

Efektivitas Edukasi Dengan Media Buklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang *Responsive Feeding*

Naretha Ayuwarda Lathifah¹, Ika Kania Fatdo Wardani^{*2}, Ida Widaningsih³,
Rosi Kurnia Sugiharti⁴

^{1,2,3,4} Universitas Medika Suherman.

Email¹: naretha04@gmail.com, kaniaika37@gmail.com *

Abstrak

Responsive feeding merupakan metode penting dalam memberi makan anak balita agar kebutuhan nutrisi terpenuhi. Tingkat pengetahuan ibu mengenai praktik ini menjadi faktor kunci dalam penerapannya. Ibu dapat memperoleh pengetahuan lebih lanjut mengenai *responsive feeding* melalui sarana edukasi seperti buklet. Setelah menerima edukasi melalui buklet, para ibu di Posyandu Kampung Binong, Kabupaten Bekasi, pada tahun 2026 akan diminta untuk menilai sendiri tingkat pengetahuan mereka mengenai topik *responsive feeding* bagi anak balita. Bagian kuantitatif dari penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimental dengan *desain one-group pretest-posttest*. Dengan menggunakan pendekatan total *sampling*, terpilih 35 orang ibu yang memiliki anak balita. Para peserta mengisi kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah menerima edukasi mengenai *responsive feeding* tersebut. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired Sample T-test*. Hasil data menunjukkan bahwa sebelum edukasi, sebagian besar responden (27 orang atau 77,1%) memiliki tingkat pengetahuan "cukup". Sebanyak tujuh responden (20,0%) memiliki pengetahuan "baik", dan satu responden (2,9%) memiliki pengetahuan "kurang". Setelah edukasi, jumlah responden dalam kategori "baik" meningkat menjadi 32 orang (91,4%). Kategori "cukup" mencakup 3 orang (8,6%), sedangkan kategori "kurang" tidak mencatat satu pun respons. *Paired Sample T-test* menunjukkan perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan ibu sebelum dan selama pelaksanaan edukasi berbasis buklet, dengan nilai *p* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Pada tahun 2026, di Posyandu Kampung Binong, Kabupaten Bekasi, pemahaman ibu mengenai *responsive feeding* pada balita ditingkatkan melalui edukasi berbasis buklet.

Kata kunci: Edukasi, *Responsive Feeding*, Pengetahuan Ibu, Buklet.

Abstract

Responsive feeding is a crucial method for ensuring that the nutritional needs of toddlers are met. A mother's level of knowledge regarding this practice is a key factor in its implementation. Mothers can gain further knowledge about *responsive feeding* through educational materials such as booklets. After receiving education via booklets, mothers at the Kampung Binong Integrated Health Post (Posyandu) in Bekasi Regency were asked to self-assess their knowledge levels regarding *responsive feeding* for toddlers in 2026. The quantitative component of this study employed a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. Using a total sampling approach, 35 mothers with toddlers were selected. Participants completed a knowledge questionnaire both before and after receiving the education on *responsive feeding*. Data analysis was conducted using the *Paired Sample T-test*. The results indicated that prior to the education, the majority of respondents (27 individuals or 77.1%) possessed a "sufficient" level of knowledge. Seven respondents (20.0%) had "good" knowledge, and one respondent (2.9%) had "poor" knowledge. Following the education, the number of respondents in the "good" category rose to 32 (91.4%). The "sufficient" category comprised 3 respondents (8.6%), while no respondents fell into the "poor" category. The *Paired Sample T-test* revealed a significant difference in mothers' knowledge levels before and after the booklet-based education, with a *p*-value of 0.000 ($p < 0.05$). In 2026, at the Kampung Binong Posyandu in Bekasi Regency, mothers' understanding of *responsive feeding* for toddlers was enhanced through booklet-based education.

Keywords: Education, *Responsive Feeding*, Maternal Knowledge, Booklet.

1. PENDAHULUAN

Anak-anak mengalami perubahan fisik dan nutrisi yang signifikan selama masa balita, menjadikannya masa yang krusial bagi perkembangan mereka. Anak usia balita juga dapat mengalami masalah terkait nutrisi dan pola makan, seperti berat badan kurang, asupan makanan yang tidak memadai, pertumbuhan yang terlalu lambat, kesulitan makan sendiri, *picky eating*, penolakan terhadap makanan, serta pola makan pada waktu yang tidak teratur. Baik jenis makanan yang dikonsumsi anak-anak maupun cara orang tua memberi mereka makan turut berkontribusi terhadap masalah-masalah ini.

