

PENGARUH EDUKASI GIZI BERBASIS MEDIA VIDEO DAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG SISWA SMPN 14 KOTA BEKASI

Nirma Marcelina Zares

Abstrak

Salah satu penyebab masalah gizi pada remaja diakibatkan karena kurangnya pengetahuan gizi dan akan menyebabkan salah untuk memilih makanan yang akan dikonsumsi. Penyuluhan gizi sangat penting untuk menambah pengetahuan gizi remaja sehingga perlu diberikan agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh edukasi gizi menggunakan video dan *leaflet* terhadap pengetahuan siswa. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan menggunakan desain *one group pretest-posttest*. Jumlah sampel dalam yang pemelitan ini sebanyak 88 orang. Rata-rata kelompok video *pre test* sebesar 59.31 kemudian *post test* sebesar 72.05 dengan standar deviasi 14.40. Sedangkan pada kelompok *leaflet* rata-rata *pre test* sebesar 69.77 kemudian *post test* sebesar 82.95 dengan standar deviasi 15.01. Hasil analisis *paired sample t test* nilai *p-value* sebesar $0.000 < 0.05$ untuk video. Dan *p value* sebesar $0.003 < 0.05$ untuk *leaflet* yang berarti ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media video dan *leaflet* terhadap pengetahuan gizi seimbang siswa SMPN 14 Kota Bekasi. Hasil dari *Independen T-Test* ialah *leaflet* lebih efektif sebagai media edukasi gizi.

Kata Kunci: Siswa SMP, Gizi Seimbang Pengetahuan Gizi, Video, Leaflet

**EFFECT of NUTRITION EDUCATION BASED ON VIDEO AND
LEAFLET TOWARDS NUTRITIONAL KNOWLEDGE OF 14TH JUNIOR
HIGH SCHOOL BEKASI STUDENT**

Nirma Marcelina Zares

Abstract

The most cause of nutrition problems in adolescents is due to lack of nutritional knowledge and lead to a wrong choice of what meals would be consumed because the level of knowledge in adolescents. Nutrition education is highly important to encourage adolescent nutrition knowledge so it is necessary to be socialized as an effort to change the wrong eating habits. This study aimed to see the impact of nutrition education by using video and leaflet on student knowledge. This type of research is a quasi-experiment used a one-group pretest-posttest design. The number of samples were 88 students. The average pre-test of the video group was 59.31 and the post-test was 72.05 with a standard deviation is 14.40. While in the leaflet group the pre-test average was 69.77, and the post-test was 82.95 with a standard deviation is 15.01. Results of the Paired Sample T-Test analyzed is $0,000 < 0.05$ for video. And p-value $0.003 < 0.05$ for the leaflet, which means there is an impact of nutrition education used video and leaflets on balanced nutrition knowledge of 14th JHS Bekasi Students. The result of Independent T-Test is leaflet more effective as a nutrition education media.

Keywords: Junior High School Student, Balance Nutrition, Nutrition Knowledge, Video, Leaflet