



Pengaruh Edukasi Pena Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Pada Anak Usia 0-5 Tahun

The Effect of Nutrition Pen Education on Mothers' Knowledge of Children Aged 0-5 Years

Faizatul Aini ¹, Indanah ², Diana Tri Lestari ³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Kudus, Program Studi Ilmu Keperawatan, Kudus, Indonesia 59316

Article Info

Article History:

Accepted 22 Januari 2026

Kata Kunci

Edukasi Gizi
Ibu
Malnutrisi
Pena Gizi
Pengetahuan

Keywords:

Child nutrition education
Knowledge
Malnutrition
Mothers
Pena Gizi

Abstract

Malnutrition among children remains a significant public health problem that requires serious attention. This condition is generally caused by mothers' low level of knowledge regarding the importance of balanced nutrition, inappropriate feeding patterns, and limited access to attractive and easy-to-understand nutritional information. Increasing mothers' knowledge through nutrition education using interactive media is a strategic step in preventing malnutrition from an early age. This study aims to determine the effect of education using the "Pena Gizi" video on mothers' knowledge regarding the prevention of malnutrition in children aged 0–5 years. This research employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach involving 68 mothers, consisting of 34 in the intervention group and 34 in the control group. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann-Whitney U Test. The results showed that the median score of mothers' knowledge in the intervention group significantly increased from 70 (pretest) to 90 (posttest) with $p = 0.000$, while the control group also showed a statistically significant difference (80 to 80; $p = 0.008$), although the improvement was not practically significant. The Mann-Whitney test indicated a significant difference in posttest scores between the intervention and control groups with $p = 0.000$. These findings indicate that education using the "Pena Gizi" video is effective in improving mothers' knowledge regarding the prevention of malnutrition in children. It is recommended that interactive video-based nutrition education be routinely implemented in Posyandu to enhance mothers' awareness and support children's nutritional health.

Corresponding author:

Faizatul Aini

faizatulaini027@gmail.com

Indonesian Journal of Nursing Research Volume 9 nomor 1

e-ISSN 2615-6407

Abstrak

Masalah malnutrisi pada anak balita masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh rendahnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang, pola makan anak yang kurang tepat, serta kurangnya akses terhadap informasi gizi yang menarik dan mudah dipahami. Upaya peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi gizi berbasis media interaktif menjadi langkah strategis dalam mencegah malnutrisi sejak dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media video Pena Gizi terhadap pengetahuan ibu mengenai pencegahan malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun. Penelitian ini menggunakan desain quasi-experiment dengan pendekatan pretest-posttest control group, penelitian ini melibatkan 68 ibu yang dibagi menjadi 34 ibu pada kelompok intervensi dan 34 ibu pada kelompok kontrol. Kriteria inklusi meliputi ibu yang memiliki anak usia 0–5 tahun yang terdaftar dan aktif di Posyandu Desa Jurang, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus, bersedia menjadi responden, memiliki buku KMS, memiliki telepon genggam dengan aplikasi YouTube dan WhatsApp, serta bersedia mengikuti penelitian hingga selesai. Kriteria eksklusi adalah ibu yang tidak mengikuti seluruh tahapan penelitian (pretest dan posttest) serta ibu dengan kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk berpartisipasi dalam penelitian. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur dan dianalisis dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test serta Mann-Whitney U Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai median pengetahuan ibu pada kelompok intervensi meningkat secara signifikan dari 70 (pretest) menjadi 90 (posttest) dengan $p = 0,000$, sedangkan pada kelompok kontrol juga menunjukkan perbedaan bermakna secara statistik (80 menjadi 80; $p = 0,008$), meskipun peningkatannya tidak signifikan secara praktis. Uji Mann-Whitney menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada nilai posttest antara kelompok intervensi dan kontrol dengan $p = 0,000$. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media video Pena Gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan malnutrisi pada anak. Disarankan agar edukasi gizi berbasis video interaktif diterapkan secara rutin di Posyandu untuk meningkatkan kesadaran ibu dan mendukung kesehatan gizi anak.