Anak-anak di bawah usia lima tahun terus menghadapi masalah kesehatan mendesak berupa gizi yang tidak memadai. Peningkatan prevalensi anak dengan berat badan kurang di Indonesia berdasarkan indikator berat badan menurut umur (BB/U) tercatat naik dari 17,9% pada tahun 2020 menjadi 19,6% pada tahun 2023. Kondisi berat badan sangat kurang (mencakup 5,7% dari total) dan berat badan kurang tingkat sedang (13,9%) merupakan dampak dari malnutrisi. Secara global, sekitar 14,7 persen anak di bawah usia lima tahun memiliki berat badan kurang menurut indikator BB/U. Kondisi ini menunjukkan betapa pentingnya mendukung kebiasaan makan sehat bagi anak balita melalui langkah-langkah edukatif maupun preventif. [1].

Salah satu metode pemberian makan di mana orang tua turut memenuhi kebutuhan anak disebut sebagai *responsive feeding*. Praktik ini melibatkan sikap tanggap terhadap tanda-tanda lapar dan kenyang pada anak, menyuapi secara perlahan, memastikan kenyamanan anak, serta menghindari tekanan atau paksaan selama proses makan berlangsung [2]. Penerapan *responsive feeding* sebaiknya dimulai pada rentang usia 6 hingga 24 bulan, yaitu masa ketika anak mulai mencoba makanan baru dengan beragam tekstur dan rasa serta mulai membentuk kebiasaan makan [3]. Agar dapat merespons kebutuhan dan perilaku anak secara tepat saat waktu makan, para ibu perlu memahami konsep *responsive feeding*.

Pemberian edukasi kesehatan kepada ibu merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman mengenai praktik *responsive feeding*. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai *responsive feeding* berhubungan dengan praktik pemberian makan pada balita [4]. Selain itu, edukasi dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian makan responsif.

Media yang digunakan dalam edukasi juga berperan dalam membantu penyampaian informasi kepada sasaran. Buklet merupakan salah satu media pendidikan kesehatan yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi secara tertulis dan sistematis. Media ini dapat membantu sasaran memahami materi yang diberikan serta memungkinkan informasi dibaca kembali setelah kegiatan edukasi selesai [5]. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi menggunakan buklet dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai *responsive feeding* [6].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 ibu yang memiliki balita di Posyandu Kampung Binong Kabupaten Bekasi, diperoleh hasil bahwa 7 ibu (70%) memiliki pengetahuan kurang mengenai *responsive feeding*, sedangkan 3 ibu (30%) memiliki pengetahuan cukup. Beberapa ibu masih memberikan makan dengan cara memaksa karena belum memahami pentingnya mengenali dan merespons tanda lapar dan kenyang pada anak. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pemberian edukasi mengenai *responsive feeding* kepada ibu balita.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi dengan media buklet terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang *responsive feeding* pada balita di Posyandu Kampung Binong Kabupaten Bekasi.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif ini menggunakan *desain one-group pretest-posttest*, yang merupakan salah satu jenis desain pra-eksperimental. Lokasi pelaksanaan kegiatan adalah Posyandu Kampung Binong. Sebanyak 35 ibu yang mengunjungi Posyandu Kampung Binong bersama anak-anak mereka yang berusia di bawah lima tahun diikutsertakan dalam penelitian ini. Seluruh populasi digunakan sebagai sampel penelitian, yang disebut sebagai total *sampling*.

Pengetahuan ibu mengenai *responsive feeding* merupakan variabel terikat dalam penelitian ini, sedangkan edukasi dengan media buklet merupakan variabel bebas. Sebagai bagian dari intervensi, diberikan edukasi kesehatan menggunakan buklet yang menjelaskan pengertian dan mekanisme pemberian makan yang responsif, serta cara merespons anak saat makan, cara menciptakan suasana makan yang menyenangkan, dan kebiasaan makan yang sebaiknya dihindari.

Kuesioner pengetahuan yang pertama kali digunakan oleh [7] dan kemudian oleh [8] digunakan untuk mengumpulkan data. Kuesioner tersebut memuat 22 pertanyaan mengenai *responsive feeding* dan pola makan balita. Dua tes dilakukan: satu sebelum intervensi (*pre-test*) dan satu lagi setelah intervensi (*post-test*)

