

Effect of Health Promotion Media on Behavior of Pregnant Women with CED in Kolaka

Pengaruh Media Promosi Kesehatan terhadap Perilaku Ibu Hamil KEK di Kolaka

Sukri Askari¹, Erna Susilawati²

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baramuli, Pinrang, Indonesia

²Institut Teknologi dan Kesehatan Permata Ilmu Maros, Maros, Indonesia

Article Info

Corresponding Author:

Erna Susilawati

✉ ernasusilawati@itkpi.ac.id

History:

Submitted: 03-06-2025

Revised: 12-06-2025

Accepted: 25-06-2025

Published: 30-06-2025

Keywords:

Behavior; Chronic Energy Deficiency; Leaflet; Media; Pregnant Women.

Kata Kunci:

Ibu Hamil; Kekurangan Energi Kronik; Leaflet; Media; Perilaku

Abstract

Chronic Energy Deficiency (CED) is a nutritional problem in pregnant women caused by an imbalance in energy and protein intake. In 2023, the prevalence of CED was 11.7% in the coastal area of Wolo Public Health Center and 16.8% in the mining area of Iwoimendaa Public Health Center. One effort to reduce CED cases is the use of health promotion media such as leaflets and demonstrations. This study aimed to determine the effect of health promotion media on the behavior of pregnant women with CED. The research used a quantitative method with a pre-experimental design (one group pre-test post-test). The population consisted of 67 pregnant women with CED, and 40 were selected using proportional random sampling. Data were collected using questionnaires after the intervention with leaflets and demonstration methods. Data analysis was performed using McNemar, Chi-Square, and Fisher Exact tests. McNemar test showed that the use of leaflets significantly improved knowledge ($p=0.002$), attitude ($p=0.016$), and dietary patterns ($p=0.031$). The combination of leaflets and demonstrations significantly improved knowledge ($p=0.000$) and dietary patterns ($p=0.002$), but not attitude ($p=0.31$). Fisher Exact test showed no significant difference between leaflet and combined media on knowledge ($p=0.66$). Similarly, Chi-Square test showed no significant difference in attitude ($p=0.731$) and dietary pattern ($p=0.320$) between the two media. In conclusion, both leaflet and combined media interventions influenced the behavior of pregnant women with CED, with the combined method being more effective. It is recommended that health centers provide routine counseling, pregnant women seek regular check-ups and maintain balanced nutrition, and future research explore social media for sustainable e-counseling.

Abstrak

Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan masalah gizi pada ibu hamil akibat ketidakseimbangan asupan energi dan protein. Prevalensi KEK di wilayah pesisir Puskesmas Wolo tahun 2023 sebesar 11,7%, dan di wilayah tambang Puskesmas Iwoimendaa sebesar 16,8%. Upaya penurunan kasus KEK salah satunya melalui media promosi kesehatan seperti leaflet dan demonstrasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media promosi kesehatan terhadap perilaku ibu hamil KEK. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pre-eksperimen (one group pre-test post-test). Populasi terdiri dari 67 ibu hamil KEK, dengan sampel 40 orang yang dipilih melalui teknik proportional random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner setelah intervensi media leaflet dan demonstrasi. Analisis menggunakan uji McNemar, Chi-Square, dan Fisher Exact. Hasil uji McNemar menunjukkan bahwa pemberian leaflet berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ($p=0,002$), sikap ($p=0,016$), dan pola makan ($p=0,031$). Pemberian gabungan leaflet dan demonstrasi juga

berpengaruh terhadap pengetahuan ($p=0,000$) dan pola makan ($p=0,002$), namun tidak signifikan terhadap sikap ($p=0,31$). Hasil uji Fisher Exact menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan antara media leaflet dan kombinasi media terhadap pengetahuan ($p=0,66$), demikian pula dengan sikap ($p=0,731$) dan pola makan ($p=0,320$) berdasarkan uji Chi-Square. Kesimpulan, media leaflet dan kombinasi leaflet-demonstrasi berpengaruh terhadap perilaku ibu hamil KEK, dengan kombinasi media lebih efektif. Disarankan Puskesmas rutin mengadakan penyuluhan, ibu hamil aktif memeriksakan diri dan konsumsi gizi seimbang, serta penelitian selanjutnya mengeksplorasi media sosial sebagai alternatif edukasi.

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan pada ibu hamil merupakan masalah yang perlu ditanggulangi dengan serius. Salah satu masalah gizi ibu hamil adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK) yang merupakan kondisi ketidakseimbangan asupan gizi antara energi dan protein, sehingga zat gizi yang dibutuhkan tubuh tidak tercukupi. Dampak KEK pada ibu hamil Ibu dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, yaitu pertumbuhan fisik, otak dan metabolisme yang menyebabkan penyakit tidak menular di usia dewasa, KEK juga mengakibatkan terjadinya partus lama dan perdarahan pasca persalinan, bahkan kematian ibu sedangkan risiko pada bayi dapat mengakibatkan kematian janin, premature, lahir cacat, berat badan lahir rendah (BBLR) bahkan kematian bayi (Kemenkes RI, 2021).

