

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penyuluhan Gizi

a. Pengertian

Penyuluhan gizi merupakan proses belajar untuk mengembangkan pengertian dan sikap yang positif terhadap gizi agar yang bersangkutan dapat memiliki dan membentuk kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Penyuluhan gizi secara singkat merupakan proses membantu orang lain membentuk dan memiliki kebiasaan makan yang baik. Pendekatan penyuluhan gizi umumnya merupakan pendekatan kelompok.

Penyuluhan gizi merupakan serangkaian kegiatan penyampaian pesan gizi untuk menanamkan dan meningkatkan pengetahuan gizi dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak mau menjadi mau dan perubahan perilaku manusia dari mau menjadi mampu melakukannya agar pengetahuan yang diberikan dapat diaplikasikan ke dalam kehidupan sehari-hari. Secara singkat, penyuluhan gizi adalah proses membantu sekelompok orang dalam membentuk kebiasaan makan yang baik serta bertujuan untuk meningkatkan status gizi masyarakat, dengan cara merubah perilaku kearah yang lebih baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi (Supariasa, 2012).

b. Tujuan

1. Penyuluhan gizi secara umum tujuannya adalah suatu usaha untuk meningkatkan status gizi masyarakat dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.
2. Penyuluhan gizi secara khusus yaitu meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.
3. Menyebarkan konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
4. Membantu individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku positif sehubungan dengan pangan dan gizi.
5. Mengubah perilaku konsumsi makanan yang sesuai dengan tingkat kebutuhan gizi, sehingga pada akhirnya tercapai status gizi yang baik (Supariasa, 2012).

c. Metode

1. Ceramah

Menurut Supriasa (2012), ceramah adalah menyampaikan atau menjelaskan suatu pengertian pesan secara lisan yang sudah dipersiapkan terlebih dahulu oleh seorang pembicara (ahli) kepada sekelompok pendengar dengan dibantu beberapa alat peraga yang diperlukan. Metode ceramah digunakan untuk memberikan informasi, diperuntukkan untuk kelompok besar dan jika pembicara pandai berbiacara.

Metode ini memiliki keunggulan yaitu, cocok untuk berbagai jenis peserta, mudah pengaturannya, beberapa orang lebih dapat belajar dengan mendengar daripada membaca, penggunaan waktu yang efisien, dapat dipakai ada kelompok sasaran yang besar, tidak terlalu banyak menggunakan alat bantu dan dapat digunakan untuk memberi pengantar pada suatu kegiatan. Namun, metode ceramah juga memiliki kekurangan yaitu pembicara tidak menguasai masalah, membatasi daya ingat peserta, peserta menjadi pasif, dan menghalangi respon yang belajar.

2. Simulasi

Simulasi adalah tiruan atau perbuatan yang pura-pura. Dan juga kata simulasi berasal dari kata "simulate" yang artinya berpura-pura. Sehingga, Metode simulasi adalah permainan terencana yang memiliki makna dapat diambil untuk kepentingan sehari-hari. Tujuan dari metode simulasi adalah peserta menjadi lebih sadar kebiasaan-kebiasaan yang kurang baik, peserta didik menjadi lebih peka, tahu kekurangan dan kelebihan sendiri, dan dapat mengembangkan diri peserta sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Metode memiliki keunggulan yaitu menyenangkan, visualisasi hal-hal abstrak, interaksi tinggi, melatih berpikir kritis, serta respon peserta yang positif. Namun, metode simulasi juga memiliki kekurangan yaitu efektifitas diragukan, menuntut imajinasi dari penyuluh dan responden, serta validasi yang rendah.

3. Simposium

Metode simposium adalah serangkaian pidato pendek didepan pengunjuk dengan seorang pemimpin. Pidato-pidato itu

mengemukakan aspek-aspek yang berbeda dari topik tertentu. Metode simposium digunakan pada kelompok besar, kelompok membutuhkan keterangan singkat, membicarakan aspek yang berbeda topik, dan pokok pembicaraan sudah ditentukan.