Teknik analisis data yang digunakan mencakup pendekatan univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat pengetahuan mereka sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum melakukan analisis bivariat, uji normalitas *Shapiro-Wilk* dilakukan karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Analisis statistik menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, dengan nilai *p* sebesar 0,199 untuk *pre-test* dan 0,309 untuk *post-test*. Selanjutnya, dampak edukasi berbasis buklet terhadap pengetahuan ibu mengenai teknik *responsive feeding* pada balita dinilai menggunakan *Paired Sample t-test* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Komite Etik Penelitian Universitas Medika Suherman memberikan persetujuan untuk penelitian ini (Nomor 004269/UNIVERSITAS MEDIKA SUHERMAN/2026). Semua responden bersedia berpartisipasi dalam penelitian setelah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian tersebut, dan identitas mereka dirahasiakan selama penelitian berlangsung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2026 di Posyandu Kampung Binong, Kabupaten Bekasi, dengan melibatkan 35 ibu yang memiliki balita. Studi ini mencakup keragaman karakteristik responden, perbandingan tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah menerima edukasi melalui buklet, serta analisis mengenai pengaruh edukasi tersebut terhadap pengetahuan ibu tentang *responsive feeding*.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia <35 tahun	27	77,1%
Pendidikan $\geq$ SMA/SMK	27	77,1%
Tidak bekerja	34	97,1%
Jumlah anak <2	24	68,6%

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar responden berusia di bawah 35 tahun (27 responden; 77,1%), memiliki pendidikan $\geq$ SMA atau SMK (27 orang; 77,1%), tidak bekerja (34 orang; 97,1%), dan memiliki kurang dari 2 anak (24 responden; 68,6%).

2) Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Edukasi

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Baik	7 (20,0)	32 (91,4)
Cukup	27 (77,1)	3 (8,6)
Kurang	1 (2,9)	0 (0,0)
Total	35 (100)	35 (100)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu (27 responden atau 77,1%) memiliki tingkat pengetahuan yang "cukup" sebelum mendapatkan edukasi melalui buklet. Setelah edukasi tentang *responsive feeding*, sebagian besar ibu (32 responden atau 91,4% dari mereka yang disurvei) menyatakan memiliki pengetahuan yang lebih luas, sehingga mereka masuk dalam kategori "baik".

Sebagian besar ibu (27 responden, atau 77,1% dari total responden) menyatakan memiliki pengetahuan yang "Cukup" mengenai topik tersebut. 1 responden (2,9%) menyatakan memiliki pengetahuan yang "kurang", sementara 7 responden (20,0%) menyatakan memiliki pengetahuan yang "baik". Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan dasar mengenai *responsive feeding*, namun mereka masih memerlukan panduan lebih lanjut tentang cara mengenali tanda-tanda lapar dan kenyang pada anak, cara menangani perilaku menantang saat makan, serta cara menciptakan suasana makan yang menyenangkan bagi semua pihak. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian [4], yang menunjukkan bahwa para ibu perlu mempelajari lebih lanjut mengenai *responsive feeding* melalui program edukasi.

Setelah menerima materi edukasi dalam bentuk buklet, pengetahuan para ibu meningkat: proporsi responden dengan tingkat pengetahuan "baik" naik menjadi 91,4%, proporsi responden dengan tingkat "cukup" turun menjadi 8,6%, dan tidak ada lagi responden dengan tingkat pengetahuan "kurang". Peningkatan ini menunjukkan bahwa para ibu lebih mampu memahami materi mengenai *responsive feeding* setelah menggunakan buklet sebagai sarana pembelajaran. Temuan [9] yang menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu setelah menerima edukasi tentang *responsive feeding* sejalan dengan hasil penelitian. Selain itu, penelitian [5] menunjukkan bahwa buklet merupakan materi pembelajaran yang bermanfaat karena memungkinkan pembaca untuk membaca dan memahami informasi dengan lebih baik. [10] menemukan hasil yang serupa; ia menyebutkan bahwa para kader Posyandu dan para ibu lebih mampu memantau pertumbuhan anak mereka setelah mendapatkan pelatihan mengenai skrining pertumbuhan dan perkembangan balita. Menurut [11], digitalisasi layanan Posyandu berbasis web mempermudah petugas dalam memberikan edukasi dan menyebarkan informasi kesehatan kepada masyarakat. Studi-studi ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, terlepas dari metode intervensi yang digunakan. Edukasi kesehatan dapat dilaksanakan melalui media edukasi atau dengan memperkuat fungsi Posyandu. Secara keseluruhan, hasil-hasil ini mendukung gagasan bahwa pemberian edukasi kepada ibu melalui buklet merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan mereka mengenai *responsive feeding*.

3) Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	t	df	Sig.(2-tailed)
Pretest-Posttest	-33.351	34	0.000

Tabel 3 menunjukkan nilai t sebesar -33,351, derajat kebebasan sebesar 34, dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada pengetahuan para ibu sebelum dan sesudah mereka menerima edukasi melalui buklet.

