

## **Pengaruh Pendampingan Gizi Asi Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-3 Bulan di Kota Kendari Tahun 2024**

**Andi Sugiarti Akbar\*, Devi Safitri Effendy, Syawal K. Saptaputra**

Universitas Halu Oleo, Indonesia

Email: [devisavitri\\_fkm@uho.ac.id](mailto:devisavitri_fkm@uho.ac.id)\*

---

### **Abstrak**

Permasalahan gizi pada bayi, termasuk stunting dan wasting, masih menjadi tantangan kesehatan di Indonesia, termasuk di Kota Kendari. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendampingan gizi berbasis media booklet dan WhatsApp terhadap status gizi bayi usia 0–3 bulan. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi-experiment* dengan *pre-test* dan *post-test control group*. Sampel terdiri dari 60 ibu yang dibagi menjadi kelompok eksperimen ( $n=30$ ) dan kontrol ( $n=30$ ). Instrumen penelitian meliputi booklet, grup WhatsApp, dan kuesioner pengetahuan ibu. Data dianalisis menggunakan uji *McNemar*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendampingan gizi menggunakan booklet dan WhatsApp signifikan meningkatkan pengetahuan ibu ( $p=0,000$ ) dan status gizi bayi ( $p=0,031$ ) pada kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol, meskipun terjadi peningkatan pengetahuan ( $p=0,008$ ), tidak terdapat pengaruh signifikan terhadap status gizi bayi ( $p=0,125$ ). Simpulan penelitian ini adalah pendampingan gizi melalui media booklet dan WhatsApp lebih efektif dalam meningkatkan status gizi bayi dibandingkan tanpa pendampingan media. Implikasinya, intervensi berbasis media edukasi dapat dijadikan strategi untuk memperbaiki status gizi bayi pada masa awal kehidupan.

**Kata Kunci:** Pendampingan Gizi, Asi Eksklusif, Status Gizi

---

### **Abstract**

Nutritional problems in infants, including stunting and wasting, remain a health challenge in Indonesia, including in Kendari City. This study aims to analyze the effect of nutrition mentoring using booklet and WhatsApp media on the nutritional status of infants aged 0–3 months. A quasi-experimental design with pre-test and post-test control group was employed. The sample consisted of 60 mothers divided into an experimental group ( $n=30$ ) and a control group ( $n=30$ ). Research instruments included booklets, WhatsApp groups, and maternal knowledge questionnaires. Data were analyzed using the *McNemar* test. The results showed that nutrition mentoring using booklets and WhatsApp significantly improved maternal knowledge ( $p=0.000$ ) and infant nutritional status ( $p=0.031$ ) in the experimental group. In the control group, although there was an increase in knowledge ( $p=0.008$ ), there was no significant effect on infant nutritional status ( $p=0.125$ ). This study concludes that nutrition mentoring through booklet and WhatsApp media is more effective in improving infant nutritional status compared to no media-assisted mentoring. The implication is that educational media-based interventions can be used as a strategy to improve infant nutritional status in early life.

**Keywords:** Nutritional Assistance, Exclusive Breastfeeding, Nutritional Status

---

## **PENDAHULUAN**

Perbaikan status gizi dimulai sejak Seribu Hari Pertama Kehidupan. Seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan periode penting untuk mencetak generasi anak yang sehat dan cerdas yaitu dengan pemenuhan gizi anak sejak dini, terutama saat masih di dalam fase kehamilan (270 hari) hingga anak usia 2 tahun (730 hari) dimana perkembangan fisik, kognitif dan sosial berlangsung pesat sehingga dibutuhkan nutrisi yang optimal sebagai penunjang. Periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah pada masa bayi. Karena pada masa ini pertumbuhan dasar yang akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya (Martorell, 2017).

Survei UNICEF tahun 2020 memberi perkiraan bahwa sekitar 45,4 juta anak dibawah lima tahun telah mengalami kekurangan gizi akut di seluruh dunia, termasuk kejadian malnutrisi pada ibu dan anak di Indonesia yang termasuk golongan tinggi di dunia. Indonesia juga mengalami masalah gizi berupa kondisi kurang gizi, defisiensi mikronutrien, berat badan lebih serta kejadian obesitas. Oleh karena itu, peningkatan pada status gizi anak masih kurang karena

minimnya pengetahuan, praktik pola asuh serta pemberian makan anak yang tidak cukup memadai sehingga menyebabkan tingginya angka gizi buruk (UNICEF Indonesia, 2023).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi balita *stunting* sebanyak 21,6%, *wasting* sebanyak 7,7%, *underweight* sebanyak 17,1%, dan *overweight* sebanyak 3,5%. Terjadinya banyak penurunan pada masalah *stunting* yang pada tahun 2021 sebanyak 24,4% dan *overweight* sebanyak 3,8%. Meski begitu, angka *stunting* masih melebihi batas standar ketentuan WHO yakni sebesar 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

*Stunting*, *wasting* dan *underweight* merupakan tiga indikator yang ditetapkan untuk status gizi bayi dan anak-anak, yang menunjukkan kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan (Zoleko-Manego et al., 2021). Pada tahun 2020 WHO kembali memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan diseluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015 - 2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif.