PENDAHULUAN

Masalah malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun masih menjadi tantangan serius dalam kesehatan masyarakat karena berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, dan kelangsungan hidup anak. Malnutrisi dapat terjadi akibat kekurangan maupun kelebihan asupan gizi. Secara global, data UNICEF (2022) menunjukkan bahwa sekitar 45% kematian anak di bawah lima tahun berkaitan dengan malnutrisi, yang mencerminkan besarnya dampak masalah gizi terhadap mortalitas anak. Kondisi tersebut juga tercermin di Indonesia melalui berbagai indikator status gizi balita. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi stunting pada balita secara nasional menurun menjadi 21,5% dan prevalensi underweight menurun menjadi 15,9%. Namun demikian, prevalensi wasting justru meningkat dari 7,7% pada tahun 2022 menjadi 8,5% pada tahun 2023, serta prevalensi overweight balita meningkat dari 3,5% menjadi 4,2% (Kemenkes, 2023). Data ini menunjukkan bahwa malnutrisi, baik kekurangan

maupun kelebihan gizi, masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian dan penanganan secara komprehensif.

Menurut penelitian (Hartinah et al., 2022), Faktor yang berhubungan dengan stunting terdiri dari faktor seperti faktor ekonomi, pendidikan ibu dan pengetahuan ibu, kemudian faktor perantara seperti jumlah anggota keluarga, tinggi badan ibu, usia ibu, dan jumlah anak ibu. Selanjutnya adalah faktor proksimal seperti ASI eksklusif, usia anak dan berat badan lahir rendah. Menurut (Mulyani et al., 2020) Pengetahuan yang baik merupakan dasar utama dalam mengubah perilaku atau kebiasaan seseorang. Pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam menentukan pola makan dan pemenuhan gizi anak. Ibu dengan pengetahuan yang baik akan mampu menyediakan makanan bergizi seimbang dan menerapkan pola asuh gizi yang tepat. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko malnutrisi pada anak (Sunarti et al., 2024). Menurut (Indanah et al., 2021), peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi gizi yang terarah dan komunikatif dapat membantu ibu memahami tanda dan pencegahan malnutrisi sejak dini, sehingga anak memperoleh asupan gizi sesuai kebutuhannya. Pemilihan media edukasi yang tepat menjadi faktor pendukung keberhasilan peningkatan pengetahuan. (Hartinah et al., 2022) menjelaskan bahwa media pembelajaran interaktif dapat meningkatkan perhatian, pemahaman, dan retensi informasi pada peserta edukasi. Media Pena Gizi, yang menampilkan ilustrasi visual menarik dan pesan sederhana, dinilai efektif membantu ibu memahami konsep gizi seimbang secara praktis.

Penelitian (Joseph & Batra, 2019) menunjukkan bahwa program edukasi terencana (planned teaching program) tentang malnutrisi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki anak usia 6–36 bulan. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan sedang hingga rendah, namun setelah diberikan edukasi, mayoritas ibu mencapai kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi yang terstruktur dapat membantu ibu memahami dan menerapkan informasi mengenai pencegahan malnutrisi pada anak.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Susi Irianti et al., 2023), tingkat pengetahuan gizi ibu berhubungan langsung dengan kebiasaan pemberian makan pada anak. Ibu yang memiliki wawasan luas tentang gizi cenderung lebih sadar dalam memilih bahan makanan yang mengandung zat tenaga (karbohidrat dan lemak), zat pembangun (protein), serta zat pengatur (vitamin dan mineral). Selain itu, (Diana Tri Lestari et al., 2023) menemukan bahwa pelaksanaan edukasi gizi di tingkat masyarakat melalui kegiatan Posyandu mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap pemberian makan anak balita. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan edukatif berbasis komunitas dengan penggunaan media interaktif yang mudah diterapkan oleh tenaga kesehatan. Menurut (Kemenkes, 2022) juga menekankan bahwa penyuluhan berbasis media yang menarik dapat meningkatkan efektivitas promosi kesehatan. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi berbasis gambar dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai gizi anak, yang selanjutnya berpotensi untuk mencegah masalah gizi seperti malnutrisi pada anak. Dengan demikian, penggunaan pena gizi melalui video sebagai alat edukasi inovatif dapat membantu meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi serta mencegah pemahamn ibu tentang gizi serta mencegah malnutrisi pada anak. Penilaian status gizi merupakan langkah penting dalam praktik keperawatan untuk mengenali kondisi malnutrisi, yang selanjutnya memandu diagnosa dan intervensi keperawatan (Pada et al., 2021).