World Health Organization (WHO) tahun 2021 melaporkan bahwa prevalensi KEK pada ibu hamil secara global 35-37%, prevalensi KEK tahun 2021 terjadi di beberapa negara seperti Uganda (22,3%), India (19,5%), Botswana (19,5%), India (26,2%), Malaysia 8,5%, dan Kolombia (2,8%) (WHO, 2021). Hasil Riskesdas secara Nasional tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi ibu hamil KEK di Indonesia sebesar 17,3% dan berdasarkan profil Kesehatan Indonesia bahwa angka kejadian KEK pada ibu hamil tahun 2019 sebesar 17,9% (Kemenkes RI, 2019). Kemudian tahun 2020 yang terkumpul dari 34 provinsi menunjukkan bahwa persentase ibu hamil dengan risiko KEK tahun 2020 adalah sebesar 9,7%, kemudian tahun 2021 sebesar 10,2%, meningkat di tahun 2022 menjadi 11,5% (Kemenkes RI, 2022).

Prevalensi KEK pada wanita hamil di Provinsi Sulawesi Tenggara berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 sebesar 24,2% dan meningkat pada Riskesdas 2018 sebesar 28,0% dan berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, menunjukkan bahwa kejadian KEK pada ibu hamil tahun 2019 sebesar 15,7%. Sedangkan data BPS Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa prevalensi KEK tahun 2019 sebesar 15,5%, kemudian tahun 2020 mencapai 11,3% dan tahun 2021 sebesar 12,4% dan tahun 2022 sebesar 12,8%. Persentase ibu hamil KEK diharapkan dapat turun sebesar 1,5% setiap tahunnya (Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara, 2020; BPS Sulawesi Tenggara, 2022).

Dinas Kesehatan Kabupaten Kolaka merupakan salah satu wilayah kerja Provinsi Sulawesi Tenggara yang prevalensi KEK ibu hamil mengalami peningkatan. Wilayah kerja Dinkes Kabupaten Kolaka meliputi 14 Puskesmas dengan prevalensi KEK ibu hamil pada tahun 2021 sebanyak 10,1%, meningkat pada tahun 2022 sebanyak 11,4% dan tahun 2023, prevalensi KEK mencapai 11,8% (Dinkes Kabupaten Kolaka, 2023). Sedangkan kasus KEK di Kabupaten lain mengalami penurunan seperti Kabupaten Konawe Selatan tahun 2021 sebesar 10,6% dan tahun 2022 sebesar 9,6%, selanjutnya di Kabupaten Bombana, prevalensi KEK tahun 2021 sebesar 9,8% dan tahun 2022 menurun menjadi 9,6% (Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara, 2023).

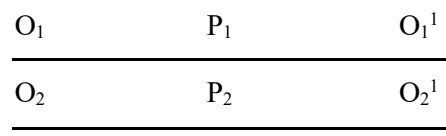
Puskesmas Wolo merupakan salah satu Puskesmas yang berada di wilayah tambang Kabupaten Kolaka yang menyediakan pelayanan rawat jalan dengan jumlah ibu hamil tahun 2024 sebanyak 424 orang, dan 49 orang (11,54%) mengalami KEK, kemudian pada tahun 2023 dari 231 ibu hamil terdapat 27 orang (11,7%) mengalami KEK, hal ini menunjukkan adanya peningkatan kasus KEK di wilayah tambang Kabupaten Kolaka (Puskesmas Wolo, 2023). Selain itu kasus KEK di daerah pesisir Kolaka tepatnya di wilayah kerja Puskesmas Iwoimendaa juga mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2022, menunjukkan bahwa dari 166 ibu hamil, terdapat 19 orang (11,4%) mengalami KEK dan meningkat pada tahun 2023 yaitu dari 160 ibu hamil, terdapat 27 orang (16,8%) mengalami KEK (Puskesmas Iwoimendaa, 2023).

Faktor penyebab langsung ibu hamil dengan risiko KEK adalah perilaku konsumsi gizi yang tidak cukup. Penanggulangan ibu hamil risiko KEK dilaksanakan melalui intervensi gizi spesifik secara lintas program terutama pada pelaksanaan pelayanan antenatal terpadu. Salah satu intervensi yang dilakukan adalah pemberian edukasi gizi dengan menggunakan berbagai media seperti leaflet (Kemenkes RI, 2019).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain Pre ekperiment yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap dampaknya dalam kondisi yang terkendali. Penelitian Pre ekperiment yaitu penelitian yang melibatkan kelompok subjek yang diuji *pre test* dan *post test* (Santoso and Madiistriyatno, 2021; Sugiyono, 2021).

Rancang bangun penelitian ini adalah *pre test post test one group design*. Rancangan penelitian ini yaitu pada awal penelitian sampel dilakukan tes awal atau *pre test* (O_1), selanjutnya diberikan perlakuan (P), kemudian dilakukan test dan pengukuran akhir atau *post test* (O_2). Selanjutnya membandingkan perubahan yang terjadi akibat perlakuan (Budiwanto, 2017):



Gambar 1. Rancangan *pre test post test design*

Keterangan :

O_1 : *Pre test* pada kelompok ekperiment (*leaflet*)

O_1^1 : *Post test* pada kelompok ekperiment (*leaflet*)

O_2 : *Pre test* pada kelompok ekperiment (*leaflet* + demonstrasi)

O_2^1 : *Post test* pada kelompok ekperiment (*leaflet* + demonstrasi)

P_1 : Pemberian *leaflet*

P_2 : Pemberian *leaflet* + demonstrasi

Penelitian ini telah dilakukan bulan Agustus sampai September Tahun 2024 di wilayah kerja Puskesmas Wolo dan Iwoimendaa Kabupaten Kolaka. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil KEK yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Wolo dan Iwoimendaa Kabupaten Kolaka periode Januari-Mei Tahun 2025 sebanyak 67 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu hamil KEK di wilayah kerja Puskesmas Wolo dan Iwoimendaa Kabupaten Kolaka periode Januari-Mei tahun 2025 sebanyak 40 orang. Penelitian ini menggunakan 2 kelompok intervensi, sehingga setiap kelompok terdiri atas 20 orang yakni 20 ibu hamil diberi media promosi kesehatan leaflet dan 20 ibu hamil diberi media leaflet dan demonstrasi. Sehingga jumlah seluruh sampel adalah 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proporsionate stratified random sampling* yaitu teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2021).

