

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

ABSTRAK

Sri Restutik

**PENGARUH PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN PADA ANAK
USIA 12-14 TAHUN TERHADAP PENGETAHUAN POLA MAKAN
SEHAT DI MTs NURUL HUDA DEMPET**

50 hal + 10 tabel + 3 gambar

Latar Belakang: Masa remaja adalah masa mencari identitas diri, keinginan untuk dapat diterima oleh teman sebaya dan mulai tertarik oleh lawan jenis dengan cara menjaga penampilan dan terlihat langsing (putri), untuk mempertahankan bentuk tubuh ideal bisa terlihat langsing, salah satu yang dilakukan melakukan pemilihan bahan makanan/mengurangi frekuensi makan/diet yang berlebihan menghindari sarapan dan makan siang/hanya makan sekali sehari (pola makan tidak sehat) yang nantinya akan timbul penyakit . Pola makan tidak sehat dapat diatasi dengan cara memberikan pendidikan kesehatan pengetahuan pola makan sehat dengan baik dan terstruktur.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif *pre eksperiment* dengan *one-group pretest-posttest design*. Pengumpulan data dilakukan dengan angket dan lembar kuesioner. Jumlah responden sebanyak 150 dengan teknik *random sampling*. Data yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil: Berdasarkan hasil analisa diperoleh bahwa dilihat dari segi usia rata-rata responden berada pada usia remaja awal (11-14 tahun). Sebagian besar responden aktif dalam mengikuti pendidikan kesehatan. Tingkat pengetahuan pola makan sehat sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar berada pada tingkat pengetahuan rendah dan setelah diberikan berada pada tingkat pengetahuan tinggi.

Simpulan: Pemberian pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan pola makan sehat pada anak usia 12-14 tahun di MTs Nurul Huda Dempet (*p value < 0,05*).

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Remaja, Pengetahuan Pola Makan Sehat

Daftar Pustaka: 52 (1980-2014)

**UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCE
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Scription, October 2014**

ABSTRACT

Sri Restutik

THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION IN CHILDREN AGED 12-14 YEARS OF KNOWLEDGE IN HEALTHY DRET MTs NURUL HUDA DEMPET

50 Pages + 10 Tables + 3 picture

Background: Adolescence is the search for identity, desire to be accepted by pers and became interested in the opposite sex in a way to maintain the appearance and look slim (girls), to maintain an ideal body shape can look slim, the one that made an election groceries/reduce the frequency of eating/diet to avoid excessive breakfast and lunch/eat only once a day (unhealthy diet) which will arise illness. Unhealthy eating patterns can be overcome by providing health education knowledge of healthy eating and well structured.

Method: This research is a quantitative study of pre experiment with a one-group pretest-posttest design. A survey conducted by data collection and questioner sheet. The number of respondents was 150 with a random sampling technique. The data are treated statistically using the wilcoxon test.

Result: Base on the analysis results showed that in terms of the average age of respondents was in the early teens (11-14 years). Most of the respondents were active in participating in health education. The level of knowledge of the healthy eating before given health education are mostly located in the lower level of knowledge and after being given the high level of knowledge.

Conclusion: Provision of health education effect knowledge of healthy eating patterns in children ages 12-14 years at MTs Nurul Huda Dempet (p value < 0,05).

Keywords: Health Education, Youth, Healthy Eating Knowledge