Kartu Menuju Sehat (KMS) merupakan alat penting dalam memantau pertumbuhan dan perkembangan balita, serta berfungsi sebagai indikator dalam pelayanan kesehatan anak dan

deteksi dini risiko malnutrisi. Dengan penggunaan yang tepat, KMS dapat membantu mendeteksi stunting secara lebih akurat karena memuat grafik pertumbuhan dan indikator perkembangan yang dicatat setiap bulan sejak anak lahir hingga usia lima tahun (Putri & Syafitasari, 2023). Menurut (Andi Akifa Sudirman, Dewi Modjo, 2024) Kartu Menuju Sehat (KMS) merupakan alat pemantauan pertumbuhan dan status gizi anak yang digunakan secara rutin di posyandu. Pemantauan dilakukan melalui pencatatan berat badan anak setiap bulan, yang ditampilkan dalam bentuk grafik berwarna untuk memudahkan interpretasi status pertumbuhan. Warna hijau muda menunjukkan pertumbuhan anak normal dengan status gizi baik sehingga orang tua perlu mempertahankan pola makan bergizi seimbang dan rutin memantau berat badan anak. Warna kuning menandakan anak mulai berisiko mengalami gizi kurang atau pertumbuhan tidak sesuai usia, sehingga diperlukan peningkatan asupan gizi dan konsultasi dengan petugas kesehatan. Sementara itu, warna merah menunjukkan anak mengalami gizi buruk atau kekurangan gizi berat karena berat badan berada di bawah garis merah grafik KMS, sehingga membutuhkan penanganan segera di puskesmas atau fasilitas kesehatan. Meskipun KMS berperan penting dalam deteksi dini masalah gizi, pemanfaatannya di lapangan belum optimal karena masih terbatasnya pemahaman ibu dalam membaca dan menafsirkan grafik KMS secara benar. Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang malnutrisi pada anak, namun sebagian besar masih menggunakan metode tatap muka konvensional atau media cetak, serta belum mengoptimalkan media digital yang mudah diakses dan berkelanjutan. Di tingkat posyandu, keterbatasan waktu dan frekuensi kehadiran ibu menjadi hambatan dalam pelaksanaan edukasi gizi secara optimal. Selain itu, masih terbatas penelitian yang mengombinasikan media edukasi visual sederhana seperti Pena Gizi dengan video berbasis platform digital yang umum digunakan masyarakat, seperti YouTube dan WhatsApp, serta menggunakan desain kelompok kontrol untuk mengevaluasi efektivitas intervensi secara objektif. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dengan mengkaji pengaruh edukasi menggunakan media Pena Gizi berbasis video terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun menggunakan desain posttest control group, sehingga diharapkan dapat menjadi alternatif strategi edukasi gizi yang efektif, aplikatif, dan sesuai dengan kondisi masyarakat di tingkat posyandu.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media Pena Gizi terhadap pengetahuan ibu tentang malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun di Desa Jurang, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental Non-Equivalent Control Group Design yang dilaksanakan di Posyandu Desa Jurang, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus pada bulan Juli 2025. Kelompok intervensi dilaksanakan di Posyandu Anggur, sedangkan kelompok kontrol di Posyandu Melon dengan tujuan untuk mencegah terjadinya kontaminasi informasi antar responden. Subjek penelitian ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi ibu yang memiliki anak usia 0–5 tahun yang terdaftar dan aktif mengikuti kegiatan Posyandu di Desa Jurang, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus; ibu yang menyetujui untuk menjadi responden penelitian serta memiliki buku Kartu Menuju Sehat (KMS); ibu yang memiliki telepon genggam dengan aplikasi YouTube dan WhatsApp; serta ibu yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian hingga selesai. Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu ibu yang tidak hadir atau tidak mengikuti kedua tahap pengumpulan data, baik pada saat pretest maupun posttest, serta ibu dengan kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk mengikuti penelitian secara optimal.

