

PENGARUH EDUKASI *BOOKLET* KERAGAMAN *FINGER FOOD* TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMBERIAN *FINGER FOOD* PADA ANAK USIA 9–12 BULAN

The Effect Of Finger Food Diversity Booklet Education On Mothers' Knowledge About Giving Finger Food To Children Aged 9–12 Months

Diani Octaviyanti Handajani

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

Alamat Korespondensi : Jl.Proklamasi No.54, Trate, Kecamatan Gresik, Kab. Gresik – Jatim-Indonesia
E-mail: dianiocta190@umg.ac.id

ABSTRAK

Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang tepat sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Salah satu bentuk MP-ASI yang sesuai untuk anak usia 9–12 bulan adalah *finger food*. Masalahnya rendahnya pengetahuan ibu terhadap pemberian *finger food* mengakibatkan menyebabkan anak menolak makanan dan berisiko mengalami masalah gizi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui edukasi kepada ibu menggunakan *booklet* keragaman *finger food*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi *booklet* keragaman *finger food* terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Intervensi diberikan melalui edukasi menggunakan *booklet* keragaman *finger food* untuk mengukur pengetahuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata meningkat dari 66,50 sebelum intervensi menjadi 78,83 setelah intervensi. Hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p=0,000$ ($p<0,05$). Disimpulkan bahwa edukasi *booklet* keragaman *finger food* berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan.

Kata kunci: Booklet, Finger Food, Ketertarikan Makan, MP-ASI, Anak Usia 9–12 Bulan.

ABSTRACT

Providing appropriate complementary foods to breast milk (MP-ASI) is crucial for supporting children's growth and development. One form of MP-ASI suitable for children aged 9–12 months is finger food. The problem is that mothers' lack of knowledge regarding the provision of finger food can cause children to refuse food and be at risk of experiencing nutritional problems. One effort that can be done is through education for mothers using a finger food diversity booklet. This study aims to analyze the effect of finger food diversity booklet education on mothers' knowledge about providing finger food to children aged 9–12 months. The study used a quantitative method with a One Group Pretest-Posttest Design. The study sample consisted of 30 respondents selected using a total sampling technique. The intervention was provided through education using a finger food diversity booklet to measure knowledge. The results showed that the average score increased from 66.50 before the intervention to 78.83 after the intervention. The results of the Paired Sample t-test showed a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). It was concluded that the educational booklet on finger food diversity had a significant effect on mothers' knowledge about giving finger food to children aged 9–12 months.

Keywords: Booklet, Complementary Feeding, Eating Interest, Finger Food, Children Aged 9–12 Months.



PENDAHULUAN

Anak usia 9–12 bulan merupakan periode transisi yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak, karena pada usia ini kebutuhan energi dan zat gizi anak meningkat seiring dengan pertumbuhan fisik, perkembangan motorik, serta kematangan fungsi organ tubuh. Meskipun Air Susu Ibu (ASI) tetap menjadi sumber gizi utama, ASI saja tidak lagi mampu memenuhi seluruh kebutuhan energi dan zat gizi bayi. Oleh karena itu, diperlukan pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang adekuat, baik dari segi jenis, jumlah, frekuensi, tekstur, maupun keragaman bahan pangan yang digunakan, karena pemberian MP-ASI yang tidak sesuai dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak serta meningkatkan risiko masalah gizi (Khairani *et al.*, 2023).

Pada usia 9–12 bulan, kemampuan motorik halus bayi berkembang semakin baik sehingga mereka mulai mampu memegang, menggenggam, dan mengonsumsi makanan secara mandiri. Oleh karena itu, pemberian *finger food* dapat menjadi salah satu bentuk MP-ASI yang sesuai dengan tahapan perkembangan bayi pada usia tersebut. Selain itu, keragaman jenis makanan yang diberikan kepada anak berperan penting dalam meningkatkan penerimaan makanan dan mendukung kebutuhan gizi yang lebih optimal serta membantu kebiasaan makan yang baik pada anak (Nafista *et al.*, 2022).

