

- Amelia, t., kurniasari, r., gizi, p., kesehatan, f., & singaperbangsa karawang, u. (2021). Pengaruh penggunaan media video animasi dan scrapbook terhadap peningkatan pengetahuan obesitas pada remaja. In izido (vol. 13).
- Alfarisy, S., Agrina, & Lestari, W. (2019). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dampak Merokok. Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau, 1(1), 1–9.
- Asmawati, n., icha dian nurcahyani, kurnia yusuf, fitri wahyuni, & st mashitah. (2021). Pengaruh penyuluhan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri smpn 1 turikale tahun 2020. Jurnal gizi dan kesehatan, 13(2), 22–30.
- Aspiawati, & 2018. (n.d.). Pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media video animasi terhadap pengetahuan remaja tentang hiv/aids di smk negeri 2 makassar skripsi diajukan untuk memenuhi salah satu syarat meraih gelar.
- Azhari, m. A., & fayasari, a. (2020). Pengaruh edukasi gizi dengan media ceramah dan video animasi terhadap pengetahuan sikap dan perilaku sarapan serta konsumsi sayur buah. Action: aceh nutrition journal, 5(1), 55.
- Azizah, L. S., Permadi, M. R., Susindra, Y., & Purnasari, G. (2021). Pengaruh Pemberian Media Video Animasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Status Gizi Lebih Di SMAN 1 Pasirian Lumajang. *Harena: Jurnal Gizi*, 2(1), 7–13.
- Dan, p., tentang, s., bergizi, m., dan, s., bagi, a., sd, s., barat, c., selatan, j., suzana, v., haris, d., jurusan, d., poltekkes, k., & jakarta, k. (2018). Pengaruh penyuluhan dengan media animasi terhadap. In quality jurnal kesehatan (vol. 1, issue 1).
- Eza tama puspita, & 2021. (n.d.). Poltekkes kemenkes bengkulu program studi gizi dan dietetika program sarjana terapan jurusan gizi tahun 2021.
- 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.
- Fitriana, y., pratiwi, k., & sutanto, a. V. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku orang tua dalam melakukan kekerasan verbal terhadap anak usia pra - sekolah. Jurnal psikologi undip, 14(1), 81–93.

- Fitriani, s. D., umamah, r., rosmana, d., rahmat, m., & mulyo, g. P. E. (2019). Penyuluhan gizi dengan media motion video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. *Jurnal riset kesehatan poltekkes depkes bandung*, 11(1), 97–104.
- Hartati, y., & yuniarti, h. (2020). Upaya peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri dengan menggunakan video animasi di sma negeri 6 palembang. *Jurnal pengabdian masyarakat sasambo*, 2(1), 125–128. <https://doi.org/10.32807/jpms.v2i1.682>
- Indraswari, s. H. (2019). Pengaruh pendidikan gizi dengan poster dan kartu gizi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang gizi seimbang di sdn plosi i-172 surabaya. *The indonesian journal of public health*, 14(2), 216–227.
- Khoirunnisa, t., & kurniasari, r. (2022). Pengaruh edukasi melalui media pada kejadian overweight dan obesitas: literature review. *Prepotif: jurnal kesehatan masyarakat*, 6(2), 1212–1217.
- Kubillawati, s., sabaruddin, e. E., & aprianda, n. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang obesitas pada remaja. *Jurnal kesehatan dan kebidanan (journal of health and midwifery)*, 11(1), 1–11.
- Kurniati, y., jafar, n., & indriasari, r. (2019). Pendidikan gizi dan gaya hidup remaja obesitas.
- Lihayati, a. S., jurusan, m., & masyarakat, i. K. (2019). Pengaruh media komik terhadap pengetahuan tentang sarapan pada siswa sdn padangsari 02. In *sport and nutrition journal* (vol. 1, issue 1). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/>
- Lutfah, h. (2018). Gambaran faktor-faktor yang menyebabkan kejadian obesitas pada remaja. *Prosiding hefa (health events for all)*.
- Marfuah, d., & kusudaryat, d. P. D. (2017). Efektifitas edukasi gizi terhadap perbaikan asupan zat besi pada remaja putri. *Profesi (profesional islam) : media publikasi penelitian*, 14(1), 5–9.
- Masturoh, I., & Nauri, A. T. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Meidiana, r., simbolon, d., wahyudi, a., gizi, j., & kesehatan kemenkes bengkulu, p. (2018a). Pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. In *jurnal kesehatan* (vol. 9, issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk478>
- Meidiana, r., simbolon, d., wahyudi, a., gizi, j., & kesehatan kemenkes bengkulu, p. (2018b). Pengaruh edukasi melalui media audio visual

terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. In jurnal kesehatan (vol. 9, issue 3). Online. [Http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk478](http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/jk478)

Meiza puteri, u., & amos, j. (2020). Pengaruh media teka teki silang dalam penyuluhan overweight dan obesitas terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswa kelas x man 1 kota padang tahun 2022 the effect of cross puzzle media in overweight and obesity extension on increasing knowledge and attitude of students of class x man 1 city of padang in 2022.

Miristia, v. (2018). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di smp dharma pancasila medan.

Mukhammad aminudin, & 2017. (n.d.). Fkm. 290-16 feb h.

Nanda ratih, & 2017. (n.d.). Pengaruh penyuluhan gizi tentang pencegahan obesitas dengan media film animasi terhadap. Retrieved july 13, 2022, from <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/16615/131000586.pdf?Sequence=1&isallowed=y>

Ngangi, f. R., kawengian, s. E. S., & bolang, a. S. L. (2018). Hubungan antara praktek gizi seimbang dengan kadar hemoglobin mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2013 fk unsrat. Jurnal e-biomedik, 2(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.2.1.2014.3681>

Nurfitriani, j., & kurniasari, r. (2023). Edukasi gizi menggunakan media video animasi dan poster terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja. Media publikasi promosi kesehatan indonesia (mppki), 6(3), 503–506.

Pera piana 2021,. (n.d.).

Ramadhanti, f. M., sulistyowati, e., & jaelani, m. (2022). Pengaruh edukasi gizi dengan media video motion graphics terhadap pengetahuan dan sikap tentang obesitas remaja. Jurnal gizi, 11(1), 22–31.

Rika kurniagustina, & 2018. (n.d.). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi fast food dengan obesitas siswa kelas v sdn 01 kalisari jakarta timur tahun 2018.

