



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN *E-BOOKLET*  
TERHADAP PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR  
PADA MAHASISWA NON KESEHATAN DI ASRAMA  
PUTRI UNIVERSITAS ANDALAS KOTA PADANG  
TAHUN 2023**

**Oleh:**

**SALSABILA NURUL AFIFAH**

**1811223002**

**Pembimbing I : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM**

**Pembimbing II : Dr. Frima Elda, SKM, MKM**

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG**

**2023**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juli 2023**

**SALSABILA NURUL AFIFAH, No.BP.1811223002**

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN *E-BOOKLET* TERHADAP PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR PADA MAHASISWA NON KESEHATAN DI ASRAMA PUTRI UNIVERSITAS ANDALAS KOTA PADANG TAHUN 2023**

**x + 98 halaman, 26 tabel, 4 gambar, 13 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Permasalahan perilaku konsumsi remaja adalah kurangnya konsumsi buah dan sayur. Pemberian edukasi menjadi strategi yang tepat untuk meningkatkan perilaku konsumsi sayur dan buah pada remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan e-booklet terhadap perilaku konsumsi buah dan sayur pada mahasiswa non kesehatan di Asrama Putri Universitas Andalas Kota Padang.

**Metode**

Jenis penelitian yaitu quasi eksperimen pre-test and post-test with control group. Penelitian dilaksanakan di Asrama Putri Universitas Andalas Kota Padang dari bulan Oktober–April 2023. Sampel berjumlah 30 responden untuk setiap kelompok yang diambil dengan teknik Purposive Sampling. Analisis data menggunakan Paired Sample t-test dan Independen Sample t-test.

**Hasil**

Terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan, sikap, dan perilaku mahasiswa asrama sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi ( $p\text{-value}=0,001$ ), namun pada tindakan tidak terdapat perbedaan rata-rata mahasiswa asrama sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi ( $p\text{-value}=0,156$ ). Tidak terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan, sikap, tindakan, dan perilaku mahasiswa asrama sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok kontrol ( $p\text{-value}>0,05$ ). Terdapat perbedaan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku antara kelompok intervensi dengan kontrol ( $p\text{-value}=0,001$ ), namun pada tindakan tidak terdapat perbedaan skor mahasiswa asrama antara kelompok intervensi dengan kontrol ( $p\text{-value}=0,275$ ).

**Kesimpulan**

Pemberian edukasi menggunakan media e-booklet berpengaruh terhadap perubahan perilaku pada mahasiswa asrama non kesehatan tentang konsumsi sayur dan buah. Diharapkan kepada pihak kampus dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah pada remaja.

**Daftar Pustaka** : 78 (2007–2023)

**Kata Kunci** : konsumsi sayur dan buah, *e-booklet*, edukasi, pengetahuan, sikap, tindakan, perilaku

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, July 2023  
SALSABILA NURUL AFIFAH, No. BP. 1811223002**

**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING E-BOOKLETS ON FRUIT AND  
VEGETABLE CONSUMPTION BEHAVIOR IN NON-HEALTH STUDENTS AT THE  
FEMALE DORMITORY OF ANDALAS UNIVERSITY IN PADANG CITY IN 2023**  
**x + 98 pages, 26 tables, 4 pictures, 13 appendices**

**ABSTRACT**

**Research purposes**

The problem of adolescent consumption behavior is the lack of fruit and vegetable consumption. Providing education is the right strategy to improve the behavior of vegetable and fruit consumption in adolescents. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education using e-booklets on fruit and vegetable consumption behavior in non-health students at the Girls' Dormitory of Andalas University, Padang City.

**Method**

The type of research is quasi-experimental pre-test and post-test with control group. The research was conducted at the Girls Dormitory of Andalas University in Padang City from October–April 2023. A sample of 30 respondents for each group taken by Purposive Sampling technique. Data analysis using Paired Sample t-Test and Independent Sample t-test.

**Result**

There were differences in the average knowledge, attitudes, and behavior of dormitory students before and after education in the intervention group ( $p\text{-value}=0,001$ ), but in action there was no difference in the average dormitory students before and after education in the intervention group ( $p\text{-value}=0,156$ ). There was no difference in the average knowledge, attitudes, actions, and behavior of dormitory students before and after education in the control group ( $p\text{-value}>0.05$ ). There were differences in knowledge, attitude, and behavior scores between the intervention and control groups ( $p\text{-value}=0,001$ ), but in action there was no difference in boarding student scores between the intervention and control groups ( $p\text{-value}=0,275$ ).

**Conclusion**

Providing education using e-booklet media has an effect on changing behavior in non-health dormitory students about vegetable and fruit consumption. It is hoped that the campus can cooperate with health workers regarding the importance of vegetable and fruit consumption in adolescents.

**Bibliography** : 78 (2007–2023)

**Keywords** : vegetable and fruit consumption, e-booklet, education, knowledge, attitudes, actions, behaviors