

ABSTRAK

DANANTA WAHYU RAMADHAN, 2024 Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Obesitas Tentang Aktivitas Fisik dengan Aplikasi Simak Gizi di SMPN 1 Kota Malang. Bastianus Doddy Riyadi, SKM., MM.

Masalah obesitas banyak dialami oleh beberapa golongan masyarakat salah satunya remaja. Jawa Timur termasuk dalam provinsi ke-7 di Indonesia. Prevalensi obesitas melebihi angka nasional sebesar 1,6%, sedangkan di Jawa Timur sebesar 2%. Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2015, jumlah penderita overweight dan obesitas pada usia diatas 15 tahun di Kota Malang sebanyak 39,95%. Obesitas ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan terkait aktivitas fisik pada remaja. Rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor utama yang mempengaruhi obesitas. Tingkat pengetahuan gizi remaja merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja. Hal ini ditandai dengan hasil *pre-test* yang menunjukkan skor rata-rata sebesar 70,97 yang sebagian remaja sisanya memiliki tingkat pengetahuan yang rendah. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dapat memberikan edukasi di era digitalisasi ini dengan menggunakan aplikasi Simak Gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media aplikasi pada remaja obesitas di SMPN 1 Malang. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post- test design*. Besar sampel menggunakan rumus Slovin sehingga didapatkan jumlah sampel minimal sebanyak 31 siswa. Pengetahuan yang diukur menggunakan kuisisioner dalam bentuk pertanyaan pilihan ganda. Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi Simak Gizi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan pada remaja obesitas sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi Simak Gizi dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan remaja obesitas sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi Simak Gizi yang mengalami kenaikan rata-rata dari 70,97 menjadi 90,97.

Kata kunci : Obesitas, Remaja, Tingkat Pengetahuan, Aplikasi Simak Gizi