

Pengaruh Edukasi Gizi melalui *Leaflet* terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Balai Jaya

Amelya Permata Sari¹, Sri Ramadhani Fitri²

^{1,2}Universitas Perintis Indonesia

Email: amelya.permata90@gmail.com

Abstrak

Kebutuhan zat gizi ibu hamil meningkat seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan janin. Kekurangan gizi pada ibu hamil dapat menyebabkan anemia, Kekurangan Energi Kronis (KEK), hingga Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR). Salah satu faktor dari permasalahan ini adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai gizi, sehingga diperlukan media edukasi yang efektif seperti *leaflet*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi melalui *leaflet* terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Balai Jaya Tahun 2025. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *one group Pre-Test–Post-Test design*. Sampel pada penelitian ini adalah para ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan (ANC) di Puskesmas Balai Jaya. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *total sampling*, di mana jumlah responden yang dianalisis adalah sebanyak 73 orang ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang, yakni sebanyak 36 orang (49,3%). Setelah diberikan edukasi melalui *leaflet*, mayoritas pengetahuan ibu hamil meningkat menjadi kategori baik, yakni sebanyak 45 orang (61,6%). Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* memperoleh nilai *P-Value* = 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi. Sebagai kesimpulan, pemberian edukasi gizi melalui *leaflet* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. Disarankan bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, agar dapat memanfaatkan secara rutin media *leaflet* sebagai salah satu alat bantu edukasi gizi yang berkelanjutan bagi ibu hamil di Puskesmas.

Kata kunci: ASI, Dukungan Suami, Dukungan Tenaga Kesehatan, Frekuensi Menyusui

Abstract

The nutritional needs of pregnant women increase along with fetal growth and development. Malnutrition in pregnant women can cause anemia, Chronic Energy Deficiency (CED), and Low Birth Weight (LBW). One of the contributing factors to this problem is the low level of maternal knowledge regarding nutrition, thus requiring an effective educational medium such as leaflet. This study aimed to determine the effect of providing nutrition education through leaflet on the knowledge of pregnant women at Balai Jaya Public Health Center in 2025. This research is a quantitative study utilizing a one-group Pre-Test-Post-Test design. The sample in this study consisted of pregnant women undergoing Antenatal care (ANC) examinations at Balai Jaya Public Health Center. Sampling was conducted using a total sampling technique, resulting in 73 pregnant women being analyzed as respondents. The results showed that before the educational intervention, the majority of pregnant women had a poor level of knowledge, totaling 36 individuals (49.3%). After being provided with education through leaflet, the majority of the pregnant women's knowledge improved to a good category, totaling 45 individuals (61.6%). The Wilcoxon Signed Rank Test statistical analysis obtained a P-Value = 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant difference in the level of knowledge of pregnant women before and after the intervention. In conclusion, the provision of nutrition education through leaflet significantly affects the increase in pregnant women's knowledge. It is recommended for healthcare workers, particularly midwives, to routinely utilize leaflet media as a continuous nutritional education tool for pregnant women at the Public Health Center.

Keywords: Breastfeeding, Husband's Support, Healthcare Provider Support, Breastfeeding Frequency

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode fisiologis yang memerlukan perhatian khusus terhadap pemenuhan kebutuhan gizi ibu karena berperan penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin serta menjaga kesehatan ibu selama masa gestasi. Selama kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi makro maupun mikro, seperti protein, zat besi, asam folat, kalsium, dan berbagai vitamin yang diperlukan untuk pembentukan jaringan tubuh janin, perkembangan organ, serta persiapan persalinan dan menyusui. Kekurangan asupan gizi selama kehamilan dapat meningkatkan risiko anemia, kekurangan energi kronis (KEK), bayi berat lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, hingga stunting pada anak. Oleh karena itu, pemenuhan gizi selama kehamilan menjadi salah satu indikator penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi [1], [3].

Masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Berbagai laporan menunjukkan bahwa prevalensi anemia dan KEK pada ibu hamil masih relatif tinggi sehingga berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan maupun persalinan [2], [3]. Selain dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi dan akses pelayanan kesehatan, rendahnya pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam belum optimalnya perilaku pemenuhan gizi. Pengetahuan yang baik akan mendorong ibu hamil untuk menerapkan pola makan seimbang, mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran, serta memanfaatkan pelayanan antenatal secara optimal sehingga mampu menurunkan risiko gangguan kesehatan pada ibu maupun janin [4], [5].

