

SKRIPSI

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG OBESITAS DENGAN MEDIA
VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN
DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH
KABUPATEN BATU BARA**



YOHANA CLAUDIA BR. SILAEN

P01031220083

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

2024

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG OBESITAS DENGAN MEDIA
VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN
DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH
KABUPATEN BATU BARA**

**Skripsi Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan
Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



**YOHANA CLAUDIA BR. SILAEN
P01031220083**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas
dengan Media Video Animasi Terhadap
Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap
Remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
Kabupaten Batu Bara

Nama Mahasiswa : Yohana Claudia Br. Silaen

Nomor Induk Mahasiswa : P01031220083

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes

Pembimbing Utama



Dini Lestrina, DCN, M.Kes
Anggota Penguji I



Rumida, SP, M.Kes
Anggota Penguji II

Mengetahui :

Kepala Jurusan,



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196906231990032001

Tanggal Lulus : Rabu, 22 Mei 2024

ABSTRAK

YOHANA CLAUDIA BR. SILAEN "PENGARUH PENYULUHAN TENTANG OBESITAS DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH KABUPATEN BATU BARA" (DIBAWAH BIMBINGAN : ZURAIDAH NASUTION)

Obesitas adalah Penimbunan lemak didalam tubuh yang berlebih. Obesitas pada remaja beresiko berlanjut kemasa dewasa dan faktor resiko berbagai penyakit tidak menular. Kondisi tersebut bisa dialami dengan semua orang, tidak dilihat dari kelompok gender.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas Dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja . Penelitian ini dilakukan di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara. Waktu Penelitian dilakukan dibulan april 2024 dengan metode kuantitatif menggunakan rancangan *One 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 212 siswa/siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 36 siswa siswi dengan rumus slovin. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap dengan menggunakan uji statistic yaitu T-Dependen.

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata nilai pengetahuan remaja tentang obesitas sebelum penyuluhan adalah 5.06, setelah diberikan penyuluhan adalah 8.44 dengan nilai signifikan $p=0.001$. Rata-rata skor sikap sebelum diberikan penyuluhan adalah 6.42, setelah diberikan penyuluhan adalah 8.75 dengan nilai signifikan $p=0.001$. Kesimpulan pada penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara, diharapkan kepada pihak sekolah dapat berperan aktif dan kreatif dalam memberikan pendidikan kesehatan mengenai gizi khususnya tentang obesitas pada remaja.

Kata Kunci: penyuluhan, obesitas, pengetahuan, sikap

ABSTRACT

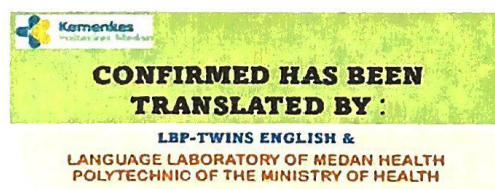
YOHANA CLAUDIA BR. SILAEN "THE EFFECT OF COUNSELING ABOUT OBESITY WITH ANIMATED VIDEO MEDIA ON INCREASING KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH, BATU BARA DISTRICT" (CONSULTANT: ZURAIDAH NASUTION)

Obesity is the accumulation of excess fat in the body. Obesity in adolescents is at risk of continuing into adulthood and is a risk factor for various non-communicable diseases. This condition can be experienced by everyone, regardless of gender.

This study aims to determine the Effect of Counseling About Obesity With Animated Video Media on Increasing Adolescent Knowledge and Attitudes. This research was conducted at SMP Negeri 1 Lima Puluh, Batu Bara District. The research was conducted in April 2024 with a quantitative method using the One Group Pre and post-test design. Intervention in the form of counseling with animation media was given 3 times. The population in this study was class VIII with 212 students. The sample in this study was 36 students with the Slovin formula. Data collection used a knowledge and attitude questionnaire and a statistical test, namely, a T-Dependent.

Based on the study's results, the average value of adolescent knowledge about obesity before counseling was 5.06, and after counseling was 8.44 with a significant value of $p = 0.001$. The average attitude score before counseling was 6.42 after counseling was 8.75 with a significant value of $p = 0.001$. This study concluded that there was an effect of counseling about obesity with animated video media on the knowledge and attitudes of adolescents at SMP Negeri 1 Lima Puluh, Batu Bara District, it is hoped that the school can play an active and creative role in providing health education about nutrition, especially about obesity in adolescents.

Keywords: Counseling, Obesity, Knowledge, Attitude



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini, dengan judul ***“Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara”***.

Dalam penulisan Skripsi banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak 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 dietetika jurusan gizi poltekkes RI medan.
3. Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, ide dan pendapat, bimbingan dan motivasi penulis.
4. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku penguji I dan Rumida, SP, M.Kes selaku penguji II yang memberikan masukan dan saran .
5. Rr Puji Rahayu Ningtias, S.Pd selaku kepala sekolah yang sudah menerima saya di sekolah UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
6. Juruslamat, Tuhan Yesus Kristus yang selalu ada disetiap langkah penulis dalam menyelesaikan pendidikan tepat waktu. Terima kasih karena selalu memberikan harapan dan mukjizat di waktu yang tepat ditengah keputusasaan. Terima kasih karena sudah menggendong dan merangkul penulis saat tidak mampu melangkah maju dan menjadi sumber kekuatan ditengah ketidakpastiaan. Terima kasih sudah menjadi sahabat yang baik, rumah untuk menentaskan air mata. Terima kasih atas berkat kebaikan, kasih dan karunia-Nya memberikan kesehatan, kekuatan, kemudahan, dan kelancaran

7. Teristimewa kepada cinta pertama penulis, Ayahanda Yosafat Silaen dan Ibunda Anggata Barus, orang tua hebat yang selalu senantiasa menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Sosok orang tua yang berhasil membuat saya bangkit dari kata menyerah. Yang selalu mendoakan, mencurahkan kasih sayang, perhatian, motivasi, nasihat, serta dukungan baik secara moral maupun finansial. Skripsi ini merupakan persembahan untukmu dari putri kecilmu, boru panggoaran ini sudah tumbuh dewasa menjadi gadis cantik, sedikit manja dan cengeng. Makasih bapak mama, berjanjilah untuk panjang umur.
8. Adek tercinta Yulia Elisabeth Maranatha Silaen dan Yoel Putra Silaen yang sudah menjadi adek yang baik. Dengan Tulus dan penuh rasa syukur mengucapkan terima kasih kepada adikku yang senantiasa memberikan support, perhatian, kasih sayang, doa, selama peneliti berkuliah terutama saat menyelesaikan skripsi ini.
9. Diri saya sendiri, sebagai penulis Yohana Claudia Br. Silaen. Terima kasih sudah bertahan atas segala perjuangan, air mata, dan ketidakpastian diperjalanan panjang hidup ini, meskipun sering kali ingin menyerah dan merasa putus asa. Terima kasih karena telah menemukan kekuatan didalam ketidakpastian dan kegagalan. Terima kasih sudah melibatkan Tuhan Yesus Kristus dalam setiap perjalananmu dan mengizinkan Yesus menjadi sandaranmu. Terima kasih karena telah mampu berjuang melalui proses panjangnya pendidikan, telah kooperatif dan mengerjakan skripsi ini hingga akhir. Terima kasih karena selalu bertahan dan berjuang sekalipun keadaan sedang tidak berpihak. Apapun kurang dan lebih mu, mari merayakan diri sendiri. Terima kasih ya
10. Teman dekat penulis: Reisa Parsaulian Marbun yang sudah membantu penulis dalam penelitian dan menyelesaikan skripsi ini, dan Team grub whatshap kerang waring pejuang skripsi yang selalu ada.

11. Kepada seseorang yang pernah bersama penulis terima kasih atas patah hati yang diberikan saat proses penyusunan skripsi yang sekarang bisa jadi pengingat untuk penulis sehingga dapat membuktikan bahwa anda akan tetap menjadi alasan saya untuk tetap beproses menjadi pribadi yang lebih baik. Terima kasih telah menjadi bagian menyenangkan dan menyakitkan dari proses pendewasaan penulis. Pada akhirnya setiap orang ada masanya.
12. Dan yang terakhir, untuk seorang pria diluar sana yang sudah menungguku, mungkin aku mengenalmu, mungkin tidak, mungkin kita pernah bertemu, mungkin juga belum. Siapapun dirimu, semoga kita dipertemukan diwaktu yang tepat dengan kepribadian yang selalu bersyukur, setujuan dan seiman.

Walaupun telah berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, penulis mengharapkan saran dan kritik guna perbaikan dan penyempurnaan Skripsi ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terima kasih

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Obesitas.....	6
1. Pengertian Obesitas	6
2. Faktor Penyebab Obesitas	6
3. Dampak Obesitas	8
4. Gejala Obesitas	8
5. Cara Pencegahan Obesitas	9
B. Remaja	11
C. Penyuluhan.....	13
1. Pengertian.....	13
2. Tujuan Penyuluhan.....	14
3. Langkah-Langkah Penyuluhan.....	14
4. Keterampilan Penyuluhan	15
D. Media Penyuluhan	17
E. Media Video Animasi	17
1. Mengenal Video Animasi.....	17
2. Kelebihan Media Video Animasi.....	18
3. Kekurangan Video Animasi	18

F. Pengetahuan	18
1. Pengertian.....	18
2. Tingkat Pengetahuan.....	19
3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	20
G. Sikap.....	20
1. Pengertian.....	21
2. Tingkat Sikap	21
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Sikap.....	22
H. Kerangka Teori.....	23
I. Kerangka Konsep.....	24
J. Deflnisi Operational	25
K Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	27
1. Lokasi Penelitian.....	27
2. Waktu Penelitian.....	27
B. Jenis dan Rancangan Penelitian	27
1. Jenis Penelitian.....	27
2. Rancangan Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel	28
1. Populasi	28
2. Sampel	28
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	30
1. Jenis Data.....	30
2. Cara Pengumpulan Data.....	30
E. Tahapan Penelitian	31
F. Pengolahan Data dan Analisis Data.....	33
1. Pengolahan Data	33
2. Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil.....	35
B. Pembahasan.....	42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

No	Halaman
Tabel 1. Definisi Operasional.....	25
Tabel 2. Jumlah Sampel Tiap Kelas.....	29
Tabel 3. Distribusi sampel berdasarkan umur.....	36
Tabel 4. Distribusi sampel berdasarkan kelas.....	36
Tabel 5. Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin.....	37
Tabel 6. Distribusi rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah.....	38
Tabel 7. Hasil penilaian kuesioner pengetahuan.....	38
Tabel 8. Distribusi rata-rata sikap sebelum dan sesudah.....	39
Tabel 9. Hasil penilaian kuesioner sikap.....	39
Tabel 10. Analisis pengetahuan sebelum dan sesudah.....	41
Tabel 11. Analisis sikap sebelum dan sesudah intervensi.....	41

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	23
Gambar 2. Kerangka konsep.	24
Gambar 3. Tahapan Penelitian.	32

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	51
Lampiran 2. Story Board Video Animasi	52
Lampiran 3. Pernyataan Kesedian Menjadi Responden Penelitian.....	58
Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	59
Lampiran 5. Lembar Kuesioner	67
Lampiran 6. Master Tabel Penelitian	71
Lampiran 7. Pre-Test Pengetahuan.....	72
Lampiran 8. Post-Test Pengetahuan	73
Lampiran 9. Pre-Test Sikap.....	74
Lampiran 10. Post-Test Sikap	75
Lampiran 11. Pengolahan Data.....	76
Lampiran 12. Hasil Uji Statistik.....	77
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian	79
Lampiran 14. Hasil Scrining	81
Lampiran 15. Bukti Bimbingan	85
Lampiran 16. Biaya Penelitian.....	87
Lampiran 17. Dokumentasi Pengisian Lampiran.....	88
Lampiran 18. Surat Pernyataan	89
Lampiran 19. Daftar Riwayat Hidup	90
Lampiran 20. Surat Etik Penelitian Kesehatan	91
Lampiran 21. Surat Izin Penelitian	92
Lampiran 22. Surat balasan izin penelitian.....	93

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa antara masa kanak-kanak dan masa dewasa ketika remaja tumbuh secara fisik, biologis, dan perilaku. Oleh karena itu, remaja lebih rentan terhadap masalah gizi. Diantara beberapa masalah pola makan yang mempengaruhi remaja adalah obesitas (Fadila & Kurniasari, 2022)

Berat badan berlebih yang disebabkan oleh penumpukan lemak tubuh yang berlebihan disebut obesitas. Obesitas pada remaja merupakan faktor risiko sejumlah penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus, kanker, penyakit paru-paru kronis, dan stroke, dan dapat berlanjut hingga dewasa. Selain itu, obesitas berkontribusi terhadap sejumlah masalah kesehatan yang berdampak negatif pada kualitas hidup remaja (Fatmawati & Efni, 2022). World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penumpukan lemak berlebihan atau tidak normal yang merugikan kesehatan seseorang dikenal sebagai obesitas., Kondisi tersebut bisa dialami dengan semua orang, tidak dilihat dari kelompok gender. (Kubilawati et al., 2022)

Dalam beberapa dekade terakhir, obesitas telah menjadi masalah penting bagi kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Semua negara melihat peningkatan obesitas dewasa. Dari tahun 1980 hingga 2014, prevalensi obesitas dewasa meningkat dua kali lipat di seluruh dunia, dari 5% menjadi 11% untuk pria dan dari 8% menjadi 15% untuk wanita. Kelebihan berat badan dan obesitas diperkirakan menyebabkan 3,4 juta kematian per tahun, dengan 93,6 juta tahun hidup yang disesuaikan dengan kecacatan sebagai akibatnya (WHO, 2017).

Berdasarkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), pravelensi obesitas di Indonesia pada tahun 2007–2008 menunjukkan peningkatan jumlah orang obesitas di atas usia 13 tahun menjadi 10,5%

pada tahun 2007, menjadi 11,5% pada tahun 2013, dan menjadi 21,8% pada tahun 2018. Di Sumatera Utara, prevalensi obesitas mencapai sekitar 25,0 persen (Kemenkes RI, 2018).

Karena seringkali lebih murah, makanan dan minuman yang tidak sehat dipilih daripada yang bergizi, dan ini adalah faktor utama di balik peningkatan angka obesitas di seluruh dunia. Tidak berolahraga juga menyebabkan masalah lain. Ketidakseimbangan energi antara kalori yang dikonsumsi dan kalori yang dibakar merupakan salah satu penyebab utama obesitas. Lingkungan merupakan salah satu dari sekian banyak elemen rumit yang berkontribusi terhadap meningkatnya risiko obesitas. (WHO, 2018)

Obesitas pada remaja disebabkan oleh banyak faktor. Perubahan keseimbangan energi dan obesitas disebabkan oleh meningkatkan konsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik yang rendah, faktor genetik, faktor psikologis, status sosial ekonomi, pola makan, usia, dan jenis kelamin. (Inayah et al., 2022).

Hasil (ayu azizah rizkita, 2018) di Desa Wedomartani, penggunaan video animasi dalam penyuluhan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang upaya penanggulangan obesitas.

Hasil penelitian (Agustien et al., 2018) Dalam kategori sangat menarik, nilai 87% diberikan untuk menunjukkan minat pendidik terhadap media video animasi dua dimensi.

