HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: May, 13, 2026
Revised: July, 06, 2026
Available online: July, 11, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Validitas dan *acceptance* media poster gizi "*stop mamin berkemas*" untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

Abstract

Background: Overweight in toddlers is a priority nutritional problem at the Setabelan Community Health Center, Surakarta City, with a prevalence of 4.83%, exceeding the national target (<4%). Low nutritional knowledge among toddler mothers, particularly regarding the consumption of packaged sweet foods and drinks, is a major contributing factor to this problem. Effective mitigation efforts require educational media that is valid, engaging, and easily understood by toddler mothers.
Purpose: To analyze the validity and acceptability of the "Stop Packaged Foods for Toddlers" nutrition poster in improving the knowledge of toddler mothers.
Method: This study used a Research and Development (R&D) approach with the ADDIE model, which includes analysis, design, development, implementation, and evaluation. The study subjects consisted of subject matter experts, media experts, and 30 mothers of toddlers aged 12–59 months in the Setabelan Community Health Center area, Surakarta City. Media validity was assessed through a feasibility test by material and media experts, while media effectiveness was measured using pre-test and post-test instruments with scores of <80 (poor) and ≥80 (good) as assessment categories.
Results: The poster media was deemed appropriate and valid based on assessments by material and media experts. The evaluation results showed a significant increase in knowledge among participants. In the pre-test, 12 participants (40%) had poor knowledge, and 18 respondents (60%) had good knowledge. After the intervention, all participants (100%) achieved good knowledge, with the poor category decreasing to 0%.
Conclusion: The poster media proved valid, well-received by the target audience, and effective in increasing the knowledge of mothers of toddlers regarding limiting the consumption of packaged sweet foods and drinks as an effort to prevent overweight in toddlers.

Keywords: Mothers of Toddlers; Nutritional Knowledge; *Stop Mamin Berkemas*; Toddler Overweight.

PENDAHULUAN

Kesehatan atau sehat menurut *World Health Organization* (WHO) merumuskan dalam cakupan yang sangat luas, yaitu keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa, sehat menurut WHO mengandung pengertian kondisi kesehatan ideal, baik dari segi biologis, psiologis, dan sosial. Hal ini juga tentunya akan membuat seseorang dapat melakukan aktivitas secara maksimal dan optimal peningkatan derajat kesehatan masyarakat masih terdapat beberapa masalah (World Health Organization, 2023; Azizah, Zainuri, & Akbar, 2016).

Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) adalah salah satu sarana pelayanan kesehatan masyarakat yang amat penting di Indonesia (Nopiani & Sasmito, 2019). Puskesmas adalah unit pelaksana teknis dinas kabupaten/kota yang bertanggungjawab

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

menyelenggarakan pembangunan kesehatan di suatau wilayah kerja (Harma, Abbas, & Aprillia, 2019). Puskesmas merupakan fungsional kesatuan organisasi yang menyelenggarakan upaya kesehatan yang bersifat menyeluruh, terpadu, merata dapat diterima dan terjangkau oleh masyarakat dengan peran serta aktif masyarakat dan menggunakan hasil pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi tepat guna, dengan biaya yang dapat dipikul oleh pemerintah dan masyarakat luas guna mencapai derajat kesehatan yang optimal, tanpa mengabaikan mutu pelayanan kepada perorangan (Harma, Abbas, & Aprillia, 2019; Agustin & Rahmawati, 2021).

Puskesmas merupakan pusat pelayanan kesehatan strata pertama yang bertanggung jawab secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan dalam melaksanakan Pelayanan Kesehatan Perorangan (PKP) yang mencakup promosi kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan rawat jalan, pengobatan rawat inap, pembatasan dan pemulihan kecacatan yang ditujukan terhadap perorangan serta melaksanakan Pelayanan Kesehatan Masyarakat (PKM) untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah dan menanggulangi timbulnya masalah kesehatan di masyarakat yang mencakup pemberantasan penyakit menular, penyehatan lingkungan, penyediaan sanitasi dasar, perbaikan gizi masyarakat, dan lain-lain di wilayah kerja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019; Mudhawaroh, Ningtyas, & Prihartanti, 2020; Husna, Yuliastuti, Kristiana, & Rusmilawaty, 2025).

