

## ABSTRAK

Putri Ayu Anatasya

PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE CERAMAH DAN POSTER TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN SEHAT PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 SURABAYA

xviii + 149 halaman + 24 tabel + 16 lampiran

Masa remaja merupakan fase yang rentan terhadap terbentuknya kebiasaan konsumsi pangan yang kurang sehat. Pengetahuan dan sikap mengenai gizi berperan dalam membentuk perilaku pemilihan makanan sehari-hari. Kurangnya pengetahuan dan sikap yang tepat dapat memengaruhi kemampuan remaja dalam memilih makanan sehat. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku tersebut adalah melalui edukasi gizi dengan metode ceramah yang didukung media poster. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan metode ceramah dan poster terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku pemilihan makanan sehat pada remaja di SMP Negeri 6 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu dengan desain pretest-posttest menggunakan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sebanyak 68 siswa dilibatkan sebagai partisipan dan dibagi menjadi kelompok intervensi serta kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test dan Mann-Whitney dengan tingkat kemaknaan  $p < 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi gizi pada pengetahuan ( $p < 0,001$ ), sikap ( $p = 0,002$ ), dan perilaku ( $p < 0,001$ ). Kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang signifikan karena seluruh nilai  $p > 0,05$ . Hasil analisis antara kelompok intervensi dan kontrol menunjukkan perbedaan signifikan pada pengetahuan ( $p = 0,006$ ), sikap ( $p < 0,001$ ), dan perilaku ( $p < 0,001$ ). Peningkatan ketiga aspek tersebut lebih besar pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian, edukasi gizi dengan metode ceramah dan poster berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku pemilihan makanan sehat pada remaja di SMP Negeri 6 Surabaya.

Kata kunci: edukasi gizi, ceramah, poster, pengetahuan, sikap, perilaku, remaja

Daftar bacaan: 4 buku, 60 jurnal (2013–2026).

## **ABSTRACT**

Putri Ayu Anatasya

*THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING LECTURES AND POSTERS ON KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND HEALTHY FOOD CHOICE BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 6 SURABAYA*

*xviii + 149 pages + 24 tables + 16 appendices*

*Adolescence is a vulnerable phase for the development of unhealthy food consumption habits. Nutritional knowledge and attitudes play an important role in shaping daily food choice behavior. Inadequate knowledge and appropriate attitudes may affect adolescents' ability to choose healthy foods. One effort to improve knowledge, attitudes, and behavior is through nutrition education using lectures supported by posters. This study aimed to analyze the effect of nutrition education using lecture and poster methods on knowledge, attitudes, and healthy food choice behavior among adolescents at SMP Negeri 6 Surabaya.*

*This study used a quasi-experimental method with a pretest-posttest design involving an intervention group and a control group. A total of 68 students participated in the study and were divided into an intervention group and a control group. The sampling technique used was cluster random sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and Mann-Whitney test, with a significance level of  $p < 0.05$ .*

*The results showed a significant increase in the intervention group after receiving nutrition education in knowledge ( $p < 0.001$ ), attitudes ( $p = 0.002$ ), and behavior ( $p < 0.001$ ). The control group showed no significant changes, as all  $p$ -values were  $> 0.05$ . The analysis between the intervention and control groups also showed significant differences in knowledge ( $p = 0.006$ ), attitudes ( $p < 0.001$ ), and behavior ( $p < 0.001$ ). The increases in all three aspects were greater in the intervention group than in the control group. Therefore, nutrition education using lecture and poster methods had a significant effect on improving knowledge, attitudes, and healthy food choice behavior among adolescents at SMP Negeri 6 Surabaya.*

*Keywords: nutrition education, lecture, poster, knowledge, attitudes, behavior, adolescents*

*References: 4 books, 60 journals (2013–2026).*