Pengetahuan adalah hasil dari "tahu", yang muncul setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Panca indra manusia, termasuk penciuman, rasa, pendengaran, penglihatan, dan raba, bertanggung jawab atas penginderaan (Kubilawati et al., 2022)

Sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang tetap tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap sebenarnya menunjukkan bahwa reaksi terhadap stimulus tertentu sesuai. Sikap adalah kesediaan atau kesediaan untuk bertindak, bukan pelaksanaan motif tertentu, menurut ahli psikologi sosial. Sikap adalah "pre-disposisi" dari tindakan atau perilaku, bukan aktivitas (Kubilawati et al., 2022)

Salah satunya adalah penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan tentang obesitas. Penyuluhan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan dan menanamkan keyakinan sehingga remaja tidak hanya sadar, tahu, dan mengerti tetapi juga mampu melakukan anjuran yang terkait dengan kesehatan (Kubilawati et al., 2022).

Video animasi adalah Salah satu platform media yang digunakan untuk terapi remaja. Berbagai media digunakan sebagai pendukung dan alat bantu metode penyuluhan, dan video animasi dapat didesain dengan cara yang menarik sehingga materi yang diberikan lebih sederhana dan lebih mudah dipahami (Fadila & Kurniasari, 2022).

Salah satu keuntungan dari media video animasi adalah bahwa mereka dapat menyampaikan informasi dengan lebih efisien dan cepat, dapat mengulangi pembahasan tertentu, dan dapat menggambarkan proses dan peristiwa secara rinci dan nyata. Selain itu, video animasi dapat meningkatkan kemampuan dasar dan menambah pengalaman baru (Media & Animasi, 2009).

Berdasarkan data Dinkes Kabupaten Batu Bara (2021) melalui kegiatan penjangkaran kesehatan pada remaja Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Batu Bara ditemukan kejadian obesitas 128 orang (26%) (Dinkes Batu Bara, 2021).

Berdasarkan hasil skrining pada tanggal 02 – 04 agustus 2023 yang sudah dilakukan pengukuran IMT pada 112 siswa kelas VIII UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh di kelas VIII yang mengalami Obesitas sebanyak 40 orang (35,71%) yang dimana diketahui terdapat obesitas tingkat 1 sebanyak 35 orang (31,25%) dan Obesitas tingkat 2 sebanyak 5 orang (4,46%) dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 25 .

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian “pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara”

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitiannya adalah sebagai berikut : adakah pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT Di SMP Negeri 1 Lima Puluh

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

- a. Menilai pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media video animasi tentang obesitas pada remaja UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
- b. Menilai sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media video animasi tentang obesitas pada remaja UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
- c. Menganalisis pengaruh penyuluhan melalui media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang obesitas pada remaja UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
- d. Menganalisis pengaruh penyuluhan melalui media video animasi terhadap peningkatan sikap tentang obesitas pada remaja UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Dapat membantu memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang obesitas pada remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

2. Bagi Instansi Pendidikan

a. Sekolah Menengah Pertama

Membantu remaja untuk meningkatkan pengetahuan tentang obesitas melalui video animasi

b. Program Sarjana Terapan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sebagai tambahan sumber kepustakaan dan referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa prodi D-IV Gizi Poltekes Kemenkes Medan khususnya tentang media pembelajaran tentang Obesitas

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada penelitian selanjutnya dengan membandingkan media video dengan media pembelajaran yang lain

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Obesitas

1. Pengertian Obesitas

Penumpukan lemak tubuh berlebih yang menyebabkan berat badan seseorang naik jauh di atas normal dan menimbulkan risiko kesehatan dikenal sebagai obesitas. Ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan keluar dapat menyebabkan obesitas. Obesitas pada remaja, yang umumnya dikenal sebagai kelebihan berat badan, merupakan masalah yang cukup mengkhawatirkan (Dewi, 2015)

Karena seseorang hanya perlu mengukur tinggi dan berat badannya, kemudian menggunakan rumus berat dalam kilogram dibagi tinggi dalam meter kuadrat, parameter antropometri seperti Indeks Massa Tubuh (IMT) dikembangkan untuk menentukan apakah seseorang memiliki status gizi buruk, baik, atau obesitas. Obesitas tingkat 1 didefinisikan sebagai memiliki IMT 25 hingga 30 kg/m², sedangkan obesitas tingkat 2 didefinisikan sebagai memiliki IMT 30 kg/m². IMT 18,5 hingga 22,9 kg/m² dianggap normal, sedangkan IMT 23 hingga 24,9 kg/m² menunjukkan kelebihan berat badan dan berisiko (Mujtahidin et al., 2015)

2. Faktor Penyebab Obesitas

Adapun faktor mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja yaitu :

a. Faktor keturunan atau genetic

Telah lama diketahui oleh para ilmuwan bahwa rumah tangga dengan orangtua gemuk biasanya memiliki anak-anak yang obesitas. 40–50% anak berisiko menjadi gemuk jika salah satu orangtua obesitas, sedangkan 80% anak akan berisiko jika kedua orangtua obesitas (Telisa et al., 2020)

b. Kurangnya aktivitas fisik

Mayoritas remaja menyatakan bahwa mengikuti olahraga sekolah sudah cukup sebagai aktivitas fisik. Karena mereka tidak ahli dalam olahraga atau jenis olahraga tersebut, remaja cenderung tidak melakukan aktivitas fisik melalui olahraga. Obesitas remaja diperburuk oleh sejumlah faktor, termasuk kurangnya latihan fisik (Telisa et al., 2020). Berpartisipasi dalam olahraga seperti senam, bersepeda, berjalan kaki, dan lain-lain selama 30 menit setiap hari, atau setidaknya tiga hingga lima hari seminggu, sudah merupakan aktivitas yang cukup. Gaya hidup remaja harus mencakup aktivitas fisik yang memadai untuk mencegah obesitas.

c. Pola makan

Asupan energi berlebih dari pola makan yang buruk dapat disimpan sebagai lemak. Makanan khususnya, protein, lipid, dan karbohidrat akan diubah menjadi energi. Konsumsi karbohidrat yang berlebihan akan mengakibatkan jumlah glikogen yang terbatas. Protein berlebih akan diubah menjadi protein tubuh dan sisanya akan disimpan sebagai lemak. Konsumsi makronutrien oleh remaja akan meningkatkan jumlah sel lemak dalam tubuh mereka karena tubuh memiliki potensi tak terbatas untuk menyimpan lemak. dan konsumsi kalori yang banyak dapat menyebabkan obesitas (Dewita, 2021)

d. Tingkat sosial ekonomi

Selera mereka yang lebih ke arah Barat dan distribusi pertumbuhan ekonomi yang hampir merata merupakan beberapa alasan di balik pergeseran isu sosial dan budaya saat ini di seluruh dunia. Akibatnya, obesitas dan kelebihan berat badan menjadi isu baru bagi orang-orang di seluruh dunia, terutama di negara-negara berkembang (Fisik, 2020).

e Faktor Psikologis

Kebiasaan makan seseorang mungkin dipengaruhi oleh pikirannya. Makan merupakan cara umum bagi orang untuk mengatasi emosinya. Mereka cenderung mengonsumsi lebih banyak saat sedang stres, atau sebaliknya. Makan merupakan cara mereka menunjukkan kebahagiaan (Sajawandi, 2015)

3. Dampak Obesitas

Obesitas tidak hanya buruk di mata, tetapi itu adalah dilema bagi kesehatan. Obesitas secara langsung membahayakan kesehatan manusia. Obesitas meningkatkan risiko sejumlah penyakit kronis antara lain: Diabetes tipe 2 (muncul di masa remaja), tekanan darah tinggi, stroke, serangan jantung, gagal jantung, kanker (jenis kanker tertentu, seperti kanker prostat dan kanker usus besar), kandung empedu dan batu kandung kemih, Gout dan radang sendi, Osteoarthritis, sleep apnea (kegagalan bernapas secara normal saat tidur, mengakibatkan berkurangnya kadar oksigen dalam darah), sindrom Pickwickian (obesitas dengan wajah memerah, kekurangan ventilasi, dan kantuk) (Sajawandi, 2015)

4. Gejala Obesitas

Gejala-gejala seseorang yang mengalami obesitas adalah :

- A. Kebiasaan tidur dengan mendengkur
- B. Nyeri persendian
- C. Tiba-tiba sesak bernapas saat tidur
- D. Selalu merasa keringat panas berlebihan
- e. Sulit bernapas
- F. Sering merasa mengantuk dan lelah
- G. Ruam atau infeksi pada lipatan

5. Cara Pencegahan Obesitas

a. Pola Makan yang baik

Pola makan adalah susunan makanan meliputi jenis dan jumlah bahan makan yang dikonsumsi dalam gaya hidup mungkin untuk mencegah obesitas. Pola makan yang tidak baik, makanan dalam porsi besar yang melebihi kebutuhan tubuh, makan makanan tinggi lemak, tinggi kalori, tinggi karbohidrat sederhana, dan rendah serat. Pola makan dipengaruhi oleh perilaku makan (Rendi & dkk, 2018)

Pola makan yang benar untuk remaja obesitas meliputi:

- 1) Jadwal makan besar 3x/hari
- 2) Jadwal cemilan sehat 2x/hari
- 3) Cemilan diutamakan dalam bentuk buah
- 4) Diberikan air putih diantara jadwal makan utama dan cemilan
- 5) Konsumsi makanan paling lama durasi 30 menit setiap makan
- 6) Makan sesuai jumlah
- 7) Jumlah kalori yang dibutuhkan

b. Aktivitas yang cukup

Remaja yang melakukan aktivitas fisik dapat meningkatkan pengeluaran dan pembakaran energi karena aktivitas fisik memecah simpanan lemak darah, melepaskan asam lemak bebas ke dalam aliran darah dan menyalurkannya ke jaringan yang membutuhkannya sebagai sumber energi (Rendi & dkk, 2018). Kementerian Kesehatan (2013) menyatakan bahwa melakukan olahraga atau latihan fisik selama 30 menit setiap hari, setiap hari, atau setidaknya tiga hingga lima hari seminggu, dianggap sebagai aktivitas fisik yang cukup.

c. Konsumsi Buah dan sayur

Agar remaja dapat menjaga berat badan yang sehat dan menurunkan risiko penyakit tidak menular, mereka harus mengonsumsi cukup buah dan sayur. Sayur dan buah kaya akan serat dan berbagai vitamin serta mineral. Konsumsi buah dan sayur sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja. Selain membantu remaja mengelola berat badan dan menurunkan risiko terkena gangguan tertentu, mengonsumsi buah dan sayur juga meningkatkan kesehatan mereka di masa mendatang (Muna & Mardiana, 2019)

Berdasarkan pedoman umum gizi seimbang, konsumsi buah dan sayur disarankan 3 porsi sehari (Rendi& dkk,2018)

d. Mengonsumsi ikan

Diklaim bahwa mengonsumsi ikan yang kaya omega-3 dapat meningkatkan kadar adiponektin hingga 14–60%, sehingga mencegah obesitas. Menurut penelitian orang dewasa lainnya, populasi tertentu yang mengonsumsi makanan tinggi asam lemak tak jenuh tunggal dapat menurunkan resistensi insulin mereka karena kadar adipometri mereka lebih rendah daripada saat mereka mengonsumsi asam lemak tak jenuh tunggal. Asam lemak melepaskan protein yang disebut adiponektin. Remaja dengan kadar adiponektin darah yang tinggi dapat memiliki metabolisme glukosa yang lebih baik dan lebih sedikit peradangan (Rendi& dkk,2018)

B. Remaja

1. Pengertian Remaja

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 menyebutkan bahwa penduduk yang berusia antara 10 sampai dengan 19 tahun dianggap sebagai remaja. Fase transisi dari masa bayi menuju dewasa dikenal dengan istilah remaja. Perkembangan baik mental maupun fisik terjadi begitu cepat saat ini (Diananda, 2019)

Sehingga dapat dikelompokkan remaja terbagi dalam tahapan berikut :

1. Pra Remaja (11 – 14 tahun)

Tahap praremaja ini berlangsung dalam waktu yang sangat singkat kira-kira satu tahun bagi pria berusia 12 atau 13 tahun. Perubahan hormonal, yang dapat mengakibatkan perubahan suasana hati yang tak terduga, merupakan salah satu perubahan yang mengganggu perkembangan proses tubuh. Remaja memiliki refleksi diri yang lebih tinggi, yang terus berkembang dan tumbuh sehubungan dengan apa yang orang lain persepsikan tentang mereka

2. Remaja Awal (14 tahun - 17 tahun)

Perubahan terjadi dengan cepat dan mencapai puncaknya pada masa ini. Pada usia ini, ketidakstabilan dan ketidakseimbangan emosi merupakan hal yang umum. Pertumbuhan kemandirian dan individualitas lebih terlihat pada tahap ini, dan lebih banyak waktu dihabiskan di luar rumah. Pemikiran juga menjadi lebih rasional, abstrak, dan idealis.

3. Remaja Lanjut (17- 20 tahun)

Pendekatannya berbeda dengan remaja awal; ia ingin menonjol dan menjadi pusat perhatian. Ia energik, penuh energi, idealis, dan memiliki standar tinggi. Ia ingin menjadi mandiri secara emosional dan berusaha untuk mendefinisikan siapa dirinya

2. Perilaku Remaja

Pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku remaja dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan jajanan akan berpengaruh terhadap status gizi seperti obesitas (Sukma, 2014)

Prilaku/sikap remaja dalam memilih makanan jajanan juga sangat dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, hubungan dengan orang-orang terdekatnya seperti orang tua dan juga teman sebayanya, serta budaya dalam keluarga dan lingkungannya. Dampak yang ditimbulkan oleh faktor-faktor tersebut dapat merubah sikap yang positif menjadi negatif, Remaja biasanya akan meniru sikap orang tuanya. Apabila sikap orang tuanya dalam pemilihan jajanan cukup selektif atau disiplin dengan mementingkan kesehatannya maka anak akan meniru sikap dari lingkungan tersebut dalam memilih jajanan di sekolah seperti bakso, gorengan, minuman berwarna yang dijual di sekolah UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh dan beberapa jajanan dibeli diluar sekolah seperti boba, tela-tela berbumbu micin, seblak dan lainnya. Sikap atau prilaku yang terbentuk tersebut dapat mempengaruhi remaja dalam memilih makanan jajanan yang tentunya dapat berdampak pula terhadap status gizi mereka. Remaja umumnya cenderung mengkonsumsi makanan jajanan kaya energi yang berasal dari karbohidrat dan lemak. keadaan tersebut berlangsung secara terus menerus dalam jangka waktu yang panjang maka bukan tidak mungkin remaja tersebut dapat mengalami obesitas.

C. Penyuluhan

1. Pengertian

Penyuluhan adalah suatu kegiatan mendidik sesuatu kepada individu ataupun kelompok, memberi pengetahuan, informasi dan berbagai kemampuan agar dapat membentuk sikap dan perilaku hidup seharusnya. Hakekatnya penyuluhan merupakan suatu kegiatan dalam rangka mengubah masyarakat menuju keadaan yang lebih baik seperti yang dicita-citakan (Notoatmodjo, 2012)

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan.

