seimbang, Isi Piringku, Pengetahuan ibu, Leaflet

Abstract

The toddler period is a critical phase in brain development and overall child health. Balanced nutrition is essential to support optimal growth and development, with parents—especially mothers—playing a key role in determining children's nutritional intake. However, limited maternal nutrition knowledge remains a challenge, as shown in a preliminary study conducted in the Setu Subdistrict, South Tangerang City, where 60% of mothers were unaware of the "Isi Piringku" concept. This study aims to analyze the effectiveness of the "Isi Piringku" campaign leaflet in improving mothers' nutritional knowledge in the Setu Subdistrict area, South Tangerang City, in 2024. This research used a quantitative approach with a quasi-experimental design in a pretest-posttest format involving two groups: an intervention group that received the leaflet and a control group that did not. Bivariate analysis results showed the highest score was 80.61 in the intervention group and 64.43 in the control group, with an average score difference of 16.181 and a p-value < 0.001. The use of the Isi Piringku campaign leaflet in the Setu Subdistrict area of South Tangerang City proved effective in increasing maternal nutritional knowledge, as evidenced by a significant difference in knowledge levels before and after the health education intervention. It is recommended that community health centers (puskesmas) optimize the use of promotional media in delivering health education, as media has a significantly greater impact on knowledge acquisition compared to education without media support.

Keywords: Balanced nutrition, Isi Piringku, Maternal knowledge, Leaflet

Pendahuluan

Periode balita, yang meliputi rentang usia 1 hingga 5 tahun atau 12 hingga 60 bulan, menandai fase penting dalam pembentukan perkembangan otak dan kesehatan secara keseluruhan ⁽¹⁾. menekankan bahwa peran orang tua dalam memberikan pola asuh, terutama dalam hal pola makan, memiliki dampak besar pada pencapaian pertumbuhan dan kesehatan optimal pada anak-anak usia ini. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua tentang pola makan berhubungan erat dengan status gizi anak balita, menggaris bawahi pentingnya pendidikan dan pemahaman yang baik tentang nutrisi pada tahap awal kehidupan ⁽²⁾. Seiring dengan itu, karena balita sedang mengalami perubahan dari konsumsi

*Korespondensi:

Susi Shorayasari, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna Utara No. 9, Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510, Email: susi.shorayasari@esaunggul.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.70304/jmsi.v5i01.39>

Copyright © 2026, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia, E-ISSN: 2828-1381, P-ISSN: 2828-738X

makanan bayi menuju makanan yang lebih beragam dan padat nutrisi, perlunya asupan nutrisi yang seimbang menjadi sangat penting ⁽³⁾. Kurangnya nutrisi dapat meningkatkan risiko terjadinya gizi buruk dan berbagai penyakit, oleh karena itu, pemberian nutrisi yang cukup, termasuk karbohidrat, protein, lemak, serat, vitamin, dan mineral, menjadi kunci dalam memastikan perkembangan anak yang optimal serta mencegah masalah gizi yang dapat berdampak pada masa depan mereka ⁽⁴⁾.

Gizi yang seimbang adalah aspek krusial dalam menjaga kesehatan tubuh manusia. Hal ini melibatkan konsumsi makanan yang menyediakan semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang sesuai. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap masalah gizi dapat dibagi menjadi dua kategori: faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung termasuk pola makan yang tidak sehat dan adanya penyakit tertentu yang memengaruhi penyerapan nutrisi tubuh ⁽⁵⁾. Sementara itu, faktor tidak langsung melibatkan berbagai aspek sosial dan ekonomi, seperti ketidakcukupan kebutuhan pangan dalam keluarga, kurangnya pengetahuan tentang gizi, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan lingkungan yang mendukung ⁽⁶⁾. Di Indonesia, kesadaran akan pentingnya gizi masih belum mencapai tingkat yang memadai. Tingginya angka malnutrisi menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat tentang gizi masih perlu ditingkatkan. Kurangnya pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan pangan dan nilai gizi berkontribusi terhadap situasi ini ⁽⁷⁾. Oleh karena itu, pendidikan gizi, terutama bagi orang tua, memiliki peran penting dalam mengatasi masalah gizi di tingkat rumah tangga. Dengan meningkatkan pengetahuan tentang gizi, orang tua dapat memastikan bahwa keluarga mereka mendapatkan asupan makanan yang seimbang dan memadai, serta mengurangi risiko terkena masalah gizi seperti kekurangan gizi atau obesitas.

