



EFEKTIFITAS MEDIA LEAFLET “GIZI BADUTA” TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DALAM PRAKTIK PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING ASI UNTUK BALITA USIA 6-24 BULAN

Fara Khansa Azizah^{1*}, Hendra Dwi Kurniawan², Rohmi¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jln. Ring Road No. Km 03, Mojosongo, Jebres, Surakarta 57127, Indonesia

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Kosala, Jl. Raya Solo - Baki No.Km. 4, Dusun 2, Gedangan, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah 57552, Indonesia

*farakhansa96@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan gizi anak usia dini menjadi tantangan kesehatan masyarakat global dengan dampak jangka panjang. Laporan UNICEF–WHO–World Bank Joint Child Malnutrition Estimates 2025 menunjukkan sekitar 148 juta anak balita di dunia mengalami stunting dan 45 juta wasting, menandakan dunia belum berada pada jalur pencapaian target SDGs. Usia 6–23 bulan merupakan periode kritis MP-ASI karena kebutuhan gizi meningkat sementara kapasitas konsumsi terbatas. Di Indonesia, prevalensi stunting masih mencapai 19,8% pada tahun 2024. Pengetahuan ibu berperan penting dalam praktik MP-ASI, namun bukti efektivitas media leaflet terstandarisasi masih terbatas, sehingga penelitian ini relevan secara ilmiah dan praktis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian menggunakan quasi experimental design pretest–posttest with control group, serta menggunakan uji analisis Paired Sample T-Test. Jumlah sampel 50 Dengan tahap Pretest, Intervensi, Post test. Tujuan : mengevaluasi efektivitas penggunaan media leaflet "Gizi Baduta" terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dalam praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) untuk anak usia 6–24 bulan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan ditandai dengan nilai Sig. $0.00 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat keefektifitasan Leaflet “Gizi Baduta” terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dalam praktik pemberian makanan pendamping ASI. Penggunaan Leaflet “Gizi Baduta” efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita 6-24 bulan dalam praktik pemberian MP-ASI.

Kata kunci: BADUTA; MP-ASI; pengetahuan

THE EFFECTIVENESS OF THE "NUTRITION FOR CHILDREN UNDER 2 YEARS" LEAFLET ON MOTHERS' KNOWLEDGE OF PROVIDING COMPLEMENTARY FOODS TO TODDLERS AGED 6-24 MONTHS

ABSTRACT

Early childhood nutrition issues are a global public health challenge with long-term impacts. The UNICEF–WHO–World Bank Joint Child Malnutrition Estimates 2025 report shows that approximately 148 million children under five worldwide are stunted and 45 million are wasted, indicating that the world is not yet on track to achieve the SDGs targets. The age of 6–23 months is a critical period for complementary feeding (MP-ASI) because nutritional needs increase while consumption capacity is limited. In Indonesia, the prevalence of stunting still reaches 19.8% in 2024. Mothers' knowledge plays an important role in the practice of MP-ASI, but evidence of the effectiveness of standardized leaflet media is still limited, so this study is scientifically and practically relevant. This study uses a quasi-experimental research method using a pretest–posttest with a control group, and uses a Paired Sample T-Test analysis test. The number of samples is 50 with Pretest, Intervention, Posttest stages. Objective: to evaluate the effectiveness of the use of the "Nutrition Baduta" leaflet media on increasing the knowledge of mothers of toddlers in the practice of providing complementary feeding (MP-ASI) for

children aged 6–24 months. The results of the study showed a significant effect marked by a Sig. value of $0.00 < 0.05$, so it can be concluded that there is an effectiveness of the "Baduta Nutrition" Leaflet on increasing the knowledge of toddler mothers in the practice of providing complementary foods. The use of the "Baduta Nutrition" Leaflet is effective in increasing the knowledge of toddler mothers aged 6-24 months in the practice of providing complementary foods.

Keywords: children under two years old; MP-ASI; knowledge

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi pada anak usia dini masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat global karena dampaknya yang bersifat jangka panjang dan lintas generasi. Gangguan gizi pada awal kehidupan berasosiasi dengan hambatan pada pertumbuhan fisik, keterlambatan pada perkembangan kognitif, penurunan capaian pendidikan, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa. Laporan UNICEF–WHO–World Bank Joint Child Malnutrition Estimates edisi 2025 menunjukkan bahwa dunia masih belum berada pada jalur yang memadai untuk mencapai target penurunan stunting dan wasting sesuai komitmen Sustainable Development Goals (WHO, UNICEF & World Bank Group, 2025). Kondisi ini menegaskan pentingnya intervensi yang efektif pada periode kehidupan yang paling menentukan, yakni masa awal kehidupan anak.

