

ABSTRAK

SHOFIYYATUL MULABBIYAH, 2024. Pengaruh Penyuluhan dengan Video Gizi Seimbang terhadap Tingkat Pengetahuan, Pola Makan, dan Tingkat Konsumsi Energi dan Zat Gizi Anak Usia Sekolah SD Alam Ar-Rohmah Kabupaten Malang. Pembimbing: Ibnu Fajar, SKM., M.Kes., RD. dan Ir. Astutik Pudjirahaju, M.Si.

Prevalensi anak usia sekolah yakni 5-12 tahun pada tahun 2018 yang tergolong kurus (IMT/U) sebanyak 9,2% (sangat kurus 2,4% dan kurus 6,8%), anak dengan tubuh pendek sebanyak 23,6% (sangat pendek 6,7% dan pendek 16,9%). Hasil studi pendahuluan dilakukannya pada anak kelas V SD Alam Ar-Rohmah ditemukan bahwa 6 dari 10 siswa mempunyai pengetahuan yang kurang mengenai gizi seimbang. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media video gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan, pola makan, dan tingkat konsumsi energi dan zat gizi anak usia sekolah SD Alam Ar-Rohmah Kabupaten Malang. Metode penelitian menggunakan *penelitian Pre-eksperiment* dengan menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Variabel bebas dari penelitian ini adalah penyuluhan gizi seimbang dengan media video dan variabel terikatnya adalah tingkat pengetahuan, pola makan dan Tingkat konsumsi energi dan zat gizi anak usia sekolah. Penelitian ini dilaksanakan di kelas V SD Alam Ar-Rohmah Kabupaten Malang pada bulan Juni 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V sebanyak 51 siswa SD Alam Ar-Rohmah Malang, kemudian didapatkan 40 sampel dari jumlah populasi yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan gizi seimbang dengan media video lebih efektif meningkatkan tingkat pengetahuan ($p = 0,001$), pola makan pada kelompok bahan pangan hewani ($p = 0,001$), minyak/lemak ($p = 0,05$) dan kacang-kacangan ($p = 0,037$) serta tingkat konsumsi energi ($p = 0,001$), lemak ($p = 0,040$), karbohidrat ($p = 0,001$), zat besi ($p = 0,01$) dan vitamin C ($p = 0,005$). Penyuluhan gizi seimbang dengan media video tidak efektif dalam meningkatkan pola makan kelompok pangan padi-padian ($p = 0,089$), umbi-umbian ($p = 0,098$), buah biji/minyak ($p = 0,72$), gula ($p = 0,49$), sayur dan buah ($p = 0,157$) serta pangan lain-lain ($p = 0,533$) dan Tingkat konsumsi protein ($p = 0,701$).

KATA KUNCI: Penyuluhan Gizi, Pengetahuan, Pola Makan, Tingkat Konsumsi