Jumlah sampel di Puskesmas Wolo sebanyak 26 orang dan di Puskesmas Iwoimendaa sebanyak 14 orang. Pengambilan sampel pada setiap Puskesmas menggunakan *simple random sampling* yaitu metode pengambilan sampel probabilitas di mana peneliti memilih secara acak untuk menjadi sampel (Sugiyono, 2021). Penerapan simple random sampling adalah dengan melakukan lot sebanyak 231 nama ibu hamil dilot dan nama 1-26 yang dijadikan sebagai sampel dari Puskesmas Wolo dan dimasukan sebanyak 124 nama ibu hamil dari Puskesmas Iwoimendaa, nama 1-14 dijadikan sebagai sampel. Sehingga total seluruh sampel adalah 40 orang. Secara spesifik sampel yang diberi leaflet di Puskesmas Wolo, sebanyak 13 orang dan yang diberi leaflet dan demonstrasi 13 orang, kemudian sampel yang diberi leaflet di Puskesmas Iwoimendaa sebanyak 7 orang dan sampel yang diberi leaflet bersama demonstrasi juga sebanyak 7 orang. Sumber data berasal dari data yang diambil langsung (data primer) dan data yang tidak diambil secara langsung (data sekunder). Pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputer. Adapun tahapan pengolahan data yang akan dilakukan adalah Pengkodean (coding), Pengeditan (editing), Proses (processing), Pembersihan (cleaning) data (Santoso dan

Madiistriyatno, 2021). Analisis Data dilakukan melalui pengujian Uji Validitas, Uji Reliabilitas dengan Analisis Deskriptif dan Analisis Inferensial kemudian Penyajian Data pada penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel dan narasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil KEK

Tabel 1. Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pemberian Leaflet

Pengetahuan	n	%
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> (<i>Pre Test</i>)		
Kurang	14	70,0
Baik	6	30,0
Total	20	100
Sesudah Pemberian <i>Leaflet</i> (<i>Post Test</i>)		
Kurang	4	20,0
Baik	16	80,0
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2025

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet, sebagian besar pengetahuannya kurang (70,0%), hal ini karena ibu hamil tidak memahami terkait makanan ibu hamil yang perlu lebih banyak dibanding Ketika tidak hamil, ibu hamil juga tidak memahami bahwa buah dan sayur juga penting untuk dikonsumsi selama kehamilan, kemudian sesudah diberikan leaflet pengetahuan yang kurang (20,0%) dan sampel cenderung memiliki pengetahuan yang baik (80,0%). Peningkatan pengetahuan ini karena media yang diberikan berupa leaflet yang berisi pesan atau informasi terkait Kekurangan energi kronik dan juga gizi pada ibu hamil.

Penelitian ini juga terdapat 14 orang ibu hamil yang awalnya pengetahuannya kurang dan sesudah pemberian leaflet pengetahuannya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 4 orang yang pengetahuannya kurang, tetap kurang setelah pemberian leaflet dan 6 orang yang sebelum pemberian leaflet tetap memiliki pengetahuan yang baik. Hasil uji Mc. Neymar diperoleh nilai p value 0,002, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka. Menurut asumsi peneliti Media leaflet menyediakan informasi yang terstruktur dengan jelas dan mudah dipahami. Leaflet sering kali mencakup fakta-fakta penting, panduan praktis, dan visual yang mempermudah pemahaman. Dengan informasi yang terorganisir dengan baik, ibu hamil dapat memperoleh pengetahuan yang diperlukan tentang KEK dengan cara yang sistematis. Selain itu, leaflet yang dirancang khusus untuk wilayah pesisir dan tambang dapat mencakup informasi yang relevan dengan tantangan khusus di area tersebut. Misalnya, leaflet dapat mencakup panduan mengenai asupan nutrisi yang sesuai dengan ketersediaan makanan lokal atau informasi tentang fasilitas kesehatan terdekat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuningsih dkk., (2024) yang menunjukkan bahwa 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 dan terdapat pengaruh Edukasi dengan Media Leaflet terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada ibu hamil di Desa Ngreden, Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten ($0,000 \leq 0,05$). Demikian pula penelitian Fajrin (2021) diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) ada pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia di Puskesmas Saigon. Terdapat perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media leaflet dengan nilai $p < 0,05$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan ada pengaruh pemberian media leaflet dalam Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia di Puskesmas Saigon Pontianak

Penelitian ini dipertegas teori Kustandi bahwa Leaflet merupakan alat promosi kesehatan yang relatif murah dan mudah didistribusikan. Dengan mengukur efektivitas leaflet dalam konteks ini, penelitian ini dapat memberikan informasi tentang bagaimana media cetak ini dapat digunakan secara optimal dalam program kesehatan masyarakat. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan untuk memperbaiki dan mengoptimalkan strategi promosi kesehatan yang lain (Kustandi, 2023).