Masih rendahnya pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus. Secara global pada tahun 2019, 144 juta balita diperkirakan *stunting*, 47 juta diperkirakan kurus dan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (Siregar, 2023). Berdasarkan hasil studi gizi Indonesia (SSGI) cakupan ASI eksklusif stagnan dalam 2 tahun terakhir yaitu pada tahun 2021 sebesar 52,1% dan tahun 2022 sebesar 52,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Target cakupan ASI Eksklusif Indonesia adalah 80%. Tahun 2021 cakupan ASI Eksklusif di Kota Kendari masuk dalam kategori rendah dan hanya mencapai 49% sehingga masih jauh dari target capaian (Badan Pusat Statistik Sulawesi Tenggara, 2022). Data di beberapa puskesmas di kota kendari persentase Cakupan pemberian ASI pada tahun 2023 puskesmas Puuwatu sebesar 86%, Puskesmas Mata sebesar 85% dan Puskesmas Lepo-lepo sebesar 70%.

ASI merupakan makanan bergizi seimbang alami untuk bayi. ASI adalah makanan yang ideal untuk kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan anak. Praktik pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif dengan pemberian ASI dan tidak diberi makanan tambahan, air, atau cairan lain (kecuali obat-obatan dan vitamin jika diperlukan) hingga usia enam bulan terbukti yang paling efektif untuk mengurangi kesakitan dan kematian anak (Yimer, 2021). Bayi mempunyai risiko lebih tinggi mengalami malnutrisi mulai usia enam bulan, ketika ASI saja tidak lagi cukup untuk memenuhi seluruh kebutuhan nutrisi bayi, hal ini menjadi salah satu kendala terkait dengan kecukupan nutrisi pada bayi yang sedang menyusui secara eksklusif (Fekadu et al., 2015).

Praktik menyusui yang paling penting mencakup inisiasi menyusui dalam waktu satu jam setelah kelahiran dan pemberian makanan yang sering dan sesuai permintaan. Bayi harus disusui lebih sering selama sakit dan pemulihan (Kumar & Singh, 2015). Selain itu dilaporkan bahwa salah satu hambatan yang dialami ibu dalam menyusui adalah ketidakcukupan ASI (Nguyen et al., 2021). Praktek menyusui secara benar diperlukan juga dibutuhkan asupan makan yang benar pada ibu menyusui karena dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI ibu dalam mencukupi kebutuhan nutrisi bayi. Oleh karena itu perlu adanya pendampingan gizi yang dilakukan kepada ibu yang menyusui secara eksklusif.

Pada penelitian sebelumnya dilaporkan bahwa pendampingan gizi spesifik efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu yang memiliki anak *stunting* usia 6-24 bulan (Simbolon et al., 2022). Peneliti lain melaporkan bahwa pendampingan gizi dengan media booklet dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu dalam menentukan status gizi balita (Kartini et al., 2022).

Sementara itu intervensi yang telah dilakukan terkait pemberian ASI eksklusif dalam penelitian sebelumnya berkaitan dengan penerapan model family Centered Care dan

pendampingan ASI perah (Soerya & Peristiowati, 2022; Hamdiyah et al., 2022). Kurangnya pemberian ASI dapat menyebabkan masalah kesehatan anak. Salah satu penyebab tingginya kematian bayi di Indonesia karena faktor gizi dimana faktor gizi mencakup pemberian ASI pada bayi (Nursihhah, 2023).

Mengacu pada permasalahan gizi Indonesia, penting dilakukan pendampingan khusus gizi agar tumbuh kembang pada anak tidak terhambat. Salah satu metode pendampingan gizi yang dapat dilakukan dalam melakukan intervensi masalah gizi dapat berupa penyuluhan dan pembinaan oleh petugas kesehatan serta kader secara kontinyu terhadap ibu. Pendampingan gizi yang terlaksana dengan baik melalui pelatihan dan pembinaan oleh petugas gizi dapat membantu peningkatan pengetahuan seorang ibu terkait pemberian makan anak (Setiawati et al., 2021).

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh program pendampingan gizi ASI eksklusif terhadap status gizi bayi usia 0-3 bulan di Kota Kendari. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan acuan yang baik terhadap masyarakat agar dapat menambah pengetahuan tentang pentingnya pendampingan gizi terhadap status gizi balita, khususnya ibu balita/pengasuh.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi experiment* (Quasi eksperimen). Rancangan pendekatan quasi eksperimen yang digunakan *pre-test dan post-test control group design*.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Puuwatu, Puskesmas Mata, Puskesmas Lepo-lepo di Kendari selama 3 bulan yakni pada bulan Juni-Agustus 2024. Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh ibu hamil trimester ke-3 dengan usia kehamilan lebih dari 37 minggu di Puskesmas Puuwatu, Puskesmas Lepo-lepo dan Puskesmas Mata, sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 60 orang yang terbagi menjadi dua kelas yakni 30 orang untuk kelas eksperimen dan 30 orang untuk kelas kontrol. Variabel bebas (*independen variable*) adalah pendampingan gizi dan ASI eksklusif. Sedangkan Variabel terikat (*dependen variable*) adalah Pengetahuan ibu dan status gizi bayi.