Populasi berjumlah 80 ibu yang memiliki anak usia 0–5 tahun, dengan 68 responden dipilih menggunakan purposive sampling, terdiri dari 34 ibu kelompok intervensi dan 34 ibu kelompok kontrol. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun yang disusun oleh peneliti berdasarkan kajian teori dan literatur terkait malnutrisi anak, pedoman gizi seimbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, serta penelitian terdahulu yang relevan. Kuesioner awal terdiri dari 20 butir pertanyaan berbentuk pilihan ganda yang mencakup aspek pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta pencegahan malnutrisi pada anak usia dini. Setelah dilakukan uji validitas menggunakan uji korelasi product moment, diperoleh 10 butir pertanyaan dengan nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($r > 0,361$) sehingga dinyatakan valid dan digunakan sebagai instrumen penelitian, sedangkan butir lainnya tidak digunakan. Uji reliabilitas terhadap 10 butir pertanyaan valid dilakukan menggunakan metode Cronbach's alpha dan diperoleh nilai α sebesar 0,399 yang menunjukkan reliabilitas cukup untuk digunakan dalam penelitian ini. Pengumpulan data dilakukan secara langsung menggunakan kuesioner cetak yang diisi oleh responden pada saat pretest dan posttest dengan pendampingan peneliti. Penilaian dilakukan dengan memberikan skor 1 untuk setiap jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah, kemudian skor total responden dihitung dan digunakan sebagai data numerik untuk dianalisis secara statistik guna mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah pemberian edukasi menggunakan media video Pena Gizi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Intervensi dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan teori pendidikan kesehatan dan perubahan perilaku, khususnya Health Belief Model, yang menekankan peningkatan pengetahuan sebagai dasar perubahan perilaku ibu dalam pencegahan malnutrisi anak. Media edukasi yang digunakan berupa Pena Gizi yang dikombinasikan dengan video edukasi berbasis visual, disusun berdasarkan pedoman gizi seimbang dan pemantauan pertumbuhan balita dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Validitas isi materi intervensi dilakukan melalui expert judgment oleh ahli media dan dosen keperawatan anak untuk memastikan kesesuaian materi, tampilan, bahasa, dan kelayakan konten dengan karakteristik responden. Intervensi dilaksanakan dalam tiga sesi, yaitu satu sesi tatap muka di Posyandu Desa Jurang dengan durasi ± 30 menit yang membahas konsep malnutrisi, cara membaca Kartu Menuju Sehat (KMS), dan pengenalan Pena Gizi, diikuti dua sesi video edukasi berdurasi ± 5 menit yang dibagikan melalui grup WhatsApp dan tautan YouTube tertutup dengan materi pencegahan malnutrisi dan pemantauan pertumbuhan anak di rumah. Untuk meminimalkan bias dan memastikan keterlibatan responden, peneliti memantau keaktifan responden melalui fitur read receipt dan view count, meminta konfirmasi setelah menonton video, serta memberikan pengingat personal kepada responden yang belum menonton, dengan ketentuan bahwa responden yang tidak mengikuti seluruh rangkaian intervensi tidak diikutsertakan dalam analisis akhir. Data kemudian dianalisis menggunakan uji Normalitas lalu uji Wilcoxon Signed dan uji Mann–Whitney

Penelitian ini telah memperoleh ethical clearance dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kudus dengan nomor surat: No. 359/Z-7/KEPK/UMKU/VII/2025

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu, Anak, Tingkat Pendidikan (n = 34)

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok kontrol	
	Frekuensi (F)	Persentase (%)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia ibu				

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok kontrol	
	Frekuensi (F)	Persentase (%)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
20-30 Tahun	19	55,9	20	58,8
31-40 Tahun	13	38,2	14	41,2
41-45 Tahun	2	5,9	0	0
Usia anak				
0-12 Bulan	10	29,4	15	44,1
13-24 Bulan	17	50,0	12	35,3
25-36 Bulan	6	11,6	5	14,7
37-48 Bulan	1	2,9	2	5,9
49-60 Bulan	0	0	0	0
Pendidikan				
SD	1	2,9	0	0
SMP	14	41,2	15	44,1
SMA	16	47,1	19	55,9
S1	3	8,8	0	0

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden sebanyak 68 orang yang terbagi menjadi kelompok intervensi sebanyak 34 orang dan kelompok kontrol sebanyak 34 orang. Diketahui berdasarkan karakteristik responden ibu mayoritas berusia 20-30 tahun dan anak mayoritas berusia 0-24 bulan dan tingkat pendidikan mayoritas sekoah menengah atas (SMA)

