

**PENGARUH EDUKASI MEDIA *LEAFLET* GIZI SEIMBANG  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL  
DI DESA NGREDEN KECAMATAN WONOSARI KABUPATEN KLATEN**

**ABSTRAK**

Tutik Sri Wahyuningsih<sup>1</sup>, Desy Widyastutik<sup>2</sup>, Rahajeng Putriningrum<sup>3</sup>

Gizi ibu hamil merupakan investasi yang perlu dipersiapkan, pada masa kehamilan gizi memiliki peran sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis pengaruh media leaflet gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan dan perilaku ibu hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. Jenis penelitian merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode pre-eksperimen dengan rancangan One Group Pretest-Post test Design. Sampel penelitian adalah 34 ibu hamil di desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten dengan teknik total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisis data adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis data menggunakan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Karakteristik ibu hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten adalah berusia 21-35 tahun, hamil Trimester II, ibu multigravida, berpendidikan SMA, dan bekerja di sektor swasta sebagai karyawan. 2) Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sebelum diberikan Edukasi dengan Media Leaflet sebanyak 93,3% mencakup kategori cukup dan kurang dan setelah diberikan edukasi menjadi 96,7% dalam kategori baik 3) Terdapat pengaruh Edukasi dengan Media Leafletterhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Ngreden, Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten ( $0,000 \leq 0,05$ ).

Kata kunci: Leaflet, pengetahuan, gizi seimbang, ibu hamil

**THE EFFECTS OF EDUCATIONAL LEAFLETS REGARDING  
BALANCED NUTRITION ON PREGNANT WOMEN'S KNOWLEDGE  
LEVELS IN NGREDEN VILLAGE, WONOSARI, KLATEN**

***ABSTRACT***

Tutik Sri Wahyuningsih<sup>1</sup>, Desy Widyastutik<sup>2</sup>, Rahajeng Putriningrum<sup>3</sup>

Nutrition of pregnant women is an essential investment that must be prepared because it plays a vital part in supporting fetal growth and development. This study aimed to analyze the effect of leaflet media regarding balanced nutrition on the knowledge and behavior of pregnant women in Ngreden Village, Wonosari District, Klaten Regency. The research employed quantitative with the pre-experiment method and Group Pretest-Posttest design. The sample involved all 34 pregnant women in Ngreden Village with a total sampling technique. Data were collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariately using paired t-tests. The results demonstrated that the characteristics of pregnant women in Ngreden Village were 21-35 years old, in the second trimester of pregnancy, multigravida, had a high school education, and worked in the private sector. In pre-education, 93.3% of pregnant women had knowledge that was classified as sufficient and limited. While in the post-education, 96.7% of pregnant women had good knowledge. Education using leaflet media significantly enhanced knowledge about balanced nutrition among pregnant women in Ngreden Village ( $p = 0.000 \leq 0.05$ ).

Keywords: Balanced Nutrition, Leaflet, Knowledge, Pregnant Women

Translated by

Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

## 1. PENDAHULUAN

Kekurangan gizi adalah masalah serius dalam menjaga kesehatan individu. Setiap tahap kehidupan, dari kehamilan hingga usia lanjut, memiliki kebutuhan gizi yang berbeda berdasarkan perkembangan dan aktivitas fisik masing-masing. Kehamilan membutuhkan perhatian khusus karena kebutuhan gizi ibu hamil berbeda dengan wanita yang tidak hamil. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat menyebabkan komplikasi serius seperti keguguran, bayi lahir dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, atau bahkan kematian bayi. Sebaliknya, asupan makanan berlebihan dapat menyebabkan masalah seperti pre-eklampsia atau keracunan kehamilan. Hal ini menekankan pentingnya pemenuhan gizi yang tepat selama kehamilan untuk mengurangi risiko komplikasi (Retnaningtyas, 2023).