Sumber data dalam penelitian ini yakni Data primer berupa data identitas responden, data karakteristik responden serta data pengukuran antropometri bayi, serta Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian yang terdiri dari data rekam medik yang terdapat pada buku registrasi pasien yang berkunjung. Dan melakukan pencocokan pada kartu yang terdapat di kantong persalinan ruang KIA di masing-masing puskesmas.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis yakni instrumen pembelajaran yang digunakan berupa booklet dan whatsapp grup sebagai pedoman yang digunakan dalam kegiatan pendampingan dalam mengarahkan peserta dalam mencapai tujuan yang diinginkan dan instrumen Instrumen tes yang digunakan berupa pemberian soal pilihan ganda sebanyak 15 butir soal pada *pre-test* dan *post-test* kelas kontrol dan kelas eksperimen.. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif, analisis univariat dan analisis bivariat dengan pengujian *MC Nemar Test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (Eksperimen)

Pengaruh Pendampingan Gizi Asi Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-3 Bulan di Kota Kendari Tahun 2024

| No.                  | Karakteristik Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------|-------------------------|-----------|----------------|
| <b>Jenis Kelamin</b> |                         |           |                |
| 1.                   | Laki-Laki               | 14        | 46,7           |
|                      | Perempuan               | 16        | 53,3           |
|                      | Total                   | 30        | 100            |
| <b>Status Gizi</b>   |                         |           |                |
| 2.                   | Buruk                   | 2         | 6,7            |
|                      | Kurang                  | 6         | 20             |
|                      | Baik                    | 19        | 63,3           |
|                      | Lebih                   | 3         | 10             |
|                      | Total                   | 30        | 100            |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (46,7%) sedangkan untuk responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 orang (53,3%). Untuk status gizi responden sebelum pendampingan gizi sebanyak 2 responden (6,7%) mengalami gizi buruk, 6 orang (20%) mengalami gizi kurang, 19 orang (63,3%) memiliki gizi baik, dan 3 orang (10%) mengalami gizi lebih.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (Kontrol)**

| No.                  | Karakteristik Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------|-------------------------|-----------|----------------|
| <b>Jenis Kelamin</b> |                         |           |                |
| 1.                   | Laki-Laki               | 15        | 50             |
|                      | Perempuan               | 15        | 50             |
|                      | Total                   | 30        | 100            |
| <b>Status Gizi</b>   |                         |           |                |
| 2.                   | Buruk                   | 3         | 10             |
|                      | Kurang                  | 7         | 23,3           |
|                      | Baik                    | 16        | 53,4           |
|                      | Lebih                   | 4         | 13,3           |
|                      | Total                   | 30        | 100            |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 15 orang (50%) sedangkan untuk responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 orang (50%). Untuk status gizi responden sebelum pendampingan gizi sebanyak 3 responden (10%) mengalami gizi buruk, 7 orang (23,3%) mengalami gizi kurang, 16 orang (53,4%) memiliki gizi baik, dan 4 orang (13,3%) mengalami gizi lebih.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu (Eksperimen)**

| No.              | Pengetahuan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------|-----------------|-----------|----------------|
| <b>Pre-test</b>  |                 |           |                |
| 1.               | Baik            | 9         | 30             |
|                  | Kurang          | 21        | 70             |
|                  | Total           | 30        | 100            |
| <b>Post-test</b> |                 |           |                |

Pengaruh Pendampingan Gizi Asi Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-3 Bulan di Kota Kendari Tahun 2024

| No.             | Pengetahuan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------|-----------------|-----------|----------------|
| <b>Pre-test</b> |                 |           |                |
| 2.              | Baik            | 28        | 93,3           |
|                 | Kurang          | 2         | 6,7            |
| Total           |                 | 30        | 100            |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu pada saat *pre-test* sangat kurang yaitu sebanyak 21 orang (70%), yang berpengetahuan baik hanya 9 orang (30%). Sedangkan pada saat *post-test* pengetahuan ibu menjadi baik, yaitu sebanyak 28 orang (93,3%) dan yang kurang hanya 2 orang (6,3%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu (Kontrol)**

| No.              | Pengetahuan Ibu | Frekuensi | Persentase (%) |
|------------------|-----------------|-----------|----------------|
| <b>Pre-test</b>  |                 |           |                |
| 1.               | Baik            | 6         | 20             |
|                  | Kurang          | 24        | 80             |
| Total            |                 | 30        | 100            |
| <b>Post-test</b> |                 |           |                |
| 2.               | Baik            | 24        | 80             |
|                  | Kurang          | 6         | 20             |
| Total            |                 | 30        | 100            |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan Tabel 4. menunjukkan bahwa pengetahuan ibu pada saat *pre-test* sangat kurang yaitu sebanyak 24 orang (80%), yang berpengetahuan baik hanya 6 orang (20%). Sedangkan pada saat *post-test* pengetahuan ibu menjadi baik, yaitu sebanyak 24 orang (80%) dan yang kurang hanya 6 orang (20%).