Masalah gizi adalah masalah kesehatan masyarakat, apabila kebutuhan gizi asupan makanan pada masyarakat tidak terpenuhi. Masih banyak jenis masalah gizi yang sering kita temui di Indonesia, seperti stunting, obesitas, gizi buruk, KVA (Kurang Vitamin A), BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), KEK (Kekurangan Energi Kronis), dan lain-lain (Setia, Saleh, Hasan, Niron, & Djuma, 2024; Angraini, Mayasari, Zuraida, & Wijaya, 2017; Wahyuningsih, Hartati, & Puspita, 2023; Tini, Susanti, & Amiruddin, 2025).

Indonesia sedang menghadapi *double burden of malnutrition* (Beban Ganda Masalah Gizi) yaitu suatu keadaan ketika masalah gizi kurang terjadi dalam satu waktu (*co-existence*) secara bersamaan dengan gizi lebih dan obesitas, atau penyakit tidak menular yang terkait nutrisi dalam lingkup individual, rumah tangga, populasi. dan sepanjang fase kehidupan seperti anemia ibu hamil dan anemia pada remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Akibatnya dapat dilihat dari porsi pengeluaran kesehatan Indonesia masih berfokus pada upaya kuratif. Tantangan kesehatan di Indonesia salah satunya adalah terkait dengan Penyakit Tidak Menular (PTM) (Maharani, Putri, Komariah, & Noviyanti, 2024). Angka PTM sejak tahun 2010 mulai meningkat. Pola makan, pola asuh, pola gerak dan pola makan seperti tinggi kalori, rendah serat, tinggi garam, tinggi gula dan tinggi lemak diikuti gaya hidup *sedentary lifestyle*, memilih makanan junk food/siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stress dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit seperti hipertensi maupun anemia di Indonesia (Black, Victora, Walker, Bhutta, Christian, De Onis, & Uauy, 2013; Luqmanasari & Muliana, 2020).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ini dilakukan untuk menguji validitas, serta efektivitas media poster dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pembatasan makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan.

METODE

Penelitian dan pengembangan (*Research and Development*/R&D) dengan fokus pada pengembangan media visual berupa poster gizi. Penelitian ini menggunakan pendekatan model ADDIE dengan tahapan yang terdiri dari analisis (*analysis*), desain (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*).

Subjek yang terlibat dalam penelitian ini adalah ahli materi, ahli media, dan 30 orang sasaran ibu balita. Kriteria pemilihan subjek dalam penelitian ini meliputi ahli materi terdiri orang yang memiliki latar belakang pendidikan minimal sarjana (S1) dan bekerja sebagai dosen atau tenaga kesehatan di bidang gizi. Ahli media dengan kualifikasi lulusan sarjana (S1) serta memiliki kemampuan di bidang desain grafis. Selanjutnya, subjek uji coba dan kelompok sasaran terdiri dari ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta, memiliki balita berusia 12–59 bulan, dan bersedia menjadi responden. Objek yang digunakan pada penelitian ini adalah poster "Stop MAMIN BERKEMAS pada

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

Balita", yaitu media cetak yang dirancang untuk menyampaikan pesan pembatasan konsumsi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan sebagai upaya pencegahan *overweight* pada balita. Media ini ditujukan sebagai sarana edukasi gizi yang bersifat cetak dan dapat digunakan secara mandiri oleh ibu balita. Validitas media dinilai melalui uji kelayakan oleh para ahli materi dan media, sedangkan efektivitas media diukur menggunakan instrumen pra-uji dan pasca-uji dengan skor <80 (buruk) dan ≥80 (baik) sebagai kategori penilaian.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan RSUD Dr. Moewardi dengan nomor etik penelitian No. 768/IV/HREC/2026, sehingga seluruh proses penelitian dilaksanakan sesuai dengan prinsip etika penelitian yang meliputi kerahasiaan data responden, persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*), serta menjamin keamanan dan kenyamanan responden selama penelitian berlangsung.