Ketertarikan makan anak menjadi faktor penting dalam keberhasilan pemberian MP-ASI. Rendahnya minat makan dapat

menyebabkan anak menolak makanan dan berisiko mengalami kekurangan asupan gizi. Namun, masih banyak ibu yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai variasi MP-ASI yang diolah menjadi *finger food* sehingga makanan yang diberikan cenderung kurang beragam (Aulia 2024).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu adalah melalui edukasi menggunakan media *booklet*. *Booklet* merupakan media edukasi yang mudah dipahami, dapat dibaca berulang kali, serta efektif meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian MP-ASI. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan *booklet* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terkait pemberian MP-ASI secara signifikan (Putra, Andriani, dan Armyanti 2023).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa media *booklet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian makan anak, kajian yang secara khusus meneliti pengaruh edukasi *booklet* tentang keragaman *finger food* terhadap ketertarikan makan anak usia 9–12 bulan masih relatif terbatas. Padahal, ketertarikan makan merupakan salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kecukupan asupan gizi dan pembentukan kebiasaan makan pada anak. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi *booklet* keragaman *finger food* terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan.



METODE

Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh edukasi *booklet* keragaman *finger food* terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan, sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan intervensi.

Penelitian dilaksanakan di Desa Kemuteran, Kabupaten Gresik pada bulan April 2026 sampai Mei 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki anak usia 9–12 bulan di Desa Kemuteran. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan *total sampling*, yaitu seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi menggunakan *booklet* keragaman *finger food*, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food*. Intervensi diberikan dalam bentuk *booklet* keragaman *finger food* pengertian, manfaat, jenis, tekstur, prinsip pemberian, kapan *finger food* mulai diberikan, serta, bahan pangan untuk *finger food*, variasi *finger food* yang sesuai dengan usia anak.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Kuesioner pengetahuan terdiri dari pertanyaan mengenai pemahaman terhadap pemberian *finger food*. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum pemberian intervensi

(*pretest*) dan setelah pemberian intervensi (*posttest*).

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan program statistik komputer. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden, tingkat pengetahuan, pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food*. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Paired Sample t-test* atau *Wilcoxon Signed Rank Test* sesuai hasil uji normalitas, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik dengan nomor surat etik 034/KET/II.3.UMG/KEP/A/2026. Seluruh responden dan orang tua/wali diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak responden sebelum menandatangani lembar persetujuan mengikuti penelitian (*informed consent*). Peneliti menjamin kerahasiaan identitas responden dijaga dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Umur	F (Frekuensi)	Persentase %
20-30 tahun	10	33,3
30-40 tahun	9	30
>40 tahun	11	36,7
Total	30	100



Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa sebagian besar berusia >40 tahun sebanyak 11 (36,7%), responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Pendidikan Ibu Balita

Riwayat Pendidikan	F (Frekuensi)	Persentase (%)
SD	2	6,7
SMP	8	26,7
SMA	16	53,3
Perguruan Tinggi	4	13,3
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2. dapat diketahui dari 30 responden, sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu 16 (53,3%) responden.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Balita

Pekerjaan	F (Frekuensi)	Persentase (%)
IRT	21	70
Karyawati	2	6,7
Wiraswasta/ Swasta	7	23,3
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 3. dapat diketahui dari 30 responden, pekerjaan ibu sebagian besar responden adalah IRT 21 (70%) responden.

Tabel 4. Distribusi Pengetahuan Ibu Balita Sebelum Dan Sesudah Pemberian Edukasi *Booklet Finger Food*

Variabel	Kategori	Pre Intervensi		Post Intervensi	
		F	%	F	%
Pengetahuan pemberian <i>finger food</i>	Rendah	1	3,4	0	0
	Sedang	22	73,3	1	3,4
	Tinggi	7	23,3	29	96,6
	Total	30	100	30	100

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori sedang sebanyak 22 (73,3%) responden. Setelah diberikan edukasi *booklet finger food*,

sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori tinggi sebanyak 30 (96,6%) responden.

