



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE VIDEO DAN *BOOKLET*  
TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR  
PADA SISWA MTSN 1 KOTA PADANG TAHUN 2018**

**Oleh :**

**NOVELINDA RAHMAYANTI**

**No. BP. 1411212002**

**Pembimbing 1 : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM**

**Pembimbing 2 : Dr. Helmizar, SKM, M.Biomed**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG, 2018**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Juni 2018**

**NOVELINDA RAHMAYANTI, No. BP. 1411212002**

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN METODE VIDEO DAN BOOKLET  
TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU KONSUMSI BUAH DAN SAYUR  
PADA SISWA MTSN 1 KOTA PADANG TAHUN 2018**

**xii + 88 halaman, 11 tabel, 7 gambar, 9 lampiran**

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Buah dan sayur merupakan sumber pangan yang bermanfaat dan berperan esensial bagi tubuh. Konsumsi buah dan sayur remaja berada dibawah konsumsi yang dianjurkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan metode video dan booklet terhadap perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa MTsN 1 Kota Padang tahun 2018

**Metode**

Penelitian ini merupakan studi *quasy experimental* (eksperimen semu). Sampel adalah siswa MTsN 1 Padang kelas 7 dan 8 masing-masing 39 siswa setiap kelompok intervensi dan kontrol. Metode intervensi adalah metode video dan booklet. Intervensi dilakukan dua kali dengan rentang waktu dua minggu. Analisa univariat dan bivariat menggunakan SPSS dengan tingkat kepercayaan 95%.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan dan perubahan skor pengetahuan, sikap dan tindakan setelah edukasi gizi menggunakan media video dan booklet. Terdapat perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur setelah mendapatkan edukasi gizi menggunakan metode video dan booklet dengan perolehan *p-value* < 0,001. Metode video lebih efektif dibandingkan metode booklet dilihat dari hasil perolehan *p-value* < 0,001.

**Kesimpulan**

Ada pengaruh edukasi gizi dengan metode video dan booklet berpengaruh terhadap perubahan perilaku konsumsi buah dan sayur pada siswa MTsN 1 Kota Padang tahun 2018. Edukasi gizi dengan metode video lebih efektif dibandingkan metode booklet. Diharapkan berbagai media bisa diterapkan sebagai sarana edukasi gizi terutama media video sebagai edukasi konsumsi buah dan sayur.

**Daftar Pustaka** : 41 (1994 – 2016)

**Kata Kunci** : Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur, Remaja, Edukasi Gizi

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, June 2018  
NOVELINDA RAHMAYANTI, No. BP. 1411212002**

**THE INFLUENCE OF VIDEO AND BOOKLET NUTRITIONAL  
EDUCATION METHOD TO CHANGES IN FRUITS AND VEGETABLES  
CONSUMPTION BEHAVIOR ON STUDENT OF MTSN 1 PADANG YEAR  
2018**

**Xii + 88 pages, 11 tables, 7 pictures, 9 attachments**

**ABSTRACT**

**Objectives**

Fruits and vegetables are beneficial source of food and have essential role for body. Fruits and vegetables consumption of teenager is below suggested consumption. This research aims to know the influence of fruits and vegetables consumption behavior on student of MTsN 1 Padang on year 2018.

**Method**

This research is quasi experimental study. The sample are student of class 7 and 8 in MTsN 1 Padang with 39 student each intervention and control group. The intervention method is video and booklet method. The intervention is done twice in range of two week. The analysis is done by univariate and bivariate method with SPSS with 95% degree of trust.

**Result**

The result of research shows increases and changes on knowledge, behavior and action score after nutritional education using video and booklet method. There is change in fruits and vegetables consumption behavior after given nutritional education using video and booklet method with p-value  $< 0.001$ . Video method is more effective than booklet method as seen in p-value  $< 0.001$  result.

**Conclusion**

There is influence in nutritional education with video and booklet method to fruits and vegetables consumption behavior to student of MTsN 1 Padang on year 2018. Nutritional education with video method is more effective than booklet method. We suggest to implement various of media as nutritional education medium especially on video media as fruits and vegetables consumption education.

**References** : 41 (1994 – 2016)

**Key Words** : Fruits and Vegetables Consumption Behavior, Teenager, Nutritional Education