Data kematian ibu yang meningkat, baik di tingkat nasional maupun lokal, menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap masalah gizi selama kehamilan. Di Indonesia, jumlah kematian ibu pada tahun 2020 mencapai angka yang mengkhawatirkan, meningkat dari tahun sebelumnya. Di Provinsi Jawa Tengah, jumlah kematian ibu juga mengalami kenaikan signifikan, mencerminkan kompleksitas masalah ini di tingkat regional.

Selama kehamilan, kebutuhan nutrisi ibu meningkat, sehingga penting bagi ibu hamil untuk memastikan asupan makanan yang seimbang. Keseimbangan gizi selama kehamilan sangat penting untuk kesehatan ibu dan perkembangan janin. Meskipun adaptasi fisiologis selama kehamilan dapat memberikan perlindungan terhadap kekurangan gizi, kekurangan tersebut tetap dapat berdampak negatif jangka panjang pada kesehatan ibu dan bayi.

Untuk mencegah masalah gizi selama kehamilan, edukasi menjadi langkah penting. Meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang tepat selama kehamilan dapat membantu mengurangi risiko komplikasi dan meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayinya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh edukasi gizi melalui media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil di Desa Ngedren Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pre-eksperimen, di mana variabel luar dapat mempengaruhi variabel dependen tanpa adanya kontrol eksperimental yang ketat. Desain penelitian yang digunakan adalah One Group Pretest-Posttest Design, yang melibatkan observasi sebelum dan sesudah perlakuan pada satu kelompok subjek. Populasi dan sampel penelitian ini terdiri dari 30 ibu hamil di desa yang sama selama periode yang sama, dipilih menggunakan teknik total sampling. Penelitian dilaksanakan di Desa Ngedren, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Klaten, dari bulan Desember 2023 hingga Maret 2024. Variabel penelitian meliputi variabel independen, yaitu penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet, dan variabel dependen, yaitu pengetahuan gizi seimbang ibu hamil. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner dengan skala Likert untuk mengumpulkan data tentang pengetahuan gizi seimbang ibu hamil.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

#### 1. Deskripsi Responden Berdasarkan dari Umur

Deskripsi responden berdasarkan tingkat umur dapat disajikan dalam Tabel 1 adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Umur

Umur	Jumlah Responden	%
< 20 tahun	0	0,0%

21-35 tahun	26	86,67%
>35 tahun	4	13,33%
Total	30	100,00%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah berusia 21-35 tahun yaitu 26 orang atau 86,67%.

### 2. Deskripsi Responden Berdasarkan dari Usia Kehamilan

Deskripsi responden berdasarkan usia kehamilan dapat disajikan dalam Tabel 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia Kehamilan

Usia Kehamilan	Jumlah Responden	%
TM 1	4	13,33%
TM 2	18	60,00%
TM 3	8	26,67%
Total	30	100,00%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil yang memasuki usia kehamilan Trimester 2 yaitu 18 orang atau 60,00%.

### 3. Deskripsi Responden Berdasarkan dari Jumlah Kehamilan

Deskripsi responden berdasarkan jumlah kehamilan dapat disajikan dalam Tabel 3 adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Distribusi Sampel Berdasarkan Jumlah Kehamilan

Jumlah Kehamilan	Jumlah Responden	%
Primigravida	14	46,67%
Multigravida	16	53,33%
Total	30	100,00%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil multigravida yaitu sebanyak 16 orang atau 53,33%.

### 4. Deskripsi Responden Berdasarkan dari Pendidikan

Deskripsi responden berdasarkan pendidikan dapat disajikan dalam Tabel 4 adalah sebagai berikut:

Tabel 4 Distribusi Sampel Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah Responden	%
SD	0	6,67%
SMP	2	26,5%
SMA	20	66,67%
S1	8	26,67%
Total	30	100,00%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 20 orang atau 66,67%.

### 5. Deskripsi Responden Berdasarkan dari Pekerjaan

Deskripsi responden berdasarkan pekerjaan dapat disajikan dalam Tabel 5 adalah sebagai berikut:

Tabel 5 Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan

Pendidikan	Jumlah Responden	%
Petani	1	3,33%
Wiras wasta	3	1,0%
PNS	2	6,67%
Karyawan	16	53,33%
IRT	8	26,67%
Total	30	100,00%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah ibu hamil yang bekerja sebagai karyawan yaitu sebanyak 16 orang atau 53,33%.

### Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi dengan Media Leaflet

Tabel 6 Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Tindakan

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Tindakan		Setelah Tindakan	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	6	20%	1	3,3%
Cukup	22	73,3%	6	20%
Baik	2	6,7%	23	76,7%
Jumlah	30	100%	30	100%

Sumber : Data primer Diolah 2024

Tabel 6 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten sebelum dilaksanakan Edukasi dengan Media Leaflet meliputi tingkat pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (20%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 22 orang (73,3%), dan tingkat pengetahuan baik sebanyak 2 orang (6,7%). Setelah dilaksanakan pemberian edukasi menggunakan media leaflet, masih ada 1 ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan kurang (3,3%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (20%), dan tingkat pengetahuan baik sebanyak 23 orang (76,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa Edukasi dengan Media Leaflet dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

### Pengaruh Edukasi dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang

Uji bivariat menggunakan uji non parametik yaitu uji *Paired T-test*

dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Science (SPSS)*. Dengan ketentuan jika nilai signifikansi  $<0,05$  maka terdapat pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. Jika signifikansi  $>0,05$  maka tidak ada pengaruh media Leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten. Hasil *Uji Paired T-Test* ditampilkan dalam tabel berikut ini:

Tabel 7 Hasil Uji Bivariat Pengetahuan Tentang gizi seimbang

Pengetahuan	Rata-rata	df	thitung	ttabel	Korelasi	Sig p value
Sebelum	61,3	29	5.158	1.699	0,793	0,000
Sesudah	66,4					

Sumber : Data primer Diolah 2024

Berdasarkan tabel 7 tentang uji t (*paired sample t test*) di atas, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah diberikan edukasi pengetahuan gizi seimbang menggunakan media Leaflet. Untuk melihat nilai  $t_{tabel}$  maka didasarkan pada derajat kebebasan atau *degree of freedom* (df), yang besarnya adalah  $N-1$ , yaitu  $30-1 = 29$ . Nilai  $df = 29$  pada taraf signifikan 5% diperoleh  $t_{tabel} = 1.699$ . Berdasarkan hasil analisis uji t (*paired sample t-test*), maka dapat diperoleh hasil bahwa  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  yaitu  $5.158 > 1.699$  dan  $Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi dapat disimpulkan ada pengaruh edukasi menggunakan media Leaflet terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari.

### 4. PEMBAHASAN Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 21-35 tahun, dengan 26 orang atau 86,67%. Usia adalah faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan keterampilan

seseorang dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Menurut Budiman dan Riyanto (2013), usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan dan persepsi yang diterimanya semakin baik.

Mayoritas responden adalah ibu hamil yang memasuki trimester kedua, dengan 18 orang atau 60%. Trimester kedua merupakan masa yang menentukan bagi perkembangan ibu dan janin. Pada periode ini, kekurangan gizi dan paparan pengaruh berbahaya seperti obat-obatan, vitamin A dosis tinggi, radiasi, atau trauma dapat merusak atau menghambat perkembangan janin. Trimester kedua adalah masa yang kritis, sehingga harus dihindari hal-hal yang berpotensi menyebabkan kegagalan pertumbuhan dan perkembangan janin. Pada periode ini, sering terjadi perubahan fisik pada ibu hamil, yang meningkatkan perhatian individu terhadap penampilan dan kesehatan diri serta bayinya (Ernawati dkk, 2022).

Mayoritas responden adalah ibu hamil multigravida, yaitu sebanyak 16 orang atau 53,33%. Masa kehamilan merupakan masa di mana ibu membutuhkan asupan nutrisi yang bergizi untuk mendukung pertumbuhan janin. Status gizi ibu hamil merupakan ukuran keberhasilan dalam pemenuhan nutrisi. Status gizi yang kurang dapat menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang berdampak negatif pada ibu hamil (Sari, Widiasih, dan Hendrawati, 2020).

