

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA
BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN IBU NIFAS DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PARIT KABUPATEN PASAMAN BARAT
TAHUN 2024**

Riza Ashari¹,
ashaririza058@gmail.com

ABSTRAK

Kebutuhan gizi ibu nifas lebih banyak, karena selain untuk pembentukan Air Susu Ibu (ASI) dalam proses menyusui, gizi juga berguna dalam proses pemulihan kondisi setelah melahirkan. Sayangnya, masih banyaknya mitos-mitos tentang nutrisi di Indonesia yang dapat menimbulkan masalah bagi kesehatan ibu nifas yang merupakan akibat kurangnya pengetahuan ibu serta jarangnya mendapat penyuluhan kesehatan terkait kebutuhan gizi pada masa nifas. Tujuan dilakukan penelitian mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan gizi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat. Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperimen* dengan rancangan penelitian *one grup pretest posttest design*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel 41 orang ibu nifas usia 3-10 hari. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan item 20 Pertanyaan. Uji normalitas data menggunakan Uji *Shapiro Wilk*. Pengelolaan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Paired sample T-test*. Hasil analisis univariat didapatkan rata-rata pengetahuan sebelum diberikan media *Booklet* sebanyak 9,56%, setelah diberikan media *Booklet* 13,93%. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh peningkatan skor pengetahuan ibu nifas yang diberikan media *Booklet* dengan p value = $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh pendidikan kesehatan gizi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat. Saran pada penelitian ini diharapkan Ibu lebih aktif mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan yang diadakan petugas kesehatan,serta mencari informasi kesehatan melalui berbagai media seperti internet sehingga kebutuhan gizi ibu selama masa nifas dapat terpenuhi.

Kata Kunci : Media *Booklet*, Pengetahuan , Gizi masa Nifas

ABSTRACT

The nutritional needs of postpartum mothers are greater because apart from forming breast milk (ASI) during the breastfeeding process, nutrition is also useful in the recovery process after giving birth. Unfortunately, there are still many myths about nutrition in Indonesia which can cause problems for the health of postpartum mothers which is the result of mothers' lack of knowledge and the lack of health education regarding nutritional needs during the postpartum period. The aim of the research was to determine the effect of nutritional health education using booklet media on the knowledge of postpartum mothers in the Parit Community Health Center Working Area, West Pasaman Regency. This research method is quantitative. This research uses a quasi-experimental design with a one group pretest posttest research design. The sampling technique is purposive sampling. The total sample was 41 postpartum mothers aged 3-10 days. This research instrument uses a questionnaire with 20 questions. Test data normality using the Shapiro Wilk Test. Data management and analysis was carried out using the Paired sample T-test. The results of the univariate analysis showed that the average knowledge before being given the Booklet media was 9.56%, after being given the Booklet media was 13.93%. The results of this research show that there is an effect of increasing the knowledge score of postpartum mothers given the Booklet media with p value = 0.000 <0.05. The conclusion of this research is that there is an influence of nutritional health education using booklet media on the knowledge of postpartum mothers in the working area of the Parit Health Center, West Pasaman Regency. The suggestions in this research are that it is hoped that mothers will be more active in participating in health education activities held by health workers, as well as seeking health information through various media such as the internet so that mothers' nutritional needs during the postpartum period can be met.

Keywords : *Media Booklet, Knowledge, Nutrition During Postpartum*

PENDAHULUAN

Masa nifas (postpartum) merupakan masa yang dimulai sejak plasenta lahir sampai semua organ reproduksi kembali seperti semula dimana selama masa tersebut diperlukan pemantauan terhadap ibu (Rahmawati et al, 2019). Setelah melahirkan kebutuhan gizi ibu nifas lebih banyak, karena selain untuk pembentukan Air Susu Ibu (ASI) dalam proses menyusui, gizi juga berguna dalam proses pemulihan kondisi setelah melahirkan. Bila nutrisi ibu nifas tidak terpenuhi maka proses pemulihan kondisi ibu seperti sebelum hamil akan lebih lama dan produksi ASI akan berkurang (Irianto K, 2015).

