

ABSTRAK

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI DAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN PADA REMAJA (Studi pada Remaja Anggota Pramuka di Saka Bhayangkara dan Saka Wirakartika)

Septalia Pradinda, Hesti Permata Sari, Ibnu Zaki

Latar Belakang: Remaja termasuk kelompok yang rentan terhadap masalah gizi. Kurangnya pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan makanan jajanan yang tidak sehat dapat mempengaruhi masalah gizi. Prevalensi remaja kurus usia 16-18 tahun sebesar 9,4% dan remaja gizi lebih sebesar 7,3%. Pendidikan gizi perlu dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan makanan jajanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan makanan jajanan.

Metode: Rancangan penelitian adalah quasi eksperimental dengan *Control group pretest posttest design*. Pendidikan gizi dilakukan selama 4 kali dalam 4 minggu. Penelitian dilakukan di Kepolisian Resor Banyumas dan Komando Distrik Militer Banyumas. Jumlah sampel 26 orang untuk masing-masing kelompok. Uji statistik menggunakan *McNemar*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah pendidikan gizi pada kelompok perlakuan, $p=0,003(<\alpha 0,05)$. Ada perbedaan perilaku pemilihan makanan jajanan sebelum dan setelah pendidikan gizi pada kelompok perlakuan $p=0,021(<\alpha 0,05)$.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pendidikan gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan perilaku pemilihan makanan jajanan pada remaja.

Kata Kunci : Makanan jajanan, pendidikan gizi, pengetahuan, perilaku

ABSTRACT

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ON INCREASING NUTRITION KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF ADOLESCENTS IN SNACK SELECTION

(Study on Adolescents Scout Member in Saka Bhayangkara and Saka
Wirakartika)

Septalia Pradinda, Hesti Permata Sari, Ibnu Zaki

Background: Adolescents belong to a group that is susceptible with nutritional problems. Lack of nutrition knowledge and behavioral selection of unhealthy snacks can cause nutritional problems. There was 9,4% skinny teenagers which is 16-18 years old and 7.3% teenagers are overweight. Therefore nutrition education is used to improve the knowledge and behavior of adolescents. The purpose of this research was to determine the effect nutritional education of nutritional knowledge and behavioral selection of snacks.

Methods: This research used quasi experimental with Control group pretest posttest design, with 26 samples for each groups. Nutrition education is given for 4 times in 4 weeks. This research was conducted at Banyumas Resort Police and Military District Commander Banyumas. Statistical using McNemar.

Result: The result of this research showed that, there was a difference of nutrition knowledge before and after given nutritional education on treatment group $p=0,003(<\alpha 0,05)$. There was a difference of behavioral selection of snacks before and after given nutritional education on treatment group $p=0,021(<\alpha 0,05)$.

Conclusion: There was an effect of nutrition education on increasing knowledge and behavior of adolescents in snack selection.

Keywords: Behavior, knowledge, nutrition education, snack food