2. Pengaruh gabungan media leaflet dan demonstrasi terhadap pengetahuan ibu hamil KEK

Tabel 2. Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Ibu Hamil KEK

Pengetahuan	n	%
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstrasi (<i>Pre Test</i>)		
Kurang	16	80,0
Baik	4	20,0
Total	20	100
Setelah Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstrasi (<i>Post Test</i>)		
Kurang	2	10,0
Baik	20	90,0
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2025

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet dan demonstrasi, sebagian besar pengetahuannya kurang (80,0%) dan sampel yang pengetahuannya baik (20,0%), kemudian sesudah diberikan leaflet dan demonstrasi pengetahuan yang kurang menjadi (10,0%) dan sampel yang pengetahuannya baik (90,0%). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sesudah diberikan media gabungan leaflet dan demonstrasi. Teknik demonstrasi yang dilakukan adalah penyuluhan terkait KEK dan gizi ibu hamil yang diberikan sebanyak 1 kali penyuluhan dengan metode ceramah dan menggunakan media leaflet yang diberikan kepada ibu hamil selama 1 minggu. Durasi penyuluhan dilakukan kurang lebih 30 menit dan disertai diskusi serta tanya jawab seputaran KEK dan gizi ibu hamil.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terdapat 2 orang yang pengetahuannya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki pengetahuan yang kurang. Kemudian terdapat 14 orang yang awalnya pengetahuannya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi pengetahuannya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 4 orang yang sebelum dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki pengetahuan yang baik. Hasil uji Mc. Neymar diperoleh nilai p value 0,000, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terhadap pengetahuan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hikmawati (2023) yang menemukan bahwa media leaflet efektif untuk meningkatkan pengetahuan, ibu hamil dengan skor p-value pengetahuan yaitu 0,000, sehingga disimpulkan bahwa media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mencegah stunting.

Penelitian ini diperkuat oleh teori bahwa berdasarkan model perilaku kesehatan, seperti Health Belief Model dan Theory of Planned Behavior, Leaflet dapat mempengaruhi sikap dan niat perilaku. Dengan menyajikan informasi tentang risiko kesehatan tertentu dan manfaat dari perilaku kesehatan tertentu, media promosi ini dapat merubah persepsi kesehatan serta meningkatkan motivasi untuk mengubah perilaku. Dengan demikian, mereka berkontribusi pada pembentukan niat yang lebih kuat untuk melaksanakan perilaku kesehatan yang diinginkan (Kusumawardani & Rekawati, 2019).

3. Pengaruh media leaflet terhadap sikap ibu hamil KEK

Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Sikap Sebelum dan Sesudah Pemberian Leaflet

Sikap	n	%
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> (<i>Pre Test</i>)		
Kurang	12	60,0
Baik	8	40,0
Total	20	100
Sesudah Pemberian <i>Leaflet</i> (<i>Post Test</i>)		
Kurang	5	25,0
Baik	15	75,0
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2025

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet, sebagian besar sikapnya kurang (60,0%), selebihnya baik (40,0%), kemudian sesudah diberikan leaflet sikap yang kurang (25,0%) dan sampel yang sikapnya baik (75,0%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum pemberian leaflet terdapat 5 orang yang sikapnya kurang dan sesudah pemberian leaflet tetap memiliki sikap yang kurang. Kemudian terdapat 7 orang yang awalnya sikapnya kurang dan sesudah pemberian leaflet sikapnya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 8 orang yang sebelum dan sesudah pemberian leaflet tetap memiliki sikap yang baik.

Hasil uji Mc. Neymar diperoleh nilai p value 0,016, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh media leaflet terhadap sikap ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka. Menurut asumsi peneliti Leaflet sebagai media informasi memungkinkan penyampaian informasi dengan cara yang terstruktur dan mudah dipahami. Dalam konteks ibu hamil KEK, leaflet dapat menyampaikan informasi mengenai pentingnya nutrisi yang tepat, tanda-tanda KEK, serta cara pencegahannya. Informasi yang jelas dan terperinci dapat membantu mengubah sikap dan perilaku ibu hamil. Selain itu media leaflet dapat diakses kapan saja dan dibaca berulang kali. Ini memberikan kesempatan bagi ibu hamil untuk membaca dan memahami informasi pada waktu yang tepat bagi mereka, serta merespons sesuai dengan pemahaman mereka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hikmawati (2023) yang menemukan bahwa media leaflet efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap serta tindakan ibu hamil dalam mencegah stunting yang diketahui melalui skor p-value pengetahuan yaitu 0,000, skor p-value sikap 0,000 serta skor p-value tindakan 0,000. Kesimpulan: Media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu hamil dalam mencegah stunting sebab skor p-value $< 0,05$.

Sikap terhadap pola makan sehat selama kehamilan juga merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku makan. Leaflet tidak hanya memberikan informasi tetapi juga dapat membentuk sikap positif terhadap praktik makan sehat. Penelitian ini akan menilai bagaimana pemberian leaflet dapat mempengaruhi sikap ibu hamil terhadap pentingnya nutrisi yang baik dan perubahan sikap tersebut dalam praktik sehari-hari

4. Pengaruh gabungan media leaflet dan demonstrasi terhadap sikap ibu hamil KEK

Tabel 4. Distribusi Sampel Berdasarkan Sikap Sebelum dan Sesudah Pemberian Leaflet + Demonstrasi

Sikap	n	%
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstrasi (<i>Pre Test</i>)		
Kurang	13	65,0
Baik	7	35,0
Total	20	100
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstrasi (<i>Post Test</i>)		
Kurang	7	65,0
Baik	13	35,0
Total	20	100

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet dan demonstrasi, sebagian besar sikapnya kurang (65,0%), selebihnya baik (35,0%), kemudian sesudah diberikan leaflet dan demonstrasi sikap yang kurang menjadi (65,0%) dan sampel yang sikapnya baik (35,0%). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terdapat 7 orang yang sikapnya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki sikap yang kurang. Kemudian terdapat 6 orang yang awalnya sikapnya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi sikapnya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 7 orang yang sebelum dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki sikap yang baik. Hasil analisis statistik menggunakan uji Mc. Neymar diperoleh nilai p value $0,031 < \alpha (0,05)$, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terhadap sikap ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka.