HASIL



Gambar Poster "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita

Gambar di atas merupakan poster dari program "*stop mamin berkemas"* pada balita. Di dalam poster tersebut, berisi tentang pengertian dari *mamim berkemas,* bahaya dari kondisi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan. Selain itu, juga berisi tetang makanan sehat dan kegiatan berperilaku hidup sehat seperti cucui tangan pakai sabun, aktivitas fisik, membatasi konsumsi garam, hingga porsi minum air putih setiap hari.

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

Tabel 1. Hasil Analisis Media

Media	Analisis
Media audio	Media audio kurang efektif karena tidak menampilkan visual jenis minuman berpemanis, kandungan gula tersembunyi, serta perbandingan jumlah gula yang penting untuk meningkatkan pemahaman ibu balita (Notoatmodjo, 2012).
Media video	Penggunaan media video memerlukan perangkat teknologi dan waktu khusus, sehingga kurang fleksibel untuk diakses ulang oleh ibu balita di rumah.
Media audiovisual	Keterbatasan sarana dan durasi penyampaian di posyandu menyebabkan pesan tidak selalu dapat diulang secara mandiri oleh sasaran, sehingga efektivitas jangka panjangnya lebih rendah dibandingkan media yang dapat dibawa pulang.
Media cetak	Media cetak merupakan media yang paling sesuai untuk menyampaikan pesan makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada ibu balita karena mampu menampilkan informasi secara ringkas, jelas, dan visual, seperti contoh jenis minuman berpemanis, ilustrasi takaran gula, serta anjuran minuman sehat pengganti. Media cetak mudah diakses, dapat dibaca berulang kali, tidak memerlukan perangkat teknologi, dan berfungsi sebagai pengingat sehari-hari dalam membatasi konsumsi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada balita.

Tabel 1. Menujukkan analisis media, terdapat beberapa media yang dapat digunakan, seperti media audio, video, audiovisual, dan media cetak. Dari beberapa media tertera, media cetak dianggap sebagai media paling efektif dalam menyampaikan terkait edukasi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada ibu balita.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Ahli Materi

Pertanyaan	Validator			CVR	Kategori
	1	2	3		
Materi tentang definisi dan jenis minuman berpemanis (SSB) yang disajikan sudah tepat dan valid	4	5	5	4.7	Sesuai
Penjelasan mengenai dampak buruk SSB (obesitas, diabetes, karies) pada balita sesuai fakta medis terkini	4	5	5	4.7	Sesuai
Informasi mengenai batas aman konsumsi gula harian untuk balita sesuai rekomendasi kesehatan	4	5	5	4.7	Sesuai
Materi tentang alternatif minuman sehat pengganti SSB disampaikan dengan jelas	4	4	5	4.3	Sesuai
Kemudahan dalam mengaplikasikan tips menyapih/menghentikan SSB dalam kehidupan sehari-hari	3	2	5	3.3	Netral
Bahasa yang digunakan dalam media edukasi mudah dipahami oleh sasaran (orang tua/pengasuh)	4	4	5	4.3	Sesuai
Materi yang disajikan mampu meluruskan mitos yang salah mengenai minuman kemasan	4	4	5	4.3	Sesuai
Urutan penyajian materi (dari masalah ke solusi) sudah sistematis dan logis	4	4	5	4.3	Sesuai
Kedalaman dan kelengkapan materi sudah sesuai dengan kebutuhan sasaran	3	3	5	3.7	Netral
Secara keseluruhan, materi yang disajikan relevan untuk mendukung gerakan stop SSB pada balita	4	5	5	4.7	Sesuai
Rata-Rata Keseluruhan				**4.3**	**Sesuai**