Usia 6–23 bulan merupakan fase kritis dalam siklus pertumbuhan anak karena menjadi periode transisi dari ASI eksklusif menuju konsumsi makanan keluarga melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). WHO menekankan bahwa pada fase ini kebutuhan energi dan zat gizi mikro meningkat secara signifikan, sementara kapasitas konsumsi anak masih terbatas (WHO, 2023). Oleh karena itu, kualitas praktik MP-ASI—meliputi ketepatan waktu pemberian, tekstur bertahap, frekuensi makan, keragaman pangan, dan praktik pemberian makan responsif—menjadi faktor penentu kecukupan asupan dan pencegahan growth faltering. Praktik MP-ASI yang tidak sesuai rekomendasi terbukti berkontribusi terhadap terjadinya gangguan pertumbuhan yang sering kali bersifat sulit diperbaiki pada tahap selanjutnya.

Di Indonesia, masalah gizi baduta masih relevan meskipun terdapat tren perbaikan. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 melaporkan penurunan prevalensi stunting nasional menjadi 19,8% (Kemenkes, 2025). Meskipun demikian, angka ini masih mencerminkan beban masalah yang substansial, terutama ketika mempertimbangkan variasi antarwilayah dan kompleksitas determinan yang memengaruhi praktik pemberian makan anak. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan stunting tidak dapat hanya mengandalkan intervensi berbasis layanan kuratif, melainkan memerlukan penguatan perilaku pengasuhan dan pemberian makan anak di tingkat keluarga.

Dalam konteks perilaku kesehatan, pengetahuan ibu memegang peranan kunci dalam menentukan kualitas praktik MP-ASI. Ibu sebagai pengasuh utama berperan dalam pengambilan keputusan terkait jenis makanan, frekuensi pemberian, dan keragaman diet anak. Bukti empiris menunjukkan bahwa keterbatasan pengetahuan ibu mengenai rekomendasi pemberian makan anak masih menjadi hambatan utama dalam pencapaian diet yang adekuat pada anak usia dini. Studi Bimpong dkk. (2020) menunjukkan bahwa kesenjangan pengetahuan ibu terkait infant and young child feeding berasosiasi dengan praktik pemberian makan yang tidak optimal. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan literasi gizi ibu merupakan prasyarat penting dalam upaya perbaikan praktik MP-ASI.

Berbagai strategi pendidikan gizi telah dikembangkan untuk meningkatkan pengetahuan ibu, termasuk konseling tatap muka, media audiovisual, aplikasi digital, serta media cetak. Pendidikan gizi dipandang

sebagai intervensi yang relatif hemat biaya dan dapat diintegrasikan ke dalam layanan kesehatan primer. Tinjauan sistematis terbaru menunjukkan bahwa pendidikan gizi secara konsisten meningkatkan pengetahuan ibu, meskipun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh media penyampaian dan kualitas materi edukasi. Media cetak, khususnya, masih memiliki relevansi tinggi dalam konteks pelayanan kesehatan dengan keterbatasan sumber daya dan akses teknologi.

Kajian terkini menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian edukasi MP-ASI menggunakan media booklet atau pendekatan konseling intensif. Beberapa studi di Indonesia melaporkan peningkatan pengetahuan ibu setelah intervensi menggunakan booklet MP-ASI. Namun, media tersebut relatif membutuhkan waktu baca yang lebih lama dan tidak selalu sesuai dengan konteks pelayanan kesehatan primer yang memiliki keterbatasan durasi interaksi. Selain itu, banyak penelitian belum secara eksplisit mendeskripsikan standarisasi konten materi sesuai rekomendasi terkini WHO, sehingga membatasi replikabilitas dan generalisasi temuan.

Dari perspektif state of the art, masih terdapat kesenjangan bukti ilmiah terkait efektivitas media leaflet yang dirancang secara spesifik untuk praktik MP-ASI baduta usia 6–24 bulan. Leaflet memiliki karakteristik ringkas, fokus pesan yang lebih tajam, serta potensi adopsi yang luas dalam pelayanan kesehatan rutin. Namun, karena sifatnya yang singkat, efektivitas leaflet dalam meningkatkan pengetahuan ibu tidak dapat diasumsikan setara dengan media edukasi yang lebih ekstensif. Hingga saat ini, penelitian yang secara kuantitatif mengevaluasi efektivitas leaflet MP-ASI berbasis rekomendasi terkini WHO masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian mengenai efektivitas media leaflet “Gizi Baduta” terhadap pengetahuan ibu dalam praktik MP-ASI anak usia 6–24 bulan menjadi relevan secara ilmiah dan praktis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai peran media edukasi cetak yang sederhana namun terstruktur dalam meningkatkan pengetahuan ibu sebagai langkah awal perbaikan praktik MP-ASI pada periode kehidupan yang paling kritis. Bertujuan mengevaluasi efektivitas penggunaan media leaflet "Gizi Baduta" terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dalam praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) untuk anak usia 6–24 bulan