Rusdi, f. Y., helmizar, h., & rahmy, h. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di sman 2 padang. Journal of nutrition college, 10(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>

- Supriyanto, a. (2018). *Obesitas, faktor penyebab dan bentuk-bentuk terapinya*. Fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri yogyakarta: yogyakarta.
- Suryani, d., hafiani, r., & junita, r. (2017). Analisis pola makan dan anemia gizi besi pada remaja putri kota bengkulu. *Jurnal kesehatan masyarakat andalas*, 10(1), 11. <https://doi.org/10.24893/jkma.v10i1.157>
- Syakir, S. (2018). Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 3(1), 18–25.
- Tatirah, & mukharomah, r. (2019). Hubungan antara tingkat pengetahuan sikap remaja awal terhadap perubahan fisik masa pubertas. *Jurnal ilmiah kesehatan ibu dan anak*, 2(2), 63–68.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2018). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Novriani Tarigan, Urbanus Sihotang (2022). *Spss Bidang Gizi Teori dan Praktik* wineka media : isbn 978-623-437-015-7. <http://www.winekamedia.com>
- Zulferi, siti syafita, & marni handayani. (2020). Gizi menggunakan media flipchart. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 : Master Tabel

- Master Tabel 1

#### MASTER TABEL DATA KARAKTERISTIK RESPONDEN

| ID  | Kelas  | J<br>K | Umur | BB    | TB    | z-<br>score | Status<br>Gizi | Skor<br>Pengetahu<br>an |              | Skor Sikap  |              |
|-----|--------|--------|------|-------|-------|-------------|----------------|-------------------------|--------------|-------------|--------------|
|     |        |        |      |       |       |             |                | Pre<br>Test             | Post<br>Test | Pre<br>Test | Post<br>Test |
| S1  | VIII U | P      | 14   | 88,95 | 152,8 | +3SD        | Obesitas       | 10                      | 14           | 39          | 53           |
| S2  | VIII U | P      | 14   | 60,7  | 146,2 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 13           | 36          | 45           |
| S3  | VIII U | P      | 13   | 85,7  | 161,5 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 12           | 40          | 49           |
| S4  | VIII U | P      | 13   | 82,25 | 170,9 | +2SD        | Obesitas       | 10                      | 14           | 39          | 53           |
| S5  | VIII U | P      | 13   | 97,45 | 166,2 | +3SD        | Obesitas       | 11                      | 14           | 39          | 51           |
| S6  | VIII U | P      | 14   | 73,7  | 157,6 | +2SD        | Obesitas       | 10                      | 12           | 33          | 51           |
| S7  | VIII U | P      | 13   | 77,1  | 163   | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 15           | 38          | 50           |
| S8  | VIII A | L      | 13   | 75,52 | 151   | +3SD        | Obesitas       | 11                      | 13           | 36          | 49           |
| S9  | VIII B | P      | 13   | 66,85 | 155,2 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 14           | 32          | 53           |
| S10 | VIII B | P      | 13   | 61,55 | 151,8 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 14           | 33          | 56           |
| S11 | VIII B | L      | 13   | 70,8  | 167,5 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 14           | 31          | 48           |
| S12 | VIII B | L      | 13   | 72,5  | 174,5 | +2SD        | Obesitas       | 8                       | 14           | 35          | 41           |
| S13 | VIII B | P      | 14   | 79,4  | 161,6 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 15           | 38          | 53           |
| S14 | VIII C | L      | 13   | 74,81 | 162,2 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 14           | 44          | 47           |
| S15 | VIII C | P      | 14   | 83,05 | 157,1 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 11           | 42          | 45           |
| S16 | VIII C | L      | 14   | 96,35 | 167,2 | +3SD        | Obesitas       | 10                      | 14           | 41          | 51           |
| S17 | VIII C | L      | 14   | 85,5  | 164,1 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 13           | 41          | 44           |
| S18 | VIII D | L      | 13   | 64,75 | 162,1 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 13           | 40          | 51           |
| S19 | VIII E | P      | 13   | 62,5  | 160,4 | +2SD        | Obesitas       | 10                      | 14           | 38          | 52           |
| S20 | VIII E | P      | 14   | 65,45 | 150,1 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 12           | 41          | 56           |
| S21 | VIII E | P      | 14   | 66,8  | 156,1 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 13           | 43          | 54           |
| S22 | VIII E | P      | 14   | 73    | 160,2 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 13           | 45          | 46           |
| S23 | VIII E | P      | 14   | 56,85 | 140,6 | +2SD        | Obesitas       | 10                      | 14           | 45          | 47           |
| S24 | VIII E | L      | 13   | 60,9  | 153,4 | +2SD        | Obesitas       | 8                       | 14           | 42          | 54           |
| S25 | VIII E | L      | 12   | 62,05 | 153,3 | +2SD        | Obesitas       | 8                       | 14           | 43          | 55           |
| S26 | VIII E | L      | 14   | 79,95 | 161,1 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 15           | 37          | 48           |
| S27 | VIII G | P      | 13   | 63    | 148,1 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 11           | 44          | 52           |
| S28 | VIII G | P      | 13   | 80,35 | 160,3 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 11           | 42          | 55           |
| S29 | VIII I | P      | 14   | 63,95 | 151,6 | +2SD        | Obesitas       | 11                      | 14           | 41          | 53           |
| S30 | VIII I | L      | 14   | 77,59 | 167,4 | +2SD        | Obesitas       | 9                       | 15           | 43          | 55           |
| S31 | VIII I | L      | 15   | 81,9  | 160,4 | +2SD        | Obesitas       | 8                       | 10           | 42          | 55           |
| S32 | VIII I | P      | 13   | 73,6  | 158   | +2SD        | Obesitas       | 8                       | 14           | 42          | 56           |