Penanganan yang kurang baik selama masa nifas dapat menimbulkan berbagai masalah, salah satunya adalah

kematian ibu (Seniorita, 2017). Oleh karena itu diperlukan penanganan yang baik pada ibu masa nifas, baik psikologis maupun fisiknya. Penanganan fisik salah satunya adalah pemberian nutrisi yang adekuat bagi ibu nifas.

Angka Kematian Ibu (AKI) di seluruh dunia menurut World Health Organization (WHO) tahun 2020 menjadi 295.000 kematian dengan penyebab kematian ibu adalah tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), pendarahan, infeksi postpartum, dan aborsi yang tidak aman (WHO, 2019). Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes) mencatat angka kematian ibu di indonesia pada tahun 2022 masih di kisaran 305 per 100.000 kelahiran hidup yang man angka ini belum mencapai

target yang ditentukan yaitu 183 per 100.000 kelahiran hidup di tahun 2024, penyebabnya adalah masalah kesehatan, persalinan dan nifas (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan hasil sensus Badan Pusat Statistik provinsi Sumatera Barat tahun 2020 menunjukkan angka kematian ibu sebesar 178 per 100.000 kelahiran hidup saat hamil, persalinan dan masa nifas (BPS Sumbar, 2019). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pasaman Barat tercatat selama tahun 2021 terjadi kematian ibu melahirkan sebanyak 31 kasus yang disebabkan oleh komplikasi selama masa kehamilan, persalinan,dan Nifas dan lainya (Dinas Kesehatan Kabupaten Pasaman Barat, 2022).

Nutrisi di butuhkan oleh ibu nifas sebagai sumber tenaga pembangun, pengatur tubuh supaya pertumbuhan, perkembangan bayi yang disusui, memperlancar produksi ASI, memelihara kadar vitamin yang larut dalam ASI, memberi cukup vitamin A ibu dan bayi sehingga terhindar dari kebutaan meningkatkan daya tahan tubuh, memulihkan kondisi tubuh ibu, serta dapat mempertahankan kesehatan ibu sendiri (Ambarwati & Wulandari, 2019).

Nutrisi diperlukan juga untuk mencegah ibu postpartum dari anemia. Ibu postpartum beresiko mengalami penurunan kadar hemoglobin akibat perdarahan saat persalinan sehingga kebutuhan nutrisi perlu dicukupi. Hemoglobin ibu postpartum dikatakan normal apabila berada diantara 8-11 gr/dl (Marmi, 2014). Nutrisi yang dibutuhkan ibu postpartum untuk meningkatkan kadar hemoglobin, diantaranya: Zat besi, Vitamin B12, Vitamin C, Asam folat, Karbohidrat

(Kristianti et al, 2013). Ibu post partum juga memerlukan kalori yang lebih daripada wanita dewasa biasa. Pada wanita dewasa kebutuhan kalori sebesar 2200 kkal, sedangkan untuk ibu menyusui diperlukan tambahan 700 kkal untuk 6 bulan pertama setelah melahirkan (Yuliandani et al, 2017).

Ibu nifas harus memahami menganai nutrisi tersebut. Sehingga pengetahuan ibu terhadap nutrisi pada masa postpartum sangat penting. Berdasarkan hasil penelitian (Barus et al, 2017). di Desa Pakkat Hauagong tahun 2020 menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan pemulihan masa nifas dengan nilai uji chi square 0,038 sejalan dengan hasil penelitian Nora Rahmadinar di Puskesmas Jatinegara tahun 2018 yang menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dalam pemenuhan nutrisi terhadap status gizi ibu nifas di Puskesmas Jatinegara tahun 2018 (Rahmadinar & Rizqoh, 2018).

Sayangnya, masih banyaknya mitos-mitos tentang nutrisi di Indonesia yang dapat menimbulkan masalah bagi kesehatan ibu Post Partum. Fenomena yang sering dijumpai di masyarakat Indonesia adalah adanya pembatasan makanan pada ibu postpartum. Ibu postpartum dilarang mengonsumsi beberapa pangan selama selang waktu tertentu. Misalnya, ibu yang baru melahirkan pada Suku Dayak dipantang untuk tidak makan daging, telur, ikan, sayuran seperti labu air, timun, dan sayuran berbumbu. Padahal makanan tersebut merupakan makanan yang mengandung protein dan zat gizi essensial yang sangat diperlukan tubuh selama proses masa postpartum (Mahayati, 2015).