Menurut Departemen Kesehatan (1991) dalam Supariasa (2012), penyuluhan gizi adalah proses belajar untuk mengembangkan pengertian dan sikap yang positif terhadap gizi agar yang bersangkutan dapat memiliki dan membentuk kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, penyuluhan gizi merupakan proses membantu orang lain membentuk dan memiliki kebiasaan makan yang baik (zulfira azizah nur'aini, 2019)

Penyuluhan tidak dapat berdiri sendiri dengan program kesehatan lainnya. Perencanaan penyuluhan harus didasarkan pada pengetahuan yang cukup tentang :

- Masalah yang akan ditanggulangi
- Program yang akan ditunjang
- Daerah yang membutuhkan penyuluhan
- Sasaran penyuluhan
- Sarana dan prasarana yang dibutuhkan
- Cara membutuhkan perencanaan penyuluhan yang baik
- Dasar-dasar penyuluhan

2. Tujuan Penyuluhan

Secara umum, tujuan penyuluhan gizi adalah untuk meningkatkan status gizi masyarakat, dengan cara mengubah perilaku masyarakat ke arah yang baik sesuai dengan prinsip ilmu gizi.

Adapun tujuan khusus yaitu:

- a. Meningkatkan kesadaran gizi masyarakat melalui peningkatan pengetahuan gizi dan makanan yang menyehatkan.
- b. Menyebarkan konsep-konsep baru tentang informasi gizi kepada masyarakat.
- c. Untuk membantuk individu, keluarga dan masyarakat secara keseluruhan berperilaku sehubungan dengan pangan dan gizi.

3. Langkah-Langkah Penyuluhan

Ada beberapa langkah perencanaan penyuluhan, langkah tersebut adalah :

- a. Mengenal masalah, masyarakat, dan wilayah penyuluhan dapat dilaksanakan apabila seseorang perencana mengenal wilayah tempat penyuluhan.

- b. Menentukan prioritas masalah

Menentukan masalah gizi harus sejalan dengan program ditunjang.

- c. Menentukan tujuan penyuluhan

Tujuan penyuluhan dapat dilihat dari tiga sudut pandang, yaitu tujuan jangka panjang, jangka menengah, dan jangka pendek.

- d. Menentukan sasaran penyuluhan

Sasaran penyuluhan adalah kelompok masyarakat mendapat penyuluhan.

- e. Menentukan materi penyuluhan

Materi penyuluhan harus disampaikan dalam bahasa yang mudah dipahami sasaran, tidak menggunakan istilah susah dipahami, pesan tidak bertele-tele

f. Menentukan metode penyuluhan

Prinsip penggunaan metode adalah lebih dari satu metode atau bervariasi antara metode satu dengan metode yang lain. Penentuan metode juga ditentukan berdasarkan tujuan penyuluhan. apabila tujuan penyuluhan gizi mengubah pengetahuan, penyuluhan dapat dilakukan dengan metode ceramah.

g. Menentukan media penyuluhan

Media penyuluhan sangat penting digunakan untuk memperjelas pesan-pesan. Yang dimaksud media adalah alat, bahan sebagai media untuk pesan-pesan disampaikan dengan maksud untuk lebih memperjelas pesan-pesan.

h. Membuat rencana penilaian (evaluasi)

Suatu perencanaan yang baik, harus sudah memikirkan bagaimana evaluasi dilaksanakan

i. Membuat rencana jadwal pelaksanaan

Untuk memudahkan pelaksanaan, perlu dibuat jadwal penyuluhan gizi secara keseluruhan. Jadwal itu, meliputi kegiatan pokok yang dilaksanakan dan waktu pelaksanaan kegiatan tersebut.

4. Keterampilan Penyuluhan

Ada beberapa konsep keterampilan seorang penyuluh yaitu:

a. Keterampilan Membuka

Penyuluhan Membuka penyuluhan adalah usaha yang dilakukan seseorang penyuluh untuk menciptakan prakondisi bagi sasaran dan perhatian terpusat pada akan dipelajari sehingga materi yang disampaikan mudah dipahami

b. Keterampilan Menjelaskan

Agar dapat menjelaskan dengan baik, penyuluh harus membuat persiapan yang matang.

c. Keterampilan Bertanya

Penyuluhan yang dilaksanakan dalam waktu lama tanpa diselingi dengan pertanyaan atau kegiatan inovasi yang akan membosankan sasaran.

d. Keterampilan Memberi Penguatan

Penguatan adalah segala bentuk respon yang diberikan oleh seorang penyuluh atas tingkah laku yang dilakukan sasaran untuk memberikan dorongan yang positif.

e. Keterampilan Mengelola Penyuluhan

Keterampilan mengelola penyuluhan adalah keterampilan penyuluh dalam menciptakan dan memelihara kondisi penyuluhan kondusif dan mengembalikannya apabila ada hal-hal mengganggu penyuluhan.

f. Keterampilan Bervariasi

Keterampilan bervariasi adalah keterampilan seorang penyuluh untuk menjaga suasana penyuluhan tetap menarik perhatian dan tidak membosankan sehingga sasaran tetap menunjukkan sikap antusias, penuh gairah, dan berpartisipasi aktif dalam proses penyuluhan.

g. Keterampilan Menutup

Penyuluhan Kegiatan menutup penyuluhan adalah suatu kegiatan untuk memberikan gambaran tentang apa yang telah dipelajari. Selama penyuluhan dan keterkaitan dengan pengalaman. Menutup penyuluhan berarti mengakhiri kegiatan penyuluhan. Teknik menutup penyuluhan dapat dilakukan dengan cara mengulangi intisari materi penyuluhan, membuat kesimpulan, membangkitkan motivasi.

D. Media Penyuluhan

Berdasarkan media yang digunakan, menurut Notoatmodjo tahun 2010, berdasarkan cara produksinya media dikelompokkan menjadi :

- a) Media cetak, yaitu suatu media statis yang mengutamakan pada pesan-pesan visual. Media cetak umumnya terdiri dari gambaran sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna. Adapun macam-macam antara lain : poster, leaflet, booklet, brosur, flipchart, sticker, pamflet, surat kabar
- b) Media elektronik, yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronik. Adapun macam-macamnya antara lain : TV, radio, film, video film, CD, VCD
- c) Media luar ruangan, yaitu suatu media yang menyampaikan pesan diluar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis. Adapun macam-macamnya antara lain: papan reklame, spanduk, pameran, banner, TV (Hanissa, 2018)

E. Media Video Animasi

1. Mengenal Video Animasi

Video merupakan suatu media yang sangat efektif banget untuk membantu proses dalam pembelajaran. Video kaya akan informasi dan tuntas karena sampai dihadapan audien secara langsung. Sebab video dapat menyajikan gambar bergerak dan bersuara. Kemampuan video dalam pembuatan gambar materi sangat efektif untuk membantu audien menyampaikan materi. Pengemasan media video ini dikombinasikan dengan animasi. Animasi adalah suatu kegiatan menghidupkan, menggerakkan benda diam. Suatu benda diam diberikan dorongan kekuatan, semangat dan emosi untuk menjadi hidup dan bergerak atau hanya berkesan hidup. Animasi merupakan objek diam yang proyeksikan oleh gambar bergerak di buat hidup sesuai dengan karakter dari kumpulan gambar berubah sesuai dengan rancangan (Santriani, 2021)

2. Kelebihan Media Video Animasi

Adapun kelebihan dan kekurangan dari video animasi adalah

- a. Video dapat dipakai dalam jangka waktu yang panjang dan kapan pun jika materi yang terdapat dalam video masih relevan dengan materi yang ada.
- b. Membantu siswa dalam memahami materi pelajaran dan membantu dalam proses pembelajaran.
- c. Video dapat di pelajari masyarakat luas, dengan cara mengakses media sosial seperti, youtube, istagram, tiktok.
- d. Media pembelajaran yang simple dan menyenangkan

3. Kekurangan Video Animasi

- a. Memerlukan biaya besar dalam pembuatan video animasi
- b. Hanya dapat di pergunakan dengan media komputer dan memerlukan bantuan proyektor dan speaker saat digunakan pada proses pemberian materi
- c Memerlukan waktu yang panjang pada proses pembuatan sampai terciptanya video pembelajaran

F. Pengetahuan

1. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya, pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai beberapa tingkatan yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang dipelajari sebelumnya, pada tingkatan ini recall (mengingat kembali) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsang yang diterima.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami diartikan sebagai kemampuan menjelaskan benar tentang objek yang diketahui dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar tentang dilakukan dengan objek menjelaskan topic.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi dan kondisi sebenarnya. Aplikasi disini diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagai dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Sythesis*)

Sintesis menunjukan kepada suatu kemampuan meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan melakukan penelitian terhadap suatu materi.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut (Notoatmodjo, 2010) yaitu :

a. Sosial Ekonomi

Lingkungan sosial akan mendukung tingginya pengetahuan seseorang, sedangkan ekonomi dikaitkan dengan pendidikan, ekonomi baik tingkat pendidikan akan tinggi sehingga tingkat pengetahuan akan tinggi juga. Lingkungan mempunyai pengaruh besar terhadap masuknya proses pengetahuan karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

b. Kultur (budaya, agama)

Budaya sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seorang, karena informasi yang baru akan disaring kira-kira sesuai tidak dengan budaya yang ada dan agama yang diatur.

c. Pendidikan

Semakin tinggi pendidikan maka akan mudah menerima hal-hal baru dan mudah menyelesaikannya. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi.

d. Pengalaman

Berkaitan dengan umur dan pendidikan individu, bahwa pendidikan yang tinggi. Pengetahuan merupakan cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan yang dapat diperoleh melalui pengalaman pribadi maupun pengalaman orang lain

G. Sikap

1. Pengertian

Menurut (Notoatmodjo, 2014) adalah reaksi atau responden yang masih tertutup dari sikap seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Menifulasikan sikap itu tidak dapat ditafsirkan terlebih dahulu. Seseorang ahli psikologi sosial Newcomb menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Dalam kata lain, fungsi sikap merupakan tindakan atau aktivitas akan tetapi merupakan perilaku

2. Tingkat Sikap

a. Menerima (*receiving*)

Menerima artinya bahwa orang mau diberikan intervensi

b. Merespon (*responding*)

Memberikan jawaban apabila ada yang memberi pertanyaan dan menyelesaikan merupakan suatu indikator sikap karena ada usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan

c. Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan dengan orang lain suatu masalah adalah suatu indikasi sikap.

d. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilih nya dengan segala resiko mempunyai sikap yang paling tinggi. predisposing perilaku atau reaksi tertutup.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Sikap

Menurut (wawan & dkk, 2019) Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu :

a. Pengalaman Pribadi

Hal yang dapat menjadi dasar pembentukan sikap yaitu, mempunyai pengalaman pribadi harusah meningkatkan pengalaman pribadi yang kuat, itulah alasannya, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman diri sendiri terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional

b. Pengaruh Kebudayaan

Tanpa sadar kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaanlah yang memberi corak pengalaman

c. Media Massa

Media masa merupakan sarana komunikasi, Seperti surat kabar, radio atau surat kabar lainnya. Berita yang seharusnya factual yang di sampaikan secara tepat cenderung di pengaruhi oleh sikap penulisannya, karena berpengaruh terhadap sikap .

d. Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Konsep moral serta ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan sistem kepercayaan tidak mengherankan kalau konsep mempengaruhi sikap

e. Pengaruh Orang Lain yang di Anggap Penting

Penting lebih cenderung memiliki sikap yang searah dengan orang yang dianggap penting. Kecenderungan ini dimotivasi untuk menghindari konflik dengan orang di anggap peting

f. Faktor Emosional

Faktor emosional suatu bentuk sikap adalah pernyataan yang di dasari emosi yang berfungsi berbagai semacam dengan penyaluran frustrasi

H. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan salah satu pendukung penelitian, hal ini karena kerangka teoritis adalah wadah dimana akan dijelaskan teori-teori yang berhubungan variabel-variabel yang diteliti

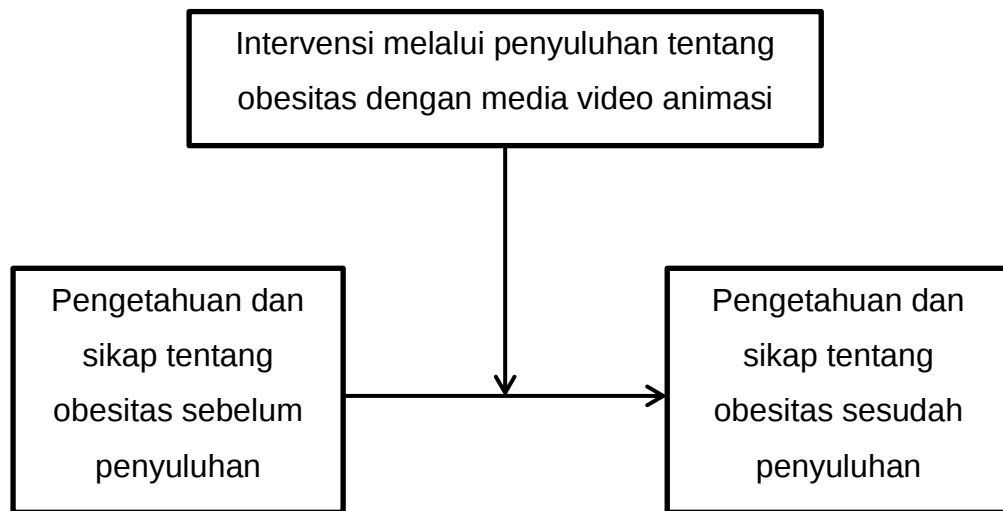


Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi Teori Lawrance Green

I. Kerangka Konsep

Variabel penelitian ini meliputi beberapa variabel yaitu variabel independen (variabel bebas) yaitu penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi sedangkan dependent (variabel terikat) yaitu peningkatan pengetahuan dan sikap tentang obesitas pada remaja sekolah menengah pertama .



