

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN MEDIA *LEAFLET*
TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA IBU BALITA
DI KELOMPOK BERMAIN AL-MUTTAQIN DESA LADAN
KABUPATEN KEPULAUAN ANAMBAS TAHUN 2024**

Citra Dinanda¹, Ratna Mutu Manikam²

^{1,2} Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad
Husni Thamrin

Jl. Raya Pondok Gede No. 23-25 Jakarta Timur 13550

Email : cdinanda2001@gmail.com

ABSTRAK

Balita termasuk pada kelompok usia yang sangat rentan mengalami permasalahan gizi. Salah satu faktor utama penyebab masalah gizi pada balita adalah asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhannya. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita merupakan hal yang sangat penting agar pemenuhan asupan makanan dan zat gizi dapat tercukupi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan balita. Salah satu cara efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita dapat melalui edukasi gizi menggunakan media *leaflet*. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penggunaan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment design* dengan rancangan *pre test and post test with control group design*. Populasi penelitian ini adalah ibu balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan. Pengambilan sampel menggunakan metode teknik *simple random sampling* berjumlah 56 responden. Analisis data univariat menggunakan uji statistik deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian didapatkan pengaruh pemberian media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita ($P = 0,000$). Tidak terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan secara signifikan pada saat *pre test* ($P = 0,540$) dan terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan secara signifikan pada saat *post test* ($P = 0,001$). Kesimpulan penelitian adalah media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada ibu balita. Saran bagi ibu balita diharapkan pengetahuan tentang gizi seimbang yang meningkat dapat mempertahankan pengetahuan dan mengubah sikap dalam kehidupan sehari-hari mengenai gizi seimbang pada balita usia 24 – 59 bulan.

Kata Kunci : *Leaflet*, Pengetahuan, Gizi Seimbang

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING LEAFLET MEDIA
ON BALANCED NUTRITION KNOWLEDGE IN MOTHERS UNDER FIVE
IN THE AL-MUTTAQIN PLAY GROUP, LADAN VILLAGE, ANAMBAS
ISLANDS REGENCY IN 2024**

Citra Dinanda¹, Ratna Mutu Manikam²

^{1,2} S1 Nutrition Study Program, Faculty of Health, Mohammad Husni Thamrin
University

Jl. Raya Pondok Gede No. 23-25 Jakarta Timur 13550

E-post : cdinanda2001@gmail.com

ABSTRACT

Toddlers are included in the age group that is vulnerable to experiencing nutritional problems. One of the factors that cause nutritional problems in toddlers is food intake that is not in accordance with their needs. Mother's knowledge about balanced nutrition for toddlers is important so that the fulfillment of food intake and nutrients can be fulfilled to support the growth and development of toddlers. One way to increase mothers' knowledge about balanced nutrition in toddlers can be through nutrition education using leaflet media. The purpose of this study is to determine the effect of leaflet media on increasing balanced nutrition knowledge in mothers under five in the Al-Muttaqin Play Group, Ladan Village, Anambas Islands Regency in 2024. This type of research is a quasi experiment design with a pre test and post test with control group design. The population of this study is mothers of toddlers in the Al-Muttaqin Play Group of Ladan Village. Sampling using a simple random sampling technique totaled 56 respondents. Univariate data analysis used descriptive statistical tests and bivariate analysis using Wilcoxon test and Mann-Whitney test. The results of the study showed the effect of leaflet media on the improvement of balanced nutrition knowledge in mothers under five ($P = 0.000$). There was no significant difference in the average knowledge score at the time of the pre-test ($P = 0.540$) and there was a significant difference in the average knowledge score at the time of the post test ($P = 0.001$). The conclusion of the study is that leaflet media can increase balanced nutrition knowledge in mothers under five. Advice for mothers of toddlers is that knowledge about balanced nutrition increases to maintain knowledge and change attitudes in daily life regarding balanced nutrition in toddlers aged 24 – 59 months.

Keywords : Leaflet, Knowledge, Balanced Nutrition