Table 2. uji normalitas (n =34)

	Test Of Normality	
	Kolmogorov-Smirnov (Sig.)	Shapiro-Wilk (Sig.)
Pre Test Kelompok Intervensi	.010	.061
Post Test Kelompok Intervensi	.000	.000
Pre Test Kelompok Kontrol	.014	.043
Post Test Kelompok Kontrol	.057	.086

Tabel 2 Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov–Smirnov test menunjukkan bahwa data pre test kelompok intervensi, post test kelompok intervensi, pre test kelompok kontrol tidak berdistribusi normal dengan nilai signifikansi pretest dan posttest sebesar 0,001 dan 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, analisis dilanjutkan menggunakan uji non-parametrik. Perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dalam kelompok dilakukan menggunakan uji Wilcoxon, sedangkan perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan menggunakan uji Mann–Whitney.

Table 3. Perbedaan Edukasi Peningkatan Pengetahuan Gizi Sebelum (Pretest) dan Sesudah (Posttest) pada Kelompok Intervensi dan Kontrol (n=34)

Kelompok	Pengetahuan	Median	P Wilcoxon	P Mann-Whitney
Interevensi (N=34)	Pretest	70	.000	.000
	Posttest	90		
Kontrol (N=34)	Pretest	80	.008	
	Posttest	80		

Tabel 3. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara pengetahuan gizi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi ($p = 0,000$). Pada kelompok kontrol juga terdapat perbedaan ($p = 0,008$), namun tidak sebesar kelompok intervensi. Hasil uji Mann–Whitney menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok ($p = 0,000$).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi menggunakan media video Pena Gizi. Nilai median pengetahuan meningkat dari 70 pada pretest menjadi 90 pada posttest dengan $p = 0,000$, yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna sebelum dan sesudah intervensi. Sementara itu, pada kelompok kontrol median pengetahuan tetap 80 dengan $p = 0,008$, meskipun secara statistik berbeda, namun secara praktis peningkatan tersebut tidak menunjukkan perubahan yang bermakna. Berdasarkan uji Mann-Whitney, terdapat perbedaan signifikan nilai posttest antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p = 0,000$), yang berarti bahwa edukasi menggunakan video Pena Gizi berpengaruh nyata terhadap peningkatan pengetahuan ibu mengenai pencegahan malnutrisi pada anak.

Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Sugirah Nour Rahman et al., 2024) bahwa edukasi peningkatan pengetahuan gizi merupakan suatu pendekatan edukatif untuk menumbuhkan perilaku individu maupun masyarakat dalam mempertahankan dan meningkatkan status gizi yang baik. Penelitian yang dilakukan oleh (Wulansari & Junita, 2023) berfokus pada edukasi gizi sebagai upaya pencegahan malnutrisi pada ibu dengan balita gizi kurang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi secara intensif dan terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pentingnya asupan nutrisi seimbang bagi balita. Penelitian (Heny Siswanti, 2022) menunjukkan bahwa media edukasi berbasis visual mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang pada anak balita. (Hidayatul Kamilah & Lestari, 2023) juga menemukan bahwa edukasi berbasis media interaktif meningkatkan pemahaman ibu terhadap pola makan anak. Penelitian lain oleh (Azizah & Masithoh, 2022) menunjukkan bahwa penyuluhan gizi yang dilakukan secara tatap muka disertai media visual memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan hanya penyuluhan lisan. Perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam penelitian ini mendukung temuan sebelumnya, yaitu efektivitas media edukasi dalam meningkatkan pemahaman ibu terhadap malnutrisi. Pengetahuan gizi ibu yang meningkat setelah intervensi juga terkait dengan kemampuan mereka memahami kategori pengetahuan gizi sebagaimana dijelaskan oleh (Zulaikha et al., 2024) yang membagi tingkat pengetahuan menjadi tiga kategori, yaitu rendah ($<60\%$), sedang ($60-80\%$), dan baik ($>80\%$).