Gambar 2. Kerangka Konsep

J. Defenisi Operational

Tabel 1. Defenisi Operational

Variabel	Defenisi Operational	Skala
Penyuluhan	Kegiatan Penyuluhan tentang informasi tentang obesitas menggunakan media video animasi kepada responden. Penyuluhan dengan media video animasi diberikan dengan waktu 6 menit sebanyak 3 kali sesuai dengan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dengan jarak waktu edukasi ke-1, ke-2 dan ke-3 masing-masing 1 minggu dengan topik meliputi : Pengertian , Remaja, Penyebab, Dampak, Gejala, Pencegahan obesitas	Nominal
Pengetahuan remaja tentang obesitas	Diberikan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan remaja. Kemampuan pemahaman pengetahuan siswa/i UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh tentang obesitas diukur dengan menggunakan kuesioner sebanyak 10 pertanyaan. Jika jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0.	Rasio
Sikap remaja tentang obesitas	Diberikan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur sikap remaja. Kemampuan sikap siswa/i UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh terhadap obesitas diukur menggunakan kuesioner yaitu sikap positif dan sikap negative. Terdiri dari 10 pertanyaan, dimana terdiri dari 8 pertanyaan positive dan 2 pertanyaan negative. dengan bobot skor pertanyaan terdiri dari pertanyaan positif mendukung dengan pilihan : Setuju (S) : 1 Tidak Setuju (TS) : 0 Jika pertanyaan negative berlaku hasil ukur sebaliknya Tidak Setuju (TS) : 1 Setuju (S) : 0	Rasio

K. Hipotesis

- Ha : Ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
- Ho : Tidak Ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Aula UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh yang berada di Jalan Besar Lima Puluh No. 07 Kota, Kecamatan Lima Puluh Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatera Utara

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di Aula UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh pada tanggal 05 April-11 Mei 2024

B. Jenis dan Rancangan Penelitian

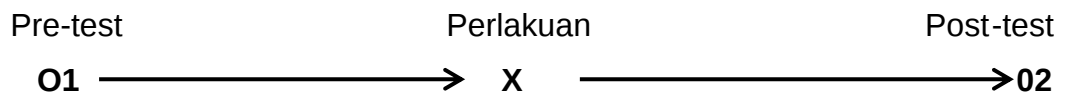
a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah Quasi eksperiment dengan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh variabel indepent (Pengaruh Penyuluhan melalui media Video animasi) terhadap variabel dependen (pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas).

b. Rancangan Penelitian

Rancangan penlitian ini adalah rancangan menggunakan desain penelitian *One Grup, Pre-test dan Post-test design*. Dimana untuk mengetahui perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi

Adapun desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut :



Gambar 3 Desain Penelitian

Keterangan :

O1 : Pre-test pengetahuan dan sikap remaja sebelum dilakukan intervensi

X : Memberikan intervensi penyuluhan dengan media video animasi

O2 : Post-test pengetahuan dan sikap remaja sesudah dilakukan intervensi

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah siswa/i kelas VIII remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh yang berjumlah 212 orang

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dalam pengambilan jumlah sampel dilakukan dengan metode teknik simple random sampling. Simple Random Sampling merupakan cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan random tanpa memperhatikan tingkatan dalam populasi tersebut. Hal ini anggota dianggap populasi dianggap sama. Cara pengambilan pemilihan sampel di setiap kelas melalui pemilihan nama pada daftar absensi masing-masing murid pada setiap kelas sesuai jumlah sampel tiap kelas dan dilakukan penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi di aula UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh.

rumus perhitungan sampel :

Penentuan jumlah sampel untuk penelitian ini memakai rumus slovin dengan tingkat kesalahan 10-20% sebagai berikut :

Keterangan :

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

n = Jumlah Responden

N = Jumlah Populasi

e = Presentasi kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan data sampel yang masih bisa ditolerir, dengan rentang sampel yang dapat diambil dari teknik Slovin adalah antara 10-20% dari hasil penelitian

$$n = \frac{212}{1 + 212 (0,15)^2}$$

$$n = \frac{212}{5,77}$$

$$n = 36$$

Dari hasil perhitungan di atas jumlah sampel sebanyak 36 siswa remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh.

Jadi, pengambilan sampel pada setiap kelas ditentukan berdasarkan rumus :

$$n = \frac{\text{jumlah siswa} - \text{siwi dikelas}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{jumlah responden, perhitungan rumus :}$$

Tabel 2 . Jumlah Sampel Tiap Kelas

No	Kelas	Jumlah siswa/i	Jumlah Sampel Secara Populasi	Jumlah sampel
1	VIII 1	33	33/212x36	6
2	VIII 2	31	31/212x36	5
3	VIII 3	29	29/212x36	5
4	VIII 4	30	30/212x36	5
5	VIII 5	30	30/212x36	5
6	VIII 6	28	28/212x36	5
7	VIII 7	31	31/212x36	5
		212	Jumlah	36

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Pada penelitian ini jenis data yang dikumpulkan meliputi data primer dan data sekunder

1. Data Primer

Data Primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti, terdiri dari :

1. Data identitas sampel meliputi nama, umur dan jenis kelamin yang diperoleh dengan intervensi penyuluhan kepada sampel menggunakan alat bantu kuesioner. Setelah terisi dicek kembali untuk melihat kelengkapan data

2. Data Pengetahuan dan sikap

Data pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan kuesioner yang diisi sendiri oleh sampel. Data pengetahuan dan sikap diperoleh dengan prosedur berikut:

- memperoleh kuesioner yang akan diisi
- Menjelaskan cara pengisian kuesioner
- Dipersilahkan untuk menjawab semua pertanyaan yang ada di dalam kuesioner tanpa terkecuali
- Setelah selesai di jawab, dikumpulkan kembali kepada peneliti
- Kuesioner yang telah diisi dicek kembali, jangan sampai ada yang tidak terisi

2. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh peneliti secara tidak langsung, yaitu dari Dinas Kesehatan Kabupaten Batu Bara dan diperoleh dari pihak sekolah mengenai gambaran umum lokasi penelitian diwilayah kerja mengenai gambaran umum wilayah lokasi penelitian

E. Tahapan Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Aula UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh. Pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari 2 cara yaitu secara langsung (data primer) dan tidak langsung (data sekunder). Pemberian jarak antara *pre-test* dan intervensi sebaiknya tidak terlalu lama hal ini dilakukan untuk meminimalisir adanya pengaruh dari luar sebelum intervensi. Berdasarkan penelitian (Annisa, 2021) pemilihan jarak antara preteset dan intervensi penelitian ini adalah 7 hari, dan jarak antara intervensi dan *post-test* berdasarkan penelitian sebelumnya yaitu 1 hari. Adapun alur penelitian ini digunakan sebagai berikut :

1. Tahap awal (*pretest*)

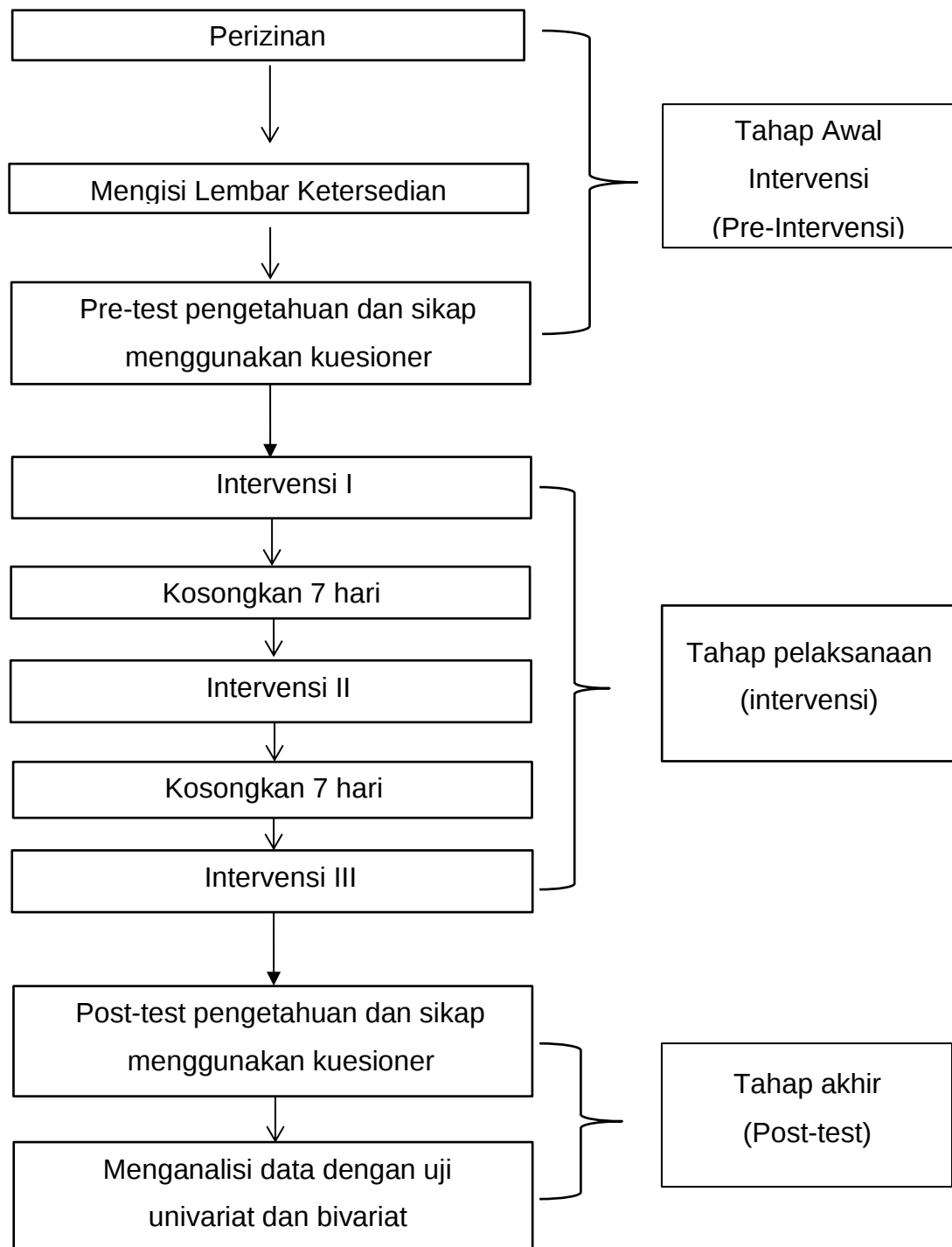
Kelompok intervensi yang berjumlah 36 responden diberikan *pretest* dengan menggunakan kuesioner sebelum diberikan penyuluhan dengan video animasi. Setelah diberikan *pretest*, maka penelitian menghitung hasil dari *pretest* tersebut.

2. Tahap Perlakuan

Setelah diberikan *pretest* maka dilakukan intervensi penyuluhan tentang obesitas. Remaja diberikan intervensi dengan video animasi dilakukan di kelas dengan menayangkan video animasi. Video diputar 3 kali lalu peneliti menjelaskan apa yang didalam video tersebut, Setelah penayangan video selesai semuanya memberikan pertanyaan kepada setiap remaja yang terdapat didalam kelas tersebut.

3. Tahap akhir

Setelah dilakukan intervensi melalui penyuluhan maka remaja di sekolah diberikan test akhir (*post-test* dengan menggunakan kuesioner yang sama pada saat *pre-test*. Tujuannya untuk mengetahui rata-rata peningkatan pengaruh penyuluhan dengan media video anima.si terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang obesitas.



Gambar 3 Tahap penelitian

F. Pengolahan Data dan analisis data

1. Pengolahan data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer yang dilakukan melalui suatu proses dengan tahapan-tahapan berikut :

1. *Editing data*

Memeriksa data merupakan tahap pemilihan dan pemeriksaan kelengkapan data-data yang diperoleh untuk mengelompokkan dan menyusun data. Pengelompokan data bertujuan untuk memudahkan pengolahan data

2. *Coding Data*

Memberikan kode terhadap hasil yang diperoleh dari data yang ada yaitu menurut jenisnya, kemudian dimasukkan dalam lembar tabel mempermudah melakukan analisis terhadap data yang diperoleh

3. *Tabulating*

Menyusun data adalah memasukkan data-data hasil penelitian kedalam table sesuai kriteria data yang telah ditentukan.

4. *Processing Data*

Data yang telah ditabulasi dan diolah secara manual atau komputer agar dapat dianalisis

5. *Cleaning*

Melakukan pengecekan kembali data yang sudah dimasukan kekomputer ada kesalahan atau tidak. Dalam pengolahan ini tidak ditemukan kesalahan.

2. Analisis Data

Analisis data dilakukan secara bertahap yaitu analisis data univariat dan bivariat :

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menentukan skor dari variabel independent (Penyuluhan) terhadap variabel dependet (Pengetahuan dan Sikap) mengenai pencegahan obesitas. Data dianalisis untuk menguji hipotesis dari sampel yang diberikan intervensi dan melihat data yang di dapatkan dari sebelum dan sesudah diberikan dengan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang obesitas pada remaja

b. Analisis Bivariat

Sebelum melakukan uji bivariate dilakukan terlebih dahulu uji kolmogrof-smirnof. Analisis bivariate dalam penelitian ini jika distribusi data normal menggunakan uji paired sampel T-test yang bertujuan untuk menguji pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh. Uji paired sampel T-test digunakan untuk mengetahui rata-rata skor sebelum dan sesudah kelompok intervensi dilakukan. Jika data berdistribusi tidak normal maka menggunakan uji Wilcoxon yang bertujuan untuk mengukur signifikasi perbedaan data berpasangan. Kriteria pengambilan keputusan hasil adalah sebagai berikut.

- a. Jika nilai $p < 0,05$ maka H_a diterima/ H_o ditolak artinya ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara
- b. Jika nilai $p > 0,05$ maka H_a ditolak/ H_o diterima artinya tidak ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Negeri 1 Lima Puluh terletak di Jalan Besar Lima Puluh Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatera Utara, Kode Pos 21255. Kepala sekolah Rr Puji Rahayu Ningtias, S.Pd. Akreditasi Sekolah A. Identitas sekolah, yaitu : NPSN 10204149, status Negeri, bentuk pendidikan SMP, status kepemilikan milik Pemerintah, Tahun Operational Pendirian 1965.

Luas tanah 12.167 m² (Surat Keterangan Tanah) dari kantor kecamatan. Data rinci yaitu : jumlah siswa di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh, yaitu tahun 2023/2024 keseluruhannya adalah sebanyak 716 orang, terdapat beberapa data ruang kelas VII, VIII, IX yaitu 24 kelas. Data ruang belajar lainnya yaitu perpustakaan ada 2 ruang dengan ukuran 7x15 m², Lab IPA ada 2 ruang dengan ukuran 7x12 m², Kesenian dengan ukuran 7x15 m², BK dengan ukuran 7x7 m², kantor TU dengan ukuran 7x12 m², kantor bend dengan ukuran 7x7 m², laboratorium komputer dengan ukuran 7x15 m², keterampilan dengan ukuran 7x15 m², ruang aula ukuran 7x12 m², ruang guru ukuran 7x18², mushollah ukuran 7x9 m² dan kamar mandi ukuran 3x4 m².

B. Hasil Analisis Univariat

1. Karakteristik Sampel

a. Usia

Umur (usia) merupakan waktu hidup seseorang mulai sejak lahir hingga sekarang yang diukur dengan patokan skala tahun. Pada penelitian ini responden berusia 13-16 tahun.