Peningkatan pengetahuan merupakan salah satu bentuk upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan maternal. Melalui pelayanan *antenatal care* (ANC), tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Keberhasilan proses edukasi tidak hanya ditentukan oleh materi yang disampaikan, tetapi juga dipengaruhi oleh media yang digunakan. Penggunaan media edukasi yang tepat akan mempermudah penerimaan informasi, meningkatkan daya ingat, serta mendorong perubahan perilaku kesehatan pada ibu hamil [4], [6].

Salah satu media edukasi yang banyak digunakan dalam pelayanan kesehatan adalah *leaflet*. *Leaflet* merupakan media cetak yang menyajikan informasi secara singkat, sistematis, dan mudah dipahami serta dapat dibaca kembali kapan saja oleh sasaran. Keunggulan tersebut menjadikan *leaflet* sebagai media yang praktis dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan, khususnya mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan [4], [6]. Dengan adanya informasi yang dapat dipelajari secara berulang, diharapkan ibu hamil memiliki pemahaman yang lebih baik sehingga mampu menerapkan perilaku gizi yang sesuai dengan kebutuhan selama masa kehamilan.

Beberapa penelitian terdahulu melaporkan bahwa edukasi kesehatan maupun edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan melalui berbagai media, seperti ceramah, *booklet*, video edukasi, media audiovisual, maupun *leaflet* [7]–[10]. Namun demikian, hasil penelitian tersebut menunjukkan variasi efektivitas yang dipengaruhi oleh karakteristik responden, metode penyampaian edukasi, intensitas pemberian intervensi, serta kondisi sosial budaya di masing-masing wilayah. Selain itu, sebagian besar penelitian lebih banyak membandingkan berbagai media edukasi, sedangkan penelitian yang secara khusus mengevaluasi efektivitas edukasi gizi menggunakan *leaflet* pada pelayanan antenatal di fasilitas kesehatan tingkat pertama masih terbatas. Dengan demikian, efektivitas penggunaan *leaflet* sebagai media edukasi belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh wilayah pelayanan kesehatan.

Puskesmas Balai Jaya merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang memberikan pelayanan antenatal kepada ibu hamil. Berdasarkan hasil pengamatan awal, masih dijumpai ibu hamil dengan tingkat pengetahuan yang bervariasi

mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penyampaian informasi gizi masih perlu dioptimalkan melalui media edukasi yang mudah dipahami, praktis, dan dapat dipelajari kembali secara mandiri. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengevaluasi efektivitas pemberian edukasi gizi melalui media *leaflet* sebagai salah satu strategi promosi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Balai Jaya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi gizi melalui *leaflet* terhadap pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Balai Jaya Tahun 2025. Hipotesis penelitian adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi gizi melalui *leaflet*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi gizi melalui *leaflet*, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan ibu hamil. Penelitian menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one-group Pre-Test–Post-Test design*, sehingga tingkat pengetahuan responden dapat dibandingkan sebelum dan sesudah pemberian intervensi edukasi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental* menggunakan rancangan *one-group Pre-Test–Post-Test design*. Rancangan ini digunakan untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa edukasi gizi melalui media *leaflet*. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum intervensi (*Pre-Test*) dan setelah intervensi (*Post-Test*), sehingga pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan dapat dianalisis.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Balai Jaya pada Januari–Februari 2025. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang melakukan kunjungan *antenatal care* (ANC) selama periode penelitian sebanyak 93 orang. Sampel penelitian berjumlah 73 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih menggunakan teknik *total sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi gizi melalui media *leaflet*, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan ibu hamil mengenai gizi selama kehamilan. Intervensi dilakukan dengan memberikan edukasi menggunakan *leaflet* yang berisi informasi mengenai kebutuhan gizi ibu hamil, jenis zat gizi makro dan mikro, serta dampak kekurangan gizi selama kehamilan. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan kuesioner terstruktur yang telah melalui uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Analisis data dilakukan menggunakan program IBM SPSS Statistics. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi tingkat pengetahuan, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Karena data berbentuk berpasangan (*Pre-Test* dan *Post-Test*) dengan skala kategorik, analisis menggunakan uji *McNemar* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui *leaflet* memberikan pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil.