- Master Tabel 2

### Distribusi Skor Pengetahuan

| I<br>D | Sebelum Intervensi |        |        |        |        |        |        |        |        |         |         |         |         |         |         | Sk<br>or<br>Tot<br>al | Sesudah Intervensi |        |        |        |        |        |        |        |        |         |         |         |         |         |         | Sk<br>or<br>Tot<br>al |
|--------|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------------------|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------------------|
|        | P<br>1             | P<br>2 | P<br>3 | P<br>4 | P<br>5 | P<br>6 | P<br>7 | P<br>8 | P<br>9 | P1<br>0 | P1<br>1 | P1<br>2 | P1<br>3 | P1<br>4 | P1<br>5 |                       | P<br>1             | P<br>2 | P<br>3 | P<br>4 | P<br>5 | P<br>6 | P<br>7 | P<br>8 | P<br>9 | P1<br>0 | P1<br>1 | P1<br>2 | P1<br>3 | P1<br>4 | P1<br>5 |                       |
| 1      | 0                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1       | 1       | 0       | 1       | 0       | 1       | 10                    | 1                  | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 2      | 1                  | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1       | 0       | 1       | 1       | 0       | 1       | 9                     | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1       | 0       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |
| 3      | 0                  | 0      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 12                    |
| 4      | 1                  | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 0       | 1       | 1       | 0       | 1       | 10                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |
| 5      | 0                  | 0      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |
| 6      | 1                  | 0      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 0       | 1       | 1       | 0       | 1       | 1       | 10                    | 1                  | 0      | 0      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 12                    |
| 7      | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 0      | 1       | 1       | 1       | 0       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 15                    |
| 8      | 1                  | 1      | 0      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |
| 9      | 0                  | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 10     | 0                  | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 0      | 1      | 0       | 1       | 1       | 1       | 0       | 1       | 9                     | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 11     | 0                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 0       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 12     | 0                  | 1      | 0      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1       | 0       | 0       | 1       | 0       | 1       | 8                     | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 13     | 0                  | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 15                    |
| 14     | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 0       | 0       | 0       | 1       | 1       | 11                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 15     | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1       | 0       | 0       | 0       | 0       | 1       | 9                     | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1       | 0       | 0       | 1       | 1       | 0       | 11                    |
| 16     | 0                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 0       | 0       | 0       | 1       | 1       | 10                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 14                    |
| 17     | 0                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 0       | 0       | 0       | 1       | 1       | 11                    | 0                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |
| 18     | 1                  | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1       | 0       | 0       | 1       | 1       | 0       | 11                    | 1                  | 1      | 0      | 1      | 1      | 1      | 0      | 1      | 1      | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 1       | 13                    |

[illegible]

- Master Tabel 3

### Distribusi Skor Sikap

| I<br>D | Sebelum Intervensi |        |        |        |        |        |        |        |        |         |         |         |         |         | skor<br>total | Sesudah Intervensi |        |        |        |        |        |        |        |        |         |         |         |         |         | Skor<br>Total |
|--------|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------------|--------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------------|
|        | S<br>1             | S<br>2 | S<br>3 | S<br>4 | S<br>5 | S<br>6 | S<br>7 | S<br>8 | S<br>9 | S1<br>0 | S1<br>1 | S1<br>2 | S1<br>3 | S1<br>4 |               | S<br>1             | S<br>2 | S<br>3 | S<br>4 | S<br>5 | S<br>6 | S<br>7 | S<br>8 | S<br>9 | S1<br>0 | S1<br>1 | S1<br>2 | S1<br>3 | S1<br>4 |               |
| 1      | 4                  | 2      | 3      | 3      | 3      | 3      | 4      | 3      | 4      | 3       | 1       | 1       | 2       | 3       | 39            | 4                  | 4      | 4      | 3      | 4      | 4      | 3      | 4      | 4      | 4       | 3       | 4       | 4       | 4       | 53            |
| 2      | 3                  | 3      | 1      | 3      | 2      | 3      | 3      | 3      | 4      | 3       | 3       | 3       | 1       | 1       | 36            | 3                  | 3      | 4      | 3      | 3      | 4      | 3      | 2      | 4      | 4       | 3       | 3       | 3       | 3       | 45            |
| 3      | 3                  | 1      | 4      | 1      | 3      | 4      | 4      | 3      | 2      | 4       | 3       | 2       | 3       | 3       | 40            | 4                  | 4      | 4      | 3      | 3      | 4      | 3      | 3      | 4      | 3       | 3       | 3       | 4       | 4       | 49            |
| 4      | 4                  | 4      | 2      | 3      | 1      | 3      | 4      | 2      | 3      | 3       | 1       | 2       | 3       | 4       | 39            | 4                  | 4      | 3      | 3      | 4      | 4      | 4      | 3      | 4      | 4       | 4       | 4       | 4       | 4       | 53            |
| 5      | 3                  | 4      | 3      | 3      | 1      | 4      | 3      | 4      | 2      | 4       | 1       | 1       | 3       | 3       | 39            | 4                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 3      | 4      | 3      | 4       | 3       | 4       | 3       | 3       | 51            |
| 6      | 1                  | 3      | 3      | 2      | 1      | 4      | 3      | 1      | 1      | 3       | 3       | 4       | 1       | 3       | 33            | 4                  | 4      | 3      | 4      | 3      | 4      | 4      | 4      | 4      | 3       | 4       | 3       | 3       | 4       | 51            |
| 7      | 4                  | 3      | 4      | 3      | 3      | 4      | 1      | 3      | 1      | 1       | 3       | 2       | 3       | 3       | 38            | 4                  | 4      | 3      | 3      | 4      | 4      | 3      | 4      | 4      | 4       | 3       | 4       | 3       | 3       | 50            |
| 8      | 4                  | 4      | 4      | 1      | 4      | 3      | 1      | 3      | 1      | 3       | 1       | 3       | 1       | 3       | 36            | 4                  | 3      | 3      | 4      | 3      | 4      | 3      | 4      | 4      | 4       | 3       | 4       | 3       | 3       | 49            |
| 9      | 3                  | 3      | 1      | 3      | 3      | 3      | 1      | 2      | 1      | 3       | 1       | 2       | 4       | 2       | 32            | 4                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4       | 1       | 4       | 4       | 4       | 53            |
| 10     | 4                  | 2      | 4      | 1      | 3      | 4      | 2      | 4      | 2      | 1       | 1       | 3       | 1       | 1       | 33            | 4                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4       | 4       | 4       | 4       | 4       | 56            |
| 11     | 3                  | 3      | 2      | 1      | 3      | 3      | 1      | 4      | 1      | 3       | 1       | 4       | 1       | 1       | 31            | 4                  | 4      | 4      | 3      | 4      | 3      | 4      | 3      | 3      | 3       | 3       | 3       | 4       | 3       | 48            |
| 12     | 4                  | 2      | 4      | 3      | 1      | 2      | 1      | 3      | 3      | 2       | 2       | 3       | 4       | 1       | 35            | 3                  | 3      | 4      | 4      | 2      | 3      | 2      | 3      | 3      | 3       | 1       | 3       | 3       | 4       | 41            |
| 13     | 3                  | 3      | 4      | 1      | 3      | 1      | 4      | 4      | 1      | 1       | 3       | 4       | 2       | 4       | 38            | 4                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4       | 1       | 4       | 4       | 4       | 53            |
| 14     | 3                  | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 4      | 3      | 3      | 3       | 4       | 3       | 3       | 3       | 44            | 3                  | 3      | 3      | 3      | 4      | 4      | 4      | 4      | 2      | 3       | 4       | 4       | 3       | 3       | 47            |
| 15     | 3                  | 3      | 4      | 3      | 3      | 4      | 3      | 3      | 4      | 1       | 3       | 3       | 2       | 3       | 42            | 4                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 4       | 4       | 4       | 4       | 3       | 55            |
| 16     | 3                  | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3       | 3       | 2       | 3       | 3       | 41            | 4                  | 3      | 4      | 3      | 4      | 3      | 4      | 3      | 3      | 4       | 4       | 4       | 4       | 4       | 51            |
| 17     | 3                  | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3       | 3       | 3       | 2       | 3       | 41            | 3                  | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3      | 3       | 3       | 3       | 4       | 4       | 44            |
| 18     | 3                  | 4      | 4      | 3      | 3      | 1      | 2      | 4      | 4      | 3       | 3       | 1       | 4       | 1       | 40            | 3                  | 4      | 4      | 4      | 4      | 4      | 3      | 3      | 3      | 4       | 4       | 3       | 4       | 4       | 51            |