Mayoritas responden adalah ibu hamil dengan pendidikan SMA, yaitu sebanyak 20 orang atau 66,67%. Tingkat pendidikan sangat mempengaruhi kemampuan penerimaan informasi gizi. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah menerima

dan menerapkan informasi gizi dibandingkan dengan pendidikan yang lebih rendah, yang diharapkan dapat menimbulkan perilaku dan gaya hidup yang sesuai dengan informasi gizi dan kesehatan. Tingkat pendidikan seseorang juga sangat mempengaruhi tingkat pengetahuannya tentang zat gizi, sehingga memudahkan dalam mengetahui status gizi mereka dan melakukan perbaikan gizi (Cediel, 2020).

Mayoritas responden adalah ibu hamil yang bekerja sebagai karyawan, yaitu sebanyak 16 orang atau 53,33%. Pekerjaan seseorang dapat mempengaruhi pemanfaatan pelayanan kesehatan, mencerminkan jumlah informasi yang diterima, dan membantu dalam pengambilan keputusan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan yang ada. Lingkungan pekerjaan juga dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Lestari, 2015).

### **Pengetahuan tentang Gizi Seimbang pada Ibu Hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten sebelum diberikan edukasi dengan media leaflet meliputi tingkat pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (20%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 22 orang (73,3%), dan tingkat pengetahuan baik sebanyak 2 orang (6,7%). Setelah edukasi, tersisa 1 ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan kurang (3,3%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (20%), dan tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 23 orang (76,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi dengan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang di Desa Ngreden

Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten.

Pengetahuan gizi adalah salah satu faktor yang merangsang terbentuknya perilaku kesehatan. Pengetahuan gizi dapat mempengaruhi konsumsi seseorang, di mana tingkat pengetahuan gizi mempengaruhi pemilihan bahan makanan yang tepat, beragam, dan berimbang, serta tidak menimbulkan penyakit. Rendahnya tingkat pengetahuan gizi pada saat kehamilan atau kurangnya perhatian terhadap kelainan-kelainan selama kehamilan dapat meningkatkan risiko yang tidak diinginkan. Kesadaran ibu akan tanda bahaya kebidanan merupakan bagian integral dari pengetahuan, yang mengacu pada sejauh mana ibu hamil mampu memanfaatkan pengetahuannya tentang tanda dan gejala potensi komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas. Informasi ini membuat ibu lebih siap untuk mengantisipasi kemungkinan masalah dan mencari perhatian medis tepat waktu, yang dapat mengurangi risiko morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi (Esti et al, 2023).

Berdasarkan analisis hasil penelitian, diketahui bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi menggunakan leaflet yang mencakup kategori kurang dan cukup sebanyak 28 orang (93,3%). Sedangkan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet hampir semuanya berubah dalam kategori baik yaitu 29 orang (96,7%). Hal ini selaras dengan penelitian Santika dan Ratih (2022) yang menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan mahasiswa lebih tinggi setelah diberikan edukasi dibandingkan sebelum diberikan edukasi menggunakan media leaflet. Peningkatan pengetahuan responden disebabkan oleh diterimanya informasi selama promosi kesehatan. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk

meningkatkan kemampuan seseorang dalam membuat keputusan yang tepat terkait pemeliharaan kesehatan.

Pengetahuan adalah domain penting dalam membentuk tindakan seseorang, termasuk mengingat kembali informasi spesifik, memahami objek yang diketahui, menggunakan materi dengan benar, menganalisis objek dalam komponen-komponen yang terhubung, mensintesis bagian-bagian dalam satu kesatuan, dan mengevaluasi suatu materi atau objek (Notoadmojo, 2012).