Tabel 3. Distribusi sampel berdasarkan umur

No	Umur	n	%
1.	13 Tahun	14	38.9%
2.	14 Tahun	20	55.6%
3.	15 Tahun	1	2.8%
4.	16 Tahun	1	2.8%
Total		36	100%

Dari tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa sampel remaja paling banyak adalah usia 14 tahun sebanyak 20 orang (55,6%), dan usia paling sedikit adalah 16 tahun sebanyak 1 orang (2,8%).

b. Kelas

Tabel 4. Distribusi sampel berdasarkan kelas

No	Kelas	n	%
1	VIII a	6	16.7%
2	VIII b	5	13.9%
3	VIII c	5	13.9%
4	VIII d	5	13.9%
5	VIII e	5	13.9%
6	VIII f	5	13.9%
7	VIII g	5	13.9%
Total		36	100%

Berdasarkan tabel 4. Dapat diketahui bahwa bahwa sampel paling banyak adalah kelas VIII a sebanyak 6 orang (16.7%), kelas VIII b sebanyak 5 orang (13.9%), kelas VIII c sebanyak 5 orang (13.9%), kelas VIII d sebanyak 5 orang (13.9%), kelas VIII e sebanyak 5 orang (13.9%), kelas VIII f sebanyak 5 orang (13.9%), kelas VIII g sebanyak 5 orang (13.9%).

c. Jenis kelamin

Tabel 5. Distribusi sampel berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki – laki	19	52.8%
Perempuan	17	47.2%
Total	36	100%

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin pada tabel 5. Didapatkan hasil kaum laki-laki lebih mendominasi yakni sebesar 19 remaja (52.8%) dan pada sampel dengan jenis kelamin laki laki sebesar 17 remaja (47.2%).

d. Pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara

Rata-rata nilai pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh dapat dilihat pada tabel 6 berikut ini :

Tabel 6. Distribusi rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah

Waktu Pengukuran	Rata-Rata	Std. Deviasi	Min	Max
Sebelum Intervensi	5.06	1.638	2	8
Sesudah Intervensi	8.44	1.340	5	10
Selisih	3.38			

Tabel 6 menunjukkan bahwa rata rata skor pengetahuan remaja sebelum intervensi sebesar 5.06 dengan standar deviasi 1.638. Nilai minimum yang didapat remaja adalah 2 dan nilai maksimum adalah 8 sedangkan rata rata skor pengetahuan sesudah intervensi yaitu 8.44 dengan standar deviasi 1.340. Nilai minimum yang didapat remaja adalah 5 dan nilai maksimum yang didapat remaja adalah 10. Selisih rata rata sebelum intervensi dan sesudah intervensi adalah 3.38

Tabel 7. Hasil Penilaian Kuesioner Pengetahuan

Topik Pertanyaan	<i>Pre-test</i>				<i>Post test</i>			
	Benar		Salah		Benar		Salah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Apa yang dimaksud dengan Obesitas (P1)	27	75	9	25	35	97.2	1	2.7
Faktor Penyebab Obesitas (P2)	7	19.4	29	80.5	16	44.4	20	55.5
Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun (P3)	27	75	9	25	34	94.4	2	5.5
Apa saja Faktor penyebab obesitas (P4)	23	63.8	13	36.1	32	88.8	4	11.1
Obesitas tidak hanya buruk dimata tetapi dilemma bagi kesehatan, obesitas secara langsung dapat membahayakan kesehatan manusia (P5)	26	72.2	10	27.7	26	72.2	10	27.7
Dampak obesitas dapat meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis (P6)	5	13.8	31	86.1	26	72.2	10	27.7
Gejala seseorang yang mengalami obesitas (P7)	24	66.6	12	33.3	35	97.2	1	2.7
Berapa kali/hari pola makan yang baik (P8)	8	22.2	28	77.7	31	86.1	5	13.8
Salah satu penyebab terjadinya obesitas (P9)	12	33.3	24	66.6	32	88.8	4	11.1
Bagaiman Cara pencegahan obesitas	23	63.8	13	36.1	34	94.4	2	5.5

*p=nomor urut pertanyaan

Pada Tabel 7 menunjukan bahwa pertanyaan yang paling tinggi peningkatanya dijawab benar adalah pertanyaan Berapa kali/hari pola makan yang baik (P8) sebelum intervensi dengan sebesar 8 (22.2%) menjadi 31 (86.1) sesudah intervensi.

- e. Sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara

Rata-rata nilai pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh dapat dilihat pada tabel 8 berikut ini :

Tabel 8. Distribusi rata-rata sikap sebelum dan sesudah intervensi

Waktu Pengukuran	Rata-Rata	Std. Deviasi	Min	Max
Sebelum Intervensi	6.42	1.461	2	9
Sesudah Intervensi	8.75	1.052	1	10
Selisih	2.33			

Tabel 8 menunjukkan bahwa rata rata skor pengetahuan remaja sebelum intervensi sebesar 6.42 dengan standar deviasi 1.461. Nilai minimum yang didapat remaja adalah 2 dan nilai maksimum adalah 9 sedangkan rata rata skor pengetahuan sesudah intervensi yaitu 8.75 dengan standar deviasi 1.052. Nilai minimum yang didapat remaja adalah 1 dan nilai maksimum yang didapat remaja adalah 10. Selisih rata-rata sebelum intervensi dan sesudah intervensi adalah 2.33.

Tabel 9 Hasil penilaian kuesioner sikap

Topik Pertanyaan	Pre-test				Post test			
	Setuju		Tidak Setuju		Setuju		Tidak Setuju	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Obesitas adalah satu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih (S1)	28	77.7	8	22.2	36	100	0	0
Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar (S2)	19	52.7	17	47.2	31	86.1	5	13.8
Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun (S3)	19	52.7	17	47.2	31	86.1	5	13.8
Faktor keturunan/genetic, kurang aktivitas fisik, pola makan yang buruk , tingkat	28	77.7	8	22.2	34	94.4	2	5.5

sosial ekonomi, faktor psikologis adalah penyebab terjadinya obesitas (S4)										
Obesitas membahayakan kesehatan dan menyebabkan penyakit kronis (S5)	24	66.6	12	33.3	36	100	0	0		
Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis (S6)	14	38.8	22	61.1	36	100	0	0		
Kebiasaan tidur dengan mendengkur adalah salah satu gejala obesitas (S7)	27	75	9	25	33	91.6	3	8.3		
Pola makan yang baik adalah 2 kali /hari (S8)	23	61.1	13	36.1	11	30.4	25	69.4		
Faktor keturunan/genetic tidak dapat mempengaruhi obesitas (S9)	16	44.4	20	55.5	11	30.5	25	69.4		
Mengatur pola makan yang baik adalah salah satu cara pencegahan obesitas (S10)	30	83.3	6	16.6	33	91.6	3	8.3		

*S=nomor urut pertanyaan

Tabel 9 menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan pertanyaan positif yang paling sedikit dijawab setuju adalah Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis (S6) berjumlah 14 (38.8%) dan sesudah diberikan penyuluhan, pernyataan dijawab setuju menjadi 36 (100%). Yang artinya ada peningkatan rata-rata skor menjawab setuju pada setuju pada pertanyaan positive.

Sedangkan sebelum diberikan penyuluhan pada pertanyaan negative yang paling sedikit menjawab tidak setuju adalah Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari (S8) berjumlah 13 (36.1%) dan sesudah diberikan penyuluhan, pertanyaan dijawab tidak setuju menjadi 25 (69.4%). Yang artinya ada peningkatan rata-rata skor menjawab tidak setuju pada pertanyaan negative (S8) sebanyak 25 (69.4%).

C. Hasil Analisis Bivariat

- a. Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara

Hasil Analisis pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara sebelum dan sesudah intervensi dapat dilihat pada tabel 8 berikut ini :

Tabel 10. Analisis pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Waktu Pengukuran	Rata-Rata	n	Std. Deviasi	p value
Sebelum Intervensi	5.06	36	1.638	0.001
Sesudah Intervensi	8.44	36	1.340	

Berdasarkan tabel 8 terlihat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja dilakukan uji statistic menggunakan uji T-Dependent diperoleh nilai $p=0,001$ yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan media video animasi terhadap pengetahuan sampel. Dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistic dengan syarat $p<0,05$ maka H_a diterima.

- b. Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan sikap Remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara

Hasil analisis pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara sebelum dan sesudah intervensi dapat di lihat pada tabel 10 berikut ini :

Tabel 11. Analisis sikap sebelum dan sesudah intervensi

Waktu Pengukuran	Rata-Rata	n	Std. Deviasi	p value
Sebelum Intervensi	6.42	36	1.461	0.001
Sesudah Intervensi	8.47	36	1.052	

Berdasarkan tabel 10 terlihat sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media video animasi terhadap peningkatan sikap pada remaja dilakukan uji statistic menggunakan T-Dependent diperoleh nilai $p=0,001$ yang menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dengan media video animasi terhadap sikap sampel. Dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%. Hal ini sesuai dengan penarikan kesimpulan uji statistic dengan syarat $p<0,05$ maka H_a diterima.

D. Pembahasan

1. Karakteristik Sampel

Pada penelitian ini, sampel berdasarkan usia remaja yang paling mendominasi usia 14 tahun sebanyak 20 orang (55,6%) dan umur lainnya 13 tahun sebanyak 14 orang (38,9%), dan umur 15 tahun sebanyak 1 orang (2,8%), dan umur 16 tahun sebanyak 1 orang (2,8%) dan usia paling sedikit adalah 16 tahun sebanyak 1 orang (2,8%). Yang artinya bahwa remaja dalam hal ini umur yang diharapkan mampu memberikan perhatian lebih pembelajaran tentang obesitas pada remaja menggunakan media video animasi. Berdasarkan penelitian ini juga karakteristik jenis kelamin didapatkan hasil kaum laki laki lebih mendominasi yakni 19 orang (52,8%) sedangkan pada perempuan sebesar 17 orang (42,7%). Pertumbuhan dan perkembangan pada masa ini akan sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan berikutnya namun pada masa ini sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan berikutnya namun pada masa ini sering terjadi hambatan dan masalah gizi terutama obesitas.

2. Pengetahuan Remaja tentang Obesitas

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa. (Kubilawati et al., 2022).

Hasil *pre-test*, ada 7 pertanyaan diatas 30% yang menjawab salah yaitu Gejala seseorang yang mengalami obesitas (P7) sebanyak 12 (33.3%), Apa saja faktor penyebab obesitas (P4) sebanyak 13 (36.1%), Bagaimana cara pencegahan obesitas (P10) sebanyak 13 (36.1%), Salah satu Penyebab terjadinya obesitas (P9) sebanyak 24 (66.6%), Cara pola makan yang baik adalah (P8) sebanyak 28 (77.7%) , Obesitas bisa terjadi (P2) sebanyak 29 (80.5%) dan Dampak obesitas dapat meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis (P6) sebanyak 31 (86.1%)

Sedangkan hasil *post-test*, hanya 1 pertanyaan yang menjawab salah diatas 30% yaitu Obesitas bisa terjadi (P2) sebanyak 20 (55.5%). Dapat disimpulkan dari hasil *pretest* pengetahuan ada 7 pertanyaan diatas 30% sampel yang menjawab salah, sedangkan dari hasil *posttest* pengetahuan hanya 1 pertanyaan diatas 30% yang menjawab salah. Menunjukkan bahwa sudah ada peningkatan dari hasil *posttest* setelah melakukan penyuluhan dengan media video animasi. Rata-rata skor pengetahuan sebelum melakukan penyuluhan dengan media video animasi adalah 5.06 dengan dengan nilai minimum 2 dan nilai maksimum adalah 8 sedangkan rata rata skor pengetahuan sesudah intervensi yaitu 8.44 dengan nilai minimum yang didapat remaja adalah 5 dan nilai maksimum yang didapat remaja adalah 10. Setelah melakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan dengan selisih 3.16.

3. Sikap Remaja tentang Obesitas

Sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu (Kubilawati et al., 2022). Hasil pada pretest, Ada 3 pertanyaan positif yang menjawab setuju dibawah 55% yaitu Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis (S6) sebanyak 14 (38.8%), Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar (S2) sebanyak 19 (52.7%), Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun (S3) sebanyak 19 (52.7%), dan ada 1 pertanyaan negative yang menjawab tidak setuju dibawah 55% yaitu Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari sebanyak 13 (36.1%).

Sedangkan hasil posttest, tidak ada pertanyaan positif yang menjawab dibawah 45%, sedangkan pertanyaan negatif juga sama tidak ada yang menjawab dibawah 45%. Dapat disimpulkan dari hasil pretest sikap pada pertanyaan positif terdapat dibawah 55% sampel menjawab 3 pertanyaan setuju. Pada pertanyaan negative terdapat dibawah 55% sampel menjawab 1 pertanyaan tidak setuju. Sedangkan dari hasil posttest pertanyaan positif dan pertanyaan negatif tidak ada pertanyaan menjawab 45%. Menunjukan bahwa sudah ada peningkatan dari hasil posttest setelah melakukan penyuluhan dengan media video animasi. Rata-rata skor sikap sebelum melakukan penyuluhan dengan media video animasi adalah 6,42 dengan nilai minimal 2 dan maksimal 9. Rata-rata skor sikap setelah melakukan penyuluhan dengan media animasi adalah 8.75 dengan nilai minimal 1 dan maksimal 10. Setelah melakukan penyuluhan terjadi peningkatan skor dengan selisih 2.33

4. Pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan ada peningkatan rata-rata skor pengetahuan sampel sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 5.06 dengan standar deviasi 1.638. Rata-rata skor pengetahuan mengalami peningkatan setelah diberikan media animasi yaitu menjadi 8.44 dengan standar deviasi 1.340. Hasil statistik diperoleh dengan nilai signifikan diperoleh $p=0,001<0,05$ yang berarti ada perbedaan rata-rata 3.38 penyuluhan tentang obesitas terhadap pengetahuan pada remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Senosa Ginting et al., 2024) menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap sikap pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam nilai signifikan $p=0,000$.

5. Pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap peningkatan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan ada peningkatan rata-rata skor sikap sebelum diberikan penyuluhan dengan media animasi adalah 6.42 dengan standar deviasi 1.461. Rata-rata skor sikap mengalami kenaikan setelah diberikan penyuluhan dengan media animasi yaitu menjadi 8.47 dengan standar deviasi 1.052. Berdasarkan uji statistik didapatkan hasil bahwa ada perbedaan sikap siswa-siswi sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan tentang obesitas .

Hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata remaja sesudah diberikan penyuluhan. Dengan nilai signifikan diperoleh $p=0,001<0,05$ yang berarti ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas terhadap sikap pada remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Kabupaten Batu Bara.

6. Hambatan

Dalam pengumpulan data hambatan yang dialami yaitu jam pada saat memulai kegiatan penyuluhan dengan media video animasi tidak dapat dilakukan sesuai dengan ketentuan yaitu sebelum jam yang ditentukan dimulai karena para sampel sedang dalam kegiatan belajar mengajar dikelas.

Untuk mengatasi hambatan dilakukan dijadwalkan kembali sesuai kesepakatan bersama untuk dilakukan penyuluhan agar semua sampel dapat menghadiri penyuluhan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang obesitas pada remaja dengan rata-rata skor pengetahuan sebesar 5,06 meningkat menjadi 8,44 sesudah penyuluhan
2. Ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang obesitas pada remaja dengan rata-rata skor sikap remaja sebesar 6,42 meningkat menjadi 8,47 sesudah penyuluhan
3. Ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap pengetahuan remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh dengan nilai p value = 0,000.
4. Ada pengaruh penyuluhan tentang obesitas dengan media video animasi terhadap sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh dengan nilai p value = 0,000.

B. Saran

1. Bagi pihak sekolah

Pihak sekolah perlu meningkatkan penyuluhan secara rutin dengan menggunakan alat media seperti video animasi tentang obesitas yang digunakan sesuai petunjuk ahli gizi untuk upaya pencegahan masalah gizi remaja dan peningkatan prestasi belajar.

2. Bagi responden

Bagi siswa/i Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh agar dapat meningkatkan pengetahuan tentang obesitas serta disarankan untuk berupaya menggali informasi mengenai obesitas baik dari artikel, buku, perpustakaan, internet, maupun media yang lainnya agar dapat meningkatkan pengetahuan tentang obesitas

DAFTAR PUSTAKA

- Agustien, R., Umamah, N., & Sumarno, S. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Dua Dimensi Situs Pekauman di Bondowoso Dengan Model Addie Mata Pelajaran Sejarah Kelas X IPS. *Jurnal Edukasi*, 5(1), 19.
- ayu azizah rizkita, D. 2018. (2018). *Quasi-experimental Study*.
- Dewi, M. C. (2015). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas. *Majority*, 4(8), 53–56.
- Dewita, E. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Tambang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(1), 7–14.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133.
- Dinkes Batu Bara, U. P. (2021). *Laporan penjaringan*.
- Fadila, A. R., & Kurniasari, R. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Terhadap Peningkatan Pengetahuan dalam Upaya Pencegahan Obesitas pada Remaja di MTs Al-Khairiyah. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(2), 113–119.
- Fatmawati, T. Y., & Efni, N. (2022). *Edukasi Pencegahan Obesitas pada Siswa SMPN Kota Jambi*. 4(2), 188–194.
- Fisik, A. (2020). *Edukasi aktivitas fisik dalam pencegahan obesitas di madrasah tsanawiyah aisyiyah kota binjai education of physical activities in obesity prevention in madrasah tsanawiyah aisyiyah binjai city*. 1–6.
- Hanissa, D. (2018). Efektivitas Penggunaan Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Tentang Pedoman Gizi Seimbang Pada Siswa Smp Negeri 5 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Inayah, I., Hidayati, N., Santoso, E. B., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, I., Surabaya, B., & Keperawatan, I. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Obesitas Pada Remaja Akhir SMA X di Sidoarjo. *Graha Medika Public Health Journal*, 1(2), 2829–1956.

- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kubilawati et al., 2022. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kebidanan*, 11(1), 5–6.
- Media, P., & Animasi, V. (2009). *Pengembangan Media Pembelajaran Video Animasi Materi Volume Bangun Ruang untuk SD Kelas V Delila Khoiriyah Mashuri Abstrak*. 1–11.
- Mujtahidin, A. N., Fatmaningrum, W., & Kinandita, H. (2015). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Fleksibilitas Lumbal Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *JUXTA: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Universitas Airlangga*, 7(1), 32–36.
- Muna, N. I., & Mardiana, M. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 1–11.
- Sajawandi, L. (2015). Pengaruh obesitas pada perkembangan siswa sekolah dasar dan penanganannya dari pihak sekolah dan keluarga. *Jurnal Untirta*, 1–13.
- Santriani, G. (2021). *Pengaruh edukasi kesehatan melalui media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap dalam pencegahan obesitas anak. March*, 1–19.
- Senosa Ginting, I., Hairuddin Angkat, A., Fatahillah Pasaribu, S., Lestari, W., Gizi, J., Kesehatan Medan, P., Kesehatan Masyarakat, F., & Kesehatan Helvetia, I. (2024). Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 2(1), 180–198.
- Sukma, D. . (2014). Memilih Makanan Jajanan Dengan Obesitas. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dalam Memilih Makanan Jajanan Dengan Obesitas Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Brebes*.
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamili, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Health Journal*, 7(03), 124–131.

WHO. (2018). *Obesitas di Wilayah Pasifik*.

zulfira azizah nur'aini. (2019). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Jajanan Sehat Pada Siswa SDN 1 Gading, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang. *Poltekkes Malang, 1991*, 5–41.

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Jadwal Penelitian Maret 2023 - Mei 2024

No	Kegiatan	Maret-Juni 2023	Juli 2023	Agustus-Maret 2023-2024	April-Mei 2024
1	Penulusuran Pustaka				
2	Survey Pendahuluan				
3	Penyelesaian Proposal				
4	Seminar Proposal				
5	Perbaikan Proposal				
6	Pengijinan Penelitian				
7	Pelaksanaan Penelitian				
8	Seminar Hasil Skripsi				

Lampiran 2. Story Board Video Animasi

STORY BOARD VIDEO ANIMASI PENGARUH PENYULUHAN TENTANG OBESITAS DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGARUH DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH

Scane	Board	Waktu	Deskripsi
Pertemuan 1			
1		5 detik	Menayangkan opening video dengan memperkenalkan asal kampus
2		3 detik	Memperkenalkan diri
3		4 detik	Penayangan video dengan memperkenalkan judul dengan pendukung musik latar.
4		27 detik	Adengan pengantar akan menjelaskan defenisi obesitas

5		28 detik	Menayangkan penjelasan tentang remaja
6		3 detik	Menayangkan golongan usia remaja
7		20 detik	Menayangkan penjelasan tentang pra remaja
8		10 detik	Menayangkan penjelasan tentang remaja awal
9		10 detik	Menayangkan penjelasan tentang remaja lanjut.
10		40 detik	Menayangkan penjelasan tentang perilaku remaja

Pertemuan 2			
11		2 detik	Menayangkan faktor-faktor penyebab obesitas
12		24 detik	Menayangkan penyebab obesitas yang pertama yaitu faktor keturunan dan genetic
13		20 detik	Menayangkan penyebab obesitas yang kedua yaitu faktor kurangnya aktivitas fisik
14		30 detik	Menayangkan penyebab obesitas yang ketiga yaitu faktor pola makan yang buruk
15		27 detik	Menayangkan penyebab obesitas yang keempat yaitu faktor tingkat sosial ekonomi
16		21 detik	Menayangkan penyebab obesitas yang kelima yaitu faktor psikologis

17		30 detik	Menayangkan dampak obesitas
Pertemuan 3			
18		20 detik	Menayangkan gejala obesitas
19		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang pertama yaitu kebiasaan tidur dengan mendengkur
20		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang kedua yaitu nyeri persendian
21		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang ketiga yaitu sesak nafas saat tidur
22		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang keempat yaitu keringat berlebihan

23		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang kelima yaitu sulit bernafas
24		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang keenam yaitu sering merasa mengantuk dan lelah
25		3 detik	Menayangkan gejala obesitas yang ketujuh yaitu ada ruam atau infeksi pada lipatan
26		2 detik	Menayangkan cara pencegahan obesitas
27		23 detik	Menayangkan cara pencegahan obesitas yang pertama yaitu pola makan yang baik
28		26 detik	Menayangkan cara pencegahan obesitas yang kedua yaitu aktivitas yang cukup.
29		13 detik	Menayangkan cara pencegahan obesitas yang ketiga yaitu konsumsi buah dan sayur

30		10 detik	Menayangkan cara pencegahan obesitas yang keempat yaitu konsumsi ikan
27		2 detik	Menayangkan penutupan video

Lampiran 3. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden Penelitian

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Penelitian ini mengenai : Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Kelas :

No. Absen :

Jenis kelamin :

Usia :

Setelah mendapat penjelasan dari pihak peneliti, bersedia menjadi responden pada penelitian yang akan dilakukan oleh Yohana Claudia Br Silaen Program Studi Gizi dan Dietetika Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Demikian pernyataan ini dibuat untuk digunakan seperlunya dan apabila dalam penelitian ini ada perubahan dan keberatan menjadi responden dapat mengajukan pengunduran diri.

Lima Puluh, 2024

Peneliti

Responden

(Yohana Claudia Br Silaen)

(.....)

Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

Tema : Obesitas Remaja
Sub Tema : Mengenali tentang obesitas
Tempat : Ruangan kelas UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh
Waktu : 35 menit setiap pertemuan
Metode : Penyuluhan dengan media video animasi
Sasaran : Siswa kelas VIII di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh sesuai dengan sampel
Penyuluh : Yohana Claudia Br Silaen

1. Tujuan

a. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan, sasaran mampu memahami mengenai tentang obesitas

b. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 30 menit, sasaran dapat :

1. Memahami pengertian obesitas
2. Memahami penyebab obesitas
3. Memahami dampak dari obesitas
4. Memahami gejala obesitas
5. Memahami pencegahan obesitas

2. Metode

Diskusi dan Tanya Jawab

3. Media

Alat bantu dengan Video Animasi

4. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap	Waktu	Kegiatan Permateri	Indikator Keberhasilan
1	Pembukaan	5 Menit	Pembukaan penyuluhan Memperkenalkan diri Menjelaskan tujuan penyuluhan Melakukan pre test	Mendapatkan respon Menyelesaikan koesioner
2	Penyajian	5 menit	Menjelaskan mengenai dengan media video animasi: 1. Pengertian obesitas 2. Pengertian remaja 3. Penyebab obesitas 4. Dampak obesitas 5. Gejala obesitas 6. Pencegahan obesitas	Menyimak dan mendengarkan
3	Diskusi dan Tanya Jawab	20 menit	Memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya tentang materi yang kurang dipahami Menanyakan kembali kepada sasaran tentang materi yang telah diberikan	Memberikan pertanyaan Menyampaikan kesimpulan hasil penyuluhan
4	Penutup	5 menit	Mengucapkan terimakasih atas partisipasi dan salam	Mendengarkan Menjawab salam

5. Materi Penyuluhan

Pertemuan I

A. Pengertian Obesitas

Obesitas adalah suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh di atas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Obesitas bisa terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar. Obesitas atau disebut juga dengan kelebihan berat badan merupakan masalah yang cukup memprihatkan dikalangan remaja

B. Pengertian Remaja

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental sehingga dapat dikelompokkan remaja terbagi dalam tahapan berikut :

1. Pra Remaja (11 atau 12 tahun)

Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun, untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - untuk perempuan 13 atau 14 tahun.

2. Remaja Awal (14 tahun - 17 tahun)

Pada fase ini perubahan-perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. banyak waktu di luangkan diluar keluarga.

3. Remaja Lanjut (17- 21 tahun)

Dirinya ingin menjadi pusat perhatian; ia ingin menonjolkan dirinya. Caranya lain dengan remaja awal

C. Perilaku Remaja

Pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku remaja dalam memilih makanan jajanan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Kurang cukupnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan jajanan akan berpengaruh terhadap status gizi seperti obesitas. Perilaku atau sikap remaja dalam memilih makanan jajanan juga sangat dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dengan hubungan terdekatnya seperti orang tua dan juga teman sebayanya serta budaya dalam keluarga dan lingkungannya.

Pertemuan II

D. Faktor penyebab obesitas

- Faktor keturunan atau genetic

Sejak lama para ilmuwan telah memperhatikan bahwa anak-anak obesitas umumnya lahir dari keluarga dengan orang tua obesitas. Jika salah satu orang tua mengalami obesitas maka 40-50% anaknya beresiko terkena obesitas tetapi jika yang kedua orang tua obesitas 80% anak mereka akan demikian beresiko obesitas.

- Kurangnya aktivitas fisik

Kebanyakan remaja menegaskan bahwa aktivitas fisik dengan olahraga disekolah saja sudah cukup, karena remaja tidak menguasai olahraga dan jenis olahraga remaja kurang termotivasi untuk melakukan aktivitas fisik berupa olahraga contohnya bersepeda dan kurang semangat melakukan aktivitas kehidupan sehari-harinya contohnya berkebun, beres rumah.

- Pola makan yang buruk

Pola makan yang buruk dapat menyebabkan kelebihan asupan energi yang akan disimpan sebagai lemak. Makanan akan diubah menjadi energi yaitu karbohidrat, protein dan lemak, jika konsumsi karbohidrat berlebihan maka karbohidrat akan disimpan sebagai glikogen dalam jumlah yang terbatas dan sisanya akan disimpan sebagai lemak. Kelebihan protein akan dibentuk sebagai protein didalam tubuh dan lemak akan disimpan sebagai lemak didalam tubuh.

- Tingkat sosial ekonomi

Saat ini perubahan masalah sosial dan budaya diseluruh dunia salah satu penyebabnya adalah pemerataan pertumbuhan ekonomi yang hampir merata preverensi selera mereka lebih kebarat-baratan sehingga kelebihan berat badan atau obesitas menjadi masalah baru bagi penduduk dunia terutama dinegara - negara berkembang saat ini.

- Faktor Psikologi

Apa yang ada dalam pikiran seseorang dapat mempengaruhi kebiasaan makannya banyak orang memberikan emosinya dengan cara makan dan ketika dalam keadaan tertekan memilih banyak makan dan sebaliknya ketika dalam keadaan senang ada juga lampiaskan dengan makan makan.

E. Dampak Obesitas

Obesitas tidak hanya buruk di mata, tetapi itu adalah dilema bagi kesehatan. Obesitas secara langsung membahayakan kesehatan manusia. Obesitas meningkatkan risiko sejumlah penyakit kronis antara lain: Diabetes tipe 2 (muncul di masa remaja), tekanan darah tinggi, stroke, serangan jantung, gagal jantung, kanker (jenis kanker tertentu, seperti kanker prostat dan kanker usus besar).

Pertemuan III

F. Gejala Obesitas

- Kebiasaan tidur dengan mendengkur
- Nyeri persendian
- Tiba-tiba sesak bernapas saat tidur
- Selalu merasa keringat panas berlebihan
- Sulit bernafas
- Sering merasa mengantuk dan lelah
- Ruam atau infeksi pada lipatan

G. Cara Pencegahan Obesitas

- Pola makan yang baik
 1. Jadwal makan besar tiga kali/hari
 2. Jadwal cemilan atau selingan dua kali/hari
 3. Selingan diutamakan dalam bentuk buah atau makanan yang sehat
 4. Minum air putih diantara jadwal makan minimal 8 gelas/hari
 5. Konsumsi makanan paling lama durasi 30 menit setiap makan
 6. Jumlah kalori yang dibutuhkan tercukupi
- Aktivitas yang cukup

Menurut kemenkes aktivitas fisik dikatakan cukup jika latihan fisik atau olahraga dilakukan selama 30 menit/hari yaitu bisa bersepeda, jogging dan rutin dilakukan setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu

- **Konsumsi Buah dan sayur**

Konsumsi buah dan sayur memberikan keuntungan bagi kesehatan remaja pada masa yang akan datang, sayur dan buah baik dikonsumsi 50% dari isi piring ku setiap hari dengan cara ini dapat mengontrol berat badan secara rutin.

- **Mengonsumsi ikan**

Konsumsi ikan yang akan omega tiga dapat meningkatkan kadar adiponectin (adalah hormone yang dibuar oleh jaringan adipose yang berperan fungsional dalam energi dan proses metabolisme. Proses metabolisme didalam tubuh yang akan mengubah makanan (kalori) menjadi energi ke seluruh tubuh.

TERIMA KASIH

Lampiran 5. Lembar Kuesioner

LEMBAR KUESIONER

PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP OBESITAS DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :
Kelas :
No. Identitas :
Usia :
Jenis kelamin :

B. PENGETAHUAN

Petunjuk pengisian : Pilihlah salah satu jawaban dengan Instru tanda (x) yang menurut anda paling benar.

1. Apa yang dimaksud dengan Obesitas....
 - a. Kelebihan berat badan karena massa otot
 - b. Berat badan yang tidak sesuai dengan usia
 - c. **Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih**
 - d. Berat badan yang tidak sesuai dengan jenis kelamin.

2. Obesitas bisa terjadi karena
 - a. Olahraga teratur
 - b. Konsumsi kalori terlalu banyak
 - c. keseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar
 - d. **Ketidakseimbangan energi yang masuk dengan energi yang keluar**

3. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, Remaja adalah....
- a. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 0-5 tahun
 - b. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun**
 - c. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 30-40 tahun
 - d. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 40- 60 tahun
4. Apa saja faktor penyebab obesitas ...
- a. Aktivitas fisik yang teratur
 - b. Pola makan yang baik
 - c. Mengonsumsi makanan yang rendah lemak
 - d. Faktor keturunan atau genetik, kurangnya aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis**
5. Obesitas tidak hanya buruk dimata tetapi dilema bagi kesehatan, obesitas secara langsung dapat membahayakan kesehatan manusia karena...
- a. Obesitas meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis**
 - b. Obesitas bebas bergerak
 - c. Obesitas tubuh lebih sehat
 - d. Tidak tahu
6. Dampak obesitas dapat meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis antara lain...
- a. Diabetes Tipe 2 (DM)**
 - b. Anemia
 - c. Stunting
 - d. Tidak tahu

7. Gejala seseorang yang mengalami obesitas adalah...
- a. Olahraga teratur
 - b. **Kebiasaan tidur dengan mendengkur**
 - c. Mengkonsumsi sayur dan buah
 - d. Mengkonsumsi ikan
8. Pola makan yang baik adalah..
- a. 1 kali/hari
 - b. 2 kali/hari
 - c. **3 kali/hari**
 - d. > 3 kali/hari
9. Salah satu penyebab terjadinya obesitas adalah...
- a. Olahraga teratur
 - b. Pola makan yang baik
 - c. Mengkonsumsi makanan yang rendah lemak
 - d. **Keturunan/Genetik**
10. Cara pencegahan obesitas adalah...
- a. **Mengatur pola makan yang baik**
 - b. Kurang aktivitas fisik
 - c. Makan produk junkfood berlebih
 - d. Tidur sepanjang hari

C. SIKAP

Petunjuk pengisian : Berikan tanda (✓) pada kolom yang menurut anda paling tepat.