|        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 1<br>9 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 38 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 52 |
| 2<br>0 | 4 | 2 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 41 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 56 |
| 2<br>1 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 43 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 54 |
| 2<br>2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 45 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 46 |
| 2<br>3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 45 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 47 |
| 2<br>4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 1 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 42 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 54 |
| 2<br>5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 2 | 43 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 55 |
| 2<br>6 | 2 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 37 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 48 |
| 2<br>7 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 44 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 52 |
| 2<br>8 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 42 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 55 |
| 2<br>9 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 41 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 53 |
| 3<br>0 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 43 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 55 |
| 3<br>1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 3 | 1 | 4 | 1 | 4 | 42 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 55 |
| 3<br>2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 1 | 42 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 56 |

## Lampiran 2 : hasil Data SPSS

### HASIL PENGOLAHAN DATA SPSS

#### A. Univariat

##### 1. Frekuensi Jenis Kelamin Siswa – siswi

| Jenis_Kelamin |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid         | Pria   | 12        | 37.5    | 37.5          | 37.5               |
|               | Wanita | 20        | 62.5    | 62.5          | 100.0              |
|               | Total  | 32        | 100.0   | 100.0         |                    |

##### 2. Frekuensi Umur Siswa – siswi

| Umur  |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | 13    | 17        | 53.1    | 53.1          | 53.1               |
|       | 14    | 14        | 43.8    | 43.8          | 96.9               |
|       | 15    | 1         | 3.1     | 3.1           | 100.0              |
|       | Total | 32        | 100.0   | 100.0         |                    |

##### 3. Frekuensi Kelas Siswa – siswi

| Kelas |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | VIII A | 1         | 3.1     | 3.1           | 3.1                |
|       | VIII B | 5         | 15.6    | 15.6          | 18.8               |
|       | VIII C | 4         | 12.5    | 12.5          | 31.3               |
|       | VIII D | 1         | 3.1     | 3.1           | 34.4               |
|       | VIII E | 8         | 25.0    | 25.0          | 59.4               |
|       | VIII G | 2         | 6.3     | 6.3           | 65.6               |
|       | VIII I | 4         | 12.5    | 12.5          | 78.1               |
|       | VIII U | 7         | 21.9    | 21.9          | 100.0              |
|       | Total  | 32        | 100.0   | 100.0         |                    |

#### 4. Rata – Rata Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah

**Descriptive Statistics**

|                      | N  | Minimum | Maximum | Mean  | Std. Deviation |
|----------------------|----|---------|---------|-------|----------------|
| Pretest_pengetahuan  | 32 | 4       | 14      | 10.09 | 2.205          |
| Posttest_pengetahuan | 32 | 11      | 15      | 13.25 | 1.503          |
| Valid N (listwise)   | 32 |         |         |       |                |

#### 5. Rata – Rata Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah

**Descriptive Statistics**

|                    | N  | Minimum | Maximum | Mean  | Std. Deviation |
|--------------------|----|---------|---------|-------|----------------|
| Pretest_sikap      | 32 | 31      | 45      | 39.53 | 3.810          |
| Posttest_sikap     | 32 | 41      | 56      | 51.19 | 3.864          |
| Valid N (listwise) | 32 |         |         |       |                |

### B. Bivariat

#### 1. Pengaruh Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Obesitas Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

##### a. Hasil Uji Normalitas Pengetahuan Sebelum dan Sesudah

**Tests of Normality**

|                      | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|                      | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest_pengetahuan  | .214                            | 32 | .001 | .847         | 32 | .000 |
| Posttest_pengetahuan | .245                            | 32 | .000 | .882         | 32 | .002 |

a. Lilliefors Significance Correction

**b. Hasil Uji Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Uji Paired Sample Test.**

|                                       | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---------------------------------------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 pengetahuan sebelum intervensi | 10.09 | 32 | 2.205          | .390            |
| pengetahuan sesudah intervensi        | 13.25 | 32 | 1.503          | .266            |

|                                                                        | N  | Correlation | Sig. |
|------------------------------------------------------------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 pengetahuan sebelum intervensi & pengetahuan sesudah intervensi | 32 | .110        | .551 |

|                                                                                               | Paired Differences |                       |                       |                                                 |                | t      | df | Sig. (2-tailed) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------------------------------|----------------|--------|----|-----------------|
|                                                                                               | Me<br>an           | Std.<br>Deviat<br>ion | Std.<br>Error<br>Mean | 95% Confidence<br>Interval of the<br>Difference |                |        |    |                 |
|                                                                                               |                    |                       |                       | Lower                                           | Upper          |        |    |                 |
| Pair 1 pengetahuan<br>sebelum<br>intervensi -<br>pengetahu<br>an<br>sesudah<br>interven<br>si | -<br>3.1<br>56     | 2.529                 | .447                  | -<br>4.06<br>8                                  | -<br>2.24<br>5 | -7.061 | 31 | .000            |

**2. Pengaruh Penyuluhan Gizi tentang Obesitas menggunakan Media Animasi terhadap Sikap pada Remaja Kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.**

**a. Hasil Uji Normalitas Sikap Sebelum dan Sesudah**

**Tests of Normality**

|                | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|                | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest_sikap  | .150                            | 32 | .065 | .939         | 32 | .068 |
| Posttest_sikap | .149                            | 32 | .068 | .928         | 32 | .035 |

a. Lilliefors Significance Correction

**3. Hasil Uji Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan Uji Paired Sample Test.**

**Paired Samples Statistics**

|                      | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------------------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 Pretest_sikap | 39.53 | 32 | 3.810          | .673            |
| Posttest_sikap       | 51.19 | 32 | 3.864          | .683            |

**Paired Samples Correlations**

|                                       | N  | Correlation | Sig. |
|---------------------------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 Pretest_sikap & Posttest_sikap | 32 | .171        | .351 |