Tabel 5. Hasil Uji Hasil Uji Normalitas Data

Variabel Pengetahuan	<i>Shapiro-Wilk</i>	Sig.
Sebelum	0,962	0,361
Sesudah	0,971	0,563

Berdasarkan Tabel 5. diperoleh nilai signifikansi seluruh kelompok >0,05 sehingga data berdistribusi normal. Oleh karena itu analisis dilanjutkan menggunakan uji *Paired Sample t-test*.

Tabel 6. Distribusi Nilai rata-rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi *Booklet*

Variabel Pengetahuan	Mean	N	Std
Sebelum	66.5000	30	9.57277
Sesudah	78.8333	30	6.25373

Berdasarkan Tabel 6. Nilai rerata pengetahuan meningkat dari 66,5000 sebelum intervensi menjadi 78,8333 sesudah intervensi. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi menggunakan *booklet*.

Tabel 7. Pengaruh Edukasi *Booklet* terhadap Pengetahuan Ibu Balita

Mean Differ	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
-12.3333	6.78911	-9.96	29	0.000

Berdasarkan Tabel 7. hasil uji *Paired Sample t-test* diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 (<0,05), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan *booklet*. Rerata pengetahuan setelah intervensi lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi

sehingga edukasi *booklet* dinyatakan efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita.

Booklet merupakan media edukasi yang mampu menyampaikan informasi secara sederhana, sistematis, dan menarik melalui kombinasi teks dan gambar, sehingga dengan menggunakan *booklet* kemudahan dalam membaca kembali materi yang diberikan memungkinkan ibu memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai jenis, bentuk, tekstur, dan cara penyajian *finger food* sesuai tahap perkembangan anak.

finger food merupakan makanan yang dirancang agar dapat dipegang dan dimakan sendiri oleh bayi, sehingga dengan memberikan anak akan melatih stimulasi sensorik yang lebih kaya, perkembangan motorik oral yang lebih optimal, dan kesempatan bagi anak untuk melakukan makan mandiri (*self-feeding*), sehingga ketiga aspek tersebut saling berhubungan dalam membentuk pengalaman makan yang menyenangkan bagi anak.

Menurut Brown dan Lee (2015), bayi yang diberi kesempatan untuk makan sendiri menunjukkan respons yang lebih positif terhadap makanan dan memiliki tingkat kenikmatan makan yang lebih tinggi dibandingkan bayi yang hanya menerima makanan secara pasif melalui suapan. Pengalaman eksploratif tersebut membantu anak mengembangkan hubungan yang positif dengan makanan sehingga dapat meningkatkan minat makan dan mengurangi perilaku penolakan makanan (*food refusal*) (Brown & Lee, 2015). Oleh karena itu pentingnya pengetahuan orang tua terhadap

pemberian *finger food* sangat penting sehingga mampu meningkatkan ketertarikan makan anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2020) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berperan dalam meningkatkan pengetahuan sebagai dasar terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Wulandari *et al.* (2023) dan Dewi & Yovani (2022) yang menunjukkan bahwa media *booklet* efektif meningkatkan pengetahuan ibu terkait pemberian makanan pada anak. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu mengenai keragaman *finger food*, anak berpeluang memperoleh pengalaman makan yang lebih menarik melalui variasi bentuk, warna, rasa, dan tekstur makanan sehingga ketertarikan makan anak usia 9–12 bulan dapat meningkat.

PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi menggunakan *booklet* keragaman *finger food* efektif meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan. Nilai rata-rata setelah intervensi lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman responden setelah diberikan edukasi. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi *booklet* keragaman *finger food* berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian *finger food* pada anak usia 9–12 bulan.