Penelitian ini telah memperoleh izin dari Puskesmas Balai Jaya. Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan menandatangani lembar *informed consent* sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan identitas responden dijaga selama proses penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1). Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia dan Pendidikan

Variabel	n	%
Usia		
< 20	7	9,6
20–35	54	74,0
> 35	12	16,4
Pendidikan		
SD/SMP	21	28,8
SMA	34	46,6
Perguruan Tinggi	18	24,6

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 20–35 tahun sebanyak 54 orang (74,0%). Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 34 orang (46,6%).

2). Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Tabel 2. Diistribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Gizi Melalui *Leaflet*

Kategori	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
Baik	8 (11%)	73 (100%)
Cukup	65 (89%)	0
Kurang	0	0

Sebelum diberikan edukasi gizi melalui *leaflet*, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kategori cukup (89%). Setelah intervensi, seluruh responden (100%) memiliki pengetahuan kategori baik. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan setelah pemberian edukasi.

3). Pengaruh Edukasi Gizi melalui *Leaflet* terhadap Pengetahuan Ibu Hamil

Tabel 3. Hasil Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi Melalui *Leaflet*

Variabel	n	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	P-Value
<i>Pre-Test–Post-Test</i>	73	33,00	2145	-7,432	0,000

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui *leaflet*. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui *leaflet* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Balai Jaya.

b. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi melalui media *leaflet* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Balai Jaya. Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori

cukup, yaitu sebanyak 65 orang (89%), sedangkan setelah diberikan edukasi seluruh responden (100%) memiliki tingkat pengetahuan kategori baik. Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi melalui *leaflet*. Temuan ini membuktikan bahwa media *leaflet* efektif digunakan sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh responden dapat dijelaskan melalui teori promosi kesehatan yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama indera penglihatan dan pendengaran. *Leaflet* sebagai media edukasi memadukan informasi dalam bentuk teks, gambar, dan warna sehingga materi lebih mudah dipahami dibandingkan penyampaian secara lisan saja. Selain itu, *leaflet* memiliki keunggulan karena dapat dibawa pulang dan dibaca kembali oleh ibu hamil sehingga informasi yang diterima dapat diulang dan diingat lebih lama. Pengulangan informasi tersebut berperan dalam meningkatkan pemahaman serta memperkuat perubahan perilaku kesehatan [4], [6].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Siregar dan Sukartini yang melaporkan bahwa edukasi nutrisi menggunakan media *booklet* mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan setelah diberikan intervensi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa media cetak memudahkan penyampaian informasi kesehatan karena materi disusun secara sistematis, menggunakan bahasa yang sederhana, serta dilengkapi ilustrasi yang membantu responden memahami pesan kesehatan. Dengan demikian, media cetak mampu meningkatkan efektivitas proses pembelajaran pada ibu hamil [11].

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Kusika *et al.* yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media *booklet* memberikan peningkatan yang bermakna terhadap pengetahuan ibu hamil mengenai pola makan sehat selama kehamilan. Penelitian tersebut menyatakan bahwa media edukasi yang dapat dipelajari kembali secara mandiri memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk mengulang informasi yang telah diterima sehingga pemahaman menjadi lebih baik. Meskipun media yang digunakan berupa *booklet*, prinsip penyampaian informasi memiliki kesamaan dengan *leaflet* karena keduanya merupakan media cetak yang dirancang untuk memperkuat penyampaian pesan kesehatan [12].

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian Widayati *et al.* yang melaporkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media *e-booklet* secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang. Penelitian tersebut menggunakan desain *one-group Pre-Test–Post-Test* dan menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah responden memperoleh edukasi. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa keberhasilan edukasi tidak hanya dipengaruhi oleh materi yang diberikan, tetapi juga oleh media pembelajaran yang mampu menarik perhatian serta memudahkan sasaran dalam memahami informasi [13].

Selain itu, penelitian kuasi-eksperimental yang dilakukan di Indonesia mengenai pendidikan gizi dan kesehatan reproduksi pada ibu hamil menunjukkan bahwa pemberian edukasi secara terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu hamil secara signifikan dibandingkan sebelum intervensi. Penelitian tersebut menegaskan bahwa keberhasilan pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh metode penyampaian yang komunikatif, penggunaan media edukasi yang sesuai, serta keterlibatan aktif peserta selama proses pembelajaran [14]. Temuan tersebut semakin memperkuat hasil penelitian ini bahwa edukasi gizi melalui *leaflet* merupakan salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Keberhasilan intervensi pada penelitian ini kemungkinan juga dipengaruhi oleh karakteristik responden. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun yang merupakan usia reproduksi sehat serta memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA).

