

## ABSTRAK

Azizah Nur Allya Febriantje

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA LEAFLET TERHADAP  
PENGETAHUAN DAN SIKAP PEMILIHAN MAKANAN SEHAT PADA  
REMAJA KELAS XI DI SMA NEGERI 2 MOJOKERTO

xix + 57 Halaman + 14 Tabel + 10 Lampiran

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap masalah gizi karena berada pada masa pertumbuhan dan pembentukan pola makan. Kurangnya pengetahuan dan pengaruh lingkungan menyebabkan banyak remaja memiliki kebiasaan makan yang kurang sehat. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan edukasi gizi menggunakan media leaflet, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan sehat. Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat pada remaja kelas XI di SMA Negeri 2 Mojokerto.

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan *onegroup pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Mojokerto sebanyak 81 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank*.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan pada pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi dengan media leaflet. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p=0,000$  untuk variabel pengetahuan dan  $p=0,000$  untuk variabel sikap, yang berarti terdapat pengaruh signifikan edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat. Terdapat pengaruh signifikan edukasi gizi dengan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pemilihan makanan sehat pada remaja. Diperlukan upaya lanjutan berupa intervensi edukatif untuk meningkatkan kesadaran gizi remaja guna mendukung pertumbuhan optimal dan mencegah risiko jangka panjang akibat pola makan yang tidak sehat. Peningkatan edukasi gizi dengan media leaflet di sekolah perlu dilakukan secara rutin dan melibatkan tenaga kesehatan untuk memberikan pemahaman yang tepat terkait pentingnya pemilihan makanan sehat.

Kata Kunci: Eduksi Gizi, Leaflet, Pengetahuan, Sikap, Makanan Sehat

Daftar bacaan : 2 Buku (2021-2024)

## ABSTRACT

Azizah Nur Allya Febriantie

*THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION WITH LEAFLET MEDIA ON KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF HEALTHY FOOD SELECTION IN GRADE IX ADOLESCENTS AT STATE HIGH SCHOOL 2 MOJOKERTO*

*xix + 57 Pages + 14 Tables + 10 Appendices*

*Adolescents are a vulnerable group for nutritional problems due to their growth phase and the development of independent eating patterns. Lack of knowledge and environmental influences often result in unhealthy food choices. One of the efforts to address this issue is through nutrition education using leaflet media, aimed at improving knowledge and attitudes toward healthy food selection. To determine the effect of nutrition education using leaflet media on knowledge and attitudes in selecting healthy food among 11th grade students at SMA Negeri 2 Mojokerto.*

*This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The population consisted of all 11th grade students at SMA Negeri 2*

*Mojokerto, totaling 81 students. Sampling was done using simple random sampling. The instruments used were questionnaires on knowledge and attitude in food selection. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test.*

*The results showed a significant effect of nutrition education using leaflet media on both knowledge and attitudes. The Wilcoxon test results showed  $p=0.000$  for both variables, indicating a significant influence of nutrition education on improving knowledge and attitudes in healthy food selection. Nutrition education using leaflet media significantly influenced the improvement of adolescents' knowledge and attitudes regarding healthy food choices. Continuous educational interventions are needed to raise adolescents' nutritional awareness and prevent long-term health risks due to poor dietary habits. Regular nutrition education using leaflet media in schools should be implemented with the involvement of health professionals to ensure accurate information and promote healthy eating behavior among students.*

*Keywords: Nutrition Education, Leaflet, Knowledge, Attitude, Healthy Food*  
*References: 2 Books (2021-2024)*