

## ABSTRAK

Pemilihan makan yang kurang tepat menimbulkan persepsi bahwa makanan cepat saji merupakan tren dikalangan remaja. Kebiasaan konsumsi makanan cepat saji yang mempunyai tinggi kalori namun rendah zat gizi akan menimbulkan masalah gizi pada remaja. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi berbasis *Theory of Planned Behavior* terhadap perubahan pengetahuan, sikap, norma subyektif, PBC, dan niat membatasi *fast food* pada siswi di SMA Negeri 2 Sidoarjo.

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode eksperimen semu pada 32 siswi (16 siswi kelompok kontrol dan 16 siswi kelompok perlakuan) yang dipilih menggunakan *simple random sampling*. Pendidikan gizi berbasis TPB dilakukan selama 4 sesi. Kuesioner penelitian yang digunakan untuk meneliti berbasis *TPB*. Penilaian dilakukan dua kali, yaitu sebelum dan 3 minggu setelah edukasi. Data dianalisis menggunakan SPSS versi 21.0 menggunakan deskriptif statistik, Mann-whitney, dan Wilcoxon Signed Ranks.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa pendidikan gizi berbasis *theory of planned behavior* pada kelompok perlakuan secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan ( $p < 0,001$ ), menurunkan sikap ( $p < 0,001$ ) dan norma subyektif ( $p < 0,001$ ) terhadap konsumsi *fast food*, meningkatkan *perceived behavioral control* ( $p < 0,001$ ) dan niat ( $p < 0,001$ ) terhadap pembatasan *fast food*, tetapi tidak signifikan terhadap penurunan konsumsi *fast food* ( $p = 0,309$ ).

Pendidikan gizi berbasis TPB dapat mempengaruhi sikap, norma subyektif, PBC, niat, tetapi tidak mempengaruhi pembatasan konsumsi *fast food*. Dengan demikian maka diperlukan pendidikan gizi sebagai program edukasi secara berkelanjutan di sekolah untuk merubah perilaku konsumsi.

Kata kunci : *fast food*, *theory of planned behavior*, pengetahuan, sikap, norma subyektif, *perceived behavioral control*, niat, perilaku.