Karakteristik tersebut memungkinkan responden lebih mudah menerima, memahami, dan mengolah informasi yang diberikan selama proses edukasi. Selain itu, penyampaian materi secara langsung oleh tenaga kesehatan memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan, sehingga informasi yang diterima menjadi lebih jelas dan mudah dipahami.

Dari aspek pelayanan kesehatan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *leaflet* dapat dimanfaatkan sebagai media promosi kesehatan dalam pelayanan *antenatal care* (ANC) di puskesmas. *Leaflet* memiliki beberapa keunggulan, antara lain biaya produksi yang relatif rendah, mudah digunakan oleh tenaga kesehatan, serta dapat dibaca kembali oleh ibu hamil setelah kegiatan penyuluhan selesai. Oleh karena itu, penggunaan *leaflet* secara rutin dalam kegiatan edukasi diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan, sehingga dapat mendukung upaya pencegahan anemia, kekurangan energi kronis, bayi berat lahir rendah, dan stunting.

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang signifikan, penelitian memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *one-group Pre-Test–Post-Test* tanpa kelompok kontrol. Desain tersebut belum sepenuhnya mampu mengendalikan faktor luar yang mungkin memengaruhi perubahan pengetahuan responden. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu puskesmas dengan jumlah responden yang terbatas sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *quasi-experimental* atau *randomized controlled trial* dengan jumlah sampel yang lebih besar serta melibatkan beberapa fasilitas pelayanan kesehatan agar diperoleh bukti yang lebih kuat mengenai efektivitas edukasi gizi melalui media *leaflet*.

4. KESIMPULAN

Pemberian edukasi gizi melalui media *leaflet* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Balai Jaya. Setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan responden dari mayoritas berkategori cukup menjadi seluruh responden berkategori baik. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ($p = 0,000$; $p < 0,05$), sehingga edukasi gizi melalui *leaflet* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. Temuan ini menunjukkan bahwa *leaflet* dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi yang efektif dalam pelayanan *antenatal care* (ANC) untuk mendukung peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1]. World Health Organization, *WHO Recommendations on Antenatal care for a Positive Pregnancy Experience*. Geneva: WHO, 2016.
- [2]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2024.
- [3]. Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., *et al.*, "Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries," *The Lancet*, vol. 382, no. 9890, pp. 427–451, 2013.
- [4]. Notoatmodjo, S., *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2012.
- [5]. Green, L. W. and Kreuter, M. W., *Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach*, 4th ed. New York: McGraw-Hill, 2005.
- [6]. Arsyad, A., *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers, 2014.
- [7]. Contento, I. R., *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice*, 3rd ed. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning, 2016.

- [8]. Abdullah, K., Ibrahim, Z., Hassan, H., *et al.*, "Effect of Integrated Pictorial Handbook Education and Counseling on Improving Anemia Status, Knowledge, Food Intake, and Iron Tablet Compliance Among Anemic Pregnant Women in Indonesia: A *Quasi-experimental* Study," *International Journal of Women's Health*, vol. 12, pp. 43–54, 2020.
- [9]. Abdisa, D. K., Jaleta, D. D., Tsegaye, D., *et al.*, "Effect of Community-Based Nutritional Education on Knowledge, Attitude, and Compliance to Iron–Folic Acid Supplementation Among Pregnant Women in Rural Southwest Ethiopia: A *Quasi-experimental* Study," *BMC Public Health*, vol. 23, no. 1923, 2023.
- [10]. Metwally, A. M., Hanna, C., Galal, Y. S., *et al.*, "Impact of Nutritional Health Education on Knowledge and Practices of Mothers of Anemic Children," *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, vol. 8, no. E, pp. 458–465, 2020.
- [11]. Siregar N, Sukartini N. *Pengaruh Edukasi Nutrisi Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Berat Badan Ibu Hamil*. Jurnal Skala Husada. 2022.
- [12]. Kusika SY, Khotimah N, Maineny A, *et al.* *Education Using Booklet Media Increases Pregnant Women's Knowledge about Healthy Eating Patterns*. Napande: Jurnal Bidan. 2024.
- [13]. Widayati, Windayanti H, Kristiningrum W, *et al.* *Effectiveness of E-booklet on Pregnant Women's Knowledge of Balanced Nutrition*. Jurnal Kesehatan. 2025.
- [14]. Permatasari TAE, Rizqiya F, Kusuma D, *et al.* *The Effect of Nutrition and Reproductive Health Education of Pregnant Women in Indonesia Using Quasi-experimental Study*. 2021.