

## ABSTRAK

Edukasi gizi adalah cara pembelajaran yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja terhadap gizi. Semakin tinggi pengetahuan gizi semakin besar pengaruh terhadap perilaku konsumsi makanan. Edukasi tersebut dapat digunakan sebagai upaya menanggulangi atau mencegah kejadian obesitas dengan cara meningkatkan pengetahuan gizi pada remaja obesitas dengan memberikan pendidikan berupa penyuluhan gizi yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui media whatsapp group terhadap tingkat pengetahuan gizi dan asupan zat gizi remaja obesitas di Desa Pabean Rt.25 Rw.05 Kecamatan Sedati Sidoarjo.

Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimental dengan rancang bangun *control group design with pre-test and post-test*. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 66 remaja obesitas. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, kelompok intervensi mendapatkan edukasi sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan edukasi. Analisis uji yang digunakan adalah uji *Paired T-test* dan *Independent T-test* dengan tingkat signifikan  $\alpha = 0,05$ . Hasil analisis penelitian ini pada kelompok intervensi pada tingkat pengetahuan terdapat peningkatan pada *pre-test* dan *post-test* dengan kategori baik sebanyak 7 responden menjadi 29 responden, untuk asupan zat gizi sendiri terdapat penurunan pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat peningkatan pada *pre-test* dan *post-test* dengan dengan kategori baik sebanyak 2 responden menjadi 1 responden beserta asupan zat gizinya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui *platform Whatsaap Group* mampu memberikan perbedaan yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan asupan zat gizi makro. Diharapkan adanya peneliti ini lebih mendalam terkait media penyuluhan lainnya dalam meningkatkan tingkat pengetahuan.

**Kata Kunci : Obesitas, WhatsApp Group, Pengetahuan gizi, Asupan Zat Gizi Makro.**