Adanya larangan makanan pada ibu post partum akibat mitos yang salah dapat mengganggu kebutuhan nutrisi ibu postpartum yang akan berdampak buruk bagi ibu dan bayinya. Hasil penelitian Irawati dalam (Fikawati & Syafiq, 2012) menyatakan bahwa status gizi ibu masa postpartum yang kurang gizi berisiko tidak berhasil menyusui 2,26 – 2,56 kali lebih besar dibandingkan ibu masa postpartum dengan gizi baik. Selain itu juga, kekurangan gizi pada ibu masa postpartum dapat mengakibatkan terganggunya pemulihan kondisi tubuh setelah melahirkan (Falah et al, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan kepada 10 orang ibu postpartum diperoleh informasi bahwa 6 dari mereka belum mengetahui terkait dengan nutrisi ibu *postpartum*. Mereka hanya mengetahui bahwa setelah melahirkan tidak boleh memakan ayam, ikan, dan pedas serta banyak pantangan makanan yang harus dikosumsi karena turunan nenek moyang mereka. 5 dari 10 ibu nifas mengatakan ASI nya susah keluar sehingga mereka memberikan susu formula kepada bayi. Kemudian berdasarkan pernyataan dari 6 ibu nifas menyatakan bahwa mereka belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait nutrisi pada ibu postpartum dan belum mengetahui kebutuhan nutrisi ibu selama masa nifas. Oleh Karena itu diperlukan adanya upaya untuk mampu meningkatkan kebutuhan gizi ibu nifas. Salah satu upaya preventif yang dapat dilakukan dengan pemberian Pendidikan kesehatan terkait kebutuhan nutrisi selama masa nifas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Gizi

Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat Tahun 2024”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasy eksperiment* menggunakan rancangan *one group pretest postest design*. Penelitian dilaksanakan pada bulan bulan Juli 2023-Februari 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat. Populasi adalah seluruh ibu nifas pada bulan Januari-Februari tahun 2024 yang berada di wilayah kerja Puskesmas Parit yang berjumlah 41 orang. Sampel yang memenuhi kriteria penelitian berjumlah 41 orang. Teknik sampling dalam penelitian ini purposive sampling. Data diambil dengan menggunakan kuesioner dan dianalisa univariat dan bivariat serta di uji menggunakan uji *Paired t-Test*.

HASIL PENELITIAN

A.Analisis Univariat

Tabel 1 Rata-Rata Pengetahuan Ibu Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Menggunakan Media Booklet pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Parit

Penge tahuan	N	Mean	Std. Deviation	Min- Max
<i>PreTest</i>	41	9.56	2.599	5-15

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan pendidikan Kesehatan Gizi menggunakan media *booklet* adalah 9.56 dengan standar deviasi 2.599.

Pengetahuan dengan nilai minimal 5 dan nilai maksimal 15.

Tabel 2 Rata-Rata Pengetahuan Ibu Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Menggunakan Media Booklet pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Parit

Penge tahuan	N	Mean	Std. Deviation	Min Max
<i>PostTest</i>	41	13.93	4.027	6-20

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa rata-rata pengetahuan ibu nifas setelah diberikan pendidikan Kesehatan Gizi menggunakan media booklet adalah 13.93 dengan standar deviasi 4.027. Pengetahuan dengan nilai minimal 6 dan nilai maksimal 20.

B.Analisis Bivariat

Tabel 3 Perbedaan Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Parit

Penge tahuan	n	Pengetahuan				p-Va lue
		Mean	Std. Devia tion	Min	Max	
Pre	41	9.56	2.599	5	15	0,000
Post	41	13.93	4.027	6	20	

Berdasarkan pada tabel 3 diketahui bahwa rata-rata tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan pendidikan

kesehatan gizi menggunakan media booklet adalah 9.56 dengan tingkat pengetahuan terendah 5 dan tingkat pengetahuan tertinggi 15, terjadi kenaikan rata-rata tingkat pengetahuan ibu setelah diberikan pendidikan kesehatan gizi menggunakan media booklet yaitu sebesar 13.93 dengan tingkat pengetahuan terendah adalah 6 dan tingkat pengetahuan tertinggi adalah 20.

