

## ABSTRAK

### **PENGARUH *INTERACTIVE BOOK* SEBAGAI MEDIA PENDIDIKAN GIZI TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN ASUPAN CAIRAN PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AT-TAHIYYAH**

**Latar belakang:** Salah satu masalah gizi pada remaja yang menetap di pesantren adalah kurangnya konsumsi air yang menyebabkan remaja rentan mengalami dehidrasi. Hal ini disebabkan oleh banyaknya tuntutan dan kegiatan yang menguras tenaga sehingga menyebabkan remaja lupa untuk minum. Remaja putri lebih rentan mengalami dehidrasi karena adanya pengaruh hormonal. Salah satu penyebab kurangnya konsumsi cairan pada remaja putri di pesantren karena kurangnya pengetahuan mengenai cairan. Kurangnya sosialisasi serta pendidikan gizi pada remaja di pesantren dapat berdampak pada kurangnya pengetahuan dan perilaku makan dan minum yang salah.

**Tujuan:** Menganalisis perbedaan pengetahuan, sikap dan asupan cairan pada remaja putri sebelum dan sesudah pemberian *interactive book* sebagai media pendidikan gizi.

**Metode:** Penelitian kuantitatif dengan *one group pretest posttest design* yang dilakukan di Pondok Pesantren At-Tahiyah. Populasi penelitian ini adalah remaja putri sebanyak 54 orang dan semuanya dijadikan sampel (total sampling).

**Hasil:** Ada perbedaan pengetahuan, sikap dan asupan cairan pada remaja putri di Pondok Pesantren At-tahiyah sebelum dan sesudah pemberian *interactive book* sebagai media pendidikan gizi dengan nilai  $p$  value= 0.000.

**Kesimpulan:** Media *interactive book* merupakan media yang dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada usia remaja karena dapat meningkatkan nilai pengetahuan, sikap, dan asupan cairan pada remaja.

**Kata Kunci:** Dehidrasi, *interactive book*, konsumsi cairan, media edukasi gizi