Hasil survey oleh Kemenkes RI pada tahun 2023 menunjukkan bahwa Indonesia menghadapi beberapa permasalahan gizi balita yang mencakup stunting, wasting, underweight, dan overweight. Hasil penelitian oleh Hulaila *et al.*, menunjukkan bahwa stunting, yang merupakan pertumbuhan fisik terhambat, menjadi perhatian utama karena prevalensinya yang tinggi, melebihi standar WHO pada 21,6% pada tahun 2022, menandakan tingkat kronisitas masalah ini di negara ini ⁽⁸⁾. Selain itu, penelitian Wei *et al.*, menunjukkan wasting atau kekurangan berat badan juga meningkat dari 7,1% menjadi 7,7%, sementara underweight naik sedikit menjadi 17,1%, dan overweight mengalami penurunan menjadi 3,5%. Lebih lanjut, berdasarkan Survey Diet Total (SDT) 2018, meskipun asupan karbohidrat dan protein memenuhi rekomendasi gizi seimbang, konsumsi lemak melebihi standar yang direkomendasikan. SDT juga menyoroti kekurangan asupan energi dan protein pada anak sekolah serta perlunya peningkatan konsumsi sayur dan buah dalam pola makan yang sehat.

Gizi yang seimbang menjadi fokus utama dalam upaya menjaga kesehatan masyarakat, terutama didasarkan pada empat prinsip utama. Prinsip-prinsip ini meliputi konsumsi makanan bervariasi, mulai dari menerapkan pola hidup bersih dan sehat, menjaga berat badan ideal, dan memprioritaskan gaya hidup aktif dengan olahraga teratur. Pemerintah juga telah memperkenalkan slogan dan visual baru untuk meningkatkan pemahaman akan pentingnya gizi seimbang di antara masyarakat. Contoh dari upaya ini adalah kampanye isi piringku. Salah satu contoh visual yang digunakan adalah “Isi Piringku” yang memberikan panduan jelas tentang komposisi ideal setiap hidangan, dengan 50% sayuran dan sisanya terdiri dari makanan pokok dan lauk pauk ⁽⁹⁾. Peran orang tua dalam memastikan pemenuhan gizi anak sangatlah penting untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal serta mencegah masalah gizi seperti stunting. Salah satu cara orang tua dapat mendukung hal ini adalah dengan memahami kebutuhan gizi anak sesuai dengan tahap perkembangannya dan selalu menyediakan makanan yang sesuai. Tingkat pengetahuan orangtua, khususnya ibu, memiliki dampak yang signifikan terhadap pilihan makanan dan pemberian makanan kepada anak. Penelitian telah menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi sangat berhubungan dengan status gizi balita. Kesalahan dalam pemilihan bahan makanan dan kekurangan gizi dalam makanan dapat disebabkan oleh

kurangnya pengetahuan akan makanan yang kaya gizi, yang pada akhirnya mempengaruhi status gizi anak menjadi kurang baik⁽¹⁰⁻¹²⁾.

Kecamatan Setu merupakan salah satu dari tujuh Kecamatan yang ada di Kota Tangerang Selatan dan memiliki 3 wilayah kerja puskesmas, yaitu puskesmas Setu, Keranggan dan Bakti Jaya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh titik kata.com yang disampaikan Camat Setu bahwasanya masih ada 19 warga yang masih terindikasi Stunting, adapun hal yang sudah dilakukan adalah dengan mengoptimalkan kegiatan edukasi melalui promosi kesehatan yang dilakukan di setiap posyandu di wilayah kerja kecamatan setu dan perlu juga adanya kegiatan-kegiatan yang tidak saja berorientasi pada penanganan stunting akan tetapi diupayakan dapat melakukan pengembangan tentang gizi seimbang agar ibu balita memahami akan pentingnya menjaga pola makan dengan pemenuhan gizi seimbang, untuk dapat memenuhi hal tersebut dibutuhkan kerjasama dari berbagai pihak dengan melibatkan elemen masyarakat, swasta dan semua kader posyandu .

