

PERBEDAAN EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA POSTER DAN VIDEO TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DI SMAN 19 BEKASI TAHUN 2022

Millennia Dorais Sinaga

Abstrak

Permasalahan gizi pada remaja salah satunya adalah gizi lebih yang semakin meningkat dari masa ke masa. Edukasi gizi menggunakan media dapat dibuktikan efektif ketika media dapat ,mengubah dan mempengaruhi pengetahuan remaja. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya perbedaan efektivitas edukasi gizi dengan menggunakan media poster dan video terhadap tingkat pengetahuan remaja di SMAN 19 Bekasi tahun 2022. Penelitian ini menggunakan desain studi *quasy-eksperimental without group controls*, yang dilakukan pada bulan Maret-Mei 2022 di SMAN 19 Bekasi, Jawa Barat 2022. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI, dengan jumlah sampel sebanyak 52 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sample dengan menggunakan *stratified random sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran distribusi, presentase variable yang dianalisis dan analisis bivariat menggunakan *paired samples t test* untuk uji beda melihat perbedaan skor pretes-posttest pengetahuan *independent T-test* untuk efektivitas media poster dan video. Hasil penelitian menunjukkan penggunaan poster meningkatkan skor pengetahuan rata-rata (mean) sebesar 76,35 sedangkan pada video sebesar 85,96. Adanya perbedaan yang signifikan skor pengetahuan antara kelompok poster dan video ($p=0,003$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi gizi dengan media video lebih efektif dibandingkan dengan media poster untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang di SMAN 19 Bekasi.

Kata kunci: pengetahuan gizi seimbang, poster, remaja, video

**DIFFERENCES OF NUTRITIONAL EDUCATION
EFFECTIVENESS WITH POSTER AND VIDEO MEDIA
TOWARDS THE LEVEL OF BALANCED NUTRITION
KNOWLEDGE AT SMAN 19 BEKASI, 2022**

Millennia Dorais Sinaga

Abstrack

One of the nutritional problems in adolescents is over nutrition which is increasing from time to time. Nutrition education using media can be proven effective when the media can change and influence adolescent knowledge. The purpose of this study was to determine the difference in the effectiveness of nutrition education using posters and videos on the knowledge level of adolescents at SMAN 19 Bekasi in 2022. This study used a quasi-experimental study design without group controls, which was conducted in March-May 2022 at SMAN 19 Bekasi, West Java 2022. The population of this study were all students of class X and XI, with a total sample of 52 people who met the inclusion and exclusion criteria. The sampling technique used was stratified random sampling. Data analysis used univariate analysis to find out the distribution description, the percentage of analyzed variables and bivariate analysis using paired samples t test for different tests to see the difference in pretest-posttest scores of independent knowledge T-test for the effectiveness of poster and video media. The results showed that the use of posters increased the average knowledge score (mean) of 76.35 while the video was 85.96. There was a significant difference in knowledge scores between the poster and video groups ($p=0.003$). So it can be concluded that providing nutrition education with video media is more effective than poster media to increase knowledge of balanced nutrition at SMAN 19 Bekasi in 2022.

Keywords: knowledge of balanced nutrition, poster, adolescent, video