Selain itu, penelitian ini menemukan temuan unik, yaitu adanya ibu yang sebelumnya memiliki pengetahuan rendah namun setelah diberikan edukasi mampu menjawab semua pertanyaan posttest dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa media edukasi yang sesuai konteks lokal dapat meningkatkan motivasi belajar ibu dan memudahkan pemahaman materi gizi. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian (Miratunnisa et al., 2023), yang menekankan bahwa media edukasi yang menarik dan interaktif mampu meningkatkan keterlibatan ibu dalam pembelajaran gizi. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Joseph & Batra, 2019) yang melaporkan bahwa program edukasi terencana mengenai malnutrisi secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi anak usia 6–36 bulan. Sama halnya dengan hasil penelitian ini, edukasi menggunakan media video Pena Gizi juga terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu karena penyajian materi dalam bentuk visual dan audio memperkuat pemahaman serta daya ingat terhadap pesan gizi.

Implikasi keperawatan dari penelitian ini adalah perawat dapat menggunakan media edukasi Pena Gizi sebagai strategi promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi anak. Hal ini diharapkan dapat menurunkan risiko malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun di posyandu maupun di lingkungan keluarga. Keterbatasan penelitian ini antara lain jumlah sampel yang terbatas dan penelitian ini hanya mengukur tingkat pengetahuan, belum mencakup

perubahan sikap, perilaku ibu dalam penerapan gizi seimbang, sehingga hasilnya terbatas pada aspek kognitif dan Penelitian ini memiliki keterbatasan karena waktu pelaksanaannya yang relatif singkat, sehingga hasilnya mungkin belum sepenuhnya menggambarkan perubahan pengetahuan ibu secara menyeluruh maupun penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian selanjutnya dapat memperluas jumlah sampel, menggunakan desain campuran (mixed-method), serta menambahkan pengukuran perilaku gizi nyata untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.

PENUTUP

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media video Pena Gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai malnutrisi pada anak usia 0–5 tahun, ditunjukkan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, di mana ibu yang menerima edukasi mengalami peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi. Media edukasi yang interaktif dan menarik terbukti mampu memotivasi ibu untuk memahami materi gizi, termasuk ibu yang sebelumnya memiliki tingkat pengetahuan rendah. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu jumlah responden yang terbatas dan hanya berasal dari Posyandu di Desa Jurang sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan ke wilayah lain, pengukuran yang hanya berfokus pada aspek pengetahuan tanpa mencakup perubahan sikap dan perilaku ibu dalam penerapan gizi seimbang, serta waktu pelaksanaan penelitian yang relatif singkat sehingga belum sepenuhnya menggambarkan perubahan pengetahuan secara menyeluruh maupun keberlanjutan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Implikasi keperawatan dari penelitian ini menunjukkan bahwa perawat, khususnya perawat komunitas dan perawat anak, dapat memanfaatkan media video edukatif seperti Pena Gizi sebagai media pendukung dalam pendidikan kesehatan di Posyandu dan pelayanan kesehatan masyarakat sebagai upaya promotif dan preventif untuk mencegah malnutrisi pada anak usia dini.

SARAN

Berdasarkan temuan ini, disarankan agar peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan menggunakan desain yang lebih komprehensif, misalnya mixed-method, untuk memperoleh gambaran pengaruh edukasi terhadap perilaku gizi ibu secara lebih mendalam. Tenaga kesehatan, khususnya perawat dan kader posyandu, disarankan untuk menerapkan media video edukasi Pena Gizi atau media edukasi interaktif lainnya secara rutin dalam promosi kesehatan gizi anak. Selain itu, evaluasi jangka panjang perlu dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap perubahan perilaku ibu dalam pemberian asupan gizi seimbang bagi anak, bukan hanya pengetahuan semata.

