

## ABSTRAK

**Tenissa, Hingis. 2020. Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Aplikasi Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Dewasa Awal Di SMAN 6 Bandung. Skripsi. Program Studi Diploma 4 Jurusan Gizi. Poltekkes Kemenkes Bandung.  
Pembimbing: Dr.Ir. Osman Syarief, MKM**

Kebiasaan makan dan perilaku makan merupakan faktor yang dapat dipengaruhi oleh pengetahuan gizi. Sehingga saat pemenuhan gizi seimbang tak tercapai, masyarakat yang mampu juga bisa mengalami kekurangan ataupun kelebihan gizi. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi dengan menggunakan aplikasi gizi seimbang terhadap pengetahuan dan sikap pada dewasa awal di SMAN 6 Bandung. Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan *Control Group Pre-test Post-test Design* yang dilaksanakan pada bulan Februari 2020 di SMAN 6 Bandung. Populasi pada penelitian ini adalah dewasa awal yang sudah berumur 18 tahun sebanyak 40 yang diambil secara *purposive sampling* dan terbagi dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi adalah 44,25 dan setelah intervensi menjadi 74,00. Rata-rata skor sikap sebelum intervensi adalah 76,75 dan setelah intervensi menjadi 83,65. Hasil uji *Wilcoxon* dan *Dependent t-test* menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok dengan pengetahuan (nilai  $p=0,000$  dan  $0,000$ ) dan sikap (nilai  $p=0,008$  dan  $0,003$ ). Hasil uji *Independent t-test* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan pendidikan gizi terhadap pengetahuan (nilai  $p=0,215$ ) dan tidak terdapat perbedaan pendidikan gizi terhadap sikap (nilai  $p=0,632$ ). Dapat disimpulkan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap pada dewasa awal. Perlu diadakan penyuluhan Perlu adanya pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang di SMAN 6 Bandung dengan aplikasi gizi seimbang.

**Kata kunci: Pendidikan Gizi, Aplikasi Gizi Seimbang, Pengetahuan Gizi, Sikap**