Studi pendahuluan yang dilakukan bulan Agustus 2024 terhadap 10 orang ibu yang memiliki balita di Puskesmas Setu dan Bakti Jaya mengungkapkan pengetahuan para ibu terkait kampanye “Isi Piringku” didapati bahwa 60% di antaranya menjawab dengan salah dan 40% menjawab dengan benar. Secara khusus, 60% tidak mengetahui konsep “Isi Piringku” 60% tidak tahu berapa kali harus makan buah dalam sehari, 70% tidak bisa mengidentifikasi jenis makanan pokok, 90% tidak mengenal makanan yang mengandung vitamin dan mineral, 90% tidak mengetahui jumlah air minum yang disarankan, dan 90% tidak tahu berapa lama durasi cuci tangan yang tepat. Puskesmas juga sebelumnya telah melakukan penyuluhan kesehatan secara tidak teratur, dan belum pernah memberikan informasi tentang kampanye “Isi Piringku” Dengan demikian, peneliti tertarik untuk membuat media promosi kesehatan dengan leaflet serta mengukur efektifitas dari media tersebut dengan membuat 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kontrol.

Pemenuhan gizi pada anak dengan memperhatikan setiap makanan yang dikonsumsi dapat membantu anak dalam proses tumbuh kembang. Namun, dilihat dari studi pendahuluan pengetahuan orang tua masih kurang terhadap pemenuhan gizi seimbang yang terdapat pada kampanye isi piringku pada setiap makan anak sehingga perlu adanya upaya promotif yaitu dengan promosi kesehatan mengenai Kampanye Isi Piringku. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektifitas dampak leaflet kampanye isi piringku pada pengetahuan gizi ibu di posyandu Kecamatan Setu Kota Tangerang Selatan tahun 2024.

Metode

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Setu Kota Tangerang Tahun 2024. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental design* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Penelitian *quasi experimental* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* terhadap 144 ibu, yang terbagi untuk sampel kelompok kontrol 72 ibu dan kelompok intervensi 72 ibu dari 1985 balita di wilayah kerja puskesmas setu dengan kriteria inklusi yaitu ibu yang memiliki balita dan berkunjung ke posyandu dan ibu yang bersedia diwawancarai. Sedangkan kriteria eksklusi adalah ibu yang datang ke posyandu tidak memiliki balita dan ibu yang tidak bersedia diwawancarai.

Analisis data dilakukan secara analisis univariat bertujuan untuk melihat gambaran distribusi atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian dan bivariat untuk mengetahui apakah ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *leaflet* dan perbedaan pengetahuan ibu pada kelompok kontrol dan eksperimen di wilayah kerja setu Kota Tangerang. Selanjutnya dilakukan uji Normalitas data dengan uji statistik Saphiro-Wilks dan didapatkan data tidak berdistribusi dengan normal. Kemudian, uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara

variabel pendidikan kesehatan (variabel independent) dengan variabel pengetahuan (variabel dependen). Sedangkan analisis bivariat *Man Whitney* bertujuan untuk mengetahui perbedaan rata-rata variabel pendidikan kesehatan (variabel independent) dengan variabel pengetahuan (variabel dependen).

Hasil

Tabel 1. Analisis Univariat (N = 72)

Variabel	Min	Max	Mean	SD
Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan				
Eksperimen	38	78	55,68	13,916
Kontrol	30	77	52,45	18,178
Sesudah Pendidikan Kesehatan				
Eksperimen	58	92	80,61	12,665
Kontrol	46	84	64,43	12,387

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa dari 72 ibu balita di Wilayah Kerja Puskesmas Setu Kota Tangerang Selatan pada tahun 2024 bahwa gambaran perolehan skor pengetahuan tentang kampanye isi piringku sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan media *leaflet*, pada kelompok eksperimen terdapat rata-rata skor pengetahuan ibu balita yaitu 55,68 dimana nilai skor pengetahuan terendah adalah 38 kemudian nilai skor pengetahuan tertinggi adalah 78 dan nilai standar deviasi yaitu 13,916. Sehingga, berdasarkan rata-rata skor pengetahuan ibu balita maka didapatkan sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan yang kurang tentang kampanye isi piringku. Dan setelah diberikan penyuluhan didapatkan rata-rata skor pengetahuan ibu balita yaitu 80,61 maka dapat disimpulkan rata-rata pengetahuai ibu balita sebagian besar memiliki pengetahuan baik. Adapun pada kelompok kontrol nilai skor rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tanpa media *leaflet* terdapat 52,45 sehingga berdasarkan rata-rata skor pengetahuan ibu balita memiliki pengetahuan kurang. Dan setelah diberikan ceramah tanpa media *leaflet* ada peningkatan pengetahuan dengan rata-rata skor 64,43 dapat disimpulkan sebagian besar pengetahuan ibu cukup tentang kampanye isi piringku.