**Paired Samples Test**

|        |                                | Paired Differences |                |                 |                                           |        | t       | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|--------------------------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------------|--------|---------|----|-----------------|
|        |                                | Mean               | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |        |         |    |                 |
|        |                                |                    |                |                 | Lower                                     | Upper  |         |    |                 |
| Pair 1 | Pretest_sikap - Posttest_sikap | -11.656            | 4.942          | .874            | -13.438                                   | -9.874 | -13.341 | 31 | .000            |

### **Lampiran 3: Satuan Acara Penyuluhan**

#### **SATUAN ACARA PENYULUHAN OBESITAS PADA REMAJA**

- 1. Tema** : Obesitas Pada Remaja
- 2. Hari/ Tanggal** : / Mei 2023
- 3. Waktu** : (10.00-10.25) 25 menit
- 4. Sasaran** : Remaja Obesitas SMP Negeri 1 Lubuk Pakam
- 5. Tempat** : SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

#### **A. Tujuan**

##### **a. Tujuan umum :**

Setelah dilakukan penyuluhan remaja mengetahui tentang obesitas pada remaja obesitas dapat di aplikasikan pada kehidupan sehari-hari

##### **b. Tujuan Khusus :**

1. Remaja dapat memahami pengertian obesitas
2. Remaja dapat memahami tipe-tipe obesitas
3. Remaja dapat memahami faktor penyebab obesitas
4. Remaja dapat memahami resiko obesitas
5. Remaja dapat memahami pengetahuan dan sikap dengan kejadian obesitas

#### **B. Materi :**

- Pengertian obesitas
- Penyebab obesitas
- Resiko obesitas
- Pengetahuan dan sikap dengan obesitas
- Pencegahan obesitas

#### **C. Metode :**

1. Penyuluhan dengan menggunakan media video animasi

#### **D. Media :**

1. Video Animasi
2. Laptop dan Infocus
3. Speaker

| No | Tahap Kegiatan | Waktu       | Kegiatan Penyuluhan                                                                                                                                                                                                                                     | Sasaran                                                            | Media         |
|----|----------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|
| 1. | Pembukaan      | 5 menit     | 1. Membuka/memulai kegiatan dengan mengucapkan salam<br>2. Memperkenalkan diri<br>3. Menjelaskan maksud dan tujuan pendidikankesehatan<br>4. Menyampaikan kontrak waktu                                                                                 | Menjawab salam, mendengarkan dan memperhatikan                     | -             |
| 2. | Penyajian      | 14:22 menit | 1. Menjelaskan pengertian obesitas<br>2. Menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan obesitas<br>3. Menjelaskan dampak dampak obesitas bagi remaja<br>4. Menjelaskan cara mencegah obesitas<br>5. Menjelaskan keterkaitan dengan sikap mencegah obesitas | Mendengarkan dan memperhatikan                                     | Video animasi |
| 4. | Penutup        | 5 menit     | 1. Mengucapkan terimakasih atas perhatian dan waktu yang telah diberikan<br>2. Mengucapkan salam penutup                                                                                                                                                | Menyimak pengulangan pokok-pokok materi dan menjawab salam Penutup | -             |

#### E. Kegiatan Penyuluhan

#### Lampiran 4 : Informed Consent

##### **PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN (INFORMED CONSENT)**

---

Saya Inggita Senosa Ginting , Mahasiswa Semester VIII Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, bermaksud melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam”. Penelitian ini dilakukan sebagai bagian dari proses pembelajaran dalam penyelesaian studi di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Saya berharap kesediaan saudara/saudari menjadi responden dalam penelitian ini dimana akan dilakukan wawancara dan pemberian penyuluhan gizi.

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama :

Tempat, Tgl Lahir :

Alamat :

Telp/Hp :

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya dan apabila dalam penelitian ini ada perubahan dan keberatan menjadi responden dapat mengajukan pengunduran diri. Atas perhatian dan kesediaan saudara/ibu menjadi responden dalam penelitian ini, saya ucapkan terima kasih.

Lubuk Pakam, 2023

Peneliti

Responden

## Lampiran 5 : Kuisisioner Pengetahuan

### KUISISIONER PENGETAHUAN

#### A. Data responden

- Nama :  
Tanggal Lahir :  
Kelas :  
Umur :  
Alamat :  
Jenis kelamin : 1. Laki – laki                      2. Perempuan

#### B. Pengetahuan remaja tentang Obesitas

Berikan tanda silang (X) untuk jawaban yang kamu pilih!

1. Apakah yang dimaksud dengan obesitas?
  - a. Penimbunan jaringan lemak dan non lemak secara berlebihan
  - b. Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan
  - c. Berat badan yang tidak sesuai dengan tinggi badan
  - d. Berat badan yang tidak sesuai dengan umur
2. Bagaimana pendapat anda mengenai obesitas ?
  - a. Anak yang mengalami obesitas waktu kecil akan berubah dengan sendirinya pada masa dewasa kelak
  - b. Anak yang mengalami obesitas waktu kecil menggemaskan, lucu dan tidak berbahaya
  - c. Anak yang mengalami obesitas berisiko mengalami obesitas dimasa dewasa
  - d. Anak yang mengalami obesitas waktu kecil menggemaskan, lucu, dan malas
3. Apakah obesitas sama dengan overweight?
  - a. Obesitas tidak sama dengan overweight
  - b. Obesitas sama dengan overweight
  - c. Obesitas mirip dengan overweight
  - d. Tidak tahu

4. Bagaimanakah cara menentukan obesitas ?
  - a. Dihitung berdasarkan nilai tinggi badan dan berat badan
  - b. Melihat nilai tinggi badan
  - c. Melihat nilai berat badan
  - d. Menilai postur tubuh
5. Obesitas dipengaruhi oleh....
  - a. Mengonsumsi makanan yang tinggi serat
  - b. Mengonsumsi makanan rendah lemak
  - c. Pola makan yang berlebihan
  - d. Aktivitas fisik yang teratur
6. Obesitas dapat disebabkan karena terlalu sering mengonsumsi makanan yang berlebih, khususnya yang mengandung....
  - a. Vitamin dan karbohidrat
  - b. Karbohidrat dan lemak
  - c. Protein dan lemak
  - d. Vitamin dan lemak
7. Yang bukan merupakan penyebab obesitas/kegemukan adalah...
  - a. Sering makan makanan seperti: pizza, fried chicken, dan burger
  - b. Sering main video games
  - c. Sering nonton tv
  - d. Sering olah raga
8. Akibat yang dapat ditimbulkan dari obesitas adalah ...
  - a. Penyakit degeneratif (diabetes, penyakit jantung)
  - b. Gerakan aktivitas menjadi terhambat
  - c. Menurunnya kemampuan belajar
  - d. Benar semua
9. Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya akan mengalami...
  - a. Tidak percaya diri
  - b. Banyak bergerak
  - c. Tubuhnya sehat
  - d. Manja
10. Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap perkembangan psikologis remaja ?