Simposium memiliki keunggulan yaitu banyak informasi yang didapat dalam waktu yang singkat juga pergantian pembicara menarik perhatian. Metode ini juga tak luput dari kekurangan yaitu kurang adanya interaksi kelompok, terasa formil, membutuhkan perencanaan yang matang, serta membatasi pendapat pembicara.

4. Case study (Studi kasus)

Metode studi kasus adalah sekumpulan situasi masalah, yang dianalisis secara mendalam atau mendetail. Biasanya permasalahan “bagian dari hidup”, yang mengundang diagnosa atau pengobatan. Studi kasus digunakan untuk menganalisis masalah dan membantu anggota memahami masalah.

Metode ini memiliki keunggulan yaitu dapat digunakan sebelum diskusi, kesempatan yang sama antar anggota kelompok, dan menerapkan teori atau pengetahuan yang mereka punya. Sedangkan kekurangannya adalah membutuhkan ketrampilan “menulis”, dan memerlukan banyak waktu.

5. Panel

Metode panel adalah sebuah pembicaraan yang sudah direncanakan di depan pengunjung, dengan sebuah topik, diperlukan tiga panelis atau lebih dan seorang pemimpin. Panel digunakan jika pokok pembicaraan terlalu luas, pertimbangan untung dan rugi pemecahan masalah, dan panelis memenuhi syarat yang diajukan. Memiliki keunggulan yaitu mendapatkan hasil yang sesuai dan peserta mengemukakan dapat mengemukakan pendapat yang berbeda. Namun, panel juga memiliki kekurangan yaitu membutuhkan pimpinan yang terampil dan membutuhkan persiapan yang baik dan matang.

6. Diskusi kelompok

Metode diskusi kelompok adalah percakapan yang direncanakan/ dipersiapkan diantara tiga orang atau lebih tentang topik tertentu, dengan seorang pemimpin. Penggunaan metode ini

adalah untuk saling mengemukakan pendapat dan memperoleh pendapat dari orang-orang yang jarang berbicara.

Keunggulan dari metode ini adalah dapat dikatakan sebagai pendekatan yang demokratis, mendorong rasa persatuan dan kesatuan, dan membantu mengembangkan kepemimpinan. Kekurangannya adalah metode ini tidak bisa digunakan untuk kelompok yang besar, dikuasai oleh orang-orang yang suka berbicara, dan membutuhkan pemimpin yang terampil.

7. Role- play

Metode role- play adalah pemeranan sebuah situasi dalam hidup manusia dengan tanpa diadakan latihan, dilakukan dua orang atau lebih untuk dipakai sebagai bahan analisis oleh kelompok. Metode ini digunakan untuk mengetahui lebih banyak tentang pandangan/ pendapat didalam pemecahan masalah.

Keunggulan dari metode ini adalah membantu anggota mendalami masalah, mendapat pengalaman dari orang lain dan membangkitkan semangat untuk pemecahan masalah. Sedangkan kekurangannya adalah membutuhkan pemimpin yang terlatih dan banyak yang tidak senang memerankan sesuatu.

8. Brainstorming

Metode brainstorming adalah semacam cara pemecahan masalah di mana anggota mengusulkan dengan cepat semua kemungkinan pemecahan masalah yang terpikirkan. Tidak ada kritik, evaluasi atas pendapat-pendapat yang dilakukan kemudian. Brainstorming digunakan untuk merangsang partisipasi, mencari kemungkinan pemecahan masalah, dan membangkitkan pendapat-pendapat baru.

Keunggulannya yaitu merangsang semua anggota untuk ambil bagian, menghasilkan reaksi berantai, tidak menyita banyak waktu dan tidak memerlukan pemimpin yang hebat. Kekurangannya yaitu mudah terlepas dari kontrol, harus dilanjutkan dengan evaluasi, dan anggota cenderung mengevaluasi segera setelah satu pendapat diajukan.

