

ABSTRAK

Nafisah, Neneng Sayidah. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Siswi Madrasah Tsanawiyah Terpadu Albidayah Cangkorah Kabupaten Bandung Barat. Skripsi. Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing : Nitta Isdiany, M. Kes, RD.

Pada umumnya remaja putri mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam makanannya karena kebiasaan makanan yang tidak sehat. Kebiasaan makan remaja yang kurang baik bermula pada kebiasaan makan keluarga yang juga kurang baik dan telah menjadi kebiasaan sejak kecil dan akan terus terjadi pada usia remaja. Kecenderungan seseorang dalam berperilaku hidup sehat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan sikap yang akan berakhir pada perilaku hidup sehat. Hal ini menunjukkan pentingnya diberikan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga mampu merubah sikap dalam memilih makanan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *food sample* Isi Piringku terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi pada siswi kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Albidayah Cangkorah. Penyuluhan gizi menggunakan *food sample* isi piringku dilakukan sebanyak 2 kali. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan *pre-experimental design*. Jumlah sampel sebanyak 25 orang yang diambil menggunakan teknik *non-probability sampling* secara *purposive sampling*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *Dependent Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan menggunakan *food sample* isi piringku terhadap pengetahuan ($p=0,000$) dan sikap tentang gizi ($p=0,000$) pada remaja putri. Media *Food sample* isi piringku dapat digunakan sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang gizi pada remaja putri.

Kata Kunci : Penyuluhan Gizi, Food Sample, Pengetahuan Gizi, Sikap Tentang Gizi