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample Test* didapat *p-value* sebesar 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tingkat Pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan gizi menggunakan media booklet di Wilayah Kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat. Hal ini dibuktikan hasil nilai *p value* < 0,05. Nilai *P* yang lebih kecil dari 0,05 yang artinya ada perbedaan rata-rata antara *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat dikatakan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media booklet terhadap pengetahuan Ibu Nifas.

PEMBAHASAN

A.Analisis Univariat

1.Rata-Rata Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Menggunakan Media Booklet

Pada penelitian ini tingkat pengetahuan responden mengenai Gizi Pada Masa Nifas diperoleh dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan berupa kuesioner yang kemudian hasilnya diskor. Hasil skor tabel 5.2 terlihat bahwa Hasil rata-rata skor pengetahuan responden sebelum dilakukan intervensi dengan media Booklet sebesar 9,56 % dengan

pengetahuan terendah adalah 5 dan pengetahuan tertinggi 15

Pengetahuan merupakan hasil mengetahui, dan ini terjadi setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu. Persepsi ini terjadi melalui panca indera manusia: penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan. Pengetahuan manusia sebagian diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2015).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya pemecahan masalah kesehatan melalui pendidikan. Melalui pendidikan kesehatan informasi-informasi penting akan sampai kepada klien agar pengetahuannya meningkat. Karena pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi pola pikir kearah yang positif, sehingga akan menumbuhkan perilaku atau kebiasaan hidup sehat (Wahida & Bawon, 2020).

Dalam penelitian (Solehati, 2020) tentang pengaruh pendidikan kesehatan nutrisi pada tingkat pengetahuan ibu postpartum didapatkan bahwa ada sebagian responden sebanyak 5 orang sudah memiliki pengetahuan baik (55,6%) sebelum dilakukan intervensi dan setelah dilakukan dilakukan intervensi meningkat semuanya 9 orang memiliki pengetahuan baik (100%)

Berdasarkan penelitian (Nuriyanti et al, 2021) tentang Pengaruh Media *booklet* Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Ibu Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Cigalontong Kabupaten Tasik Malaya Tahun 2021 diperoleh bahwa sebelum diintervensi, sebagian besar ibu nifas memiliki pengetahuan mengenai kebutuhan gizi dengan kategori kurang yaitu 7 orang (46,7%) dan setelah intervensi hamper seluruh ibu memiliki pengetahuan mengeai kebutuhan gizi

masa nifas dengan kategori baik yaitu 14 orang (93,3).

Menurut asumsi peneliti diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Parit sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media *booklet* yaitu 32 responden berpengetahuan kurang (78,04 %) dan 9 orang berpengetahuan cukup (21,95%) , tentunya bisa dilihat dari hasil kuesioner peneliti, dimana responden masih kurang pengetahuannya tentang kebutuhan gizi selama masa nifas. Hal ini bisa dilihat dari hasil Pre-test dimana responden kesulitan menjawab dan memahami butir soal nomor 9 yang membahas tentang macam-macam kebutuhan gizi, soal nomor 16 membahas tentang unsur makanan seimbang, dan soal nomor 20 yang membahas tentang kebutuhan gizi pada masa nifas. Untuk soal no 9,16 dan 20 hanya 8 responden yang menjawab benar atau setara dengan 19,5%.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa responden memang belum memahami tentang Kebutuhan Gizi selama masa nifas, dan saat ditanyai responden mengatakan masih kurang mendapatkan edukasi atau penyuluhan berkaitan dengan Gizi Ibu Nifas, karena selama ini penyuluhan yang didapatkan ibu berfokus kepada perawatan bayi saja dimana yang paling sering di dapatkan ibu nifas adalah penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar. Pengetahuan ibu yang kurang disebabkan karena ibu kurang mendapat pendidikan atau informasi (nasihat) tentang kebutuhan nutrisi selama masa nifas, tingkat pendidikan ibu yang kebanyakan menengah atas, serta ibu tidak bekerja sehingga kurang mendapat informasi dari lingkungan terkait gizi selama masa nifas.