#### Analisis Bivariat

1. *Uji MC Nemar Test* Kelompok Eksperimen

**Tabel 5. Hasil uji MC Nemar Test Status Gizi Kelompok Eksperimen**

| Status Gizi  | Sebelum Pendampingan | Setelah Pendampingan | Signifikansi |
|--------------|----------------------|----------------------|--------------|
|              | Buruk-Kurang         | Baik-Lebih           |              |
| Buruk-Kurang | 3                    | 6                    | 0.031        |
| Baik-Lebih   | 0                    | 21                   |              |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 5. menunjukkan bahwa sebelum pendampingan terdapat 9 orang responden yang mengalami gizi buruk-kurang dan 21 orang yang memiliki gizi baik-lebih. Nilai signifikansi  $0.031 > 0.05$  yang berarti bahwa ada pengaruh pendampingan gizi ASI eksklusif melalui media *Booklet* dan *whatsapp* terhadap status gizi bayi usia 0-3 bulan.

**Tabel 6 Hasil Uji MC Nemar Test Pengetahuan Ibu Kelompok Eksperimen**

| Pengetahuan | Pre-test | Post-test | Signifikansi |
|-------------|----------|-----------|--------------|
|             | Kurang   | Baik      |              |
| Kurang      | 2        | 19        | 0.000        |
| Baik        | 0        | 9         |              |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa *pre-test* terdapat 21 orang responden yang memiliki pengetahuan kurang dan 9 orang yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan *post-test* menunjukkan bahwa 28 orang responden yang memiliki pengetahuan baik dan 2 orang yang memiliki pengetahuan kurang. Nilai signifikansi  $0.000 < 0.05$  yang berarti bahwa ada pengaruh pendampingan gizi ASI eksklusif melalui media *Booklet* dan *whatsapp* terhadap pengetahuan ibu.

## 2. Uji MC Nemar Test Kelompok Kontrol

**Tabel 7. Hasil uji MC Nemar Test Status Gizi Kelompok Kontrol**

| Status Gizi  | Awal               | Akhir tanpa Pendampingan | Signifikansi |
|--------------|--------------------|--------------------------|--------------|
|              | Tanpa pendampingan | Baik-Lebih               |              |
| Buruk-Kurang | 10                 | 4                        | 0.125        |
| Baik-Lebih   | 0                  | 16                       |              |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa sebelum pendampingan terdapat 10 orang responden yang mengalami gizi buruk-kurang dan 20 orang yang memiliki gizi baik-lebih. Nilai signifikansi  $0.125 > 0.05$  yang berarti bahwa tidak ada pengaruh pendampingan gizi ASI eksklusif terhadap status gizi bayi usia 0-3 bulan.

**Tabel 8. Hasil uji MC Nemar Test Pengetahuan Ibu Kelompok Kontrol**

| Pengetahuan | Pre-test | Post-test | Signifikansi |
|-------------|----------|-----------|--------------|
|             | Kurang   | Baik      |              |
| Kurang      | 16       | 8         | 0.008        |
| Baik        | 0        | 6         |              |

Sumber: Data Primer diolah, 2024

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa *pre-test* terdapat 24 orang responden yang memiliki pengetahuan kurang dan 6 orang yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan *post-test* menunjukkan bahwa 24 orang responden yang memiliki pengetahuan baik dan 6 orang yang memiliki pengetahuan kurang. Nilai signifikansi  $0.008 < 0.05$  yang berarti bahwa ada pengaruh pendampingan gizi ASI eksklusif terhadap pengetahuan ibu.

## Hasil Status Gizi Bayi dengan Media Edukasi yang Berbeda

Status gizi yaitu keadaan fisiologis seseorang, yang dihasilkan dari hubungan antara asupan dan kebutuhan zat gizi, serta dari kemampuan tubuh untuk mencerna, menyerap, dan menggunakan zat gizi tersebut (Khan et al., 2022). Status gizi seseorang dapat didefinisikan sebagai hasil antara asupan gizi yang diterima dan kebutuhan gizi, serta harus memungkinkan pemanfaatan zat gizi untuk mempertahankan cadangan dan mengkompensasi kehilangan (Fernández-Lázaro & Seco-Calvo, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan pre-test (sebelum pendampingan), distribusi status gizi bayi di kelompok eksperimen menunjukkan bahwa mayoritas bayi (63,3%) memiliki status gizi yang baik. Namun, 6 bayi (20%) mengalami gizi kurang, 2 bayi (6,7%) mengalami gizi buruk, dan 3 bayi (10%) mengalami gizi lebih. Angka ini mencerminkan adanya ketidakseimbangan dalam asupan gizi bayi, yang mungkin disebabkan oleh kurangnya pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian gizi yang tepat bagi bayi mereka.

Setelah dilakukan pendampingan gizi menggunakan media booklet, whatsapp grup terdapat perubahan yang signifikan dalam status gizi bayi. Hasil post-test menunjukkan bahwa jumlah bayi dengan status gizi baik meningkat menjadi 21 bayi (70%), sementara bayi yang mengalami gizi buruk menurun menjadi hanya 1 bayi (3,3%). Meski demikian, jumlah bayi yang mengalami gizi kurang juga mengalami peningkatan, yaitu 7 bayi (23,4%), dan hanya 1 bayi (3,3%) yang mengalami gizi lebih. Peningkatan status gizi yang baik ini mengindikasikan bahwa media booklet sebagai alat edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang pemberian gizi yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryati et al. (2018), menunjukkan bahwa media booklet dapat meningkatkan pemahaman ibu secara signifikan, terutama dalam hal pemberian makanan yang sesuai untuk bayi. Mereka menemukan bahwa ibu lebih mudah memahami dan menerapkan informasi yang ada dalam booklet yang berbentuk panduan praktis.

