

# **PENGARUH MODUL EDUKASI GIZI TEMAN SEBAYA TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG OBESITAS DI SMAN 5 KOTA DEPOK TAHUN 2022**

**Vina Vanessa**

## **Abstrak**

Obesitas merupakan salah satu masalah gizi pada remaja berupa penumpukan lemak yang berlebihan dan dapat meningkatkan resiko kesehatan. Faktor yang dapat mempengaruhi obesitas ialah pengetahuan dan sikap remaja. Pengetahuan dan sikap dapat ditingkatkan melalui edukasi. Edukasi oleh teman sebaya menjadi salah satu strategi promosi kesehatan. Remaja cenderung lebih mudah menerima informasi yang disampaikan oleh sebayanya. Edukasi gizi oleh teman sebaya diharapkan dapat membantu remaja lebih memahami informasi gizi yang disampaikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul obesitas pada remaja di SMAN 5 Depok. Metode penelitian adalah *quasy experiment* dengan rancangan *one group pre test-post test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling sebanyak 50 responden. Analisis yang digunakan adalah uji wilcoxon. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p pada pengetahuan 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan nilai p pada sikap 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi oleh teman sebaya menggunakan modul obesitas terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas di SMAN 5 Depok.

**Kata Kunci:** Edukasi gizi, teman sebaya, obesitas, pengetahuan, sikap

# **THE IMPACT OF PEER NUTRITION EDUCATION USING MODULE ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE ABOUT OBESITY AMONG ADOLESCENTS AT SMAN 5 DEPOK IN 2022**

**Vina Vanessa**

## **Abstract**

Obesity, one of the nutrition problem among adolescents, is excessive fat accumulation and increases the risk of health problems. Knowledge and attitude may play a role in the etiology of obesity among adolescents. One of the way to enhancing knowledge and attitude is education. Peer education is a part of health promotion strategy. Peer education can increase the effectiveness of the message being presented among adolescents. Peer nutrition education is expected to help adolescents better understanding the nutrition information. This study aimed to evaluate the effect of peer nutrition education using obesity module among adolescents at SMAN 5 Depok. The research method used was quasy experiment with one group pre test- post test design. Sampling was taken by simple random sampling on 50 respondents. Data analysis was using wilcoxon test. The result showed that p value on knowledge 0,000 ( $p < 0,05$ ) and p value on attitude 0,000 ( $p < 0,05$ ), it can be concluded that there is effect of peer nutrition education using module among adolescents at SMAN 5 Depok.

**Keywords:** Nutrition education, peer, obesity, knowledge, attitude