Tabel 2. Analisis Bivariat

Variabel	Mean	SD	Mean Difference	SE	Z	Nilai p
Pengetahuan						
Kelompok Eksperimen						
Sebelum Pendidikan	55,68	7,214	-24,931	0,850	-29,325	0,000
Sesudah Pendidikan	80,61					
Pengetahuan						
Kelompok Kontrol						
Sebelum Pendidikan	52,46	12,735	-11,972	1,501	-7,977	0,000
Sesudah Pendidikan	64,43					

Berdasarkan tabel 2 didapatkan nilai pengetahuan ibu balita pada kelompok eksperimen tentang kampanye isi piringku sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan media *leaflet* mengalami kenaikan sebesar 24,931 poin yang dapat dilihat dari nilai rata pengetahuan ibu setelah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 80,61 lebih besar daripada nilai rata-rata pengetahuan ibu sebelum diberikan perlakuan sebesar 55,68. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 yang artinya $<0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan media *leaflet*, dan pada ibu balita pada

kelompok kontrol didapatkan nilai pengetahuan ibu balita tentang kampanye isi piringku sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tanpa media *leaflet* mengalami kenaikan sebesar 11,972 yang dapat dilihat dari nilai rata – rata pengetahuan ibu setelah diberikan pendidikan kesehatan sebesar 64,43 lebih besar daripada nilai rata-rata pengetahuan ibu sebelum diberikan perlakuan sebesar 52,46. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 yang artinya $<0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tanpa media *leaflet* di wilayah kerja Puskesmas Setu Kota Tangerang Selatan tahun 2022.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui gambaran dari 72 ibu balita wilayah kerja puskesmas setu kota tangerang selatan diperoleh skor mean sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dengan leaflet yaitu 55,68 sengan skor minimal 38 dan skor maksimal peserta 78 serta nilai standar deviasinya adalah 13,916. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan kesehatan dengan leaflet mendapatkan skor mean yaitu 80,61. skor minimal 58 dan skor maksimal 92 serta nilai standar deviasinya adalah 12,655. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan, oleh Nurhasanah, yang mendapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu dalam pemenuhan nutrisi sebelum penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa dari 40 ibu yang menjadi responden sebagian besar memiliki perilaku kurang yaitu 24 responden (60%), cukup yaitu 8 responden (20%) dan sebagian kecil memiliki perilaku baik yaitu 8 responden (20%). Penelitian tersebut juga didukung oleh oleh Dakhi yang mendapatkan hasil bahwa ada peningkatan rata-rata pengetahuan sampel sesudah diberikan pendidikan gizi melalui media leaflet.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu staff di puskesmas Setu diketahui bahwa puskesmas belum optimal dalam melakukan sosialisasi tentang kampanye isi piringku sehingga masih banyak ibu balita yang memiliki pengetahuan kurang tentang penyakit tersebut. Dalam memberikan pendidikan kesehatan, penyampaian materi sebaiknya menggunakan alat peraga agar dapat menarik perhatian sasaran. Penyebarluasan informasi dengan menggunakan media visual seperti booklet, leaflet, poster dan lembar bolak balik dalam pendidikan kesehatan telah banyak dilakukan dan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan⁽¹³⁾. *Leaflet* sebagai media atau alat bantu lihat (*visual aid*) dalam memberikan pendidikan menunjukkan hasil yang lebih baik jika dibandingkan dengan memberikan pendidikan tanpa adanya penggunaan media. Penyajian materi pada media *leaflet* lebih singkat, padat dan detail yang kemudian berpengaruh pada ketertarikan seseorang untuk membacanya⁽¹⁴⁾. Seseorang yang terpapar informasi mengenai suatu topik tertentu akan memiliki pengetahuan yang lebih banyak daripada yang tidak terpapar informasi, pemberian media *leaflet* merupakan salah satu metode untuk meningkatkan pengetahuan melalui tulisan dan gambar tentang suatu materi yang akan diberikan⁽¹⁵⁾.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui gambaran dari 72 ibu balita wilayah kerja puskesmas setu kota tangerang selatan diperoleh skor mean sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah yaitu 52,45 sengan skor minimal 30 dan skor maksimal peserta 77 serta nilai standar deviasinya adalah 18,178. Sedangkan setelah diberikan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah mendapatkan skor mean yaitu 64,43. skor minimal 46 dan skor maksimal 84 serta nilai standar deviasinya adalah 12,387. Penyebab rendahnya pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dikarenakan tidak dilakukannya secara berkesinambungan untuk memberikan edukasi pada ibu yang memiliki balita karena pendidikan kesehatan merupakan hal yang penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai kampanye isi piringku.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan seseorang yaitu pendidikan

kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan yang dapat dilakukan dengan tujuan agar masyarakat mengetahui bagaimana cara memelihara, menghindari atau mencegah hal-hal yang dapat merugikan kesehatan mereka sendiri⁽¹⁵⁾. Ceramah merupakan salah satu metode yang dilakukan untuk menyampaikan informasi yang sederhana, mudah serta murah. Metode ini dapat menjangkau berbagai kalangan masyarakat⁽¹⁶⁾. Metode ceramah efektif untuk menyampaikan materi selain murah dan mudah juga dapat menyajikan materi secara luas namun dalam pelaksanaannya, sebaiknya metode ini digunakan apabila penyuluh dapat menguasai materi dengan sistematika yang baik, menguasai sasaran dan mempersiapkan alat-alat bantu pengajaran⁽¹⁷⁾.

Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan hasil rata-rata pengetahuan ibu pada kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet yaitu berjumlah 85,43. Sedangkan, rata-rata pengetahuan ibu pada kelompok kontrol mengenai kampanye isi piringku sebagai pemenuhan gizi seimbang setelah diberikan penyuluhan kesehatan tanpa menggunakan media leaflet yaitu berjumlah 70,00. Terdapat perbedaan signifikan rata-rata pengetahuan gizi dan kesehatan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan kenaikan skor pengetahuan rata-rata 15,43. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Untuk masing-masing kelompok menunjukkan hasil perubahan tingkat pengetahuan yang berarti, hal ini sesuai dengan teori Edgar Dale bahwa penggunaan media dalam memberikan pendidikan dapat meningkatkan penyerapan materi yang diberikan⁽¹⁸⁾.