Keterangan :

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

No	Pertanyaan	S	TS
1	Obesitas adalah Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih	✓	
2	Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar	✓	
3	Remaja adalah penduduk dalam retan usia 10-18 tahun	✓	
4	Faktor keturunan/genetik, kurang aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis adalah penyebab terjadinya obesitas	✓	
5	Obesitas membahayakan kesehatan dan menyebabkan penyakit kronis	✓	
6	Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis	✓	
7	Kebiasaan tidur dengan mendengkur adalah salah satu gejala obesitas.	✓	
8	Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari.		✓
9	Faktor keturunan/genetic tidak dapat mempengaruhi obesitas		✓
10	Mengatur pola makan yang baik adalah salah satu cara pencegahan obesitas	✓	

Lampiran 6. Master Tabel Penelitian

NO	NAMA	KELAS	USIA	JENIS KELAMIN	Pre-Test		Post-Test	
					P	S	P	S
1	A.P.S	viii a	13 tahun	laki laki	6	9	7	8
2	C.A.A	viii a	14 tahun	Perempuan	7	9	6	9
3	C.P.P	viii a	13 tahun	laki laki	8	8	10	9
4	D. K.	viii a	16 tahun	laki laki	5	8	5	8
5	P. I.	viii a	14 tahun	Perempuan	6	6	9	9
6	M	viii a	14 tahun	laki laki	6	8	5	8
7	D.P	viii b	14 tahun	laki laki	4	8	9	10
8	E.M	viii b	14 tahun	laki laki	4	6	7	7
9	N.A.A	viii b	14 tahun	laki laki	3	6	8	9
10	S.K.B.R	viii b	14 tahun	Perempuan	8	8	10	9
11	S.A	viii b	13 tahun	Perempuan	6	6	10	8
12	A.S.S	viii c	14 tahun	Perempuan	5	6	8	7
13	A. R. D	viii c	13 tahun	laki laki	2	5	8	8
14	A.C.R.T	viii c	14 tahun	Perempuan	2	5	8	9
15	K.A	viii c	14 tahun	laki laki	5	7	9	10
16	R.N	viii c	14 tahun	Perempuan	6	7	9	9
17	A.Z	viii d	13 tahun	laki laki	2	2	7	7
18	D.A	viii d	13 tahun	laki laki	2	5	8	10
19	D. P	viii d	14 tahun	Perempuan	5	6	10	10
20	F.FA.Q	viii d	13 tahun	laki laki	3	6	7	9
21	S.B.N	viii d	13 tahun	Perempuan	6	7	8	9
22	A.I.G.R	viii e	13 tahun	laki laki	4	6	9	9
23	C.W	viii e	13 tahun	Perempuan	4	5	9	10
24	N. K	viii e	13 tahun	Perempuan	6	6	9	10
25	R. P	viii e	13 tahun	laki laki	5	7	9	10
26	S.S.B	viii e	13 tahun	Perempuan	5	5	9	9
27	C.S.B	viii f	14 tahun	Perempuan	6	6	10	9
28	G.A.S	viii f	14 tahun	Perempuan	6	9	9	10
29	S.Y.I	viii f	13 tahun	laki laki	6	6	9	7
30	S.A.K	viii f	14 tahun	Perempuan	6	6	10	7
31	S.A-T.S	viii f	14 tahun	laki laki	5	6	10	10
32	D.P	viii g	15 tahun	laki laki	6	4	8	7
33	M.L.E.S	viii g	14 tahun	Perempuan	8	8	10	9
34	M.H.A	viii g	14 tahun	laki laki	4	7	9	10
35	R	viii g	14 tahun	Perempuan	4	6	8	8
36	R.F	viii g	14 tahun	laki laki	6	6	8	8

Lampiran 7. Pre-Test Pengetahuan

PRE-TEST PENGETAHUAN											
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTAL TAU
1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
2	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	7
3	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
4	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	5
5	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
6	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
7	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	4
8	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	4
9	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	3
10	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	8
11	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	6
12	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	5
13	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
14	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
15	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	5
16	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	6
17	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2
18	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
19	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	5
20	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	3
21	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	6
22	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	4
23	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	4
24	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
25	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	5
26	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	5
27	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	6
28	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	6
29	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	6
30	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	6
31	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	5
32	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	6
33	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
34	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	4
35	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	4
36	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	6
Jlh	27	7	27	23	26	5	24	8	12	23	
%	75	19.4	75	63.8	72.2	13.8	66.6	22.2	33.3	63.8	

Lampiran 8. Post Test Pengetahuan

POST-TEST PENGETAHUAN											
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTAL TAU
1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	7
2	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	6
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	5
5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
6	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	5
7	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
8	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	7
9	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
12	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
13	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
14	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
15	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
16	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
17	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	7
18	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
20	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	7
21	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	8
22	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
23	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
24	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
26	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
28	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
29	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
32	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
34	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
35	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
36	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
Jlh	35	16	34	32	29	26	35	31	32	34	
%	97.2	44.4	94.4	88.8	80.5	72.2	97.2	86.1	88.8	94.4	

Lampiran 9. Pre-Test Sikap

PRETEST SIKAP											
ID	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	TOTAL SIKAP
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
3	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
4	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8
5	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
6	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8
7	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
8	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
9	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	6
10	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8
11	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	6
12	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	6
13	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	5
14	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	5
15	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	7
16	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	7
17	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
18	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	5
19	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	6
20	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	6
21	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	7
22	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	6
23	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	5
24	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	6
25	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	7
26	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	5
27	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	6
28	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
29	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	6
30	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	6
31	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	6
32	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	4
33	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8
34	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	7
35	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	6
36	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	6
Jlh	28	19	28	28	24	14	27	13	20	30	
%	77.7	52.7	77.7	77.7	66.6	38.8	75	36.1	55.5	83.3	

Lampiran 10. Post-Test Sikap

POST-TEST SIKAP											
ID	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	TOTAL SIKAP
1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
3	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
4	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
5	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
6	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	7
9	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
10	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
11	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
12	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	7
13	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
14	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
17	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	7
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
20	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
21	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
22	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
26	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
27	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
29	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
30	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	7
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
32	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
33	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
35	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
36	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8
Jlh	36	31	31	34	36	31	33	25	25	33	
%	100	86.1	86.1	94.4	100	86.1	91.6	69,4	69.4	91.6	

Lampiran 11. Pengolahana Data

A. Uji Univariat

a. Kategori umur sampel

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13 tahun	14	38.9	38.9	38.9
	14 tahun	20	55.6	55.6	94.4
	15 tahun	1	2.8	2.8	97.2
	16 tahun	1	2.8	2.8	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

b. Kategori kelas sampel

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	viii a	6	16.7	16.7	16.7
	viii b	5	13.9	13.9	30.6
	viii c	5	13.9	13.9	44.4
	viii d	5	13.9	13.9	58.3
	viii e	5	13.9	13.9	72.2
	viii f	5	13.9	13.9	86.1
	viii g	5	13.9	13.9	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

c. Kategori jenis kelamin

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki laki	19	52.8	52.8	52.8
	Perempuan	17	47.2	47.2	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

Lampiran 12. Hasil Uji Statistik

B. Uji Bivariat

i. Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	PRE TEST PENGETAHUAN	POST TEST PENGETAHUAN	PRE TEST SIKAP	POST TEST SIKAP
N	36	36	36	36
Normal Parameters ^a				
Mean	5.06	8.44	6.42	8.75
Std. Deviation	1.638	1.340	1.461	1.052
Most Extreme Differences				
Absolute	.190	.216	.223	.233
Positive	.171	.123	.223	.128
Negative	-.190	-.216	-.193	-.233
Kolmogorov-Smirnov Z	1.141	1.298	1.340	1.397
Asymp. Sig. (2-tailed)	.148	.069	.055	.040

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

ii. Analisa penyuluhan media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PRE TEST PENGETAHUAN	36	2	8	5.06	1.638
POST TEST PENGETAHUAN	36	5	10	8.44	1.340
PRE TEST SIKAP	36	2	9	6.42	1.461
POST TEST SIKAP	36	7	10	8.75	1.052
Valid N (listwise)	36				

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE TEST PENGETAHUAN	5.06	36	1.638	.273
	POST TEST PENGETAHUAN	8.44	36	1.340	.223
Pair 2	PRE TEST SIKAP	6.42	36	1.461	.244
	POST TEST SIKAP	8.75	36	1.052	.175

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE TEST PENGETAHUAN & POST TEST PENGETAHUAN	36	.288	.089
Pair 2	PRE TEST SIKAP & POST TEST SIKAP	36	.293	.083

Paired Samples Test

		Paired Differences							
					95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE TEST PENGETAHUAN -	-3.389	1.793	.299	-3.996	-2.782	-11.339	35	.000
	POST TEST PENGETAHUAN	-2.333	1.531	.255	-2.851	-1.815	-9.147	35	.000

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



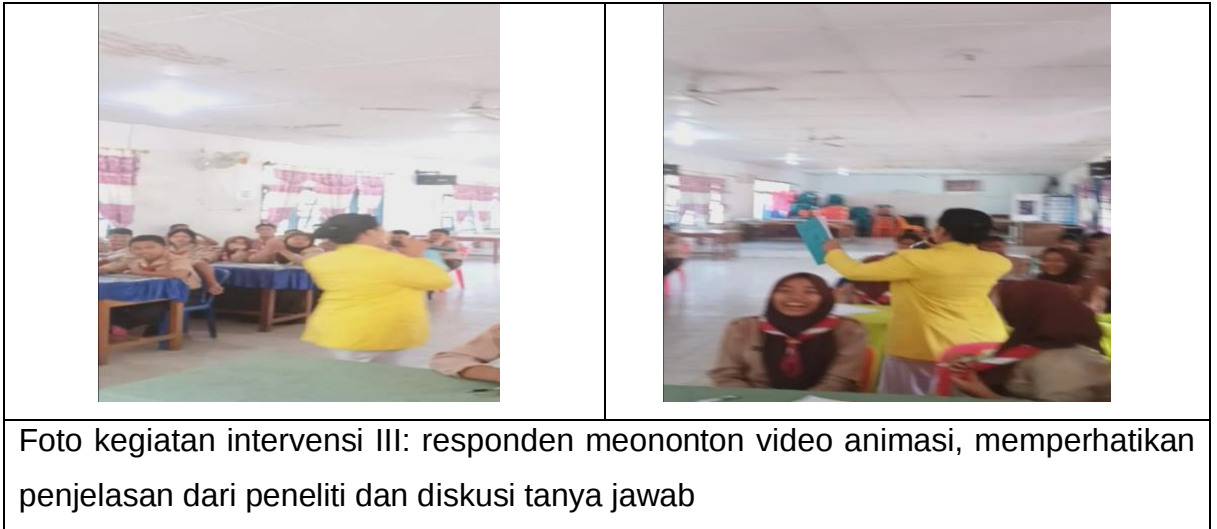
Foto kegiatan pretest, responden sedang mengerjakan kuesioner pengetahuan dan sikap sebelum diberikan video animasi dan Mengisi pernyataan kesediaan menjadi responden penelitian



Foto kegiatan intervensi I: responden meononton video animasi, memperhatikan penjelasan dari peneliti dan diskusi tanya jawab



Foto kegiatan intervensi II: responden meononton video animasi, memperhatikan penjelasan dari peneliti dan diskusi tanya jawab



Lampiran 14 . Hasil Scrining

Nama	Kelas	BB (kg)	TB (cm)	IMT	Jenis kelamin (L/P)	Keterangan
ARP	VIII-A	50	150	22,2	L	Normal
AAA	VIII-A	60	155	24,9	L	Overweight
APS	VIII-A	70	157	28,3	L	Obesitas 1
CAA	VIII-A	69	160,5	26,7	P	Obesitas 1
CPP	VIII-A	58,3	141,5	29,11	L	Obesitas 1
DK	VIII-A	70	157,8	28,1	L	Obesitas 1
JRS	VIII-A	58	160,2	22,5	P	Normal
MRG	VIII-A	63,7	158,9	25,22	L	Obesitas 1
PI	VIII-A	68,1	150	30,26	P	Obesitas 2
RFK	VIII-A	55	163	20,7	L	Normal
RR	VIII-A	53	154,2	22,2	L	Normal
RA	VIII-A	65	158,9	25,5	L	Obesitas 1
SSS	VIII-A	57	152	24,67	P	Overweight
TYAM	VIII-A	45	150	20	L	Normal
VA	VIII-A	51	150	22,6	P	Overweight
AH	VIII-B	45	155	18,73	P	Normal
ASD	VIII-B	54	157,2	21,8	L	Normal
ES	VIII-B	48	145	22,8	P	Normal
EOAN	VIII-B	45	145	21,4	P	Normal
ICA	VIII-B	55	160	21,48	P	Normal
NWS	VIII-B	66,2	165	24,31	P	Overweight
NRA	VIII-B	52,9	147,8	25,19	P	Obesitas 1
NA	VIII-B	68,1	153	29,09	P	Obesitas 1
NAA	VIII-B	69,5	158	28,95	L	Obesitas 1
QD	VIII-B	82,4	162	31,39	P	Obesitas 2
RV	VIII-B	60,8	153,6	25,43	L	Obesitas 1
SCS	VIII-B	62	156,5	25,31	L	Obesitas 1

SKBS	VIII-B	50	165	18,36	P	Normal
SA	VIII-B	58	155	24,14	P	Overweight
TEPG	VIII-B	65	166	23,58	P	Overweight
ASS	VIII-C	58,0	151,8	25,17	P	Obesitas 1
AR	VIII-C	55	150,4	24,31	L	Overweight
FEW	VIII-C	65	155,2	24,07	L	Overweight
GAP	VIII-C	58	153	24,77	L	Overweight
JPW	VIII-C	59	158,7	23,42	P	Overweight
KA	VIII-C	81,7	170,5	28,10	L	Obesitas 1
NLG	VIII-C	52	153,4	22,0	P	Normal
RG	VIII-C	51	149,9	22,6	L	Normal
RGP	VIII-C	63,7	159,5	25,0	L	Obesitas 1
RN	VIII-C	45,2	152,1	19,53	P	Normal
SAZ	VIII-C	59,1	152,5	26,7	P	Obesitas 1
SJS	VIII-C	69,2	153,3	30,08	P	Obesitas 2
TK	VIII-C	55,6	149,8	25,27	P	Obesitas 1
VAP	VIII-C	84,0	162	32,25	P	Obesitas 2
ZA	VIII-C	49,0	153	20,93	L	Normal
AZ	VIII-D	66,3	158,9	26,25	L	Obesitas 1
DA	VIII-D	65,8	160	25,70	L	Obesitas 1
DP	VIII-D	46	131,9	26,44	P	Obesitas 1
ER	VIII-D	57	155,5	23,57	L	Overweight
FDL	VIII-D	45	157,8	18,07	P	Normal
FIA	VIII-D	56,2	159	22,2	L	Normal
JAP	VIII-D	47	147,2	21,69	P	Normal
M	VIII-D	54,8	157,1	22,20	P	Normal
NHBT	VIII-D	58,0	162,0	22,10	P	Normal
RP	VIII-D	60	158,3	23,94	L	Overweight
RTH	VIII-D	55	156	22,60	P	Normal
RGH	VIII-D	65	165	23,87	L	Overweight
SBN	VIII-D	42	145	19,97	P	Normal