Pada kelompok kontrol diawal tanpa pendampingan gizi untuk edukasi, status gizi bayi sebelum pendampingan menunjukkan bahwa mayoritas bayi (53,4%) memiliki gizi yang baik, meskipun masih ada bayi yang mengalami masalah gizi: 7 bayi (23,3%) dengan gizi kurang, 3 bayi (10%) dengan gizi buruk, dan 4 bayi (13,3%) dengan gizi lebih. Ini menunjukkan bahwa tanpa pendampingan belum dapat memberikan perubahan yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian gizi yang tepat bagi bayi mereka.

Pada kelompok kontrol diakhir tanpa pendampingan gizi untuk edukasi, meskipun ada sedikit peningkatan, status gizi bayi tidak mengalami perubahan besar dibandingkan kelompok sampel. Setelah pendampingan, bayi dengan status gizi baik berkurang sedikit menjadi 18 bayi (60%), sementara bayi yang mengalami gizi kurang meningkat menjadi 9 bayi (30%), dan jumlah bayi yang mengalami gizi buruk tetap sama, yakni 3 bayi (10%). Tidak ada bayi yang mengalami gizi lebih setelah pendampingan. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa pendampingan meskipun efisien karena peserta bisa saja mendapat edukasi dari media diluar pendampingan namun ia mungkin tidak seefektif booklet dalam memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang gizi bayi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Petrika et al. (2022) menyimpulkan bahwa meskipun tanpa menggunakan media dapat membantu penyebaran informasi, efektivitasnya cenderung bergantung pada seberapa aktif partisipasi ibu dalam grup dan seberapa sering materi yang disampaikan dapat dipahami dan diterapkan. Dalam hal ini, komunikasi yang lebih pasif atau mungkin tidak memberikan dampak yang sebesar media edukasi yang lebih terstruktur dan lebih fokus seperti booklet.

Hasil pengujian menggunakan MC Nemar test menunjukkan perbedaan efektivitas antara pendampingan gizi ASI eksklusif melalui aplikasi WhatsApp dan media booklet terhadap status gizi bayi usia 0-3 bulan. Pada kelompok kontrol tanpa pendampingan gizi, kelompok kontrol awal tanpa pendampingan gizi terdapat 10 responden dengan status gizi buruk-kurang dan 20 responden dengan status gizi baik-lebih, pada kelompok kontrol diakhir tanpa pendampingan gizi nilai signifikansi sebesar 0.125 ( $> 0.05$ ) menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan terhadap status gizi bayi. Hal ini menunjukkan bahwa pendampingan tanpa media, meskipun memiliki kemudahan akses dan komunikasi, mungkin kurang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan penerapan praktik gizi yang optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Murdiyati et al. (2023) yang menyatakan bahwa meskipun edukasi

melalui WhatsApp dapat meningkatkan pengetahuan ibu, perubahan perilaku gizi yang berdampak pada status gizi anak tidak selalu terjadi secara signifikan.

Sementara itu, pada kelompok sampel yang diberikan pendampingan melalui media booklet dan whatsapp grup, sebelum intervensi terdapat 9 responden dengan status gizi buruk-kurang dan 21 responden dengan status gizi baik-lebih. Setelah intervensi, nilai signifikansi sebesar 0.031 ( $< 0.05$ ) menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pendampingan melalui media booklet terhadap status gizi bayi. Pendampingan dengan booklet dan whatsapp grup memungkinkan ibu untuk membaca dan memahami informasi secara lebih mendalam, dengan akses berulang yang mendukung penerapan praktik gizi yang lebih baik. Hasil ini didukung oleh penelitian Santi dan Matiyani (2023) yang menemukan bahwa penggunaan media booklet dalam edukasi gizi efektif meningkatkan pemahaman ibu dan berdampak positif terhadap praktik pemberian makanan bayi. Dengan demikian, media booklet dapat menjadi alat edukasi yang lebih efektif dibandingkan tanpa media dalam upaya meningkatkan status gizi bayi melalui pendampingan ASI eksklusif.

Praktik untuk menentukan status gizi balita sangat dipengaruhi oleh pendampingan hal ini terlihat ketika variabel diukur setelah satu bulan dan dua bulan setelah intervensi menunjukkan praktik tidak bertahan dan mengalami penurunan seperti pada praktik sebelum intervensi. Praktik responden ibu kepala dusun masih sangat bergantung pada petugas diposyandu dalam melakukan pengukuran status gizi dan tumbuh kembang balita. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aprianti tentang pengaruh pendampingan gizi terhadap pola makan dan berat badan anak balita yang mengalami masalah gizi dipinggiran sungai kota Banjarmasin menunjukkan tidak ada pengaruh pendampingan terhadap berat badan dan praktik pola makan anak balita.