ACKNOWLEDGMENT

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Dosen Pembimbing dan Dekan Fakultas Universitas Muhammadiyah Kudus atas bimbingan dan arahannya selama proses penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Jurang, bidan dan kader Posyandu Anggur serta Posyandu Melon, serta seluruh responden yang telah berpartisipasi dan mendukung pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Akifa Sudirman, Dewi Modjo, T. I. (2024). Zaitun Identifikasi Pengetahuan Orang Tua Dalam Membaca Kartu Menuju Sehat (Kms) Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo Identification Of Parents ' Knowledge In Reading Health Cards (Kms)

- In The Working Area Of The Central City Health C. 12(1).
- Azizah, N., & Masithoh, A. R. (2022). Promosi Kesehatan 3M Plus Upaya Pencegahan Demam Berdarah Dan Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Sehat. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(1), 30–33. <https://doi.org/10.26751/jai.v4i1.1500>
- Diana Tri Lestari, Sulistiyantoa, A. D., Jauhar, M., Rahmawati, A. M., Suwandi, E. W., Kartikasari, F., & Pusparatri, E. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan Deteksi Dini Stunting Berbasis Masyarakat Pada Kader Kesehatan. 14(2), 425–436.
- Hartinah, D., Sukarmin, S., & Rahmawati, A. M. (2022). Pendidikan Kesehatan Makanan Sehat Dan Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Di Desa Piji Kabupaten Kudus Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(1), 75–79. <https://doi.org/10.26751/jai.v4i1.1510>
- Heny Siswanti, R. (2022). K Inerja K Ader K Esehatan D Alam P Elaksanaan P Osyandu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), 192–199.
- Hidayatul Kamilah, N., & Lestari, F. S. (2023). Pengaruh Media Edukasi Booklet Gizi Seimbang Balita Dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 474–480. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1031>
- Indanah, I., Sukesih, S., Luthfin, F., & Khoiriyah, K. (2021). Obesitas Pada Balita. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 242. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.1115>
- Joseph, A., & Batra, B. (2019). *Effectiveness of Planned Teaching Program Regarding Malnutrition on Mother of Children between 6 Months and 36 Months in Urban Area*. 45–49.
- Kemkes. (2022). Promosi Kesehatan. *Sehat Negeriku*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/promosi-kesehatan>
- Kemkes. (2023). *Daftar Frequently Asked Questions (Faq) pertanyaan yang sering ditanyakan seputar hasil SKI 2023*. 29. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-question-seputar-hasil-utama-ski-2023/>
- Miratunnisa, M., Satriani, S., & ... (2023). Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dan Motion Graphic Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Mengenai *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(September), 4054–4068.
- Mulyani, I., Dieny, F. F., Rahadiyanti, A., Fitrianti, D. Y., Tsani, A. F. A., & Murbawani, E. A. (2020). Efek motivational interviewing dan kelas edukasi gizi berbasis instagram terhadap perubahan pengetahuan healthy weight loss dan kualitas diet mahasiswa obesitas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 53. <https://doi.org/10.22146/ijcn.53042>
- Pada, P., Keperawatan, A., Mardalena, I., Kep, S., & Si, M. (2021). *ILMU GIZI*.
- Putri, P. S., & Syafitasari, J. (2023). JPM Bakti Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita Sebagai Upaya Percepatan Deteksi Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Socialization Of Procedures For Filling Out Kartu Menuju Sehat (Kms) As An Effort To Accelerate Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti*, 04, 109–119.
- Sugirah Nour Rahman, Nurfaidah, Ishak Bachtiar, Nur Alam, & Abdul Malik Asikin. (2024). Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 90 Kampung Beru Takalar. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 7(1), 65–70. <https://doi.org/10.31851/dedikasi.v7i1.15320>
- Sunarti, N. T. S., Setyorini, R. H., & Mediastuti, F. (2024). *Edukasi Gizi Seimbang Untuk Mencegah Malnutrisi Pada Anak*. 1(2), 38–47. www.ine.es
- Susi Irianti, Rohmatun Nazila, & Innama Sakinah. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Usia 12-59 Bulan Di Upt Puskesmas Panimbang Kabupaten Pandeglang Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 205–212. <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i1.1273>

- UNICEF. (2022). *Mengatasi tiga beban malnutrisi di Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi#:~:text=Pelajari tentang Stunting-,Wasting,mengalami gangguan pertumbuhan sepanjang usianya>.
- Wulansari, A., & Junita, D. (2023). Edukasi Gizi mengenai Pencegahan Malnutrisi pada Ibu Balita Gizi Kurang. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(3), 565. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.582>
- Zulaikha, F., Pahrian, W., & Wahyuni, T. (2024). *Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Terhadap Kejadian Malnutrisi Pada Balita Usia 1-3 Tahun Di Wilayah Kerja*. 5(September), 8460–8468.