2.Rata-Rata Pengetahuan Ibu Nifas Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Gizi Menggunakan Media Booklet

Hasil rerata skor pengetahuan responden setelah diberikan intervensi menggunakan media *Booklet* meningkat sebesar 13,93%. Hasil ini menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan responden setelah diberikan intervensi melalui media *Booklet*. Hasil penelitian ini dengan menggunakan Uji data *Paired Sample T Test* analisis pengetahuan diperoleh nilai p Value=0,000 < dari 0,05 artinya ada perbedaan rata-rata antara pre-test dan post-test sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penggunaan media *booklet* terhadap pengetahuan Ibu Nifas tentang Gizi Pada Masa Nifas.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya penting untuk menunjang program kesehatan, sehingga tercapainya perubahan tindakan khususnya mobilisasi segera dalam membina dan memelihara tindakan sehat serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Notoatmodjo, 2015). Pendidikan kesehatan dapat memberikan dampak perubahan pada indikator- indikator kesehatan menuju hal-hal yang bersifat positif (Carsel HR, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan (Ma'munah, 2015) yang mengatakan bahwa hasil uji Wilcoxon menunjukkan beda rata-rata nilai pengetahuan antara pretest dan posttest pada kelompok intervensi. Nilai ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Hasil ini menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan dari pendidikan kesehatan yang diberikan menggunakan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan.

Menurut asumsi peneliti bahwa setelah diberikan media *booklet* 16 dari

41 (39,02%) responden memiliki tingkat pengetahuan baik, 13 dari 41 (31,7%) responden berpengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Parit setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet*. Hal ini bisa dilihat dari hasil Post-test dimana sebelumnya pada butir soal nomor 9 hanya 19,5% yang menjawab benar dan setelah diberikan media *booklet* sudah 68,29% yang menjawab cukup dan hanya 29,26% responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu nifas benar, untuk butir soal nomor 16 yang menjawab benar 82,92% begitupun untuk soal nomor 20 yang benar sudah 68,29% yang menjawab benar.

Penyuluhan kesehatan memang sangat berperan aktif bagi pengetahuan seseorang apalagi pada masa nifas ibu harus memiliki pemahaman serta pengalaman tentang nutrisi selama masa nifas, agar ibu cepat pulih sehat ibu dan bayi. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang gizi pada masa nifas terjadi peningkatan pengetahuan ibu dalam kategori baik ini didukung dari pendidikan kesehatan gizi menggunakan media *booklet* benar-benar diterima dan dipahami ibu nifas.

B.Analisis Bivariat

Pengaruh pemberian Media Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Nifas

Hasil penelitian ini didapatkan media *Booklet* dapat meningkatkan nilai rata rata pengetahuan tentang Gizi Pada Masa Nifas. Media *Booklet* diberikan kepada responden ternyata dapat meningkatkan rerata pengetahuan 9,56% menjadi 13,93% . Berdasarkan hasil uji

Paired sample T-test didapatkan hasil p-value 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada sikap ibu sebelum dan sesudah diberikan media *booklet*. Hal ini dibuktikan hasil nilai p value < 0,05. Nilai P yang lebih kecil dari 0,05 bermakna bahwa ada perbedaan yang signifikan dari hasil uji tersebut.

Media *booklet* merupakan salah satu jenis media visual yang bertujuan untuk menyajikan informasi dengan cara yang menyenangkan, penuh warna, menarik, dan mudah dipahami serta membuat gambar tampak lebih hidup. Selain itu *booklet* merupakan salah satu media visual yang mudah dibawa kemana saja dan juga sangat mudah untuk dipelajari tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. (Chitra Dewi Yulia Christie & Lestari, 2019)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Nuriyanti, Purnamasari, & Wulandara, 2021) tentang Pengaruh Media *booklet* Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Ibu Nifas Diwilayah Kerja Puskesmas Cigalontong Tahun 2021 diperoleh bahwa terdapat pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan gizi pada ibu nifas dilihat dari rata-rata tingkat pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan pendkes adalah 9,80 setelah diberikan pendkes meningkat menjadi 12,93. hal ini terbukti dengan nilai p_{value} kurang dari α ($0,002 < 0,05$). Terdapat peningkatan yang signifikan dari sebelum ke setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap pengetahuan gizi pada ibu nifas.

Dalam penelitian yang dilakukan (Ghassani, 2020) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan media *booklet* ($p=0,000$) sehingga

didapatkan pengaruh dari pemberian media *booklet* terhadap pengetahuan ibu nifas di RSUD Sumedang ($r=0,378$).