- a. Obesitas pada remaja tidak dapat menyebabkan gangguan psikologis pada remaja
  - b. Obesitas pada remaja dapat menyebabkan gangguan psikologis pada remaja
  - c. Obesitas tidak ada kaitannya dengan perkembangan psikologis remaja
  - d. Remaja obesitas akan cenderung lebih percaya diri
11. Bagaimanakah pengaruh keturunan terhadap obesitas pada remaja?
- a. Faktor keturunan tidak berhubungan obesitas pada anak
  - b. Faktor keturunan tidak berperan dalam obesitas pada anak
  - c. Factor keturunan berperan dalam menyebabkan obesitas pada anak
  - d. Tidak tahu
12. Bagaimanakah pengaruh penghasilan keluarga terhadap obesitas pada remaja?
- a. Penghasilan keluarga tidak berperan dalam menyebabkan obesitas
  - b. Penghasilan keluarga berperan secara tidak langsung dalam menyebabkan obesitas
  - c. Penghasilan keluarga tidak ada kaitannya dalam menyebabkan obesitas
  - d. Tidak tahu
13. Pilihlah pernyataan di bawah ini yang paling benar ?
- a. Remaja yang kurang aktivitas fisik tidak beresiko terkena obesitas
  - b. Remaja yang kurang aktivitas fisik beresiko terkena obesitas
  - c. Remaja yang banyak mengkonsumsi makanan ringan tidak beresiko terkena obesitas
  - d. Remaja yang banyak mengkonsumsi buah dan sayur beresiko terkena obesitas
14. Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap tumbuh kembang ?
- a. Remaja obesitas akan mendapatkan proses tumbuh kembang yang baik dan sehat
  - b. Obesitas tidak dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang
  - c. Obesitas tidak ada kaitannya dengan tumbuh kembang anak
  - d. Obesitas dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang

15. Bagaimanakah cara mencegah terjadinya obesitas pada anak?
- a. Mengonsumsi makanan sesuai kebutuhan dan melakukan aktivitas secara rutin
  - b. Berolahraga secara berlebihan
  - c. Membatasi asupan makanan

### **KUNCI JAWABAN**

- 1. B
- 2. C
- 3. A
- 4. A
- 5. C
- 6. B
- 7. D
- 8. D
- 9. A
- 10. B
- 11. C
- 12. B
- 13. B
- 14. D
- 15. A

## Lampiran 6 : Kuisisioner Sikap

### KUISISIONER SIKAP

Berikan tanda check list (√) pada salah satu kolom yang berisikan pernyataan paling sesuai dengan pendapatmu.

Keterangan :

- |                       |                              |
|-----------------------|------------------------------|
| 1) SS = Sangat Setuju | 3) TS = Tidak Setuju         |
| 2) S = Setuju         | 4) STS = Sangat Tidak Setuju |

| No | Pernyataan                                                                                        | SS | S | TS | STS |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|----|-----|
| 1. | Obesitas merupakan Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan .                            |    |   |    |     |
| 2. | Obesitas bukan masalah Kesehatan yang berbahaya.                                                  |    |   |    |     |
| 3. | Sebaiknya remaja mengkonsumsi makanana yang sesuai kebutuhan dan melakukan secara rutin.          |    |   |    |     |
| 4. | Tidak sarapan pagi merupakan cara tepat untuk menurunkan berat badan                              |    |   |    |     |
| 5. | Obesitas dipengaruhi oleh Pola makan yang berlebihan.                                             |    |   |    |     |
| 6. | Seharusnya sering mengkonsumsi makanan junkfood setiap hari seperti burger,pizza dan lain – lain. |    |   |    |     |
| 7. | Seharusnya mengkonsumsi tinggi serat dan rendah lemak dapat mengurangi terjadinya obesitas.       |    |   |    |     |
| 8. | Jika sudah merasakan tumbuh kembang postur tubuh yang berlebihan, maka diamkan saja               |    |   |    |     |

|     |                                                                                                     |  |  |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 9.  | Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya akan mengalami tidak percaya diri.                |  |  |  |  |
| 10. | Seharusnya remaja mengkonsumsi tinggi karbohidrat dan lemak.                                        |  |  |  |  |
| 11. | Seseorang perlu mengkonsumsi beragam makanan agar tubuh mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan. |  |  |  |  |
| 12. | Remaja yang kurang aktivitas fisik beresiko terkena obesitas.                                       |  |  |  |  |
| 13. | Aktifitas fisik sangat berpengaruh untuk mendapatkan berat badan ideal                              |  |  |  |  |
| 14. | Menjaga pola makan dan aktifitas fisik dapat menjaga postur tubuh.                                  |  |  |  |  |

Sumber: (Rika Kurniagustina & 2018, n.d.)

**Lampiran 7 : Tabel Jumlah Jawaban Pre Test dan Post Test  
Pengetahuan**

**Tabel Jumlah Jawaban Pre Test dan Post Test Kuesioner  
Pengetahuan**

✓ **Pre Test**

| Topik Pertanyaan                                                                                                    | Jumlah Benar |      | Jumlah Salah |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|--------------|------|
|                                                                                                                     | n            | %    | n            | %    |
| Apakah yang dimaksud dengan obesitas? (p1)                                                                          | 14           | 43.8 | 18           | 56.2 |
| Bagaimana pendapat anda mengenai obesitas ? (p2)                                                                    | 23           | 71.6 | 9            | 28.4 |
| Apakah obesitas sama dengan overweight? (p3)                                                                        | 7            | 21.9 | 25           | 78.1 |
| Bagaimanakan cara menentukan obesitas? (p4)                                                                         | 25           | 78.1 | 7            | 21.9 |
| Obesitas dipengaruhi oleh? (p5)                                                                                     | 23           | 71.6 | 9            | 28.4 |
| Obesitas dapat disebabkan karena terlalu sering mengkonsumsi makanan yang berlebih, khususnya yang mengandung? (p6) | 27           | 84.8 | 5            | 15.2 |
| Yang bukan merupakan penyebab obesitas/kegemukan adalah (p7)                                                        | 20           | 60.6 | 12           | 36.4 |
| Akibat yang dapat ditimbulkan dari obesitas (P8)                                                                    | 20           | 60.6 | 12           | 36.4 |
| Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya akan mengalami (p9)                                               | 27           | 84.8 | 5            | 15.2 |

|                                                                                 |    |      |    |      |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|------|----|------|
| Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap perkembangan psikologis remaja ? (p10)  | 27 | 84.8 | 5  | 15.2 |
| Bagaimanakah pengaruh keturunan terhadap obesitas pada remaja? (p11)            | 18 | 56.2 | 14 | 43.8 |
| Bagaimanakah pengaruh penghasilan keluarga terhadap obesitas pada remaja? (p12) | 18 | 56.2 | 14 | 43.8 |
| Pilihlah pernyataan di bawah ini yang paling benar? (p13)                       | 19 | 59.4 | 13 | 40.6 |
| Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap tumbuh kembang? (p14)                   | 28 | 87.9 | 4  | 12.1 |
| Bagaimanakah cara mencegah terjadinya obesitas pada anak? (p15)                 | 28 | 87.9 | 4  | 12.1 |