Media promosi kesehatan, seperti leaflet memegang peran penting dalam komunikasi kesehatan. Leaflet bertindak sebagai alat untuk menyampaikan pesan tentang praktik kesehatan yang baik dan pentingnya perilaku kesehatan tertentu. Berdasarkan teori komunikasi kesehatan, media ini efektif karena mereka dapat menjangkau audiens yang luas, menawarkan pesan yang mudah diingat,

dan sering ditempatkan di lokasi strategis di mana mereka paling mungkin dilihat oleh target audiens, seperti di kampus atau tempat kerja (Rizal dkk, 2022).

Penelitian ini diperkuat oleh teori Maharini bahwa sikap adalah salah satu hal yang penting dalam memahami perilaku manusia. Sikap merupakan predisposisi seseorang untuk merespons suatu objek atau situasi dengan cara tertentu. Teori sikap memiliki peran yang krusial dalam menjelaskan mengapa seseorang bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu (Maharini, 2024). Menurut Notoatmodjo (2019), sikap adalah respons tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan.

5. Pengaruh media leaflet terhadap pola makan ibu hamil KEK

Tabel 5. Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Makan Sebelum dan Sesudah Pemberian Leaflet

Pola Makan	n	%
<i>Sebelum Pemberian Leaflet (Pre Test)</i>		
Kurang	15	75,0
Baik	5	25,0
Total	20	100
<i>Sesudah Pemberian Leaflet (Post Test)</i>		
Kurang	9	45,0
Baik	11	55,0
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2025

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet, sebagian besar pola makannya kurang (75,0%),selebihnya kurang (25,0%), kemudian sesudah diberikan leaflet pola makan sampel yang kurang (45,0%) dan sampel yang pola makannya baik menjadi (55,0%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum pemberian leaflet terdapat 9 orang yang pola makannya kurang dan sesudah pemberian leaflet tetap memiliki pola makan yang kurang. Kemudian terdapat 6 orang yang awalnya pola makan kurang dan sesudah pemberian leaflet pola makannya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 5 orang yang sebelum dan sesudah pemberian leaflet tetap memiliki pola makan yang baik.

Hasil uji Mc. Neymar diperoleh nilai $p\text{ value } 0,031 < \alpha (0,05)$, sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh media leaflet terhadap pola makan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka. Menurut asumsi peneliti leaflet menyediakan informasi yang spesifik dan terstruktur mengenai pola makan sehat yang diperlukan untuk mencegah dan mengatasi KEK. Dengan panduan mengenai jenis makanan yang kaya akan energi dan nutrisi penting, ibu hamil dapat membuat pilihan makanan yang lebih baik. Leaflet yang dirancang khusus untuk konteks lokal dapat memberikan rekomendasi tentang jenis makanan yang tersedia di wilayah pesisir dan tambang. Misalnya, leaflet bisa memberikan ide tentang cara memanfaatkan sumber daya lokal seperti ikan atau hasil pertanian untuk memenuhi kebutuhan gizi. Kemudian Informasi yang diberikan dalam leaflet dapat meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya pola makan yang baik untuk kesehatan mereka dan bayi mereka. Kesadaran ini bisa memotivasi mereka untuk membuat perubahan dalam pola makan mereka, seperti meningkatkan konsumsi makanan bergizi dan menghindari makanan yang kurang sehat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Muthia dan Cania (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap skor rata-rata perilaku ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi gizi antara kelompok video dan leaflet yang ditandai dengan nilai $p\text{-value } 0,000$. Hasil uji Gain Score menunjukkan bahwa nilai gain score pada media video besar daripada media leaflet yang berarti media video lebih efektif dibandingkan dengan media leaflet dalam merubah pengetahuan dan perilaku ibu hamil.

Penelitian ini diperkuat teori Mastuti bahwa pola makan yang baik selama kehamilan sangat penting untuk kesehatan ibu dan perkembangan janin. Pemberian informasi yang tepat dan efektif tentang nutrisi kehamilan dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu hamil dan mencegah komplikasi yang dapat memengaruhi kesehatan bayi. Salah satu metode yang umum digunakan untuk menyebarluaskan informasi kesehatan adalah melalui leaflet. Leaflet, sebagai media promosi kesehatan, memberikan informasi yang ringkas dan dapat diakses dengan mudah oleh masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pemberian leaflet terhadap pengetahuan, sikap, dan pola makan ibu hamil (Mastuti, 2023).

6. Pengaruh gabungan media leaflet dan demonstrasi terhadap pola makan ibu hamil KEK

Tabel 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Makan

Pola Makan	n	%
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstras (<i>Pre Test</i>)		
Kurang	15	75,0
Baik	5	25,0
Total	20	100
Sebelum Pemberian <i>Leaflet</i> + Demonstras (<i>Post Test</i>)		
Kurang	5	25,0
Baik	15	75,0
Total	20	100

Sumber: Data Primer, 2025

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum diberikan leaflet dan demonstrasi, sebagian besar pola makannya kurang orang (75,0%), selebihnya baik (25,0%), kemudian sesudah diberikan leaflet dan demonstrasi pola makan yang kurang (25,0%) dan sampel yang pola makannya baik (75,0%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dari 20 sampel, sebelum pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terdapat 5 orang yang pola makannya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki pola makan yang kurang. Kemudian terdapat 10 orang yang awalnya pola makannya kurang dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi pola makannya meningkat menjadi baik, kemudian terdapat 5 orang yang sebelum dan sesudah pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi tetap memiliki pola makan yang baik.