9. Demonstrasi (peragaan)

Metode demonstrasi adalah penyajian secara nyata, yang disertai dengan diskusi. Metode ini bertujuan untuk mengajarkan secara nyata bagaimana melakukan atau menggunakan sesuatu, menunjukkan caracara atau teknik-teknik baru.

Keunggulan dari metode demonstrasi adalah meningkatkan kepercayaan diri, menggunakan benda nyata, peragaan dapat diulang dan langsung dicoba oleh peserta dan juga suasana menjadi santai sehingga nyaman untuk peserta. Kekurangannya adalah apabila alat yang diperagakan termasuk alat berat/ rumit hanya beberapa orang yang dapat mempraktekkannya, apabila bendanya kecil hanya dapat dilihat oleh beberapa orang serta kurang cocok untuk jumlah peserta yang besar.

10. Peninjauan Lapangan

Metode peninjauan lapangan adalah pergi ke tempat-tempat yang dianggap perlu. Dipergunakan jika peserta perlu memahami dan menghayati permasalahan secara nyata, peserta mengalami dan menghayati kegiatan nyata yang ada di masyarakat serta peserta perlu mendapatkan gambaran langsung dari kenyataan yang ada.

Memiliki keunggulan yaitu peserta dapat mengenal langsung permasalahan yang ada sehingga pemecahan masalah lebih sesuai, peserta mendapat keterangan langsung dan belajar dari hal-hal yang praktis, menimbulkan kesan yang mendalam, dan dapat mendorong tempat yang dikunjungi untuk berkembang lebih baik.

Sedangkan kekurangannya adalah memerlukan banyak waktu dan kadang-kadang lapangan yang dikunjungi merasa terganggu.

11. Debat

Metode debat adalah sebuah metode dimana pembicara dari pihak pro dan kontra untuk menyampaikan pendapat. Digunakan agar peserta dapat memilih atau mengikuti antara pro dan kontra. Debat adalah metode yang dapat meyakinkan seseorang untuk mengikuti kehendaknya.

Keunggulannya adalah dapat meyakinkan seseorang untuk mengikuti kehendaknya. Dan kekurangannya adalah apabila pembicara pintar berdiplomasi masyarakat dapat dikabulkan atau

dibohongi, membutuhkan pembicara yang terampil dan prima, serta persiapan yang matang dari pembicara.

2.2 Media Penyuluhan

Menurut Mubarak, dkk (2007), Media merupakan sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan audien (siswa) sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar atau memahami pada penerima pesan. Sedangkan menurut Notoatmodjo (2014), media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang tersedia yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik (TV, radio, komputer, dan sebagainya) dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan adanya perubahan perilaku ke arah positif atau lebih baik.

Alat peraga ini disusun berdasarkan prinsip bahwa pengetahuan yang ada pada setiap manusia diterima atau ditangkap dengan panca indera. Semakin banyak indera yang digunakan untuk menerima sesuatu maka semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian/pengetahuan yang diperoleh. Dengan perkataan lain, alat peraga ini dimaksudkan untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin kepada suatu objek sehingga mempermudah pemahaman (Notoatmodjo, 2007).

Berdasarkan media yang digunakan, menurut Notoatmodjo tahun 2010, berdasarkan cara produksinya media dikelompokkan menjadi:

1. Media cetak, yaitu suatu media statis yang mengutamakan pesan-pesan visual. Media cetak umumnya terdiri dari gambaran sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna. Adapun macam-macamnya antara lain: poster, leaflet, booklet, brosur, flipchart, sticker, pamflet, surat kabar.
2. Media elektronik, yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronik. Adapun macam-macamnya antara lain: TV, radio, film, video film, CD, VCD.
3. Media luar ruangan, yaitu suatu media yang menyampaikan pesannya diluar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis. Adapun macam-macamnya antara lain: papan reklame, spanduk, pameran, banner, TV layar lebar.