✓ **Post Test**

| Topik Pertanyaan                                                          | Jumlah Benar |      | Jumlah Salah |     |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------|------|--------------|-----|
|                                                                           | n            | %    | n            | %   |
| Apakah yang dimaksud dengan obesitas? (p1)                                | 30           | 93.9 | 2            | 6.1 |
| Bagaimana pendapat anda mengenai obesitas ? (p2)                          | 29           | 90.9 | 3            | 9.1 |
| Apakah obesitas sama dengan overweight? (p3)                              | 16           | 50   | 16           | 50  |
| Bagaimanakah cara menentukan obesitas? (p4)                               | 31           | 96.7 | 1            | 3.3 |
| Obesitas dipengaruhi oleh? (p5)                                           | 31           | 96.7 | 1            | 3.3 |
| Obesitas dapat disebabkan karena terlalu sering mengkonsumsi makanan yang | 29           | 90.9 | 3            | 9.1 |

|                                                                                 |    |      |    |      |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|------|----|------|
| berlebih, khususnya yang mengandung? (p6)                                       |    |      |    |      |
| Yang bukan merupakan penyebab obesitas/kegemukan adalah (p7)                    | 21 | 66.6 | 11 | 33.3 |
| Akibat yang dapat ditimbulkan dari obesitas (P8)                                | 24 | 75.7 | 8  | 24.3 |
| Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya akan mengalami (p9)           | 31 | 96.7 | 1  | 6.3  |
| Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap perkembangan psikologis remaja ? (p10)  | 29 | 90.9 | 3  | 9.1  |
| Bagaimanakah pengaruh keturunan terhadap obesitas pada remaja? (p11)            | 28 | 87.9 | 4  | 12.1 |
| Bagaimanakah pengaruh penghasilan keluarga terhadap obesitas pada remaja? (p12) | 31 | 96.7 | 1  | 6.3  |
| Pilihlah pernyataan di bawah ini yang paling benar? (p13)                       | 29 | 90.9 | 3  | 9.1  |
| Bagaimanakah pengaruh obesitas terhadap tumbuh kembang? (p14)                   | 28 | 87.9 | 4  | 12.1 |
| Bagaimanakah cara mencegah terjadinya obesitas pada anak? (p15)                 | 31 | 96.7 | 1  | 3.3  |



## Lampiran 8 : Tabel Jumlah Jawaban Pre Test dan Post Test Sikap

**Tabel Jumlah Jawaban Pre Test dan Post Test Kuesioner Sikap**

### ✓ Pre Test

| Topik Pernyataan                                                                                       | Sangat Setuju |      | Setuju |      | Tidak Setuju |      | Sangat Tidak Setuju |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------|------|--------------|------|---------------------|------|
|                                                                                                        | n             | %    | n      | %    | n            | %    | n                   | %    |
| Obesitas merupakan Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. (s1)                             | 13            | 40.6 | 15     | 46.9 | 2            | 6.3  | 2                   | 6.3  |
| Obesitas bukan masalah Kesehatan yang berbahaya. (s2)                                                  | 3             | 9.4  | 5      | 15.6 | 17           | 53.1 | 7                   | 21.9 |
| Sebaiknya remaja mengkonsumsi makanana yang sesuai kebutuhan dan melakukan secara rutin. (s3)          | 16            | 50.0 | 10     | 31.3 | 3            | 9.4  | 3                   | 9.4  |
| Tidak sarapan pagi merupakan cara tepat untuk menurunkan berat badan. (s4)                             | 7             | 21.9 | 1      | 3.1  | 22           | 68.8 | 2                   | 6.3  |
| Obesitas dipengaruhi oleh Pola makan yang berlebihan. (s5)                                             | 7             | 21.9 | 17     | 53.1 | 2            | 6.3  | 6                   | 18.8 |
| Seharusnya sering mengkonsumsi makanan junkfood setiap hari seperti burger,pizza dan lain – lain. (s6) | 4             | 12.5 | 1      | 3.1  | 13           | 40.6 | 14                  | 43.8 |
| Seharusnya mengkonsumsi tinggi serat dan rendah lemak dapat mengurangi terjadinya obesitas. (s7)       | 9             | 28.1 | 14     | 43.8 | 4            | 12.5 | 5                   | 15.6 |

|                                                                                                           |    |      |    |      |    |      |    |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------|----|------|----|------|----|------|
| Jika sudah merasakan tumbuh kembang postur tubuh yang berlebihan, maka diaman saja. (s8)                  | 4  | 12.5 | 2  | 6.3  | 14 | 43.8 | 12 | 37.5 |
| Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya akan mengalami tidak percaya diri. (s9)                 | 11 | 34.4 | 10 | 31.3 | 3  | 9.4  | 8  | 25.0 |
| Seharusnya remaja mengkonsumsi tinggi karbohidrat dan lemak. (s10)                                        | 4  | 12.5 | 1  | 3.1  | 21 | 65.6 | 6  | 18.8 |
| Seseorang perlu mengkonsumsi beragam makanan agar tubuh mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan. (s11) | 7  | 21.9 | 11 | 34.4 | 4  | 12.5 | 10 | 31.3 |
| Remaja yang kurang aktivitas fisik beresiko terkena obesitas. (s12)                                       | 4  | 12.5 | 7  | 21.9 | 15 | 46.9 | 6  | 18.8 |
| Aktifitas fisik sangat berpengaruh untuk mendapatkan berat badan ideal. (s13)                             | 5  | 15.6 | 12 | 37.5 | 6  | 18.8 | 9  | 28.1 |
| Menjaga pola makan dan aktifitas fisik dapat menjaga postur tubuh. (s14)                                  | 11 | 34.4 | 2  | 6.3  | 12 | 37.5 | 7  | 21.9 |

