

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP GIZI LEBIH (*OVERWEIGHT*) PADA REMAJA DI
MAN 1 KOTA
BOGOR**

Shafira Salzakilla Damayanti

Abstrak

Tingginya angka prevalensi gizi lebih (*Overweight*) pada remaja yang menjadi salah satu masalah gizi di Indonesia. Pemberian edukasi gizi yang menjadi solusi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai gizi lebih (*Overweight*) pada remaja, dengan memanfaatkan media sosial Instagram dan YouTube yang saat ini sedang berkembang pesat dalam mengakses informasi menjadi lebih cepat. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media sosial Instagram dan YouTube terhadap pengetahuan dan sikap gizi lebih (*Overweight*) pada remaja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *quasi experimental* dengan jumlah responden 98 siswa/I kelas X dan XI yang dibagi menjadi 4 kelompok yaitu kelompok Instagram, YouTube, Instagram dan YouTube dan kontrol. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap dengan nilai ($p < 0,05$) dan adanya perbedaan efektivitas terhadap pengetahuan dan tidak ada perbedaan terhadap sikap antara media Instagram dan YouTube. kemudian, tidak adanya perbedaan efektivitas antara media Instagram dengan media kombinasi (Instagram dan YouTube) terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja. Selanjutnya tidak ada perbedaan efektivitas antara media YouTube dan media kombinasi (Instagram dan YouTube) terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja.

Kata kunci : Edukasi Gizi, Media, Instagram, Status Gizi Lebih Remaja, YouTube.

THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ABOUT OVERWEIGHT WITH INSTAGRAM AND YOUTUBE SOCIAL MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE IN ADOLESCENTS IN MAN 1 BOGOR CITY

Shafira Salzakilla Damayanti

Abstract

The high prevalence of overweight in adolescents is one of the nutritional problems in Indonesia. The provision of nutrition education is a solution to increase knowledge and attitudes about overweight in adolescents by utilizing social media Instagram and YouTube, which are currently multiplying in accessing information faster. This study was conducted to determine the effect of education on social media, Instagram and YouTube on adolescents' knowledge and attitudes toward overweight. The method used in this research is quasi-experimental, with the number of respondents being 98 students in classes X and XI, which are divided into four groups, namely Instagram, YouTube, Instagram and YouTube groups and controls. The results of this study indicate an increase in knowledge and attitudes with a value ($p < 0.05$) and differences in the effectiveness of knowledge. There is no difference in attitudes between Instagram and YouTube media. Then, there is no difference in effectiveness between Instagram and combined media (Instagram and YouTube) on knowledge and attitudes in adolescents. Furthermore, there is no difference in effectiveness between YouTube media and combined media (Instagram and YouTube) on knowledge and attitudes in adolescents.

Keywords: Nutrition Education, Media, Instagram, Adolescent Nutritional Status, YouTube,