

ABSTRAK

Eka Nafisatuzzahroh Maulidiyah, 2023. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *E-Booklet* Tentang Obesitas Terhadap Pengetahuan dan Sikap Gizi, serta Perilaku Makan Remaja.

Pembimbing: Dr. Etik Sulistyowati, SST., S.Gz., M.Kes. dan Dwipajati, SST., M.Gz.

Latar Belakang: Obesitas merupakan suatu keadaan terjadinya penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Obesitas pada remaja dapat terjadi karena adanya perubahan perilaku makan, sehingga banyak dijumpai remaja malnutrisi yang ringan, tapi kronis. Akibatnya, remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang kurang baik. Pentingnya edukasi kesehatan secara *continue* kepada siswa khususnya tentang obesitas. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan mengadakan edukasi gizi ke remaja. Dalam hal ini, penggunaan media dalam edukasi memiliki peranan penting dalam membantu *audiences* memahami materi yang sedang dijelaskan, sehingga terlaksana edukasi gizi yang efektif.

Tujuan: Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* tentang obesitas terhadap pengetahuan gizi, sikap gizi, perilaku makan, dan berat badan remaja.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Experiment* untuk mengetahui kemungkinan hubungan sebab akibat dengan cara mengenakan intervensi dan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol yang tidak diberi intervensi. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan rancangan *nonrandomized pre and post test control group design*.

Hasil: Menunjukkan ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* tentang obesitas terhadap pengetahuan gizi dengan nilai $p = 0,001$, sikap gizi dengan nilai $p = 0,018$, dan asupan energi dengan nilai $p = 0,025$. Tidak ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* tentang obesitas terhadap asupan protein dengan nilai $p = 0,246$, asupan lemak dengan nilai $p = 0,052$, asupan karbohidrat dengan nilai $p = 0,167$, asupan serat dengan nilai $p = 0,103$, dan berat badan dengan nilai $p = 0,400$.

Simpulan: Pemberian edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* tentang obesitas berpengaruh positif terhadap pengetahuan gizi, sikap gizi, dan asupan energi, serta berpengaruh negatif terhadap asupan protein, lemak, karbohidrat, serat, dan berat badan.

Kata Kunci: Edukasi gizi, obesitas, pengetahuan gizi, sikap gizi, perilaku makan.