Berdasarkan hasil *Paired Sample T-Test*, terdapat perbedaan signifikan pada pengetahuan ibu sebelum dan sesudah membaca buklet edukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mengenai *responsive feeding* pada balita meningkat melalui edukasi berbasis buklet. Hal ini memperkuat temuan [12] bahwa orang tua dapat diajarkan cara merespons kebutuhan anak agar pemberian makan menjadi lebih berhasil. Peneliti lain [6], juga memperoleh hasil serupa. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan kepada ibu melalui materi cetak dapat meningkatkan pengetahuan mereka secara signifikan.

Studi tersebut menemukan bahwa para ibu memperoleh lebih banyak pengetahuan mengenai *responsive feeding*. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh penyampaian informasi yang terstruktur serta pemberian buklet yang dapat dipelajari kembali setelah sesi pelatihan usai. Buklet ini membahas berbagai hal, mulai dari menciptakan suasana makan yang menyenangkan bagi semua pihak, berkomunikasi secara sehat dengan anak-anak saat makan, hingga mengenali tanda-tanda lapar dan kenyang. Edukasi kesehatan didefinisikan sebagai "proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pengetahuan guna mewujudkan perubahan perilaku yang berkaitan dengan kesehatan" (Notoatmodjo, 2018), sebagaimana dikutip dalam penelitian oleh [13]. Penggunaan buklet untuk mengedukasi para ibu mengenai *responsive feeding* bagi balita dapat menjadi cara yang efektif untuk mendukung kesehatan sekaligus membantu ibu memperdalam pengetahuan mereka mengenai hal tersebut.

4. KESIMPULAN

Edukasi dengan media buklet efektif meningkatkan pengetahuan ibu tentang *responsive feeding* pada balita di Posyandu Kampung Binong Kabupaten Bekasi Tahun 2026. Sebelum edukasi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kategori cukup (77,1%), sedangkan setelah edukasi sebagian besar berada pada kategori baik (91,4%). Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] I. Imroah, I. Widaningsih, I. Kania, F. Wardani, H. Nur, and F. Rohmah, "Determinasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Balita di Bekasi Tahun 2025 Jurnal Media Informatika," vol. 6, no. 5, pp. 2666–2676, 2025.
- [2] A. Q. Larasati and T. Sudargo, "Responsive feeding ibu dan asupan makan anak stunting usia 2-5 tahun," vol. 18, no. 4, pp. 164–171, 2022, doi: 10.22146/ijcn.71996.
- [3] N. L. Fadhlurrahmi, Winda Septiani, Nurvi Susanti, Yessi Harnani, "Hubungan Pola Pemberian ASI dan MP-ASI terhadap Pertumbuhan Anak Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya," vol. 2, 2022.
- [4] M. D. P. Devita Febrianti, Dian Ramawati, "Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Responsive Feeding Dengan Status Gizi Balita Usia 12-36 Bulan Di Pujotirto Kabupaten Kebumen," vol. 8, no. 1, pp. 12–16, 2023.
- [5] A. Sefrina, N. Didik, and N. Imanah, "Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media," vol. 4, pp. 411–417, 2023.
- [6] S. Maulida, L. Yunita, and A. Irawan, "Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Responsive Feeding Di Wilayah Kerja Puskesmas Bawan," vol. 11, no. 1, pp. 127–134, 2025.

- [7] A. P. Diani, *Hubungan karakteristik dan pengetahuan Ibu dengan praktik pemberian makan responsive (responsive feeding) pada anak usia toddler di Kecamatan Subah Kabupaten Batang*. 2022.
- [8] E. M. P. Lola, *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Terkait Responsive Feeding dengan Status Gizi Baduta di Wilayah Puskesmas Batua Kota Makassar*, vol. 2, no. 2020. 2023. doi: 10.3390/nu14153156.Black.
- [9] N. Hobertina, K. Manuputty, and S. Sumarmi, “Pengaruh Edukasi Responsive Feeding Terhadap Pengetahuan Pada Ibu Balita Usia 6-24 Bulan di wilayah,” vol. 5, no. September, pp. 7730–7737, 2024.
- [10] R. K. Sugiharti, “Peningkatan kualitas hidup balita melalui pelatihan skrining tumbuh kembang balita bagi ibu dan kader posyandu,” vol. 7, no. September, pp. 1530–1535, 2023.
- [11] I. Kania *et al.*, “Digital Posyandu Berbasis WEB Untuk Peningkatan Peran Kader,” vol. 10, no. 1, pp. 41–51, 2026.
- [12] I. Wida and R. Agustina, “Responsive feeding education for parents with stunting babies aged 12-36 months,” vol. 5, no. 1, pp. 20–28, 2022.
- [13] S. Irianti, R. Nazila, and I. Sakinah, “Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Balita Usia 12-59 Bulan Di Upt Puskesmas Panimbang Kabupaten Pandeglang Tahun 2022,” vol. 1, no. 1, pp. 46–57, 2023.