### **Hasil Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Pendampingan (*Pre-test* dan *Post-test*)**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diperoleh bahwa pada kelompok yang menggunakan media booklet dan whatsapp grup, sebelum diberikan intervensi, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang sangat kurang (70%), sementara hanya 30% yang memiliki pengetahuan baik. Setelah intervensi, terjadi peningkatan signifikan di mana 93,3% ibu memiliki pengetahuan baik dan hanya 6,3% yang masih kurang. Hal ini menunjukkan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu karena sifatnya yang dapat dibaca berulang kali, memberikan kesempatan untuk memahami informasi secara mendalam. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2021) yang menunjukkan bahwa penggunaan booklet dalam edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi secara lebih efektif dibandingkan media digital. Selain itu, penelitian oleh Handayani dan Siti Y. (2020) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa media booklet lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan ibu dibandingkan dengan media sosial karena sifatnya yang lebih fokus dan tidak terganggu oleh distraksi lain.

Sedangkan untuk kelompok kontrol awal tanpa pendampingan, sebagian besar ibu juga memiliki pengetahuan yang sangat kurang (80%) dan hanya 20% yang memiliki pengetahuan baik, untuk kelompok kontrol akhir tanpa pendampingan terjadi peningkatan, namun tidak sebesar kelompok booklet dan whatsapp, dengan 80% ibu memiliki pengetahuan baik dan 20% masih kurang. Meskipun tanpa menggunakan media juga terbukti meningkatkan pengetahuan, efektivitasnya sedikit lebih rendah dibandingkan booklet. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh keterbatasan dalam memahami materi secara menyeluruh melalui media digital yang cenderung lebih interaktif tetapi kurang dalam aspek keterbacaan berulang.

Penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan pada kelompok perlakuan ini terjadi karena adanya pendampingan yang intensif oleh TPG serta adanya booklet yang menjadi panduan dalam pendampingan, booklet dapat dibaca sewaktu

waktu oleh ibu sehingga terjadi peningkatan pengetahuan. Hasil penelitian Angesti Nugraheni dengan judul pengaruh pendampingan ibu postpartum terhadap pengetahuan keterampilan perawatan payudara bahwa setelah dilakukan intervensi pendampingan menunjukan adanya perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah pendampingan pada peningkatan pengetahuan ibu sejalan juga dengan hasil penelitian Mariyanti Dewi bahwa edukasi gizi dengan menggunakan media booklet terdapat perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok  $p=0,002$ , artinya berpengaruh. Hasil penelitian Taufiqurrahman et al. (2015) bahwa pendampingan asi eksklusif pada kelompok perlakuan dapat meningkatkan rerata nilai skor pengetahuan. Hasil penelitian Suparjo et al. (2016), dkk menunjukan bahwa terdapat perbedaan skor pengetahuan antara kelompok intervensi dan kontrol setelah pendampingan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa penggunaan booklet dan whatsapp grup sebagai media edukasi dapat menjadi pilihan yang lebih efektif dalam meningkatkan status gizi dan pengetahuan ibu, terutama dalam konteks edukasi kesehatan. Namun, pendampingan langsung atau tanpa media tetap memiliki manfaat sebagai alternatif edukasi yang lebih fleksibel dan mudah diakses. Oleh karena itu, strategi edukasi dapat dikombinasikan untuk mencapai hasil yang optimal sesuai dengan kebutuhan dan kondisi sasaran edukasi.

Berdasarkan hasil uji MC Nemar Test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara pendampingan gizi ASI eksklusif melalui pendampingan langsung atau tanpa media terhadap pengetahuan ibu dan pendampingan melalui media booklet dan whatsapp grup terhadap status gizi bayi usia 0-3 bulan. Pada kelompok kontrol yang diberikan pendampingan langsung atau tanpa media, hasil pre-test menunjukkan bahwa 24 responden memiliki pengetahuan kurang, sementara hanya 6 responden memiliki pengetahuan baik. Namun, setelah intervensi (post-test), jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 24 orang, sementara yang memiliki pengetahuan kurang berkurang menjadi 6 orang. Nilai signifikansi sebesar  $0.008 (< 0.05)$  menunjukkan bahwa pendampingan secara langsung atau tanpa media memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Murdiyati et al. (2023), yang menyatakan bahwa penggunaan media digital dapat meningkatkan pengetahuan ibu terkait pemberian ASI eksklusif, meskipun efektivitasnya dalam mengubah perilaku masih perlu diteliti lebih lanjut.