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

Tabel 2. menunjukkan hasil uji validitas ahli materi, dari semua pertanyaan yang ada, termasuk dalam kategori sesuai dengan nilai rata-rata CVR sebesar 4.3.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Ahli Media

Pertanyaan	Validator			CVR	Kategori
	1	2	3		
Kesesuaian media yang digunakan dengan sasaran (orang tua balita) baik	5	5	5	5	Sangat sesuai
Penggunaan bahasa dalam media edukasi komunikatif dan mudah dipahami	5	4	5	4.7	Sesuai
Topik bahaya SSB (minuman berpemanis) disajikan secara menarik	5	4	4	4.3	Sesuai
Teks/tulisan dalam media dapat terbaca dengan jelas dan tegas	5	4	5	4.7	Sesuai
Desain tampilan media pembelajaran menarik perhatian audiens	5	4	5	4.7	Sesuai
Kualitas visual dan resolusi gambar media baik (tidak pecah)	5	5	5	5	Sangat sesuai
Struktur kalimat ajakan "Stop SSB" dalam media efektif dan jelas	5	4	4	4.3	Sesuai
Ukuran teks dan pemilihan jenis *font* sudah proporsional	5	5	5	5	Sangat sesuai
Pemilihan tata letak (*layout*) teks dan gambar ilustrasi baik	5	4	5	4.7	Sesuai
Secara keseluruhan perpaduan gambar, teks, dan warna dalam media sudah serasi	5	4	5	4.7	Sesuai
Rata-Rata Keseluruhan				**4.7**	**Sesuai**

Tabel 3. menunjukkan hasil uji validitas ahli media, dari semua pertanyaan yang ada, seluruhnya termasuk dalam kategori sesuai dengan nilai rata-rata CVR sebesar 4.7.

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Kepada Sasaran

Pertanyaan	Validator			CVR	Kategori
	1	2	3		
Saya memahami tujuan dari poster "STOP SSB pada BALITA"	5	5	5	5	Sangat sesuai
Penjelasan tentang apa itu SSB pada poster mudah dipahami.	5	5	5	5	Sangat sesuai
Informasi mengenai bahaya SSB bagi balita disampaikan dengan jelas.	4	5	5	4.7	Sesuai
Contoh minuman manis yang ditampilkan sesuai dengan yang sering dikonsumsi balita.	5	5	4	4.7	Sesuai
Informasi jumlah gula pada minuman kemasan mudah dimengerti.	5	4	4	4.3	Sesuai
Bahasa yang digunakan pada poster sederhana dan mudah dipahami.	5	4	5	4.7	Sesuai
Gambar dan warna pada poster menarik dan membantu pemahaman isi.	5	5	5	5	Sangat sesuai
Ukuran tulisan dan tata letak poster mudah dibaca.	5	5	5	5	Sangat sesuai
Isi poster sesuai dengan kebutuhan saya sebagai ibu balita *overweight.*	5	5	5	5	Sangat sesuai
Poster ini bermanfaat dan memotivasi saya untuk membatasi minuman manis pada anak.	5	5	5	5	Sangat sesuai
Rata-Rata Keseluruhan				**4.84**	**Sesuai**

Tabel 4. menunjukkan hasil uji validitas kepada sasaran, dari semua pertanyaan yang ada, seluruhnya termasuk dalam kategori sesuai dengan nilai rata-rata CVR sebesar 4.84.

Tabel 5. Peningkatan Pengetahuan Partisipan (N=30)

Pengetahuan	Hasil
Pre Test **(n/%)**	
Buruk	12/40
Baik	18/60
Post Test **(n/%)**	
Buruk	0/0
Baik	10/100

Berdasarkan Tabel 5. terlihat adanya perubahan yang sangat signifikan setelah dilakukan penyuluhan gizi. Pada hasil *pre-test*, masih terdapat 12 partisipan (40%) dengan kategori pengetahuan buruk, sedangkan 18 partisipan (60%) sudah memiliki pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, masih ada sebagian ibu balita yang belum memahami materi penyuluhan secara optimal. Setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan gizi, hasil *post-test* menunjukkan bahwa seluruh partisipan mengalami peningkatan pengetahuan.

