

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI
TENTANG OBESITAS TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN
KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA OBESITAS
KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM**

SKRIPSI



**WINDI NOVERIA SARAGIH
P01031219052**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI
TENTANG OBESITAS TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN
KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA OBESITAS
KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM**

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**WINDI NOVERIA SARAGIH
P01031219052**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi
Tentang Obesitas Terhadap Pengetahuan Dan
Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada
Remaja Obesitas Kelas VIII Di SMP Negeri 1
Lubuk Pakam

Nama Mahasiswa : Windi Noveria Saragih

NIM : P01031219052

Program Studi : Sarjana Terapan dan Dietetika

Menyetujui



Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes
Pembimbing Utama/Ketua Penguji


Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN

Anggota Penguji


Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes

Anggota Penguji

Mengetahui :

Ketua Tim Penguji



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal kelulusan: 16 Juni 2023

ABSTRAK

WINDI NOVERIA SARAGIH “**PENGARUH PENYULUHAN GIZI DENGAN MEDIA ANIMASI TENTANG OBESITAS TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBIASAAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA REMAJA OBESITAS KELAS VIII DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM**”
(DIBAWAH BIMBINGAN ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT)

Obesitas adalah keadaan dimana seseorang memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan berat badan idealnya. Konsumsi makanan cepat saji berlebihan dapat mengakibatkan obesitas. Penyuluhan dengan media video animasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya penanggulangan obesitas.

Tujuan penelitian adalah mengetahui pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian obesitas pada remaja.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Waktu penelitian dilakukan mulai bulan Juli 2022 sampai bulan Juni 2023 dengan metode kuantitatif menggunakan rancangan *Group Pre and Post Test design*. Intervensi berupa penyuluhan dengan media animasi diberikan sebanyak 3 kali intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VIII sebanyak 319 siswa/siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 32 siswa/siswi obesitas yang memenuhi kriteria menjadi sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan menggunakan uji statistic yaitu Uji T-dependent.

Hasil penelitian rata-rata pengetahuan remaja tentang obesitas sebelum penyuluhan adalah 10.09, setelah diberikan penyuluhan adalah 13.25. Rata-rata skor kebiasaan konsumsi makanan cepat saji sebelum diberikan penyuluhan adalah 95.75, setelah diberikan penyuluhan yaitu menjadi 88.09.

Kesimpulan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi dengan media animasi terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan nilai $p = 0,000$. Saran pihak sekolah agar menghimbau siswa/siswi untuk mengurangi konsumsi makanan cepat saji.

Kata kunci : penyuluhan, pengetahuan, obesitas, cepat saji.

ABSTRACT

WINDI NOVERIA SARAGIH "EFFECT OF NUTRITIONAL COUNSELING USING ANIMATION MEDIA ABOUT OBESITY ON KNOWLEDGE AND FAST FOOD CONSUMPTION HABITS IN CLASS VIII OBESITY TEENAGERS AT SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM" (CONSULTANT: ABDUL HAIRUDDIN ANGKAT)

Obesity is a condition where a person has a body weight that is heavier than their ideal body weight. Excessive consumption of fast food can lead to obesity. Counseling using animated video media can increase knowledge about the importance of overcoming obesity.

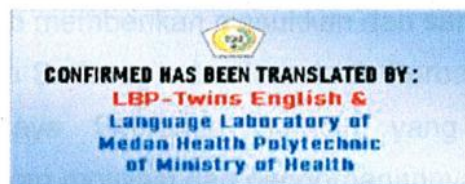
The aim of the research was to determine the effect of nutritional education using animation media on knowledge and fast food consumption habits and the incidence of obesity in adolescents.

This research was conducted at SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. The research period was carried out from July 2022 to June 2023 with quantitative methods using a Group Pre and Post Test design. Intervention in the form of counseling using animation media was given 3 times. The population in this study was class VIII, 319 students. The sample in this study was 32 obese students who met the criteria for being a sample. Data collection uses a questionnaire using a statistical test, namely the T-dependent test.

The research results showed that the average knowledge of teenagers about obesity before counseling was 10.09, after being given counseling was 13.25. The average score for fast food consumption habits before being given counseling was 95.75, after being given counseling it was 88.09.

The conclusion is that there was an influence of nutritional education using animation media on knowledge and fast food consumption habits with a value of $p = 0.000$. The school's suggestion is to encourage students to reduce consumption of fast food.

Key words: Counseling, Knowledge, Obesity, Fast Food.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Tentang Obesitas Terhadap Pengetahuan Dan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Obesitas Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam”**

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dieteika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes selaku Dosen Pembimbing penulis.
4. Dr. Haripin Togap Sinaga, MCN dosen penguji I yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis
5. Emi Inayah Sari Siregar, SKM, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis.
6. Ayahanda S. Saragih dan Ibunda S. Purba selaku orang tua dan abang saya Sefriando Saragih yang selalu mendoakan, memberikan motivasi dan pengorbanannya baik dari segi moral, materi kepada penulis.
7. Teman-teman yang selalu mendukung dan memberikan dorongan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak didapatkan kekurangan, untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik guna mendukung perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Remaja	7
B. Pengetahuan	10
C. Penyuluhan.....	12
D. Media Animasi dalam Penyuluhan	15
E. Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji	16
F. Obesitas	20
G. Kerangka Teori	25
H. Kerangka Konsep	26
I. Defenisi Operasional.....	27
J. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
D. Pengolahan dan Analisis Data	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	36
B. Gambaran Karakteristik Sampel	36
C. Hasil Penelitian.....	37
D. Pembahasan	40

BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	48
	A. Kesimpulan.....	48
	B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....		49

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Kebutuhan Gizi pada Remaja	10
2. Kategori Ambang Batas IMT	23
3. Defenisi Operasional.....	27
4 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Umur	36
5. Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Kelas.....	37
6. Rata-rata Pengetahuan Remaja Tentang Obesitas.....	38
7. Rata-rata Frekuensi Kebiasaan Konsumsi	38
8. Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi terhadap Pengetahuan Remaja Obesitas Kelas VIII	39
9. Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi tentang Obesitas terhadap Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Remaja Obesitas Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.....	40

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Kerangka Teori	23
2. Kerangka Konsep.....	24
3. Tahap Pemberian Intervensi	28

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1 Master Tabel Penelitian	46
2 Master Tabel Jawaban Kuesioner Pengetahuan	48
3 Master Tabel Frekuensi Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Sebelum Intervensi.....	50
4 Informed Consent.....	54
5 Satuan Acara Penyuluhan.....	55
7 Dialog Video Animasi.....	63
8 Surat Izin Penelitian	70
9 Surat Balasan Izin Penelitian	71
10 Hasil Analisis Karakteristik Sampel	72
11 Uji Kenormalan.....	74
12 Hasil Analisis Pengetahuan Sampel	74
13 Hasil Analisis Uji Univariat.....	81
14 Hasil Analisis Uji Bivariat.....	82
15 Bukti Bimbingan Skripsi	84
16 Rancangan Anggaran Biaya.....	87
17 Dokumentasi.....	88
18 Pernyataan	88
19 Daftar Riwayat Hidup	88