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif. Lokasi penelitian ditetapkan di wilayah kerja Puskesmas Batur 1 Kabupaten Banjarnegara Jawa tengah. Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan rancangan pretest–posttest with control group. Dua kelompok (intervensi dan kontrol) diukur tingkat pengetahuannya sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas media leaflet secara kuantitatif dalam konteks pelayanan primer, ketika randomisasi penuh sering tidak memungkinkan. Subyek penelitian eksperimen ini adalah 50 ibu yang memiliki balita usia 6-24 bulan di wilayah kerja Puskesmas Batur 1. Selanjutnya, penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya bisa lebih representative. Melalui tahap: Pretest, Intervensi, Post test. Analisis data yang digunakan adalah uji Paired Sample T-Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Promosi Kesehatan Melalui Media Leaflet “Gizi Baduta”

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Pretest* Responden Ibu yang memiliki bayi usia 6 – 24 Bulan

Kategori Pengetahuan	f	%
Kurang	26	52
Cukup	15	30
Baik	9	18

Tabel 1 responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang pada saat *pretest* adalah 26 responden (52%), responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup pada saat *pretest* adalah 15 responden (30%), sedangkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik pada saat *pretest* adalah 9 responden (18%).

Tabel 2 .

Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Post-test* Responden Ibu yang memiliki bayi usia 6 – 24 Bulan

Kategori Pengetahuan	f	%
Kurang	5	10
Cukup	19	38
Baik	26	52

Tabel 2 diketahui bahwa jumlah responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang pada saat *posttest* adalah 5 responden (10%), responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup pada saat *posttest* adalah 19 responden (38%), sedangkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik pada saat *posttest* adalah 26 responden (52%)

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian data yang telah diolah dan diuji melalui uji *Paired Sample T-Test*, kemudian dianalisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan ditandai dengan nilai Sig. $0.00 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat keefektifitasan Leaflet “Gizi Baduta” terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dalam praktik pemberian makanan pendamping ASI.

Peningkatan pengetahuan ibu setelah intervensi sejalan dengan kebutuhan kritis pada periode 6–23 bulan, yaitu masa ketika asupan selain susu menjadi determinan penting bagi kecukupan energi dan zat gizi, pembentukan kebiasaan makan sehat, serta pencegahan *growth faltering*. WHO menegaskan bahwa complementary feeding bukan hanya “memberi makanan”, tetapi mencakup dimensi *timing*, kualitas diet, keragaman, tekstur bertahap, hingga praktik pemberian makan responsive (WHO,2023). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan pada domain tersebut dapat dipandang sebagai *entry point* penting untuk memperbaiki kualitas praktik MP-ASI di tingkat rumah tangga, khususnya ketika ibu adalah pengambil keputusan utama dalam pemberian makan anak.

Efektivitas leaflet dapat dijelaskan melalui beberapa mekanisme pembelajaran yang relevan untuk edukasi kesehatan berbasis komunitas. Leaflet memiliki keunggulan sebagai materi ringkas, mudah diulang (*re-readable*), dan berfungsi sebagai pengingat visual. Dalam praktik layanan primer, interaksi edukasi sering berlangsung singkat; leaflet berperan memperpanjang paparan pesan setelah sesi edukasi selesai karena ibu dapat membaca ulang di rumah. Selain itu, leaflet yang baik umumnya menyajikan pesan inti secara terstruktur (misalnya poin singkat, infografis, contoh menu), sehingga mengurangi beban kognitif dan membantu *retention*. Temuan studi ini konsisten dengan bukti bahwa pendidikan gizi/edukasi ibu—menggunakan beragam media termasuk leaflet—cenderung meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan makan anak. Dalam tinjauan sistematis, pendidikan gizi berdampak signifikan pada peningkatan pengetahuan ibu serta dapat berkontribusi pada perbaikan indikator status gizi anak, dengan media intervensi yang bervariasi seperti booklet/leaflet dan teknologi digital. (Prasetyo, 2023)

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan studi eksperimental yang menunjukkan bahwa pemberian intervensi melalui edukasi tentang gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik MP-ASI pada ibu. Uji coba penelitian secara acak terkontrol di Ethiopia (ibu dengan anak usia 6–23 bulan) melaporkan bahwa pemberian edukasi tentang gizi meningkatkan pengetahuan dan praktik complementary feeding dibanding kelompok pembandingan, menguatkan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan outcome

yang realistis dan sensitif terhadap intervensi pendidikan. (Muluye, 2020). Dalam konteks Indonesia, bukti lokal juga memperlihatkan arah yang serupa: studi penggunaan media cetak (misalnya booklet) pada ibu menunjukkan peningkatan skor pengetahuan MP-ASI yang signifikan setelah intervensi. (Muluye, 2020) Walaupun media booklet berbeda dengan leaflet (booklet lebih panjang dan detail), konsistensi arah temuan menguatkan argumentasi bahwa media cetak terstruktur berpotensi efektif sebagai alat edukasi MP-ASI pada layanan primer.