Hasil uji Mc. Neymar diperoleh nilai p value 0,002, sehingga ada pengaruh pemberian media gabungan leaflet dan demonstrasi terhadap pola makan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka. Menurut asumsi peneliti, leaflet memberikan informasi yang terstruktur dan mudah diakses, sementara demonstrasi memberikan contoh praktis dan langsung. Gabungan kedua metode ini memastikan bahwa informasi tentang pola makan sehat tidak hanya diketahui, tetapi juga dipahami dan diterapkan dalam praktik sehari-hari. Kemudian Kombinasi leaflet dan demonstrasi menggabungkan pendekatan visual dan praktis. Leaflet memberikan penjelasan tertulis yang dapat diulang-ulang, sedangkan demonstrasi memberikan pengalaman langsung. Ini membantu memperkuat pesan dan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pola makan yang sehat.

Pola makan merupakan frekuensi, jenis dan jumlah makan yang dikonsumsi oleh individu. Kegunaan metode FFQ adalah menilai keterkaitan antara asupan makanan tertentu dan kandungan zat gizi tertentu terhadap risiko kejadian penyakit. FFQ tidak ditujukan untuk menilai asupan zat gizi saja, tetapi lebih dikhususnya untuk menilai adanya korelasi antara paparan konsumsi makanan tertentu terhadap timbulkan kasus kelainan gizi. Pola makan merupakan asupan makanan yang memberikan berbagai macam jumlah, jadwal dan jenis makanan yang didapatkan seseorang (Sirajuddin, dkk., 2018).

Leaflet berperan dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan, sikap dan pola makan tentang isu kesehatan. Dengan pesan ringkas dan jelas serta desain menarik, mereka dapat menarik perhatian dan menyampaikan informasi penting dengan cepat. Ini selaras dengan teori difusi inovasi dalam promosi kesehatan, yang menekankan pentingnya menyebarkan informasi untuk mempengaruhi sikap dan perilaku. Pola makan ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan dan sikap mereka. Dengan memberikan leaflet yang menyajikan informasi yang jelas dan mudah dipahami, diharapkan terjadi perubahan positif dalam pola makan ibu hamil. Penelitian ini penting untuk mengevaluasi apakah leaflet dapat mendorong ibu hamil untuk mengadopsi pola makan yang lebih sehat dan memenuhi kebutuhan gizi (Emilia, 2021).

7. Intervensi yang paling berpengaruh terhadap pengetahuan ibu hamil KEK

Tabel 7. Perbedaan pengaruh media leaflet dan gabungan Leaflet + demonstrasi terhadap pengetahuan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka

Media	Pengetahuan						<i>p value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
<i>Leaflet</i>	16	80,0	4	20,0	20	100	0,661*
<i>Leaflet</i> + Demonstrasi	18	90,0	2	10,0	20	100	
Total	34	85,0	6	15,0	40	100	

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 responden yang diberi leaflet sebagian besar pengetahuannya baik (80,0%), demikian pula sampel yang diberi media gabungan leaflet dan demonstrasi sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik (90,0%). Hal ini menunjukkan bahwa kedua media memberikan efek yang baik terhadap pengetahuan. Hasil uji Fisher Exact disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan media leaflet dan gabungan leaflet + demonstrasi terhadap pengetahuan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka.

Menurut asumsi peneliti, tidak adanya perbedaan media promosi leaflet dan leaflet plus demonstrasi disebabkan durasi dan frekuensi intervensi yang singkat dan pelaksanaannya hanya dilakukan selama 1 minggu untuk setiap intervensi dan demonstrasi yang diberikan juga sebanyak 1 kali demonstrasi atau penyuluhan. Jika demonstrasi tidak cukup sering atau berlangsung selama waktu yang memadai, maka pengaruhnya mungkin tidak cukup besar untuk menghasilkan perbedaan signifikan dibandingkan dengan leaflet saja. Selain itu ibu hamil sudah memiliki pengetahuan dasar yang baik tentang KEK dan pola makan sehat, tambahan informasi dari demonstrasi mungkin tidak menghasilkan perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan leaflet. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sarah (2024) yang menemukan nilai *p value* 0,421 yang artinya bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pengetahuan pada saat pre-test dan post-test pada kelompok booklet dan kontrol.

Penelitian ini diperkuat oleh teori ini menjelaskan bahwa efektivitas komunikasi bergantung pada kesesuaian dan kualitas materi yang disampaikan serta cara penyampaian. Jika leaflet sudah efektif dalam menyampaikan informasi tentang KEK dengan cara yang mudah dipahami dan diterima, tambahan demonstrasi mungkin tidak memberikan manfaat tambahan yang signifikan. Efektivitas leaflet dalam komunikasi mungkin sudah cukup untuk mengubah pengetahuan ibu hamil. Kemudian teori efektivitas komunikasi (Communication Effectiveness Theory) juga menjelaskan bahwa efektivitas komunikasi bergantung pada kesesuaian dan kualitas materi yang disampaikan serta cara penyampaian. Jika leaflet sudah efektif dalam menyampaikan informasi tentang KEK dengan cara yang mudah dipahami dan diterima, tambahan demonstrasi mungkin tidak memberikan manfaat tambahan yang signifikan. Efektivitas leaflet dalam komunikasi mungkin sudah cukup untuk mengubah pengetahuan ibu hamil (Indarwati dkk., 2024).