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

PEMBAHASAN

Analisis strategi pengembangan media dalam penyuluhan gizi kelompok ditetapkan berdasarkan beberapa faktor, yaitu karakteristik sasaran, kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi, tujuan penyuluhan, konteks penggunaan media, serta ketersediaan sumber daya dan teknologi pendukung. Analisis karakteristik sasaran mencakup usia, tingkat pendidikan, tingkat literasi, dan kebiasaan penggunaan media, yang berpengaruh terhadap pemilihan jenis dan bentuk media yang efektif. Analisis kebutuhan dilakukan untuk mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan dan perilaku sasaran, sehingga pesan yang disampaikan melalui media dapat tepat sasaran dan relevan dengan permasalahan yang ada.

Hasil analisis pada tahap pengembangan media, media cetak dinilai cocok digunakan sebagai sarana penyuluhan karena mudah diakses, dapat dibaca berulang kali, serta tidak memerlukan perangkat teknologi khusus. Media cetak juga efektif dalam menyampaikan pesan secara ringkas dan terstruktur, sehingga sesuai untuk mendukung peningkatan pengetahuan sasaran dalam kegiatan penyuluhan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Setelah tahap analisis, dilakukan tahap desain. Tahap desain pada Gerakan "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita" dilakukan dengan merancang media edukasi berupa poster cetak yang berfokus pada pesan pembatasan makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada balita. Proses desain media dilakukan menggunakan aplikasi Canva Pro untuk menghasilkan tampilan visual yang menarik, profesional, dan mudah dipahami oleh ibu balita. Desain poster memuat komponen utama berupa judul persuasif "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita", ilustrasi jenis minuman berpemanis yang umum dikonsumsi balita, visualisasi takaran gula dalam minuman kemasan, dampak konsumsi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan terhadap kesehatan balita, serta pesan ajakan untuk mengganti makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan dengan air putih atau minuman tanpa gula tambahan. Ukuran, pemilihan warna, ikon, dan font disesuaikan dengan karakteristik sasaran agar pesan mudah dibaca dan tidak menimbulkan pesan lain.

Setelah tahap desain, dilakukan tahap *development.* Tahap ini dilaksanakan secara sistematis melalui proses perancangan, penyempurnaan, dan pengujian kelayakan media edukasi Poster "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita". Media yang telah dikembangkan selanjutnya diuji melalui proses validasi oleh ahli materi dan ahli media, serta dilakukan uji coba kepada sasaran sebagai pengguna akhir. Pada penelitian ini, pengujian validitas isi dilakukan menggunakan metode *Content Validity Ratio* (CVR) dengan proses penilaian menggunakan skala Likert 1–5, di mana skor 1 menunjukkan sangat tidak sesuai, skor 2 tidak sesuai, skor 3 netral, skor 4 sesuai, dan skor 5 sangat sesuai (Lawshe, 1975).

Hasil uji validitas oleh tiga validator menunjukkan bahwa media edukasi memperoleh nilai rata-rata keseluruhan sebesar 4,3 dengan kategori sesuai. Para validator menilai bahwa materi mengenai definisi dan jenis minuman berpemanis, dampak buruk terhadap kesehatan balita, batas aman konsumsi gula, serta relevansi materi terhadap tujuan gerakan telah disajikan secara tepat dan sesuai dengan fakta medis terkini. Validator juga menyatakan bahwa bahasa yang digunakan dalam media mudah dipahami oleh sasaran dan urutan penyajian materi telah tersusun secara sistematis dan logis.