Media booklet dapat digunakan sebagai salah satu alternatif edukasi bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai keragaman *finger food* dan pemberian MP-ASI yang sesuai dengan usia anak. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah sampel yang lebih besar serta mengkaji faktor lain yang memengaruhi ketertarikan makan anak usia 9–12 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, A. (2024). Efektivitas pemberian edukasi tentang MP-ASI dengan media booklet dan video terhadap tingkat pengetahuan dan tindakan ibu bayi usia 6–12 bulan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 2(1), 15–23.
- Bensuil, F. C., Toar, J., & Munthe, D. P. (2025). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam pencegahan stunting di Desa Kalawat. *Journal of Midwifery Sempena Negeri*, 5(1), 1–10.
- Budianto, Y., & Akbar, A. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang stunting terhadap pola pemberian nutrisi pada balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5, 1315–1320.
- Amalia, Amalia, Linda Suwarni, dan Selviana Selviana. 2025. “Video Animasi Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak Efektif Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Efikasi diri Siswa Sekolah Dasar.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* 20(1):8. doi: 10.26714/jkmi.20.1.2025.8-14.
- Dewi, R., & Yovani, E. (2022). Pengaruh edukasi MP-ASI menggunakan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan praktik pemberian MP-ASI. *Jurnal Ners*, 7(2), 1303–1310.
- Handajani, D. O., Suprapti, & Rachmawati, A. (2023). Pendidikan kesehatan tentang pemberian dan pemilihan bahan pangan lokal yang baik untuk pembuatan MP-ASI di Kabupaten Gresik. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health*, 4(1), 1–7.
- Hairunnissa, H., & Aprillia, N. (2025). The influence of health education using booklet media on mother's knowledge in providing MPASI. *Asy-Syifa: Journal of Science and Technology Nursing*, 3(2), 1–7.
- Hulukati, F. O., Yusuf, N., & Abdullah, R. (2025). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap ibu tentang MP-ASI isi piringku dengan tindakan pencegahan stunting. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(2), 112–120.
- Putri Zaharah, Miftahul Husna, Nadia Sa'bani, Siti Aminah, dan Wismanto Wismanto. 2024. “How To Develop Dalam Fungsi Dan Manfaat Media Pembelajaran Di Sekolah Dasar.” *Inspirasi Dunia: Jurnal Riset Pendidikan dan Bahasa* 3(2):41–51. doi: 10.58192/insdun.v3i2.2065.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman gizi seimbang untuk bayi dan balita*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, D., Nurhayati, S., & Rahmawati, N. (2025). Efektivitas booklet gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan ibu dan pola makan anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 8(1), 55–63.
- Nababan, L., & Widyaningsih, S. (2023). Gambaran pengetahuan ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI bayi usia 6–24 bulan. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(1), 21–30.
- Nadhroh, S. R., & Permatasari, D. A. (2022). Edukasi gizi sebagai upaya peningkatan pengetahuan ibu dalam pemberian MP-ASI pada bayi usia 6–12 bulan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(3), 167–174.
- Nastia, R., Yusnitasari, D., & Putri, N. (2024). Edukasi makanan beragam, bergizi seimbang, aman, dan halal terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(2), 102–109.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Nurhastuti, R. F., & Purwiyanti, R. E. (2023). Gambaran pengetahuan ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI bayi usia 6–24 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 21–30.



- Octaviyanti, D., Handajani, D. O., & Suprapti. (2023). Pengetahuan ibu mengenai pemberian dan pemilihan bahan pangan lokal sebagai MP-ASI di Kabupaten Gresik. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health*, 4(1), 15–21.
- Putri, T. A., Safriana, R. E., Mulyani, E., & Handajani, D. O. (2025). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi melalui media booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Indonesian Journal of Midwifery Today*, 5(1), 21–30.
- Rusmimpong, R., Hartati, E., & Wijayanti, N. (2022). Model edukasi pendampingan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 45–52.
- Setyo, S. A. D. A. A., dkk. (2024). Pengaruh edukasi gizi dengan media e-booklet terhadap pengetahuan ibu balita. *Infokes: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), 145–152.
- Tambunan, S., Simanjuntak, R., & Siregar, M. (2023). Pengaruh booklet terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 88–96.
- Wulandari, A., Kusuma, R., & Sari, D. (2023). Efektivitas media booklet terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pendamping ASI. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 56–64.
- Yusnitasari, D., Nastia, R., & Handayani, P. (2023). Pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 11(2), 120–127.
- Brown, A., & Lee, M. (2015). Early influences on child satiety-responsiveness: The role of weaning style. *Pediatric Obesity*, 10(1), 57–66.