Sementara itu, pada kelompok sampel yang diberikan pendampingan melalui media booklet, sebelum intervensi terdapat 9 responden dengan bayi yang mengalami status gizi buruk-kurang dan 21 responden dengan bayi yang memiliki status gizi baik-lebih. Setelah intervensi, nilai signifikansi sebesar  $0.031 (< 0.05)$  menunjukkan bahwa pendampingan melalui booklet dan whatsapp grup memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan status gizi bayi. Media booklet memungkinkan ibu untuk memahami informasi gizi secara lebih mendalam dan menerapkannya dalam praktik sehari-hari. Hasil ini didukung oleh penelitian Santi dan Matiyani (2023), yang menemukan bahwa booklet dan whatsapp grup sebagai media edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang gizi dan memengaruhi praktik pemberian makanan bayi secara lebih baik dibandingkan media digital<sup>23</sup>. Oleh karena itu, kedua metode pendampingan ini memiliki manfaat masing-masing, di mana pendampingan langsung atau tanpa media efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu, sedangkan *booklet* lebih berpengaruh dalam meningkatkan status gizi bayi melalui penerapan yang lebih optimal.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pendampingan gizi ASI eksklusif menggunakan media booklet dan WhatsApp berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu dan status gizi bayi usia 0–3 bulan. Pada kelompok eksperimen, terjadi peningkatan signifikan baik dalam pengetahuan ibu ( $p=0,000$ ) maupun status gizi bayi

( $p=0,031$ ). Sementara itu, pada kelompok kontrol yang tidak mendapat pendampingan berbasis media, meskipun terdapat peningkatan pengetahuan ibu ( $p=0,008$ ), tidak ditemukan pengaruh signifikan terhadap status gizi bayi ( $p=0,125$ ). Hal ini menunjukkan bahwa pendampingan dengan media edukasi seperti booklet dan WhatsApp lebih efektif dalam mengubah status gizi bayi dibandingkan tanpa penggunaan media. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut. Pertama, bagi Dinas Kesehatan dan tenaga kesehatan di puskesmas, disarankan untuk mengintegrasikan penggunaan media booklet dan grup WhatsApp ke dalam program pendampingan gizi rutin bagi ibu menyusui, khususnya pada bayi usia 0–3 bulan, sebagai strategi yang terbukti efektif untuk meningkatkan tidak hanya pengetahuan, tetapi juga status gizi bayi. Kedua, penting untuk menyelenggarakan pelatihan berkelanjutan bagi kader kesehatan agar mereka terampil dalam menyampaikan materi gizi dan memanfaatkan platform digital untuk pendampingan yang lebih luas dan efisien. Ketiga, bagi ibu menyusui, disarankan untuk secara proaktif memanfaatkan dan terlibat dalam media-media edukasi gizi yang disediakan untuk meningkatkan pemahaman dan praktik pemberian ASI eksklusif yang optimal. Terakhir, untuk penelitian mendatang, disarankan untuk mengembangkan dan mengevaluasi media edukasi yang lebih interaktif, menjangkau populasi yang lebih beragam, serta melakukan studi longitudinal untuk mengukur dampak jangka panjang dari intervensi semacam ini terhadap status gizi dan perkembangan anak.

## REFERENSI

- Martorell R. Improved nutrition in the first 1000 days and adult human capital and health. *Am J Hum Biol.* 2017 Mar;29(2):10.1002/ajhb.22952. doi: 10.1002/ajhb.22952. Epub 2017 Jan 24. PMID: 28117514; PMCID: PMC5761352.
- UNICEF Indonesia. Wasting (Gizi Kurang dan Gizi Buruk) dan Dampaknya pada Anak [Internet]. 2023. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi/artikel/dampak-wasting-pada-anak>
- Kemendes RI. (2022). Artikel: ASI Eksklusif. Available at: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1046/asi-eksklusif#:~:text=Pemberian%20ASI%20direkomendasikan%20sampai%20dua,hanya%20sekitar%2020%25%20dari%20ASI%20](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1046/asi-eksklusif#:~:text=Pemberian%20ASI%20direkomendasikan%20sampai%20dua,hanya%20sekitar%2020%25%20dari%20ASI%20). [Accessed: June 2023].
- Zoleko-Manego, R. Mischlinger, J., Dejon, Basra, A., Rodolphe Mackanga, Daisy Akerey Diop. (2021) "Birth weight, growth, nutritional status and mortality of infants from Lambarene and Fougamou in Gabon in their first year of life," *PLoS ONE*, 16(2 February), hal. 1–15. doi: 10.1371/journal.pone.0246694.
- Siregar, P. H. (2023). Mother's Knowledge About Lactation Management In Pandau Jaya Village, Siak Hulu District, Riau Province. *Jurnal Ilmu Kesehatan Abdurrahman*, 1(4), 64-69
- Badan Pusat Statistik. Sulawesi Tenggara. (2022). Sulawesi Tenggara Dalam Angka 2021. BPS Sulawesi Tenggara.
- Yimer, D. S.. (2021) "Exclusive breastfeeding practice and its associated factors among children aged 6-23 months in Woldia Town, Northwest Ethiopia," *African Health Sciences*, 21(4), hal. 1877–1886. doi: 10.4314/ahs.v21i4.46.
- Fekadu, Y. Mesfin, A., Haile D and Stoecker, B, J (2015) "Factors associated with nutritional status of infants and young children in Somali Region, Ethiopia: A cross- sectional study Global health," *BMC Public Health*, 15(1), hal. 1–9. doi: 10.1186/s12889-015-2190-7.
- Kumar, A. dan Singh, V. K. (2015) "A Study of Exclusive Breastfeeding and its impact on Nutritional Status of Child in EAG States," *Journal of Statistics Applications &*