Setelah uji validasi ahli materi, dilakukan uji validasi ahli media. Validitas media dianalisis menggunakan metode CVR dengan penilaian berbasis skala Likert 1–5, yang terdiri atas skor 1 sangat tidak sesuai, skor 2 tidak sesuai, skor 3 netral, skor 4 sesuai, dan skor 5 sangat sesuai (Lawshe, 1975).

Hasil uji validitas oleh tiga validator menunjukkan bahwa media edukasi memperoleh nilai rata-rata keseluruhan sebesar 4.7 dengan kategori sesuai. Para validator menilai bahwa kesesuaian media dengan sasaran orang tua balita, kualitas visual dan resolusi gambar, serta ukuran dan pemilihan jenis huruf telah memenuhi kriteria sangat sesuai. Validator juga menyatakan bahwa penggunaan bahasa, kejelasan teks, daya tarik penyajian topik, efektivitas kalimat ajakan, tata letak, serta perpaduan warna dan ilustrasi telah disusun secara komunikatif dan menarik. Secara keseluruhan, validator menyimpulkan bahwa desain media telah memenuhi aspek kelayakan visual dan teknis, sehingga media layak digunakan dalam pelaksanaan

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

gerakan pembatasan makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada balita.

Setelah melalui tahap validasi ahli dan dilakukan revisi sesuai saran yang diberikan, media kemudian diuji coba kepada sasaran, yaitu ibu balita usia 6–59 bulan. Uji coba ini bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman, daya tarik, serta kebermanfaatan media dalam meningkatkan kesadaran ibu terhadap pembatasan konsumsi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan.

Hasil uji validitas kepada sasaran menunjukkan bahwa media edukasi memperoleh nilai rata-rata keseluruhan sebesar 4,84 dengan kategori sesuai dan sebagian besar aspek berada pada kategori sangat sesuai. Responden menyatakan bahwa mereka memahami tujuan poster serta penjelasan mengenai minuman berpemanis dengan sangat baik. Responden juga menilai bahwa informasi tentang bahaya konsumsi minuman berpemanis, contoh produk yang ditampilkan, serta penjelasan jumlah gula pada kemasan telah disampaikan secara jelas dan mudah dimengerti. Selain itu, responden menilai bahwa bahasa, ukuran tulisan, tata letak, serta perpaduan gambar dan warna telah membantu pemahaman isi poster. Secara keseluruhan, responden menyatakan bahwa poster sesuai dengan kebutuhan mereka sebagai ibu balita dan mampu memotivasi mereka untuk membatasi pemberian minuman manis pada anak.

Setelah dilakukan validasi dan uji coba media, proses selanjutnya adalah tahap *implementation*, yaitu tahap penerapan media yang telah dikembangkan dan divalidasi ke dalam situasi nyata di lapangan. Pada tahap ini, Poster "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita" diimplementasikan dalam kegiatan penyuluhan gizi kelompok kepada ibu balita di kelurahan dengan prevalensi *overweight* tertinggi di kelurahan. Pelaksanaan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak kelurahan, puskesmas, dan kader posyandu untuk menentukan jadwal serta teknis kegiatan. Media digunakan sebagai alat bantu utama dalam penyampaian materi mengenai pembatasan konsumsi makanan dan minuman berpemanis dalam kemasan pada balita.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka dengan metode ceramah interaktif dan diskusi, sehingga memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara fasilitator dan peserta. Pada tahap ini juga dilakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi. Selain itu, implementasi program diintegrasikan dengan kegiatan rutin posyandu sebagai bentuk keberlanjutan intervensi, termasuk pemantauan status gizi balita secara berkala setiap tiga bulan. Tahap *implementation* ini bertujuan untuk menguji efektivitas media dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran sasaran serta melihat potensi dampaknya terhadap perubahan perilaku dalam pemilihan makanan dan minuman bagi balita sebagai upaya pencegahan *overweight.*