SHA	VIII-D	65,5	158,4	26,10	P	Obesitas 1
SAK	VIII-D	60	158	24,03	P	Overweight
AGR	VIII-E	65,7	161,6	25,15	L	Obesitas 1
AW	VIII-E	53	156	21,7	L	Normal
BS	VIII-E	49	149,7	21,86	L	Normal
CRD	VIII-E	58	162,1	22,07	L	Normal
DAD	VIII-E	40	146,2	18,71	L	Normal
IA	VIII-E	50	160,1	19,50	L	Normal
MS	VIII-E	64,1	161	24,7	L	Overweight
NPA	VIII-E	66,2	161	25,5	P	Obesitas 1
NS	VIII-E	72,8	155,8	30,08	P	Obesitas 2
RP	VIII-E	65,5	161,4	25,14	L	Obesitas 1
RDS	VIII-E	56	153,2	23,8	P	Overweight
R	VIII-E	55,4	151,6	24,10	L	Overweight
SA	VIII-E	61,2	160,8	23,6	P	Overweight
SSB	VIII-E	67	167,9	23,76	P	Overweight
TZA	VIII-E	68	159,9	26,59	P	Obesitas 1
ANF	VIII-F	55,5	157,8	22,28	L	Normal
CSB	VIII-F	43	149,9	19,13	P	Normal
DDJ	VIII-F	53,2	157	21,58	L	Normal
GM	VIII-F	62,6	154	27,21	P	Obesitas 1
GSAW	VIII-F	64,3	159,4	25,03	L	Obesitas 1
GEPS	VIII-F	59,3	153,5	25,16	P	Obesitas 1
HFBN	VIII-F	44,3	146,6	20,61	P	Normal
KS	VIII-F	67,8	152,5	29,15	P	Obesitas 1
MA	VIII-F	57	156	23,42	P	Overweight
NA	VIII-F	49	159,9	19,16	P	Normal
PS	VIII-F	67	165,9	24,34	P	Overweight
RP	VIII-F	69	169,9	23,90	L	Overweight
SYI	VIII-F	58,2	157,1	23,58	L	Overweight
SPK	VIII-F	70,6	158	29,41	P	Obesitas 1

WMS	VIII-F	65	167,2	23,25	L	Overweight
AT	VIII-G	64,5	167,2	23,07	L	Overweight
CS	VIII-G	50,8	140,6	25,69	P	Obesitas 1
DPY	VIII-G	74,8	165,5	27,30	L	Obesitas 1
GR	VIII-G	56,8	154,2	23,8	L	Overweight
IS	VIII-G	53	148,7	23,96	L	Overweight
JM	VIII-G	45,2	145,7	21,29	L	Normal
KJ	VIII-G	53,1	160	20,74	P	Normal
MLES	VIII-G	61,8	155	25,72	P	Obesitas 1
MHA	VIII-G	51,9	139,1	26,35	L	Obesitas 1
NR	VIII-G	59	165	21,67	P	Normal
RAR	VIII-G	60	165,7	21,85	L	Normal
RA	VIII-G	45,3	154,3	19,02	L	Normal
RFP	VIII-G	70,1	169,9	24,28	P	Overweight
RF	VIII-G	60	150,7	26,41	L	Obesitas 1
RPS	VIII-G	58	149	26,12	P	Obesitas 1
VZN	VIII-G	46	154,7	19,22	P	Normal

Lampiran 15. Bukti Bimbingan

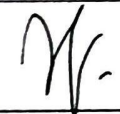
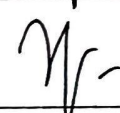
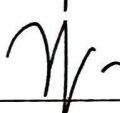
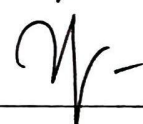
Bukti Bimbingan Proposal Skripsi

Nama : Yohana Claudia Br Silaen

NIM : P01031220083

Judul : Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas Dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh

No	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T.Tangan Mahasiswa	T.Tangan Dosen
1	14 Maret 2023	Pengajuan Judul		
2	06 April 2023	Bab I		
3	03 Mei 2023	Revisi Bab I		
4	25 Mei 2023	Bab II		
5	05 Juni 2023	Revisi Bab II		
6	20 Juni 2023	Bab III		
7	26 Juni 2023	Revisi Bab III		
8	03 Juli 2023	Revisi Lampiran		
9	25 Juli 2023	Seminar Proposal		

10	07 Desember 2023	Revisi Perbaikan proposal ke-1		
11	08 Desember 2023	Revisi Perbaikan proposal ke-2 dan acc pembimbing		
12	27 Maret 2024	Acc dari Penguji 1		
13	27 Maret 2024	Acc dari Penguji 2		
14	10 Mei 2024	Entri data		
15	14 Mei 2024	Pengolahan data		
16	20 Mei 2024	Pengecekan semua hasil penelitian		
17	28 Mei 2024	Mendaftar seminar hasil		

Lampiran 16. Biaya Penelitian

BIAYA PENELITIAN

No	Nama Bahan	Jumlah	Harga Satuan	Total
1	Print Kuesioner	36 (2)	Rp. 1.000,-	Rp. 72.000,-
2	Print pernyataan Ketersediaan	36	Rp. 500,-	Rp. 18.000,-
3	Biaya transportasi	6	Rp 30.000,-	Rp 180.000,-
4	Konsumsi	36 (3)	Rp. 10.000,-	Rp 1.080.000
Total				Rp 1.350.000,-

Lampiran 17. Dokumentasi Pengisian Lampiran

Lampiran 3 PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN Penelitian ini mengenai Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh Saya yang beranda tangan dibawah ini Nama : <u>REZA SAVULVI</u> Kelas : <u>VIII G</u> No Absen : <u>30</u> Jenis kelamin : <u>Laki - laki</u> Umur : <u>15</u> tahun Selanjut mendapat penjelasan dari pihak peneliti, bersedia menjadi responden pada penelitian yang akan dilakukan oleh Yohana Claudia Br Sitan Program Studi Gizi dan Dietetika Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemerkes Medan Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sepenuhnya dan apabila dalam penelitian ini ada perubahan dan keberatan menjadi responden dapat mengajukan pengunduran diri. Lima Puluh, 15 - 08/2024 Peneliti Responden (Yohana Claudia Br Sitan) (REZA SAVULVI)	LEMBAR KUESIONER PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP OBESITAS DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH A. IDENTITAS RESPONDEN Nama : <u>REZA SAVULVI</u> Kelas : <u>VIII G</u> No Identitas : <u>20</u> Usia : <u>15</u> Thn Jenis kelamin : <u>Laki-laki</u> B. PENGETAHUAN Petunjuk pengisian : Pilihlah salah satu jawaban dengan instruksi tanda (x) yang menurut anda paling benar. 1. Apa yang dimaksud dengan Obesitas ... a. Kelebihan berat badan karena massa otot b. Berat badan yang tidak sesuai dengan usia c. Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih d. Berat badan yang tidak sesuai dengan jenis kelamin. 2. Obesitas bisa terjadi karena a. Olahraga teratur b. Konsumsi kalori terlalu banyak c. Keseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar d. Ketidakseimbangan energi yang masuk dengan energi yang keluar																												
Pengisian Pernyataan Ketersediaan Menjadi Responden Penelitian	Pengisian Lembar Kuesioner Identitas Responden																												
3. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, Remaja adalah a. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 0-5 tahun b. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun c. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 30-40 tahun d. Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 40-60 tahun 4. Apa saja faktor penyebab obesitas a. Aktivitas fisik yang teratur b. Pola makan yang baik c. Mengonsumsi makanan yang rendah lemak d. Faktor keturunan atau genetik, kurangnya aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis 5. Obesitas tidak hanya buruk dimata tetapi dilema bagi kesehatan, obesitas secara langsung dapat membahayakan kesehatan manusia karena a. Obesitas meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis b. Obesitas bebas penyakit c. Obesitas tubuh lebih sehat d. Tidak tahu 6. Dampak obesitas dapat meningkatkan resiko sejumlah penyakit kronis antara lain a. Diabetes Tipe 2 (DM) b. Anemia c. Scurvy d. Tidak tahu 7. Gejala seseorang yang mengalami obesitas adalah a. Olahraga teratur b. Kebiasaan tidur dengan mendengkur c. Mengonsumsi sayur dan buah d. Mengonsumsi ikan	8. Pola makan yang baik adalah... a. 1 kali/hari b. 2 kali/hari c. 3 kali/hari d. > 3 kali/hari 9. Salah satu penyebab terjadinya obesitas adalah ... a. Olahraga teratur b. Pola makan yang baik c. Mengonsumsi makanan yang rendah lemak d. Keturunan/Genetik 10. Cara pencegahan obesitas adalah... a. Mengatur pola makan yang baik b. Kurang aktivitas fisik c. Makan produk junkfood berlebih d. Tidur sepanjang hari C. SIKAP Petunjuk pengisian : Berikan tanda (✓) pada kolom yang menurut anda paling tepat. Keterangan : S : Setuju TS : Tidak Setuju <table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Pertanyaan</th> <th>S</th> <th>TS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Obesitas adalah Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	No	Pertanyaan	S	TS	1	Obesitas adalah Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih	✓		2	Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar	✓		3	Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun	✓													
No	Pertanyaan	S	TS																										
1	Obesitas adalah Suatu kondisi dimana terjadi penumpukan lemak yang berlebih	✓																											
2	Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar	✓																											
3	Remaja adalah penduduk dalam rentan usia 10-18 tahun	✓																											
Pengisian Lembar Kuesioner Pengetahuan	Pengisian Lembar Kuesioner Sikap																												
<table border="1"> <tbody> <tr> <td>4</td> <td>Faktor keturunan/genetik, kurang aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis adalah penyebab terjadinya obesitas</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Obesitas membahayakan kesehatan dan menyebabkan penyakit kronis</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Kebiasaan tidur dengan mendengkur adalah salah satu gejala obesitas.</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari.</td> <td></td> <td>✓</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Faktor keturunan/genetic tidak dapat mempengaruhi obesitas</td> <td></td> <td>✓</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Mengatur pola makan yang baik adalah salah satu cara pencegahan obesitas</td> <td>✓</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		4	Faktor keturunan/genetik, kurang aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis adalah penyebab terjadinya obesitas	✓		5	Obesitas membahayakan kesehatan dan menyebabkan penyakit kronis	✓		6	Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis	✓		7	Kebiasaan tidur dengan mendengkur adalah salah satu gejala obesitas.	✓		8	Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari.		✓	9	Faktor keturunan/genetic tidak dapat mempengaruhi obesitas		✓	10	Mengatur pola makan yang baik adalah salah satu cara pencegahan obesitas	✓	
4	Faktor keturunan/genetik, kurang aktivitas fisik, Pola makan yang buruk, tingkat sosial ekonomi, faktor psikologis adalah penyebab terjadinya obesitas	✓																											
5	Obesitas membahayakan kesehatan dan menyebabkan penyakit kronis	✓																											
6	Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 adalah salah satu penyakit kronis	✓																											
7	Kebiasaan tidur dengan mendengkur adalah salah satu gejala obesitas.	✓																											
8	Pola makan yang baik adalah 2 kali/hari.		✓																										
9	Faktor keturunan/genetic tidak dapat mempengaruhi obesitas		✓																										
10	Mengatur pola makan yang baik adalah salah satu cara pencegahan obesitas	✓																											

Lampiran 18. Surat Pernyataan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yohana Claudia Br. Silaen
Nim : P01031220083

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya batalkan).

Yang membuat pernyataan



(Yohana Claudia Br. Silaen)

Lampiran 19. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Yohana Claudia Br. Silaen
Tempat / Tgl Lahir : Kisaran, 04 November 2003
Jumlah anggota Keluarga : 5 (Lima) Orang
Jumlah Bersaudara : 3 Orang
Alamat : Dusun Sumber Padi, Desa Pakam Raya Selatan, Kecamatan Medang Deras, Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatera Utara
No. Hp : 082360457010
Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 1 Sei Suka
2. SMP Negeri 1 Sei Suka
3. SMA Negeri 1 Sei Suka
Hobby : Menonton film, traveling, mendengar music, kulineran dan saya juga suka mencoba berbagai hal baru.
Motto : Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari esok. Karena hari esok punya kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari, cukuplah sehari (Matius 6:34).

Lampiran 20. Surat Etik Penelitian Kesehatan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01.25 590 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

“ Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas Dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh”

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : **Yohana Claudia Br Silaen**
Dari Institusi : **Prodi D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Medan**

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 5 April 2024
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan

Ketua,

dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

Lampiran 21. Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<http://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 22 April 2024

Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/ 1180 /2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Lima Puluh

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VIII diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Ibu Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Wilayah SMP Negeri 1 Lima Puluh. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Yohana Claudia Br Silaen	P01031220083	Pengaruh Penyuluhan Tentang Obesitas Dengan Media Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja di SMP Negeri 1 Lima Puluh

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Surusan Gizi
Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196806231990032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 22. Surat Balasan Izin Penelitian Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN BATU BARA
DINAS PENDIDIKAN
UPT. SMP NEGERI 1 LIMA PULUH

Jln. Besar Lima Puluh No. 07 Kel. Lima Puluh Kota, Kec. Lima Puluh
NPSN: 10204149, Kode Pos 21255 Email: smpnsatulimapoluh@gmail.com Website: <http://smpnegeri1limapoluh.sch.id>

SURAT KETERANGAN

Nomor : 800 /081 – TU /2024

1. Berdasarkan surat Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/1188/2024, tanggal 16 April 2024, Prihal : Ijin Penelitian
2. Dengan ini kepala UPT SMP Negeri 1 Lima Puluh, Kecamatan Lima Puluh, Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatra Utara Menerangkan bahwa :

Nama	: YOHANA CLAUDIA BR.SILAEN
NIM	: P01031220083
Tempat/Tanggal Lahir	: Kisaran, 04 November 2003
Jurusan	: Sarjanah Terapan Gizi dan Dietetika
Tempat Penelitian	: UPT.SMP Negeri 1 Lima Puluh, Kec. Lima Puluh Kab.Batu Bara
3. Benar Mahasiswa tersebut telah melaksanakan Penelitian di UPT.SMP Negeri 1 Lima Puluh Pada TANGGAL 19 April 2024 dengan judul Penelitian " **PENGARUH PENYULUHAN TENTANG OBESITAS DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DI UPT SMP NEGERI 1 LIMA PULUH** "
4. Demikian surat keterangan ini diperbuat engan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya, terimakasih.

Lima Puluh, 19 April 2024
KEPALA SEKOLAH


RR, PUJI RAHAYU NINGTIAS, S.Pd
Penata Tk. I
NIP. 19700617 200903 2 001

Tembusan :

1. Arsip Sekolah