- Probability An International Journal, 4(3), hal. 435. Tersedia pada: <http://dx.doi.org/10.12785/jsap/040311>.
- Nguyen, N. T., Do, H. T. dan Pham, N. T. Van (2021) "Barriers to exclusive breastfeeding: A cross-sectional study among mothers in Ho Chi Minh City, Vietnam," *Belitung Nursing Journal*, 7(3), hal. 171–178. doi: 10.33546/bnj.1382.
- Simbolon, D. Soi, B., Ludji, I. D. R. dan Bakoil, M. B. (2022) "Pendampingan Gizi Spesifik dan Perilaku Ibu dalam Pola Asuh Anak Stunting Usia 6-24 Bulan," *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(1), hal. 13–24. doi: 10.14710/jpki.17.1.13-24.
- Kartini, A., Nugraheni, A. S. dan Sarman (2022) "Pengaruh Pendampingan Gizi dengan Booklet terhadap Pengetahuan dan Praktik PSG Balita (Studi Ibu Kepala Dusun di Wilayah Kabupaten Gorontalo)," *Jurnal Kesehatan*, 8(2), hal. 78–86. Tersedia pada: <https://doi.org/10.25047/j-kes.v8i2>.
- Soerya, A. W. dan Peristiowati, Y. (2022) "Penerapan Model Family Centered Care Terhadap Self-efficacy dalam Mendukung ASI Eksklusif," *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(1), hal. 55–64.
- Hamdiyah, Nurbaya dan Laela N (2022) "Pengaruh Karakteristik Terhadap Pendampingan Asi Perah (Damaserah) Mewujudkan Keberhasilan Asi Eksklusif Di Kabupaten Sidenreng Rappang," *Madu Jurnal Kesehatan*, 11(2), hal. 54–60. doi: 10.31314/mjk.11.2.54-60.2022
- Nursihhah, M. (2023). Hubungan Usia, Pekerjaan dan Pengetahuan Gizi terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Balita di Puskesmas. *Jurnal Medika Utama*, 4(03 April), 3450-3457.
- Setiawati, F., Sari, E. P., Siti A, H dan Hasbiah H. Hubungan Status Gizi, Pemberian Asi Eksklusif dan Paparan Asap Rokok Terhadap Kejadian Ispa pada Balita di Puskesmas Sukaraya Kab. OKU. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi (JIUBJ)*. Vol 21, No 3 (2021)
- Khan, D. S. A. et al. (2022) "Nutritional Status and Dietary Intake of School-Age Children and Early Adolescents: Systematic Review in a Developing Country and Lessons for the Global Perspective," *Frontiers in Nutrition*, 8(2), hal. 1–8. doi: 10.3389/fnut.2021.739447.
- Fernández-Lázaro, D. dan Seco-Calvo, J. (2023) "Nutrition, Nutritional Status and Functionality," *Nutrients*, 15(8), hal. 2–4. doi: 10.3390/nu15081944.
- Suryati. Nurjanah. Enis S. 2018. Pengaruh Edukasi Booklet Tentang Kebutuhan Gizi Balita Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Gizi Kurang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Volume 13. No. 2*.
- Petrika, S. Fitri, EN. Sopiandi. 2022. Media Whatsapp Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Vokasi Kesehatan Volume 8 No.1*.
- Murdiyati. Supriadi, B. Wahyuni, R. 2023. The Effect of Education through the Whatsapp Application on Increasing Mothers' Knowledge about MP-ASI for Children Aged 6 –24 Months at the Damai Health Center, West Kutai Regency. *Formosa Journal of Science and Technology (FJST)* Vol.2, No. 2.
- Santi, R. dan Matiyani. 2023. Pengaruh Edukasi MP-Asi Menggunakan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan MP-Asi Pada Ibu Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ners Volume 7 Nomor 2*

- Pratiwi, AM. Herni, DH. Azhari, SNA. 2021. Edukasi Gizi Menggunakan Media Booklet Dengan Atau Tanpa Konseling Terhadap Pengetahuan Orangtua Dan Konsumsi Sayur Dan Buah Anak Prasekolah Di Wilayah Urban. Jurnal Gizi Klinik Indonesia Vol. 18 No. 1.
- Handayani, R. Siti Y. 2020. Effectiveness Of Booklet And Video As A Prenatal Health Education Media For Preparation And Decrease In Labor Anxiety. Journal of Midwifery Vol 4 : No 2.
- Taufiqurrahman, Masthalina H., Suhaema, Handayani S. (2015). Pengaruh Pendampingan Pada Ibu Menyusui Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dalam Pemberian Asi Eksklusif Dan Status Gizi Balita. Jurnal Penelitian Gizikes, Vol. 1, No. 1.
- Suparjo I. M., Tursilowati S. Rahayuni A. (2016). Pengaruh Pendampingan MP-ASI Berdasarkan Aspek Pengetahuan Ibu dan Praktik Pemberian MP-ASI Balita Gizi Kurang Usia 6-24 Bulan di wilayah Kerja Puskesmas Ngawen Kabupaten Blora. Jurnal Riset Gizi, Vol. 4, No. 2.