Menurut asumsi peneliti bahwa penelitian ini terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan tingkat pengetahuan ibu nifas melalui pemberian media *booklet*. Hal ini dibuktikan dengan menggunakan Uji data *Paired Sample T-test* analisis pengetahuan diperoleh nilai p Value= $0,000 <$ dari 0,05 artinya ada perbedaan rata-rata antara pre-test dan post-test sehingga dapat dikatakan ada pengaruh penggunaan media *booklet* terhadap pengetahuan ibu nifas tentang Gizi pada masa nifas.

Media *booklet* mengakibatkan responden tertarik untuk membaca, melihat informasi yang diberikan, dan tidak membosankan karena *booklet* ini disusun dengan cermat, disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi ibu, *booklet* ini juga disajikan dengan desain dan tema yang menarik. Dengan dukungan tulisan yang informatif dan gambar yang memikat, *booklet* ini tidak hanya memberikan informasi yang jelas, tetapi juga berhasil mengatasi kebosanan para ibu saat membaca. Hal tersebut mempermudah responden memahami segala materi yang diberikan sehingga mampu mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan Gizi Pada Masa Nifas

SIMPULAN

Berdasarkan data dan analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Rata-rata pengetahuan ibu sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media *booklet* tentang Gizi Ibu Nifas adalah 9,56.
2. Rata-rata pengetahuan ibu sesudah diberikan pendidikan kesehatan

- melalui media *booklet* tentang Gizi Ibu Nifas adalah 13,93.
3. Berdasarkan hasil analisis uji *Paired sample T test* didapat nilai *p value* 0,000 yang secara bermakna adanya pengaruh pendidikan kesehatan gizi menggunakan media *Booklet* terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Parit Kabupaten Pasaman Barat Tahun 2023.

UCAPAN TERIMAKASIH

1. Kepala dan staff Puskesmas Parit yang telah memberikan izin dan memfasilitasi selama penelitian berlangsung.
2. Ibu nifas yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
3. Rekan-rekan dan keluarga tercinta yang selalu memberikan doa dan semangat di setiap proses yang dilalui selama ini.

REFERENSI

- Aggraini, Y. (2020). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yoyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aritonang, J., & Simanjuntak, Y. T. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Disertai Kisi-Kisi Soal Ujian Kompetensi*. Sleman: Deepublish.
- Astuti, S., & dkk. (2015). *Asuhan Kebidaan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Austik, R. Y. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Baroroh, I., & Maslikhah. (2021). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Pekalongan: PT.Nasya Expanding Management.
- Barus, L., Zega, F. D., & Singarimbun, N. B. (2022). Hubungan Status Gizi Pada Ibu Nifas dengan Pemulihan Masa Nifas di Desa Pakkat Hauagong Kecamatan Pakkat Tahun 2020. *Journal of Mifwifery Senior*, 1-5.
- BPS Sumbar. (2020). *Analisis Profil Penduduk Provinsi Sumatera Barat*. Sumatera Barat: BPS Provinsi Sumatera Barat.
- Budiman, & Riyanto, A. (2013). *Kapita Selektak Kuisioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Carsel HR, S. (2018). *Metodologi Penelitian dan Pendidikan*. Yoyakarta: Penebar Media Pustaka.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pasaman Barat. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Pasaman Barat*.
- Endah E, R. S. (2014). Hubungan pola nutrisi ibu postpartum dengan penyembuhan luka jahitan perineum di wilayah kerja puskesmas bajulmati kabupaten banyuwangi tahun 2014. *Healthy*, 1(3), 49-58.
- Falah, A., Sutanto, D., & Nisa, J. (2015). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemenuhan Nutrisi Pada Masa Nifas Di Desa

