

ABSTRAK

Christy Amanda Leriska Sitorus : Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media *Articulate Storyline 3* Terhadap Pengetahuan Pedoman Gizi Seimbang Remaja di SMA Negeri 14 Medan. 2026.

Masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan manusia untuk beranjak dari anak-anak menuju dewasa. Salah satu permasalahan kesehatan Indonesia adalah permasalahan gizi pada remaja. Permasalahan tersebut merupakan permasalahan gizi ganda (*double burden*) yakni gizi kurang dan gizi lebih. Masalah ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan yang mempengaruhi asupan dan kebutuhan gizi remaja sehingga masa remaja menjadi masa yang rentan terhadap gizi. Kurangnya pengetahuan gizi dapat mempengaruhi status gizi, sikap dan perilaku seseorang dalam memilih makanan yang berkaitan dengan jumlah, jenis dan frekuensi sehingga berdampak pada asupan gizi dalam keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil uji validasi media dan materi edukasi gizi menggunakan media *Articulate Storyline 3* serta mengetahui pengaruh media edukasi gizi *Articulate Storyline 3* dalam meningkatkan pengetahuan pedoman gizi seimbang remaja di SMA Negeri 14 Medan. Subjek dalam penelitian ini adalah 38 orang siswa/i kelas 10, 11 dan 12 SMA Negeri 14 Medan yang dipilih berdasarkan *Proportionate Stratified Random Sampling*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimen design* dengan pendekatan *One Group Pre-test & Post-test Design*. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji N-Gain dan Uji Wilcoxon. Hasil dari penelitian diperoleh peningkatan rata-rata pengetahuan pedoman gizi. Berdasarkan hasil uji N-Gain, didapatkan rata-rata sebesar 0,79 masuk dalam kategori tinggi dengan persentase 79,2% dengan kategori efektif. Berdasarkan hasil analisis dengan uji statistik Wilcoxon diperoleh nilai Z sebesar -5,390 dan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,000 lebih kecil dari tingkat alfa 5% (0,05) sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media *Articulate Storyline 3* terhadap pengetahuan pedoman gizi seimbang remaja di SMA Negeri 14 Medan dengan rata-rata peningkatan pengetahuan sebesar 45,5%.

Kata Kunci : Edukasi Gizi, media *Articulate Storyline 3*, pengetahuan pedoman gizi seimbang

ABSTRACT

Christy Amanda Leriska Sitorus : The Effect of Nutrition Education Using Articulate Storyline 3 Media on Adolescent Knowledge of Balanced Nutrition Guidelines at SMA Negeri 14 Medan. 2026.

Adolescence is a transitional period in a person's life, moving from childhood to adulthood. One of Indonesia's health problems is nutritional issues among adolescents. These issues are a double burden of malnutrition, which includes both undernutrition and overnutrition. This problem is caused by changes in lifestyle and eating habits that affect adolescents' nutritional intake and needs, making them a vulnerable group for nutritional deficiencies. A lack of nutritional knowledge can influence a person's nutritional status, attitude, and behavior in choosing food, affecting the quantity, type, and frequency, thereby impacting nutritional intake within the family. This study aims to determine the results of the validation test of nutrition education media and materials using Articulate Storyline 3, as well as to examine the effect of Articulate Storyline 3-based nutrition education media in improving knowledge of balanced nutrition guidelines among adolescents at SMA Negeri 14 Medan. The subjects in this study were 38 students from grades 10, 11, and 12 at SMA Negeri 14 Medan, selected based on Proportionate Stratified Random Sampling. This study used a pre-experimental design with a One Group Pre-test & Post-test Design approach. The analysis used in this study was the N-Gain test and the Wilcoxon test. The results showed an increase in the average knowledge of balanced nutrition guidelines. Based on the N-Gain test, the average score obtained was 0.79, which falls into the high category with an effectiveness percentage of 79.2%. According to the Wilcoxon statistical test, the Z value was -5.390 and the asymp sig. (2-tailed) value was 0.000, which is smaller than the alpha level of 5% (0.05), indicating that H_0 is rejected. Therefore, it can be concluded that nutrition education using Articulate Storyline 3 has a significant effect on improving adolescents' knowledge of balanced nutrition guidelines at SMA Negeri 14 Medan, with an average knowledge increase of 79.2%.

Keywords: Nutrition Education, Articulate Storyline 3 Media, Knowledge of Balanced Nutrition Guideline