

ABSTRAK

Kamilatur Rohmah, 2025. Perbedaan Pengetahuan, Sikap, dan Pola Makan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan menggunakan Media Aplikasi *Vitanutrihealth* pada Remaja *Overweight* di SMA Negeri 2 Malang. Pembimbing: I Nengah Tanu Komalyna dan B. Doddy Riyadi.

Latar Belakang: Gizi lebih pada remaja perlu mendapat perhatian karena dapat menyebabkan gangguan pada fungsi tubuh remaja yang cenderung berlanjut hingga dewasa dan lansia. Kelebihan berat badan pada remaja dapat disebabkan oleh ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran energi, riwayat pola makan yang berkalori tinggi, dan kurangnya pengetahuan tentang gizi. Teknologi kesehatan digital berpotensi menjadi sumber pembelajaran bagi remaja dan mempunyai pengaruh penting terhadap pengetahuan dan perilaku remaja. Penyuluhan gizi menggunakan media aplikasi dapat menjadi sarana untuk mengembangkan pengetahuan dan memperkuat perilaku sehat, terutama bagi remaja yang kelebihan berat badan. **Tujuan:** Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap, dan pola makan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media aplikasi *vitanutrihealth* pada remaja *overweight* di SMA Negeri 2 Malang. **Metode:** Metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *pre-experimental* dengan rancangan *one group pre-test post-test*. Teknik pengambilan sample menggunakan *purposive sampling* dan diperoleh sebanyak 38 sample. Variabel dependen adalah pengetahuan, sikap dan pola makan. Sedangkan variabel independen yaitu penyuluhan gizi menggunakan media aplikasi *vitanutrihealth*. Uji statistik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan uji *paired sample t-test* karena data berdistribusi normal, sedangkan pola makan remaja menggunakan uji *Wilcoxon signed tes*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan remaja sebelum penyuluhan 60,53 termasuk dalam kategori cukup, setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 81,32 termasuk kategori baik. Rerata sikap remaja sebelum penyuluhan yaitu 26,84 termasuk kategori sikap tidak mendukung, setelah penyuluhan meningkat menjadi 28,82 termasuk kategori sikap mendukung. Rerata pola makan remaja sebelum penyuluhan yaitu 348,4 termasuk kategori kurang beragam, setelah penyuluhan meningkat menjadi 559,7 termasuk kategori pola makan beragam. Selain itu, terdapat perbedaan pengetahuan, sikap, dan pola makan antara sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan menggunakan media aplikasi *vitanutrihealth* ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan menggunakan media aplikasi *vitanutrihealth* terhadap pengetahuan, sikap, dan pola makan remaja *overweight*.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Pola Makan, Remaja *Overweight*