Pada kedua kelompok diberikan materi yang sama dan yang membedakannya adalah salah satu kelompok tidak diberikan media *leaflet* sehingga dapat mempengaruhi penyampaian pesan yang disampaikan tidak optimal. Pendidikan kesehatan dengan ceramah disertai media *leaflet* dinilai lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dibandingkan hanya dengan metode ceramah. Media *leaflet* lebih efektif karena pada metode ceramah dalam menyampaikan pesan yang terinci mudah dilupakan setelah beberapa lama namun dengan adanya alat bantu visual seperti media *leaflet* maka penyerapan informasi akan meningkat⁽¹⁹⁾. Efektivitas penggunaan media yang digabungkan dengan komunikasi verbal, sesuai dengan Direktorat Promosi Kesehatan (2001) bahwa 90% informasi yang lebih dipahami dan dipercaya berasal dari pesan audio dan visual sedangkan untuk teks sebesar 7% saja serta ingatan terhadap presentasi verbal hanya 10%⁽²⁰⁾. Oleh karenanya dapat terlihat bahwa penggunaan media sangat penting untuk dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah yang disertai media leaflet secara signifikan lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai kampanye Isi Piringku dibandingkan ceramah tanpa media. Sebelum intervensi, pengetahuan pada kedua kelompok tergolong rendah. Setelah intervensi, kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi dibanding pada kelompok kontrol. Terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest pada kedua kelompok. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan pengetahuan secara signifikan sedangkan kelompok kontrol tidak meningkat secara signifikan pada pengetahuan ibu tentang kampanye isi piringku yang menandakan bahwa media leaflet memberikan dampak tambahan yang berarti terhadap efektivitas penyuluhan. Hasil ini mengindikasikan bahwa penggunaan media cetak seperti leaflet dapat menjadi strategi yang efektif dalam menyampaikan informasi gizi, khususnya dalam kampanye Isi Piringku, dan direkomendasikan untuk diadopsi secara lebih luas dalam kegiatan pendidikan kesehatan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh responden dan seluruh tim puskesmas setu yang dengan sukarela membantu penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Mulyanti, S., Kusuma, T., & Fitriani T. Pola Pengasuhan Orangtua Terhadap Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah: Literature Review. 2021;
2. Boseran, AK., Sanggelorang, Y., Punuh M. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tinumbala. *J Kesehat Masy [Internet]*. 2023;7. Tersedia pada: file:///C:/Users/admin/Downloads/eko11,+36.+13211-Article+Text-69039-2-18-20231124+16425+-+16430.pdf
3. Wahyuni LT, Hidayati R, Berot FH, Tasri YD. Penanggulangan Gizi Buruk Pada Anak Balita Di Kampung Terendam Kelurahan Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang. *J Altifani Penelit dan Pengabd Kpd Masy*. 2023;3(6):739–48.
4. Sausan FN, F. F, K. K, Humaira L. Pemberian Nutrisi Dan Makanan Sehat Melalui Program Makan Bersama Setiap Bulan Di Ra Muslimat Nu 027 Mangunsuman I Ponorogo. *Pros Lokakarya*. 2023;117–26.
5. Martony O. Stunting Di Indonesia: Tantangan Dan Solusi Di Era Modern. *J Telenursing*. 2023;5(2):1734–45.
6. Yani DI, Rahayuwati L, Sari CWM, Komariah M, Fauziah SR. Family Household Characteristics and Stunting: An Update Scoping Review. *Nutrients*. 2023;15(1):1–17.
7. Nasir M, Amalia R, Zahra F. Kelas Ibu Hamil dalam Rangka Pencegahan Stunting. *J Pengabd dan Pemberdaya Nusant*. 2021;3(2):40–5.
8. Hulaila A, Shaluhiyah Z, Sri Winarni. Medication Adherence in Hypertensive Patients with Poly-Pharmacy in Malang, East Java, Indonesia. *J Heal Res*. 2023;38(October):S1–7.
9. Kemenkes. Pedoman Gizi Seimbang. 2014;2014(June):1–2.
10. Ertiana D, Zain SB. Berhubungan Dengan Status Gizi Balita *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*. 2023;14(1).
11. Mattiro S. Pengetahuan Lokal Ibu Gizi Dan Sarapan Pagi Bagi Anak. *J Pendidik Sosiol Antropol*. 2019;1(1):1–11.
12. Maulana LOAM, Sirajuddin S, Najamuddin U. Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Tindakan terhadap Status Gizi Siswa SD Inpres 2 Pannampu. *J Kesmas*. 2019;2(3):21–4.
13. Utari W, Arneliwati, Novayelinda R. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga Tentang Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA). *J Online Mhs Progr Stud Ilmu Keperawatan Univ Riau*. 2018;1–7.
14. Azalea F, Oenzil F, Mona D. Perbedaan Pengaruh Media Leaflet Dan Buku Saku Sebagai Alat Bantu Pendidikan Terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi Siswa Kelas 3. *Andalas Dent J*. 2016;4(1):18–26.
15. Notoatmodjo PDS. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Rineka Cipta; 2018.
16. Suyami. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Ceramah Dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Menopause di Kecamatan Klaten Utara. *TRIAGE J Ilmu Keperawatan*. 2017;
17. Anwar L, Karota E, Siregar CT. Empowerment of Village Health Worker to Become Assistance to Mother Groups in Prevention of ISPA in Toddlers by Using Complementary Therapy. *ABDIMAS Talent J Pengabd Kpd Masy*. 2020;5(2):197–205.
18. Ririnisahawaitun, Ikhwani DA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pencegahan Penyakit Menular Ispa Pada Balita Di Desa Kalibambang Wilayah Kerja Puskesmas Lenek. *J Perspekt*. 2021;4(4):519.
19. Jauharie AP. Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Persalinan Preterm. *J Mhs PSPD FK*. 2017;
20. Sutomo O. Pengaruh Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Ispa Di Desa Sumur Bandung Kecamatan Cikukur Kabupaten Lebak Tahun 2017. *J Med (Media Inf Kesehatan)*. 2018;5(1):10–20.