

# **PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DAN YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG PADA SISWA SMA NEGERI 1 CIKARANG UTARA**

**Dinda Latifa Rinarto**

## **Abstrak**

Edukasi dengan media sosial Instagram dan YouTube merupakan cara preventif yang menarik bagi remaja, terutama dalam meningkatkan pengetahuan gizi. Peningkatan pengetahuan tentang gizi dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam pemilihan bahan makanan yang bergizi seimbang, sehingga secara tidak langsung akan berpengaruh pada status gizi remaja. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh media sosial Instagram dan YouTube terhadap pengetahuan gizi seimbang pada siswa SMA Negeri 1 Cikarang Utara. Jenis penelitian ini merupakan Quasi-experiment, rancangan *one group pretest-posttest design*. Jumlah responden sebanyak 52 siswa kelas 11 (26 siswa kelompok Instagram; 26 siswa kelompok YouTube) dan diberi intervensi melalui postingan Instagram dan video YouTube masing-masing sebanyak dua kali dalam satu minggu dan diulang selama empat minggu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media sosial Instagram terhadap pengetahuan ( $p=0,000$ ) dan ada pengaruh pemberian edukasi gizi dengan media sosial YouTube terhadap pengetahuan ( $p=0,010$ ). Kemudian, pemberian edukasi gizi dengan Instagram dapat berpengaruh terhadap pengetahuan sebesar (41,9%) dan dengan YouTube sebesar (24,3%).

**Kata Kunci:** Edukasi Gizi, Instagram, YouTube, Pengetahuan Gizi Seimbang

# **THE INFLUENCE OF EDUCATION WITH SOCIAL MEDIA INSTAGRAM AND YOUTUBE ON KNOWLEDGE OF BALANCED NUTRITION OF STUDENTS AT PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL 1 CIKARANG UTARA**

**Dinda Latifa Rinarto**

## **Abstract**

Education with social media on Instagram and YouTube is an interesting preventive way for teenagers, especially in improving nutritional knowledge. Increased knowledge about nutrition can influence attitudes and behavior in the selection of nutritionally balanced food ingredients, so that indirectly will affect the nutritional status of adolescents. This research was conducted to find out the influence of Instagram and YouTube social media on balanced nutrition knowledge in students of SMA Negeri 1 Cikarang Utara. This type of research is Quasi-experiment, with one group pretest-posttest design. The respondents were 52 students, 11th graders (26 students, Instagram groups; 26 students, YouTube groups) and were intervened through Instagram posts and YouTube videos twice each in one week and repeated for four weeks. The results of this study showed that there is an influence of nutrition education with Instagram social media on knowledge ( $p= 0.000$ ) and there is an influence of nutrition education with YouTube social media on knowledge ( $p= 0.010$ ). Then, providing nutrition education with Instagram can affect knowledge by (41.9%) and with YouTube (24.3%).

**Keywords:** Nutrition Education, Instagram, YouTube, Knowledge of Balanced Nutrition