Tahapan terakhir, kegiatan penyuluhan gizi kepada ibu balita dievaluasi menggunakan metode *pre test* dan *post test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan setelah intervensi. Evaluasi ini menjadi parameter kunci keberhasilan kegiatan konseling dengan media poster yang telah dikembangkan dalam meningkatkan pemahaman sasaran. Kategori penilaian pengetahuan ditetapkan berdasarkan kriteria tertentu. Pengetahuan dikategorikan "buruk" jika skor yang diperoleh responden berada pada ≤80, sementara pengetahuan dikategorikan "baik" jika responden mencapai skor ≥80. Kategori ini digunakan sebagai *cut-off point* untuk membagi tingkat pemahaman responden terhadap materi penyuluhan gizi.

Data ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi yang dilakukan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita (Sari, Widardo, & Cahyanto, 2019). Terjadi peningkatan sebesar 40% pada kategori pengetahuan baik, serta penurunan hingga 0% pada kategori pengetahuan kurang. Hal ini mengindikasikan bahwa media edukasi berupa poster dan metode penyampaian yang digunakan mampu meningkatkan pemahaman responden secara maksimal terhadap materi yang diberikan (Rahayu & Kurniasari, 2022).

SIMPULAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa indikator permasalahan gizi yang belum mencapai target dan menjadi perhatian utama, yaitu balita *overweight* dengan persentase sebesar 4.83% yang melebihi target (<4%) serta kejadian BBLR sebesar 6.1% yang juga berada di atas target (<5.8%). Selain itu, indikator kinerja program gizi yang belum optimal, terlihat pada capaian balita yang mengalami kenaikan berat badan (N/D) sebesar 56.3%, yang masih jauh di

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

bawah target (>88%). Untuk mengatasi permasalahan balita *overweight,* salah satu alternatif pemecahan yang dirancang adalah meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai gizi dan kesehatan melalui penyuluhan dengan tema "Stop MAMIN BERKEMAS pada balita".

Pemanfaatan teknologi informasi dalam mendukung program ini diwujudkan melalui pengembangan media edukasi berupa poster berbasis metode *Research and Development* (R&D), yang telah melalui tahapan analisis, perancangan, pengembangan, intervensi, dan evaluasi, serta dinyatakan layak dan efektif sebagai media edukasi di posyandu. Selain itu, pengelolaan program gizi berbasis permasalahan telah dilaksanakan secara sistematis melalui penyusunan petunjuk teknis, Standar Operasional Prosedur (SOP), strategi advokasi lintas sektor, pelatihan kader, pelaksanaan edukasi di posyandu, serta monitoring dan evaluasi, yang secara keseluruhan menunjukkan adanya kesiapan organisasi dan mekanisme kerja yang mendukung keberlanjutan intervensi puskesmas terkait.

SARAN

Puskesmas disarankan untuk terus memperkuat upaya promotif dan preventif dalam penanggulangan masalah gizi, khususnya balita *overweight,* melalui optimalisasi kegiatan penyuluhan gizi di posyandu secara rutin dan terstruktur. Pemanfaatan media edukasi seperti poster "Stop MAMIN BERKEMAS pada Balita" yang telah dikembangkan dapat diintegrasikan secara berkelanjutan dalam kegiatan pelayanan sebagai sarana peningkatan pengetahuan ibu balita. Selain itu, mahasiswa disarankan untuk terus mengembangkan kemampuan analisis data surveilans gizi serta meningkatkan keterampilan dalam perencanaan dan evaluasi program berbasis masalah.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, L., & Rahmawati, D. (2021). Hubungan pendapatan keluarga dengan kejadian stunting. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, *4*(1), 30.

Angraini, D. I., Mayasari, D., Zuraida, R., & Wijaya, S. M. (2017). The association of culture perception with chronic energy malnutrition in women of childbearing age in Terbanggi Besar, District of Central Lampung, Indonesia. *BMC Public Health*, *17*(Supp 6).

Azizah, L. M. R., Zainuri, I., & Akbar, A. (2016). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka.

Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., De Onis, M., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The lancet*, *382*(9890), 427-451.

Harma, U. H. U., Abbas, A., & Aprillia, A. (2019). Pelaksanaan Pelayanan Kesehatan Puskesmas Oleh Dinas Kesehatan Kota Batam. *Dialektika Publik*, *3*(2), 9-16.

Harma, U. H. U., Abbas, A., & Aprillia, A. (2019). Pelaksanaan Pelayanan Kesehatan Puskesmas Oleh Dinas Kesehatan Kota Batam. *Dialektika Publik*, *3*(2), 9-16.

Husna, N., Yuliastuti, E., Kristiana, E., & Rusmilawaty, R. (2025). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keaktifan Kunjungan Ibu Balita Ke Posyandu Di Kelurahan Angsau Puskesmas Angsau Kabupaten Tanah Laut Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, *1*(8), 1452-1461.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2019 tentang Pelaksanaan Teknis Surveilans Gizi. Diakses dari: https://jdih.kemkes.go.id/documents/peraturan-menteri-kesehatan-nomor-14-tahun-2019

Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel psychology*, *28*(4).

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260

Luqmanasari, E., & Muliana, M. (2020). Faktor maternal yang berhubungan dengan bayi berat lahir rendah (BBLR) di RS Amelia Pare Kediri Tahun 2018. *JURNAL ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, *11*(2), 306-315.

Maharani, I., Putri, N. C. M., Komariah, N., & Noviyanti, A., (2024). Buku Kesehatan Ibu Dan Anak (Kia) Dengan Perkembangan Balita Usia 3-6 Bulan Di Posyandu Desa Pagar Jati Muara Enim. *NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, *7*(2), 168-178.

Mudhawaroh, M., Ningtyas, S. F., & Prihartanti, N. G. (2020). Pengaruh Kegiatan Posyandu Ayah Terhadap Pencapaian Skdn di Posyandu Desa Pulo Gebang Dan Posyandu Desa Gubus Banaran Wilayah Kerja Puskesmas Tembelang Kabupaten Jombang: *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, *6*(1), 53-59.

Nopiani, N., & Sasmito, C. (2019). Pelayanan Kesehatan Masyarakat Di Puskesmas Simpang Tiga Kecamatan Banyuke Hulu Kabupaten Landak. *Referensi: Jurnal Ilmu Manajemen dan Akuntansi*, *7*(1), 1-7.

Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.

Rahayu, F. S., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas media poster dan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan remaja mengenai hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 53-58.

Sari, S. A., Widardo, W., & Cahyanto, E. B. (2019). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan ibu tentang pola makan balita di Desa Sambirejo kecamatan Mantingan kabupaten Ngawi. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, *7*(1), 1-7.

Setia, A., Saleh, A. S., Hasan, T., Niron, M. F. V. D. K., & Djuma, A. W. (2024). Nutrition Education and Nutritional Status of Chronic Lack of Energy Pregnant Women in Puskesmas Work Areas Throughout Kupang City. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, *10*(SpecialIssue), 82-88.

Tini, S. G., Susanti, S., & Amiruddin, A. (2025). Determinan Pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Kia) Pada Ibu Balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pereumeu Kecamatan Kaway XVI Kecamatan Kabupaten Aceh Barat. *Malahayati Nursing Journal*, *7*(8), 3324-3335.

Wahyuningsih, E., Hartati, L., & Puspita, W. D. (2023). Analisis faktor resiko kejadian anemia pada ibu hamil. *Profesional Health Journal*, *4*(2), 303-313.

World Health Organization. (2023). *Malnutrition.* Diakses dari: who.int/health-topics/malnutrition

Dinar Syarifah Septiningrum[1]*, Siti Zulaekah[1], Luluk Ria Rakhma[1], Ruli Sudaryanto[2]

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
[2]Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
Korespondensi penulis: Dinar Syarifah Septiningrum. *Email: dinarsyarifah9@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i4.3260