- Tanjungharja Kecamatan Kramat Kabupaten Tegal. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, IV(1), 48-51.
- Fikawati, S., & Syafiq, A. (2012). Status Gizi Ibu dan Persepsi Ketidakcukupan Air Susu Ibu. *Kesmas : Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional(National Public Health Journal)*, 6(6), 249-254.
- Fitri, I. (2018). *Nifas, Kontrasepsi Terkini dan Keluarga Berencana*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Gejir, I., Agung , A., Ratih, I., Mustika, I., Suanda, I., Widiari, N., et al. (2017). *Media Komunikasi Dalam Penyuluhan Kesehatan*. Penerbit Andi.
- Gerung, J. (2020). *Desain Media Untuk Promosi Kesehatan (Teori dan Praktek)*. Jakarta: Guepedia.
- Ghassani, M. (2020). Pengetahuan Ibu Nifas Mengenai Penyembuhan Luka Perineum Dengan Menggunakan Media Booklet. *Jurnal Kebidanan*, 368-375.
- Hidayat, A. A., & Uliyah, M. (2019). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Intika, T. (2018). Pengembangan Media Booklet Science For Kids Sebagai Sumber Belajar Di Sekolah Dasar. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar*, 10-17.
- Irianto, K. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung: Alfabeta.
- Irianto, K. (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. (Paramita, Trans.) Bandung: Alfabeta.
- Jaelani, A. K., Putri, M., & Lubis, N. A. (2017). Hubungan pengetahuan ibu nifas tentang makanan gizi seimbang dengan penyembuhan luka perineum. *Journal Endurance*, 2.
- Jatmika, E. D., & al, e. (2019). *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. K-Media.
- Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementriasn Kesehatan RI.
- Khasanah, N. A., Sulistyawati, W., & Perdana, R. (2017). *Buku Ajar Nifas dan Menyusui*. Surakarta: Kekaya Group.
- Kristianti, S., Aisyah, S., & Afifa, N. (2013). Kombinasi Vitamin C dan Tablet Fe Efektif meningkatkan kaar Hb ibu nifas Shinta Kristianti,Siti Aisyah, Nur Afifa. *Jurnal Srikes RS Baptis Kediri*.
- Mahayati, L. (2015). Faktor-Faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo. *Jurnal Keperawatan*.
- Ma'munah, M. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Laktasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Timur. 89.
- Marmi. (2014). *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mertasari, L., & Sugandini, W. (2020). *Asuhan Masa Nifas dan Menyusui*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuriyanti, R., Purnamasari, W. M., & Wulandara, Q. (2021). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Cigalontong Tahun 2021. *Journal Of Midwifery Information (JoMI)*.

- Rahmadinar, N., & Rizqoh, U. (2018). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Dengan Status Gizi Ibu Nifas di Puskesmas Jatinegara Tahun 2018. *SIKLUS*, 74-79.
- Rahmawati, R. S., Suwoyo, & Putri, S. F. (2019). Peningkatan pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas menggunakan media aplikasi "sinnia" di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri. *Jurnal Kebidanan kestra*.
- Rosalina, S., & Istiqomah, S. B. (2017). Hubungan asupan kalori dan protein ibu nifas dengan lama penyembuhan luka perineum di puskesmas balowerti kota kediri indonesia. *Jurnal EDUMidwifery*, 1(2), 87-95.
- Seniorita, D. (2017). Gambaran Pengetahuan ibu post Partum tentang Kebutuhan dasar Selama Masa Nifas Di Rumah Bersalin Srikaban Binjai Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Kohesi*, 1(1), 32-42.
- Solehati, T. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Nutrisi Pada Tingkat Pengetahuan Ibu Post Partum. *An-Nadha : Jurnal Kesehatan Masyarakat (E- Journal)*, 7(1), 27-33.
- Srimiyati, Hakimi, & Lismidiati. (2020). Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Booklet Menopouse Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Wanita Premenopouse. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA(JKSP)*, III(2), 270-278.
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui: Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Ulya, N., Yunadi, F. D., & Retnowati, M. (2021). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management.
- Wahida, Y., & Bawon, H. N. (2020). *Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yayasan Ahmad Cendikia Indonesia.
- Wahyuningsih, H. P. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Ri.
- WHO. (2019). *Trends In Maternal Mortality 2000 To 2017*. Geneva: World Health Organization.
- Yuliandani, F. A., Dewi, R. K., & Ratri, W. K. (2017). Pengaruh pemberian konsumsi ubi jalar terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. *Jurnal Riset Kesehatan*, 28-34.
- Yusari, A., & Risneni. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Mmenyusui*. Jakarta: Trans Info Medika.
- .