Peningkatan pengetahuan yang ditemukan juga perlu dibaca dalam konteks bahwa praktik complementary feeding dipengaruhi berbagai faktor maternal dan sosial, seperti pendidikan, pekerjaan, dukungan keluarga, serta sumber informasi yang tersedia. Studi BMC Pediatrics (2025) menunjukkan bahwa faktor sosiodemografis dan akses informasi berhubungan dengan ketepatan waktu memulai complementary feeding dan kepatuhan terhadap rekomendasi. (Prasetyo, 2023) Dengan demikian, leaflet dapat diposisikan sebagai strategi penguatan akses informasi yang relatif merata—terutama pada setting di mana paparan informasi yang benar masih terbatas atau bercampur dengan misinformasi. Selain itu, penelitian Bimpong dkk. (2020) menekankan bahwa kesenjangan pengetahuan ibu mengenai rekomendasi pemberian makan anak masih menjadi kendala utama dalam tercapainya diet adekuat. (Prasetyo, 2023) Temuan tersebut mendukung interpretasi bahwa peningkatan pengetahuan pasca intervensi leaflet pada studi ini merupakan hasil yang secara biologis dan perilaku “masuk akal”, karena intervensi langsung menargetkan faktor yang telah diidentifikasi sebagai determinan penting. Secara praktis, hasil ini mendukung pemanfaatan leaflet “Gizi Baduta” sebagai intervensi berbiaya rendah, mudah direplikasi, dan mudah diintegrasikan ke pelayanan rutin posyandu/puskesmas, terutama bila disertai edukasi singkat terstandarisasi. Secara ilmiah, temuan ini memperkaya bukti bahwa media edukasi yang ringkas tetap dapat menghasilkan perubahan pengetahuan yang signifikan—yang penting untuk negara berpendapatan menengah dengan keterbatasan waktu kontak layanan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dari 50 ibu balita yang mendapatkan intervensi dari leaflet “Gizi Baduta” mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan. Berdasarkan uji statistik dapat disimpulkan juga bahwa Leaflet “Gizi Baduta” memiliki pengaruh atau efektifitas yang tinggi yaitu ditandai dengan hasil uji bivariat dengan nilai $\text{Sig. } 0.00 < 0.05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Bimpong, K. A., Cheyuo, E. K.-E., Abdul-Mumin, A., Ayanore, M. A., Kubuga, C. K., & Mogre, V. (2020). Mothers' knowledge and attitudes regarding child feeding recommendations, complementary feeding practices and determinants of adequate diet. *BMC Nutrition*, 6, Article 67. <https://doi.org/10.1186/s40795-020-00393-0>
- Celebier, K., Yigit, M., Kalayci, F., Kilic, E. K., & Tolunay, O. (2025). Socio-cultural factors shaping complementary feeding initiation: A contextual analysis of maternal education, employment, and family support. *BMC Pediatrics*, 25, Article 6327 (or article number as assigned). <https://doi.org/10.1186/s12887-025-06327-8>
- Health Development Policy Agency (BKPK), Ministry of Health of the Republic of Indonesia. (2025, May 27). SSGI 2024: National stunting prevalence drops to 19.8%. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/en/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198/>
- Muluye, S. D., Lemma, T. B., & Diddana, T. Z. (2020). Effects of nutrition education on improving knowledge and practice of complementary feeding of mothers with 6- to 23-month-old children in daycare centers in Hawassa Town, Southern Ethiopia: An institution-based randomized control trial. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2020, 6571583. <https://doi.org/10.1155/2020/6571583>

- Nurrika, D., Nofita, R., Septiyani, R. A., Febriyanti, H., & Sabarguna, B. (2025). Effect of a booklet media on increasing the knowledge of complementary feeding among mothers in South Tangerang, Indonesia. *Journal of Nursing Practice*, 9(1), 145–153. <https://doi.org/10.30994/jnp.v9i1.914>
- Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, H. D. (2023). The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: A systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17, Article 11. <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- World Health Organization. (2023). WHO guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864>
- World Health Organization, United Nations Children's Fund (UNICEF), & World Bank Group. (2025). Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group joint child malnutrition estimates: Key findings of the 2025 edition. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240112308>