### **Pengaruh Edukasi dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Ibu Hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten**

Berdasarkan analisis, diperoleh nilai t-tabel yang didasarkan pada derajat kebebasan (degree of freedom, df), yang dihitung dengan rumus  $N-1$ , yaitu  $30-1 = 29$ . Pada tingkat signifikansi 5%, nilai  $df = 29$  menghasilkan t-tabel = 1.699. Hasil uji t (paired sample t-test) menunjukkan bahwa t-hitung lebih besar dari t-tabel, yaitu  $5.158 > 1.699$ , dan nilai Sig. (2-tailed) =  $0,000 < 0,05$ . Ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media leaflet. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari. Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan Santika dan Ratih (2022) serta Suryani dan Nadia (2021), yang juga menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan.

Pengetahuan dapat ditingkatkan melalui penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara teratur dan terencana oleh praktisi kesehatan. Penyuluhan

kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, sehingga memudahkan terciptanya perilaku sehat (Sari, 2017). Promosi kesehatan merupakan proses yang memungkinkan masyarakat untuk mengenali masalah kesehatan mereka sendiri dan memahami potensi yang dimiliki, yang pada akhirnya memungkinkan individu atau kelompok masyarakat untuk mengatasi masalah mereka sendiri, sebuah proses yang dikenal sebagai pemberdayaan masyarakat. Pemberdayaan ini menciptakan keberlanjutan dalam mencapai tingkat kesehatan masyarakat yang optimal. Dengan kata lain, promosi kesehatan tidak hanya memberikan pendidikan atau penyuluhan kesehatan, tetapi juga memampukan masyarakat untuk mandiri (Aji dkk, 2022).

Media leaflet merupakan alat yang efektif dan efisien untuk menyampaikan informasi kesehatan. Penelitian Mardan, dkk (2023) menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan dalam memberikan penyuluhan melalui media leaflet, dengan nilai  $p\text{-value} = 0,00017$ . Studi ini menunjukkan peningkatan skor tindakan pretest dan posttest pada responden setelah dilakukan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) menggunakan leaflet. Penelitian lain oleh Wijaya, dkk (2022) juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan mereka sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan leaflet, dengan hasil pretest dan posttest sebesar 0,001. Antusiasme peserta terlihat dari jawaban pretest dan posttest yang telah diberikan sebelum dan sesudah penyuluhan melalui kuesioner. Simpulan dari kegiatan ini adalah bahwa edukasi gizi merupakan metode penyampaian informasi yang efektif dan dapat menjangkau banyak peserta. Penelitian Zakiyah dkk. (2020)

menunjukkan adanya pengaruh positif dari penggunaan media yang fleksibel, seperti leaflet, dalam penyampaian informasi kesehatan. Penelitian oleh Jatmika dkk. (2019) menambahkan bahwa desain menarik dan penggunaan bahasa sederhana pada leaflet memudahkan pemahaman pembaca.

### **Keterbatasan Penelitian**

1. Keterbatasan waktu menyebabkan penelitian ini belum mencakup semua aspek yang memengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang.
2. Penelitian ini tidak dapat mencakup faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi pengetahuan gizi seimbang, seperti faktor lingkungan, sosial, dan ekonomi dari responden. Selain itu, penelitian ini juga tidak membandingkan tingkat pengetahuan dengan kelompok yang tidak diberikan media leaflet.

## **5. PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, penelitian ini menyimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik ibu hamil di Desa Ngreden Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten adalah berusia 21-35 tahun, hamil Trimester II, ibu multigravida, berpendidikan SMA, dan bekerja di sektor swasta sebagai karyawan.
2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sebelum diberikan Edukasi dengan Media Leaflet berada pada 93,3% dalam kategori cukup dan kurang. Setelah diberikan edukasi, tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang meningkat menjadi 96,7% dalam kategori baik.
3. Edukasi dengan Media Leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Ngreden, Kecamatan Wonosari,

Kabupaten Klaten, dengan nilai signifikansi  $0,000 \leq 0,05$ .

### **Saran**

Saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan Kebidanan

Institusi Pendidikan Kebidanan sebaiknya memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam pendidikan kebidanan, khususnya dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang.

#### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk mendukung pelaksanaan pelayanan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang gizi seimbang melalui penggunaan media leaflet yang interaktif.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel-variabel yang berkaitan dengan peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang.

