

## ABSTRAK

### PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN LABEL PANGAN DAN MAKANAN SEHAT SERTA SIKAP PEMILIHAN MAKANAN PADA SISWA MAN 2 KOTA CIREBON

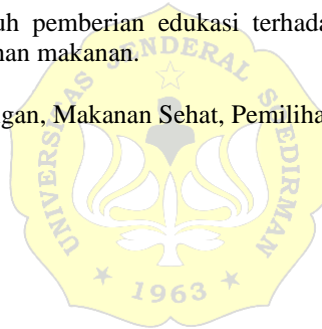
**Pendahuluan :** Pemilihan makanan merupakan salah satu komponen penting dalam menentukan kualitas hidup seseorang, termasuk remaja. Remaja cenderung lebih memilih makanan kemasan dibandingkan makanan sehat. Konsumsi makanan kemasan mengharuskan remaja untuk dapat memahami label pangan. Edukasi diketahui dapat meningkatkan pengetahuan label pangan dan makanan sehat, serta sikap pemilihan makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan label pangan dan makanan sehat serta sikap pemilihan makanan.

**Metode :** *Quasi Experimental* dengan *one group pre test* dan *post test design*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2024 selama 2 minggu dengan sampel sebanyak 22 responden kelas X dan XI. Analisis data berupa uji *paired T-Test* dan Uji Wilcoxon dengan menggunakan SPSS versi 25.0.

**Hasil :** Pengetahuan label pangan dan makanan sehat mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan edukasi ( $p = 0,001$  dan  $p = 0,000$ ). Sikap pemilihan makanan mengalami perubahan yang signifikan pada aspek pengendalian berat badan ( $p = 0,003$ ), aspek familiar ( $p = 0,022$ ), dan aspek kesehatan ( $p = 0,017$ ).

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh pemberian edukasi terhadap pengetahuan label pangan dan makanan sehat serta sikap pemilihan makanan.

**Kata Kunci :** Edukasi, Label Pangan, Makanan Sehat, Pemilihan Makanan



## ABSTRACT

### THE EFFECT OF PROVIDING EDUCATION ON FOOD LABELING AND HEALTHY FOOD KNOWLEDGE ALSO FOOD SELECTION ATTITUDES IN MAN 2 CIREBON CITY STUDENTS

**Introduction:** Food selection is one of the important components in determining the quality of life of a person, including adolescents. Adolescents prefer packaged food over healthy food. Consumption of packaged food requires adolescents to be able to understand food labels. Education is known to improve food label knowledge and healthy food, as well as food selection attitudes. This study aims to determine the effect of providing education on food label knowledge and healthy food and food selection attitudes.

**Methods:** Quasi Experimental with one group pre test and post test design. The research was conducted in June 2024 for 2 weeks with a sample of 22 respondents of class X and XI. Data analysis in the form of paired T-Test and Wilcoxon test using SPSS version 25.0.

**Results:** Knowledge of food labeling and healthy food has increased significantly after being given education ( $p = 0.001$  and  $p = 0.000$ ). Food selection attitudes experienced significant changes in the aspects of weight control ( $p = 0.003$ ), familiar aspects ( $p = 0.022$ ), and health aspects ( $p = 0.017$ ).

**Conclusion:** There is an effect of providing education on food label and healthy food knowledge also food selection attitudes.

**Keywords:** Education, Food Labeling, Healthy Food, Food Selection

