

ABSTRAK

Lusianah : Perbedaan Pengetahuan dan Asupan Zat Gizi (Protein, Lemak dan Karbohidrat) Remaja Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Gizi Remaja di SMPN 1 Wagir Kabupaten Malang. Dibawah Bimbingan, **Ir. AAG Anom Aswin, MPS**

Masalah kesehatan usia remaja merupakan salah satu masalah penting dalam siklus kehidupan. Perilaku hidup sehat sejak usia dini merupakan salah satu upaya yang cukup penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas di masa yang akan datang. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan penyuluhan tentang pentingnya Gizi Remaja di kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Pengetahuan dan Asupan Zat Gizi (Protein, Lemak dan Karbohidrat) Remaja Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Gizi Remaja di SMPN 1 Wagir Kabupaten Malang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pra-Eksperimental dengan menggunakan rancangan *One Group Pre test – Pos test Design* yang hanya menggunakan kelompok eksperimen saja, tanpa kelompok kontrol (pembanding) sampel subjek dipilih seadanya.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada tingkat pengetahuan siswa SMPN 1 Wagir setelah diberikan penyuluhan menggunakan media power point dan poster, siswa yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik meningkat menjadi 51 responden atau 86,4%, pada kategori cukup mengalami penurunan yaitu sebanyak 1 responden atau 1,7%, dan pada kategori kurang juga mengalami penurunan yaitu menjadi 7 responden atau 11,9%.

Saran dari penelitian ini ialah sebaiknya bagi penelitian selanjutnya untuk lebih memperpanjang waktu penelitian, dikarena setelah dilakukan penelitian selama 1 bulan masih belum bisa merubah tingkat konsumsi responden.

Kata Kunci : Penyuluhan Gizi, Tingkat Pengetahuan, Tingkat Asupan Zat Gizi (Protein, Lemak dan Karbohidrat).