#### 4. Bagi Responden Penelitian

Diharapkan para responden dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dengan lebih memperhatikan pemilihan makanan yang dikonsumsi, sehingga dapat meningkatkan kebiasaan mengonsumsi gizi seimbang.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Adriani, Merryana dan Bambang Wirjatmadi. 2014. Gizi dan Kesehatan Balita.

Jakarta: Kencana

Apryanto, Denny dkk. 2016. Pola Asuh dan Status Gizi ibu hamil Di Kecamatan Lape,

Kabupaten Sumbawa NTT. Jurnal Gizi Pangan, 11(2):125-134

Baturbatar Monic, C. 2019. Tingkat Pengetahuan Ibu, Kebiasaan Makan dan Status Gizi ibu hamil (3-5) tahun Di Desa Pinang Sebatang Timur Kabupaten Siak. Skripsi Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Chyntia Ayu, dkk. 2019. Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. Jurnal Kedokteran Diponegoro, vol.8(1) hal: 99-120

Dwi Lestari, dkk. 2022. Efektivitas Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Ibu Dananak Di Masa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmasbuleleng I. Jurnal Pengabdian Kesehatan ITEKES Cendekia Utama Kudus

Ekawat, Murty dkk. 2015. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Anak 1-3 tahun Di Desa Mupoasi Kecamatan Luloyan Kabupaten Boolang Sulawesi Utara. Jurnal e-Biomedik (eBm), vol3(2),(mei-agustus)

Elisanti, Alenia Dwi. (2017). Pemetaan Status Gizi ibu hamil di Indonesia. Indonesian Journal for Health Sciences (IJHS), vol 1(1):37-42

- Ernawati, Marni Br Karo, dkk. 2022. Ketidaknyamanan dan Komplikasi Yang Sering Terjadi Selama Kehamilan. Malang: Penerbit Rena Cipta Mandiri
- Esti, Yunitasari, et al. 2023. Pregnant Women Awareness of Obstetric Danger signs in developing country: systematic review. BMC Pregnancy and Childbirth
- Harahap Putri, R. 2018. Pengaruh Pemberian Penyuluhan Gizi Seimbang Melalui Media Poster Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Anak SD MIN Medan Senembah. Skripsi
- Hartono. 2017. Status Gizi ibu hamil dan Interaksinya. Mediakom Ed.76:46-49
- Kementrian Kesehatan. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 2 Tahun 2020: Standar Antropometri Anak. Jakarta: Direktorat Bina Gizi
- \_\_\_\_\_. 2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia No 28 Tahun 2019. Jakarta
- Khamidah Izza. 2016. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Balita Di Desa Talun Kabupaten Pekalongan. Skripsi
- Lilis, Bonowati. Ilmu Gizi Dasar. 2014. Yogyakarta: Deepublish
- Mardan, Nurulfitriana; dkk. 2023. Efektivitas Penggunaan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Hamil Dalam Mencegah Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Abeli Tahun 2022. Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan (Jurnal WINS)
- Mardalena Ida dan Eko Suryani, 2016. Ilmu Gizi Keperawatan. Pusdik SDM Kesehatan. Jakarta Selatan
- Mardhiah, Ainun dkk. 2020. Efektifitas Penyuluhan dan Media Audia Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Anak Balita Gizi Kurang Di Puskesmas Medan Sanggal. Jurnal Kesehatan Global, vol3(1), Januari: 18-25
- Meidiana, Risma dkk. 2018. Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. Jurnal Kesehatan, vol9(3)
- Muthmainah, Nafsyah P. 2013. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Visual dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang PMT ASI. [Repository.ipb.ac.id>jspui>bitstream](https://repository.ipb.ac.id/jspui/bitstream). Diakses Agustus 2017
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Pendidikan dan Prilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta

- Nugrahaeni, Deni Era. 2018. Pencegahan Balita Gizi Kurang Melalui Penyuluhan Media Lembar Balik Gizi. FKM Universitas Airlangga, vol2(1) 113-124
- Nugraheni, Hermien dkk. 2018. Kesehatan Masyarakat Dalam Determinan Sosial Budaya. Ed.1, Cet.1. Yogyakarta: Deepublish
- Notoatmojo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Medika
- Pakpahan, Martina dkk. 2020. Keperawatan Komunitas. Yayasan Kita Menulis Pipit, Festi. 2018. Buku Ajar Gizi dan Diet. Surabaya: UM Surabaya Publishing
- Putri Trya, S. 2015. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita Di Posyandu Flamboyan Kelurahan Alai Parak Kopi Wilayah Kerja Puskesmas Alai Kota Padang. Skripsi
- Pratiwi Hariska. 2016. 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. Fakultas Kesehatan Masyarakat: Universitas Halu Oleo
- Pramudya, Abdullah Emir. 2012. Pravalensi Anak Beresiko Wasting Dan Faktor- Faktor Yang Berhubungan: Studi Cross Sectional Pada Anak 3-9 Tahun Di Pesantren Tapak Sunan 2011. Fakultas Kesehatan: Universitas Indonesia
- Pritasari, dkk. 2017. Bahan Ajar: Gizi Daur Kehidupan. PPSDM Kesehatan Rachmayanti R. 2018. Peningkatan Pengetahuan Ibu balita Melalui Pengenalan Program KADARZI Di Kelurahan Wonokusumo Surabaya. Departemen Promkes, Universitas Airlangga
- Sari, Suci Arsita dkk. 2019. Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu tentang Pola Makan Balita Di Desa Sambirejo Kecamatan Mantingan Kabupaten Ngawi. Universitas Sebelas Maret. Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.7(1).
- Setyawati, Vilda & Eko Hartini. 2018.. Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat Ed.1, Cet.1. Yogyakarta: Deepublish
- Setyaningsih & Nur Agustini. 2014. Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Gizi ibu hamil: Sebuah Survai. Jurnal Keperawatan Indonesia, Vol.17(3), hal 88-94 pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203
- Sitorus, Susilawati. 2017. Efektifitas Promosi Media Leaflet dengan Media Audiovisual Tentang Pijat ayi Terhadap Pengetahuan Ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas AMPLAS Tahun 2017. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Medan

- Syarifah, Halimah. 2018. Pengaruh Metode Cermah dengan Pemutaran Video dan Metode Ceramah Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil tentang ASI di Kecamatan Perbaungan. Universitas Sumatera Utara: Kesehatan Masyarakat. Skripsi
- Swarjana, I Ketut. 2015. Metodologi Penelitian Kesehatan (edisi revisi). Yogyakarta: Andi
- Thamaria Netty. 2017. Bahan Ajar Gizi: Penilaian Status Gizi. Pusdik SDM Kesehatan.
- Widiyaningsih, Dwi & Dwi Suharyanta. 2020. Promosi dan Advokasi Kesehatan. Yogyakarta: Deepublish,
- Wijaya, Chandra; dkk. 2022. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Leaflet Mengenai Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Ibu Hamil Di Desa Ngeplak. National Conference on Health Sciene (NCoHS)

Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9, 123–127.

Saputra, A. A., Jamaluddin, M. ., & Ismail. (2021). Pengaruh Teknik Distraksi Dan Teknik Relaksasi Terhadap Nyeri Selama Perawatan Luka Operasi Di Rsud Kota Makassar. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(2), 203-209. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v1i2.567>

Setyaningrum Rahmawaty, A., dan Listiana Dharmawati. (2017) Hubungan Jenis Kelamin dan Asupan Purin dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Posyandu Peduli Insani Mendungan Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tamsuri, 2007, *Konsep Penatalaksanaan Nyeri* EGC, Jakarta

Tamsuri, A. (2012). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC

Tasnim; dkk. 2020. *Keterampilan Dasar Kebidanan Teori dan Praktik*: Yayasan Kita Menulis

Uliyah, M dan Hidayat, A 2010. *Praktikum klinik: Keterampilan Dasar Praktek Klinik Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.