8. Intervensi yang paling berpengaruh terhadap sikap ibu hamil KEK

Tabel 8. Perbedaan pengaruh media leaflet dan gabungan Leaflet + demonstrasi terhadap sikap ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka

Media	Sikap						<i>p value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
<i>Leaflet</i>	15	75,0	5	25,0	20	100	0,731*
<i>Leaflet</i> + Demonstrasi	13	65,0	2	35,0	20	100	
Total	28	70,0	12	30,0	40	100	

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 responden yang diberi leaflet sebagian besar sikapnya baik (75,0%), demikian pula sampel yang diberi media gabungan leaflet dan demonstrasi sebagian besar memiliki sikapnya yang baik (65,0%). Hasil uji Chi-Square diperoleh *p value* 0,731,

sehingga disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan media leaflet dan gabungan leaflet + demonstrasi terhadap sikap ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka.

Menurut asumsi peneliti, jika leaflet yang diberikan sudah sangat informatif dan mencakup semua aspek penting mengenai KEK, sikap ibu hamil mungkin sudah mengalami perubahan yang signifikan tanpa perlu adanya demonstrasi tambahan. Leaflet yang dirancang dengan baik dapat menyampaikan informasi yang cukup untuk memengaruhi sikap dan perilaku, sehingga demonstrasi tambahan tidak memberikan perbedaan yang berarti. Ibu hamil mungkin tidak merasakan nilai tambah yang signifikan dari demonstrasi jika informasi yang diberikan sudah mencukupi dari leaflet. Jika mereka merasa bahwa leaflet sudah memberikan informasi yang cukup untuk mengubah sikap mereka, tambahan demonstrasi mungkin tidak memberikan perbedaan yang berarti.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sarah (2024) yang menemukan bahwa adanya perbedaan rerata skor sikap kelompok booklet (p-value 0,084), leaflet (p-value 0,00) dan kontrol (p-value 0,465) (p-value>0,05) yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sikap pada saat pre-test dan post-test pada kelompok booklet dan kontrol, tetapi terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sikap pada pre-test dan post-test pada kelompok leaflet. Pemberian edukasi menggunakan media booklet kurang efektif daripada media leaflet dan kontrol yang tidak efektif terhadap sikap ibu hamil dalam mencegah KEK.

9. Intervensi yang paling berpengaruh terhadap pola makan ibu hamil KEK

Tabel 9. Perbedaan pengaruh media leaflet dan gabungan Leaflet + demonstrasi terhadap pola makan ibu hamil KEK

Media	Pola Makan						<i>p value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
<i>Leaflet</i>	11	55,0	9	45,0	20	100	0,320*
<i>Leaflet</i> + Demonstrasi	15	75,0	5	25,0	20	100	
Total	26	65,0	14	35,0	40	100	

Sumber: Data Primer, 2024

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 20 responden yang diberi leaflet sebagian besar pola makannya baik (55,0%), demikian pula sampel yang diberi media gabungan leaflet dan demonstrasi sebagian besar memiliki pola makannya yang baik (75,0%). Hasil uji Chi-Square diperoleh p value 0,320, sehingga tidak ada perbedaan media leaflet dan gabungan leaflet + demonstrasi terhadap pola makan ibu hamil KEK di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka. Demonstrasi yang diberikan diibangi dengan pemberian contoh makanan lokal yang baik pada ibu hamil KEK. Tidak adanya perbedaan media leaflet dan gabungan leaflet dan demonstrasi karena dikaji secara deskriptif dari angka ekstrim pada presentasi pola makan menunjukkan kategori yang sama yakni baik dan berdasarkan analisis inferensial menggunakan uji chi-square menunjukkan nilai p value lebih besar dari 0,05 sehingga disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan media dalam meningkatkan pengetahuan pola makan ibu hamil KEK.

Menurut asumsi peneliti, leaflet sudah menyajikan informasi yang komprehensif dan praktis mengenai pola makan sehat dan pengelolaan KEK, ibu hamil mungkin sudah mendapatkan pengetahuan yang cukup untuk membuat perubahan dalam pola makan mereka. Dalam hal ini, informasi tambahan dari demonstrasi mungkin tidak memberikan nilai tambah yang signifikan. Selain itu mengubah pola makan memerlukan lebih dari sekadar pengetahuan; faktor-faktor seperti ketersediaan bahan makanan, kemampuan memasak, dan kebiasaan makan yang sudah ada juga mempengaruhi perubahan pola makan. Jika ibu hamil menghadapi kendala praktis dalam menerapkan perubahan yang disarankan, baik melalui leaflet maupun demonstrasi, hasilnya tidak berbeda secara signifikan. Selain itu apabila demonstrasi tidak dilakukan secara efektif atau tidak cukup relevan dengan kebutuhan ibu hamil, dampaknya terhadap pola makan mungkin tidak signifikan. Demonstrasi harus diadakan dengan cara yang menarik, interaktif, dan sesuai dengan konteks lokal untuk memberikan manfaat tambahan yang nyata.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuningsih dkk., (2024) bahwa gizi ibu hamil merupakan investasi yang perlu dipersiapkan, pada masa kehamilan gizi memiliki peran sangat penting untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin. Menurut asumsi peneliti, media leaflet dan

