

LITERATURE REVIEW

EFEKTIVITAS PENYULUHAN GIZI MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA

Heida Yuliana Prabowo, Nur Hidayat, Rina Oktasari

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: heidayuliana20@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Menurut data Riskesdas 2018 secara nasional proporsi konsumsi sayur dan buah kurang dari 5 porsi pada penduduk usia 5 tahun ke atas tahun 2018 sebanyak 95,5%. Kurangnya konsumsi sayur dan buah pada remaja ini bisa disebabkan karena kurangnya pengetahuan akan pentingnya konsumsi sayur dan buah. Maka penting untuk menanamkan kebiasaan konsumsi sayur dan buah pada remaja yaitu dengan melakukan penyuluhan. Proses penyuluhan dapat dibantu dengan media untuk memudahkan penyampaian materi, salah satunya adalah media leaflet. **Tujuan:** Mengetahui efektivitas penyuluhan menggunakan media leaflet untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah pada remaja. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian studi literature review. Pencarian artikel menggunakan Google Scholar untuk menemukan artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dilakukan review. **Hasil:** Terdapat 5 jurnal hasil penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kelima jurnal penelitian tersebut merupakan penelitian eksperimen semua dengan rancangan *pre test post test with one control group design*. Secara uji univariat kelima jurnal tersebut menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan responden meningkat sesudah diberi penyuluhan menggunakan media leaflet daripada sebelum diberi penyuluhan. Meskipun uji statistik yang digunakan kelima jurnal tersebut berbeda-beda pada uji bivariatnya, terdapat 3 dari 5 jurnal yang menunjukkan ada perbedaan signifikan pada pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberi penyuluhan menggunakan leaflet. **Kesimpulan:** Penyuluhan menggunakan media leaflet efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah .

Kata Kunci: Konsumsi Sayur dan Buah, Penyuluhan Gizi, Leaflet, Pengetahuan

LITERATURE REVIEW

THE EFFECTIVENESS OF NUTRITION EDUCATION USING LEAFLET TO INCREASE KNOWLEDGE IN ADOLESCENTS

Heida Yuliana Prabowo, Nur Hidayat, Rina Oktasari

Jurusani Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email: heidayuliana20@gmail.com

ABSTRACT

Background: Based on Riskesdas 2018 nationally the proportion of fruit and vegetable consumption which less than 5 portion on 5 years old above in 2018 are 95,5%. Lack of fruit and vegetable consumption in adolescents can be caused by lack of knowledge of the importance of fruit and vegetable consumption. So, it's important to plant the fruit and vegetable consumption habits in adolescents by doing a nutrition education. The nutrition education can be helped by using a media, the example ones is leaflet. **Objective:** To know the effectiveness of nutrition education using leaflet to increase knowledge about the importance of fruit and vegetable consumption in adolescents. **Methods:** The research is a literature review study. Search the literature was using Google Scholar to find articles that correspond to the inclusion and exclusion criteria. **Result:** There are 5 journal researchs that correspond to the inclusion and exclusion criteria. Those 5 journal researchs was an experimental research with pre test post test with one control group design. By univariat test, those 5 journal researchs showed that the average knowledge of respondents increased after being given nutrition education than before being given nutrition education. Although the statistical test used by those five journals were different, there are 3 of 5 journals showed that there is a significant difference in the respondent's knowledge before and after being educated using leaflet. **Conclusion:** The nutrition education using leaflet was effective to increase in adolescent's knowledge about the importance of fruit and vegetable consumption

Keywords: Fruit and vegetable consumption, Nutrition education, Leaflet, Knowledge