



UNIVERSITAS ANDALAS

**PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN METODE *PROBLEM
BASED LEARNING (PBL)* TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN OBESITAS PADA REMAJA DI
MAN KOTA SOLOK TAHUN 2024**

Oleh:

RAHMA WALFADHILA

2211226006

Pembimbing 1: Resmiati, S.K.M., MKM

Pembimbing 2: Dr. Denas Symond, MCN

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2024

RAHMA WALFADHILA, No. BP. 2211226006

PENGARUH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN METODE *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU UPAYA PENCEGAHAN OBESITAS PADA REMAJA DI MAN KOTA SOLOK TAHUN 2024

xi + 92 halaman, 27 tabel, 4 bagan, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Peningkatan prevalensi kejadian obesitas tertinggi di Indonesia terjadi pada kelompok usia remaja. Salah satu penyebab obesitas adalah karena perilaku serta aktivitas fisik yang kurang. Upaya dalam mengatasi permasalahan obesitas pada remaja adalah dengan memberikan edukasi, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) terhadap perubahan perilaku sebagai upaya pencegahan obesitas pada remaja di MAN Kota Solok.

Metode

Jenis penelitian ini adalah *quasy eksperiment pretest-posttest with kontrol group design*. Penelitian ini dilakukan di MAN Kota Solok pada bulan Oktober 2023 sampai dengan Mei 2024. Sampel terdiri dari 35 orang siswa untuk setiap kelompok dengan menggunakan teknik *puposive sampling*. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Paired Sample T-Test* dan *Independent Sample T-Test*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi rerata skor pengetahuan 10,63, skor sikap 32,46 dan skor tindakan 8,74 sedangkan sesudah edukasi rerata skor pengetahuan 14,74, skor sikap 42,89 dan skor tindakan 12,51 pada kelompok intervensi. Hasil uji statistik diperoleh adanya perbedaan rerata skor pengetahuan, sikap dan tindakan (*p-value* 0,001) pada kelompok intervensi. Terdapat perbedaan pengetahuan, sikap dan tindakan (*p-value* 0,001), yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol.

Kesimpulan

Pemberian edukasi menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL) berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan upaya dalam pencegahan obesitas pada remaja.

Daftar Pustaka : 84 (1990-2023)

Kata Kunci : gizi seimbang, pengetahuan, sikap, tindakan, remaja

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Undergraduate Thesis, July 2024

RAHMA WALFADHILA, No. BP. 2211226006

THE INFLUENCE OF NUTRITIONAL EDUCATION USING THE *PROBLEM BASED LEARNING* (PBL) METHOD ON BEHAVIORAL CHANGES IN OBESITY PREVENTION EFFORTS IN TEENAGERS IN MAN KOTA SOLOK IN 2024

xi + 92 pages, 27 tabels, 4 chart, 8 attachments

ABSTRACT

Objectives

The highest increase in the prevalence of obesity in Indonesia occurred in the adolescent age group. One of the causes of obesity is lack of behavior and physical activity. Efforts to overcome the problem of obesity in adolescents are by providing education. The aim of research II is to determine the effect of nutrition education using the *Problem Based Learning* (PBL) method on behavior change as an effort to prevent obesity in adolescents in MAN Solok City.

Methods

This type of research is a *quasi-experimental pretest-posttest with kontrol group design*. This research was conducted at MAN Solok City from October 2023 to May 2024. The sample consisted of 35 students for each group using a purposive sampling technique. The data analysis used in this research is the *Paired Sample T-Test* and *Independent Sample T-Test*

Results

The research results showed that before education the average knowledge score was 13.31, attitude score 51.34 and action score 12.26, while after education the average knowledge score was 15.37, attitude score 56.91 and action score 14.80 in the intervention group. The results of statistical tests showed that there were differences in the mean scores of knowledge, attitudes and actions (p-value 0.000) in the intervention group. There were significant differences in knowledge, attitudes and actions (p-value 0.001) between the intervention and control groups.

Conclusion

Providing education using the *Problem Based Learning* (PBL) method has an effect on increasing knowledge, attitudes and actions in preventing obesity in adolescents

References : 84 (1990-2023)

Keywords : balanced nutrition, knowledge, attitude, action, teenager