

ABSTRAK

Hermin Dhina Supyandari

P27824425184

Fitria Nurwulansari, M.Keb. - Dwi Wahyu Wulan Sulistyowati, SST., M.Keb

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN MENGGUNAKAN BUKU SAKU
TERHADAP PENGETAHUAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI

Xv + 75 halaman + 9 tabel + 16 lampiran

Terdapat beberapa masalah yang rentan dialami oleh kelompok remaja utamanya remaja putri, diantaranya adalah masalah status gizi akibat perubahan fisik, psikologis, dan pola konsumsi yang kurang sehat. Minimnya pengetahuan tentang status nutrisi menjadi faktor yang mendasari terjadinya beberapa masalah pada tubuh, diantaranya kurus, gemuk, obesitas, maupun anemia. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya preventif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai status gizi. Keberhasilan penyampaian edukasi tidak terlepas dari pemilihan media yang digunakan. Dalam penelitian ini, buku saku dipilih sebagai media edukasi untuk mengetahui pengaruhnya terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai status gizi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *pre-eksperimental* dan bentuk *one group pretest-posttest design*. Sebanyak 82 responden dipilih menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner status gizi dengan skala *Guttman*. Analisis perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Hasil penelitian memperlihatkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi melalui buku saku. Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup. Setelah diberikan intervensi, sebagian besar responden mencapai kategori pengetahuan baik dan tidak ditemukan lagi responden dengan pengetahuan kurang. Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian edukasi kesehatan menggunakan buku saku terhadap pengetahuan tentang status gizi pada remaja putri. Dengan demikian, buku saku dapat menjadi salah satu media edukasi yang dapat dimanfaatkan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai status gizi di SMPN 1 Bendo.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Buku Saku, Pengetahuan, Status Gizi,
Remaja Putri.

ABSTRACT

Hermin Dhina Supyandari

P27824425184

Fitria Nurwulansari, M.Keb. - Dwi Wahyu Wulan Sulistyowati, SST., M.Keb.

THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION USING A POCKETBOOK ON KNOWLEDGE REGARDING NUTRITIONAL STATUS AMONG ADOLESCENT GIRLS

xv + 75 pages + 9 tables + 16 appendices

Adolescents—particularly adolescent girls—are prone to several issues, notably those related to nutritional status resulting from physical and psychological changes as well as unhealthy dietary habits. A lack of knowledge regarding nutritional status is an underlying factor for various physical conditions, including being underweight, overweight, obese, or anemic. Health education serves as a preventive measure to improve adolescent girls' understanding of nutritional status. The effectiveness of such education depends heavily on the choice of educational media; this study selected a pocketbook as the medium to assess its impact on improving adolescent girls' knowledge regarding nutritional status.

This study employed a quantitative approach using a pre-experimental design, specifically a one-group pretest-posttest design. A total of 82 respondents were selected using proportional random sampling. Knowledge levels were measured using a nutritional status questionnaire based on the Guttman scale. Changes in knowledge before and after the intervention were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

The results showed an increase in knowledge following the educational intervention using the pocketbook. Prior to the intervention, the majority of respondents fell into the "sufficient knowledge" category. After the intervention, most respondents reached the "good knowledge" category, and no respondents remained in the "poor knowledge" category. The Wilcoxon Signed-Rank Test yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that health education via a pocketbook significantly influenced the adolescent girls' knowledge regarding nutritional status. Thus, the pocketbook serves as an effective educational tool for enhancing adolescent girls' knowledge of nutritional status at SMPN 1 Bendo.

Keywords: Health education, pocketbook, knowledge, nutritional status, adolescent girls.