2.3 Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan merupakan khasanah kekayaan mental secara langsung atau tidak langsung turut memperkaya kehidupan kita. Setiap pengetahuan mempunyai ciri-ciri yang spesifik mengenai apa (ontologi), bagaimana (epistologi) dan untuk apa (aksiologi). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan yang dicakup mempunyai enam tingkat yaitu: 1) Tahu; 2) Memahami; 3) Aplikasi; 4) Analisis; 5) Sintesis; 6) Evaluasi (Engel, 1994).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera perasa dan peraba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh proses pembelajaran (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang faktor yang terkait atau yang dapat mempengaruhi kesehatan, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan, dan pengetahuan untuk menghindari penyakit (Notoatmodjo, 2007).

b. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan yang dicakup di dalam domain kognitif menurut Mubarak (2011) mempunyai enam tingkat yaitu :

1. Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima.

2. Memahami (Comprehension)

Kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan terhadap objek yang dipelajari.

3. Aplikasi (Application)
Kemampuan untuk menggunakan materi yang dipelajari pada suatu kondisi real (sebenarnya).
4. Analisis (Analysis)
Kemampuan untuk menjabarkan suatu materi atau objek ke dalam komponen, tapi masih dalam struktur organisasi tersebut, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
5. Sintesis (Synthesis)
Sintesis menunjukkan kepada kemampuan untuk melakukan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam batas keseluruhan yang baru.
6. Evaluasi (Evaluation)
Kemampuan untuk melakukan suatu penilaian terhadap suatu materi atau objek.

c. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan terdiri atas:

1. Faktor Internal, yang berupa:
 - 1) Pendidikan, di mana tingkat pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.
 - 2) Pekerjaan, di mana merupakan kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga.
 - 3) Umur, di mana semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam dalam berfikir dan bekerja.
2. Faktor Eksternal
 - 1) Faktor lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.
 - 2) Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

2.4 Sikap

a. Pengertian

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap juga merupakan evaluasi atau reaksi perasaan mendukung atau memihak (*favorable*) maupun perasaan tidak memihak (*unfavorable*) pada objek tertentu (Azwar, 2013). Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap terdiri dari berbagai tingkatan yaitu 1) Menerima; 2) Merespon; dan 3) Menghargai; 4) Bertanggungjawab.

Sikap merupakan predisposisi evaluatif yang banyak menentukan bagaimana individu bertindak, akan tetapi sikap dan tindakan nyata sering kali jauh berbeda. Hal ini dikarenakan tindakan nyata tidak hanya ditentukan oleh sikap semata, akan tetapi oleh berbagai faktor eksternal lainnya. Pada dasarnya sikap memang lebih bersifat pribadi, sedangkan tindakan lebih bersifat umum atau sosial, karena itu tindakan lebih peka terhadap tekanan-tekanan sosial. Sikap dan perilaku merupakan dua dimensi dalam diri individu yang berdiri sendiri, terpisah, dan berbeda. Mengetahui sikap tidak berarti dapat memprediksi perilaku. Hubungan sikap dan perilaku sangat ditentukan oleh faktor-faktor situasional tertentu (Monalisa, 2012).

Sikap bersifat relatif tetap, stabil, dan terus menerus. Suatu sikap yang sudah tumbuh dalam psikis seseorang tidak mudah akan berubah. Secara umum diketahui bahwa sikap itu terbentuk melalui pengetahuan (akal) dan pengalaman. Bahkan untuk membentuk sikap diperlukan penguatan-penguatan yang sebaiknya dilakukan. Sikap mengandung komponen efektif, sikap terbentuk dari pengalaman seseorang, bertambah dan berkembang dalam psikis yang lain, merupakan proses internal, melibatkan keseluruhan pribadi dalam menanggapi objek pada suatu situasi.

