

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA *DAILY MEAL TRACKER* TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA USIA 13-16 TAHUN.

VI Bab, 110 Halaman, 10 tabel

Background: Remaja adalah masa transisi dalam periode anak ke periode dewasa yang sebagian besar menganggap diri mereka sehat walaupun sebenarnya mengalami masalah gizi yang kebanyakan diakibatkan karena kurangnya pengetahuan mengenai dan adanya *body dissatisfaction* sehingga cenderung mengurangi, membatasi makanan atau makan dengan cara yang tidak sesuai anjuran yang menyebabkan sikap gizi kurang.

Tujuan: Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media *Daily Meal Tracker* terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja usia 13-16 tahun

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional one group pre-test post-test* yang melibatkan 82 remaja usia 13-16 tahun yang terbagi menjadi 2 kelompok, kelompok kontrol dan intervensi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *Wilcoxon Match-Pairs, Paired T-test, Mann Whitney-U* dan *Independent T-test*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap melalui *google form*.

Hasil Penelitian: Adanya perubahan pengetahuan dan sikap ($p \text{ value} < 0,05$) pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi gizi dengan *Daily Meal Tracker* dan adanya perubahan pengetahuan dan sikap ($p \text{ value} < 0,05$) pada kelompok kontrol diberikan *e-modul*. Adanya perbedaan yang bermakna antara pengetahuan akhir (*post-test*), sikap awal (*Pre-test*), sikap akhir (*Post-test*) pada antara kelompok kontrol dan intervensi. Tidak adanya perbedaan yang bermakna antara pengetahuan awal (*pre-test*) antara kelompok kontrol dan intervensi.

Kesimpulan: Media *Daily Meal Tracker* berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja dalam memberikan edukasi gizi dan terdapat perbedaan antara pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi yang diberikan media *Daily Meal Tracker* dibandingkan kelompok kontrol yang diberikan *e-modul*.

Kata Kunci: media, pengetahuan, sikap, remaja, edukasi gizi

Daftar Bacaan: 48 (2011-2021)

ABSTRACT

THE EFFECT OF NUTRITIONAL EDUCATION WITH THE DAILY MEAL TRACKER MEDIA ON CHANGES IN THE KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF ADOLESCENTS AGED 13-16 YEARS OLD.

VI Chapter, 110 Pages, 10 tables

Background: Adolescents are a transition period in the childhood period to the adult period, most of whom consider themselves healthy even though they actually experience nutritional problems, most of which are caused by lack of knowledge about and body dissatisfaction, so they tend to reduce, limit food or eat in ways that are not as recommended. lead to undernutrition.

Objective: To analyze the effect of nutrition education with the Daily Meal Tracker media on changes in knowledge and attitudes in adolescents aged 13-16 years

Methods: This study is a quantitative study with a cross-sectional one group pre-test post-test design involving 82 adolescents aged 13-16 years which were divided into 2 groups, the control group and the intervention group. Data analysis in this study used Wilcoxon Match-Pairs, Paired T-test, Mann Whitney-U and Independent T-test. Collecting data using knowledge and attitude questionnaires through google form.

Results: There was a change in knowledge and attitude (p value < 0.05) in the intervention group after being given nutrition education with the Daily Meal Tracker and a change in knowledge and attitude (p value < 0.05) in the control group being given an e-module. There was a significant difference between final knowledge (post-test), initial attitude (Pre-test), final attitude (Post-test) between the control and intervention groups. There was no significant difference between initial knowledge (pre-test) between the control and intervention groups.

Conclusion: The Daily Meal Tracker media has an effect on increasing the knowledge and attitudes of adolescents in providing nutrition education and there is a difference between the knowledge and attitudes of the intervention group given the Daily Meal Tracker media compared to the control group given the e-module.

Keywords: media, knowledge, attitude, adolescents, nutrition education

Reading list: 48 (2011-2021)