demonstrasi adalah alat yang efektif untuk meningkatkan pola makan ibu hamil. Leaflet harus berisi informasi penting tentang kebutuhan nutrisi selama kehamilan, termasuk kelompok makanan yang disarankan, porsi yang tepat, dan contoh menu harian. Selain itu leaflet menggunakan desain yang menarik dan mudah dipahami dengan gambar dan diagram untuk mempermudah pemahaman. Olehnya itu dengan menerapkan media leaflet dan demonstrasi secara efektif, Puskesmas dan lembaga kesehatan dapat membantu ibu hamil memahami pentingnya pola makan yang sehat dan mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah pesisir dan tambang Kabupaten Kolaka, dapat disimpulkan bahwa media edukasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK). Media leaflet terbukti berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan pola makan ibu hamil KEK. Demikian pula, penggunaan media edukasi yang dikombinasikan dengan metode demonstrasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan pola makan responden. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi kesehatan melalui media cetak yang disertai visualisasi langsung melalui demonstrasi lebih efektif dalam membangun pemahaman dan membentuk perilaku positif. Namun demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan media leaflet saja dengan kombinasi leaflet dan demonstrasi dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, maupun pola makan ibu hamil KEK. Temuan ini mengindikasikan bahwa baik media leaflet maupun gabungan dengan demonstrasi sama-sama dapat digunakan secara efektif dalam program edukasi gizi ibu hamil, tergantung pada sumber daya, konteks wilayah, dan kemampuan pelaksana program. Oleh karena itu, intervensi edukatif dapat disesuaikan dengan kondisi lapangan, dengan mempertimbangkan efisiensi dan ketersediaan fasilitas pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, C. A. N., Tri Anomsari, E. (2022). Buku ajar gizi dalam daur kehidupan. Yogyakarta: Deepublish.
- Alistina, A. D., et al. (2021). Ilmu gizi dasar: Buku pembelajaran. Yogyakarta: CV. Penerbit.
- Anderson, J. R. (2020). The architecture of cognition. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ariani, A. P. (2020). Ilmu gizi dilengkapi dengan standar penilaian status gizi dan daftar komposisi bahan makanan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto, S. (2018). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Edisi revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Baroroh, I. (2021). Buku ajar gizi dalam kesehatan reproduksi. Jakarta: NEM.
- Dinkes Kabupaten Kolaka. (2023). Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Kolaka Tahun 2023. Kolaka: Dinkes Kab. Kolaka.
- Dinkes Sulawesi Tenggara. (2020). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2020. Kendari: BPS Sultra & Dinkes.
- Emilia, O. (2021). Promosi kesehatan dalam lingkup kesehatan masyarakat. Yogyakarta: Pustaka Cendekia Press.
- Fajrin, D. H. (2021). Pengaruh media leaflet dalam pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu dan Anak*, 1(1), 19–25.
- Fakhriyah, F., et al. (2021). Buku ajar kekurangan energi kronik (KEK). Jakarta: Karya Persada.
- Hardinsyah. (2018). Ilmu gizi: Teori dan aplikasi. Jakarta: EGC.
- Hikmawati, N. M. A. Z. Z. (2023). Efektivitas penggunaan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan ibu hamil dalam mencegah stunting di wilayah kerja Puskesmas Abeli Tahun 2022. *Jurnal WINS*, e-ISSN 2797-6270.
- Idris, F. P., & Elvinasari, R. (2020, Oktober). Pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Tinggimoncong Kabupaten Gowa. In *Prosiding Seminar Nasional Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*, 3, 88–93.
- Indarwati, et al. (2024). Kesehatan masyarakat. Jakarta: Rey Media Grafika.
- Lazarus, R. S., & Smith, C. A. (1988). Knowledge and appraisal in the cognitive-emotional process. In *Emotions in personality and psychopathology* (pp. 105–121). New York: Guilford Press.

- Marshall, N. E., Abrams, B., Barbour, L. A., et al. (2022). The importance of nutrition in pregnancy and lactation: Lifelong consequences. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 226(5), 607–632. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2021.12.035>
- Mastuti, D. N. R., et al. (2023). Pengantar ilmu gizi: Pemahaman tentang nutrisi dan kesehatan. Jakarta: Sonpedia Publishing Indonesia.
- Mubarak, W. I. (2021). Promosi kesehatan untuk kebidanan. Jakarta: Salemba Medika.
- Muthia, L. C. (2022). Efektivitas edukasi gizi menggunakan media video dan leaflet terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang konsumsi makanan sumber zat besi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Andalas [Tugas akhir Diploma, Universitas Andalas].
- Nugroho. (2020). Besar sampel dalam penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Pender, N. J. (2021). Health promotion model manual. Jakarta: Nuha Medika.
- Santoso, I., & Madiistriyatno, H. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif. Jakarta: Indigo Media.
- Sarah, C. (2024). Pengaruh media edukasi booklet dan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mencegah kekurangan energi kronis (KEK) di wilayah kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2024 [Disertasi Doktor, Universitas Andalas].
- Setiawati, S. (2021). Proses pembelajaran dalam pendidikan kesehatan. Jakarta: Trans Info Media.
- Sirajuddin, M., Nadimin, & Rauf, S. (2018). Survei konsumsi pangan. Jakarta: EGC.
- Sudjana, N., & Rivai, A. (2021). Media pengajaran. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed method). Bandung: Alfabeta.
- Supriasa, B. B. I. F. (2020). Penilaian status gizi (Edisi revisi). Jakarta: EGC.
- WHO. (2021). Women and health: Today's evidence, tomorrow's agenda (Chapter 4). Geneva: WHO.
- WHO. (2022). WHO global database on anaemia. Retrieved from <https://www.who.int/vmnis/anaemia/en/>