

ABSTRAK

Ridwani, Nadya Putri. Pengaruh Pendidikan Gizi Seimbang Melalui Media Sosial Instagram Terhadap Pengetahuan dan Perilaku siswa SMAN 13 Bandung. Skripsi. Program Studi Gizi Dan Dietitika Program Sarjana Terapan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing : Dr. Ir. MF. Aryani Sudja, MKM

Masalah gizi seperti gizi kurang dan obesitas masih banyak dialami oleh remaja. Faktor yang mempengaruhi hal tersebut adalah pengetahuan gizi yang rendah sehingga kebiasaan makan menjadi menyimpang. Pendidikan gizi melalui media dapat disampaikan lebih menarik dan mudah dipahami. Media sosial merupakan salah satu media informasi yang sering diakses oleh remaja. Salah satu media sosial adalah instagram. Oleh karena itu media sosial instagram berpotensi digunakan dalam pendidikan gizi seimbang untuk mengubah pengetahuan dan perilaku siswa SMA. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi seimbang melalui media sosial instagram terhadap pengetahuan dan perilaku siswa SMA, yang dilakukan pada Siswa kelas XI SMA di Bandung. Intervensi dilakukan 2 bulan (Maret-April 2020). *Design* penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperiment*, yaitu *one group design with pre- test and post-test*. Jumlah sampel yang diperoleh 38 sampel dengan cara *purposive sampling*. Hasil penelitian untuk perubahan pengetahuan dari 65.4 menjadi 82.9 dengan nilai $p=0.000$ dan perubahan perilaku dari 43.6 menjadi 45.9 dengan nilai $p=0.006$. Kesimpulan ada pengaruh pendidikan gizi seimbang melalui media sosial instagram terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku pada siswa SMA. Secara statistik perubahan tersebut bermakna. Saran: Pendidikan mengenai gizi seimbang melalui media sosial instagram perlu penambahan waktu sehingga upaya perubahan perilaku dapat lebih optimal.

Kata Kunci : Instagram , Media Sosial, Pendidikan Gizi Seimbang, Pengetahuan, Perilaku