b. Tingkatan Sikap

Menurut Notoatmodjo (2012), tingkatan sikap terbagi menjadi 4 yaitu

1. Menerima (receiving)
Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan objek.
2. Merespon (responding)
Memberi jawaban bila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan atau suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, berarti bahwa orang menerima ide itu.
3. Menghargai (valuing)
Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah atau suatu indikasi sikap tingkat tiga.
4. Bertanggung jawab (responsible)
Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

c. Faktor yang Mempengaruhi Sikap

Faktor - faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap menurut (Azwar, 2013) adalah:

1. Pengalaman Pribadi
Sesuatu yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap.
2. Kebudayaan
Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan heteroseksual, sangat mungkin kita akan mempunyai sikap yang mendukung terhadap masalah kebebasan pergaulan heteroseksual.
3. Orang Lain yang Dianggap Penting
Seseorang yang kita anggap penting, seseorang yang kita harapkan persetujuannya bagi setiap gerak dan tingkah dan pendapat kita, seseorang yang tidak ingin kita kecewakan atau seseorang yang berarti khusus bagi kita, akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita

terhadap sesuatu. Diantara orang yang biasanya dianggap penting bagi individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri atau suami dan lain-lain.

4. Media Massa

Media massa sebagai sarana komunikasi. Berbagai bentuk media massa mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut.

5. Institusi atau Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Lembaga pendidikan serta lembaga agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.

6. Faktor Emosi Dalam Diri Individu

Bentuk sikap tidak semuanya ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang-kadang, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

2.5 Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Gizi pada Remaja Putri

Penelitian yang dilakukan oleh Permanasari, dkk (2021) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok perlakuan dengan rata-rata pengetahuan ($p = 0,013$), sikap ($p = 0,011$) dan keterampilan ($p = 0,032$) remaja anak perempuan dalam pencegahan anemia dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pencegahan dan pengendalian anemia pada remaja putri dapat dilakukan melalui intervensi perubahan perilaku mulai dari pemberian pedoman penatalaksanaan, mengembangkan media komunikasi, informasi dan pendidikan. Penelitian dilakukan selama 5 bulan yaitu dari bulan Maret - September 2019.

Sampel penelitian adalah peer educator ($n=10$) dan remaja putri ($n=26$) yang terdiri dari 26 kelompok intervensi dan 26 kelompok kontrol. Intervensi yang dilakukan melalui metode peer education yang kemudian

dibandingkan dengan kelompok yang tidak diperlakukan sebagai kelompok kontrol. Hal ini dikarenakan metode peer education remaja dapat berbagi informasi dengan teman-temannya dalam bahasa dan cara-cara yang lebih dapat diterima oleh remaja. Pendidikan sebaya memungkinkan remaja untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman dalam kelompok sebaya yang pada akhirnya dapat mengarah pada hasil kesehatan yang baik.

Perubahan sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui metode peer education sebagai dampak dari peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara pengetahuan dan sikap remaja terhadap anemia defisiensi besi (Shojaeizade, 2011). Peneliti berasumsi bahwa peningkatan sikap terhadap remaja putri tentang pencegahan anemia terjadi karena peningkatan pengetahuan dan dukungan dari kelompok sebayanya akan menimbulkan kesadaran dan niat untuk berperilaku sesuai dengan kelompok sebayanya.

Permanasari, dkk (2021) berpendapat bahwa peer education merupakan alat yang efektif untuk membantu remaja mengubah perilaku karena adanya dukungan melalui berbagi informasi dan sebagai support system dari teman sebaya. Peer education juga dikenal sebagai berbagi informasi dan pengalaman di antara kelompok individu yang memiliki kesamaan. Peer education bertujuan untuk membantu remaja dalam mengembangkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dibutuhkan untuk modifikasi perilaku positif melalui pencegahan dan pembentukan dukungan sosial.