✓ **Post Test**

| Topik Pernyataan                                                                                       | Sangat Setuju |      | Setuju |      | Tidak Setuju |      | Sangat Tidak Setuju |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------|--------|------|--------------|------|---------------------|------|
|                                                                                                        | n             | %    | n      | %    | n            | %    | n                   | %    |
| Obesitas merupakan Penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. (s1)                             | 25            | 78.1 | 7      | 21.9 | -            | -    | -                   | -    |
| Obesitas bukan masalah Kesehatan yang berbahaya. (s2)                                                  | -             | -    | -      | -    | 8            | 25.0 | 24                  | 75.0 |
| Sebaiknya remaja mengkonsumsi makanana yang sesuai kebutuhan dan melakukan secara rutin. (s3)          | 23            | 71.9 | 8      | 25.0 |              |      | 1                   | 3.1  |
| Tidak sarapan pagi merupakan cara tepat untuk menurunkan berat badan. (s4)                             | -             | -    | -      | -    | -            | 43.8 | 18                  | 56.3 |
| Obesitas dipengaruhi oleh Pola makan yang berlebihan. (s5)                                             | 24            | 75.0 | 7      | 21.9 | 1            | 3.1  |                     |      |
| Seharusnya sering mengkonsumsi makanan junkfood setiap hari seperti burger,pizza dan lain – lain. (s6) | -             | -    | -      | -    | 6            | 18.8 | 26                  | 81.3 |
| Seharusnya mengkonsumsi tinggi serat dan rendah lemak dapat mengurangi terjadinya obesitas. (s7)       | 18            | 56.3 | 13     | 40.6 | 1            | 3.1  | -                   | -    |
| Jika sudah merasakan tumbuh kembang postur tubuh yang berlebihan, maka diamkan saja. (s8)              | -             | -    | 1      | 3.1  | 12           | 37.5 | 19                  | 59.4 |
| Remaja yang mengalami obesitas/kegemukan biasanya                                                      | 21            | 65.6 | 10     | 31.3 | 1            | 3.1  | -                   | -    |

|                                                                                                           |    |      |    |      |    |      |    |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------|----|------|----|------|----|------|
| akan mengalami tidak percaya diri. (s9)                                                                   |    |      |    |      |    |      |    |      |
| Seharusnya remaja mengkonsumsi tinggi karbohidrat dan lemak. (s10)                                        | -  | -    | -  | -    | 13 | 40.6 | 19 | 59.4 |
| Seseorang perlu mengkonsumsi beragam makanan agar tubuh mendapatkan semua zat gizi yang diperlukan. (s11) | 13 | 40.6 |    |      | 16 | 50.0 | 3  | 9.4  |
| Remaja yang kurang aktivitas fisik beresiko terkena obesitas. (s12)                                       | -  | -    | -  | -    | 10 | 31.3 | 22 | 68.8 |
| Aktifitas fisik sangat berpengaruh untuk mendapatkan berat badan ideal. (s13)                             | 8  | 25.0 | 24 | 75.0 | -  | -    | -  | -    |
| Menjaga pola makan dan aktifitas fisik dapat menjaga postur tubuh. (s14)                                  | -  | -    | -  | -    | 8  | 25.0 | 24 | 75.0 |

**Lampiran 9 : Daftar Populasi IMT/U Z-Score**

**DAFTAR POPULASI MENGGUNAKAN IMT/U Z-SCORE  $>+2SD$**

| Kategori Status Gizi | Sebanyak |
|----------------------|----------|
| Kurus                | -        |
| Normal               | 211      |
| Gemuk                | 76       |
| Obesitas             | 32       |
| TOTAL                | 319      |

## **Lampiran 10 : Riwayat Hidup**

### **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama Lengkap : Inggita Senosa Ginting

Tempat / Tanggal Lahir : Lubuk Pakam, 15 April 2002

Jumlah Anggota Keluarga : 5 (Lima) Orang

Alamat Rumah : JL. Dr.Cipto, Lubuk Pakam

No. HP / Telp : 081260721496

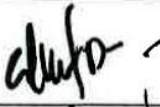
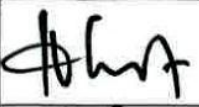
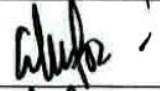
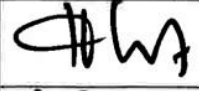
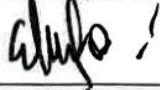
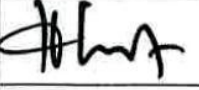
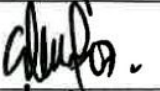
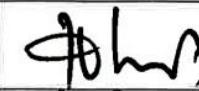
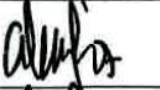
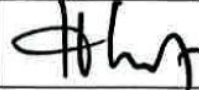
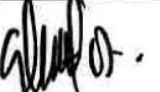
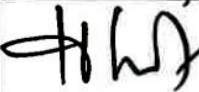
Riwayat Pendidikan : 1. SD Swasta Advent Lubuk Pakam  
(2007-2013)  
2. SMP Negeri 1 Lubuk Pakam (2013-2016)  
3. SMA Negeri 1 Lubuk Pakam (2016-2019)  
4. Poltekkes Kemenkes Medan (2019-2023)

Hobby : Traveling

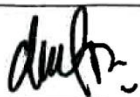
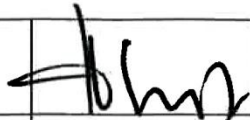
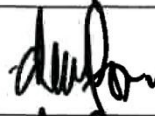
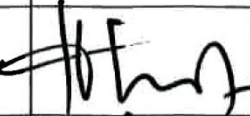
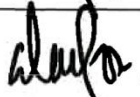
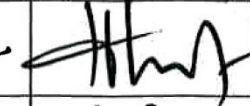
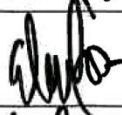
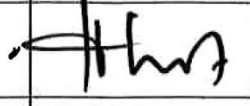
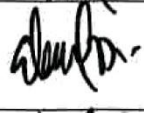
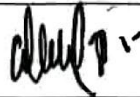
Motto : Selama ada niat dan keyakinan semua akan  
menjadi mungkin.

**Lampiran 11 : Bukti Bimbingan Skripsi****Bukti Bimbingan Skripsi**

Nama : Inggita Senosa Ginting  
Nim : P01031219023  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika  
Judul : Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.  
Dosen Pembimbing : Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes

| No | Tanggal       | Judul/Topik Bimbingan                            | Tanda Tangan                                                                         |                                                                                       |
|----|---------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |               |                                                  | Mahasiswa                                                                            | Pembimbing                                                                            |
| 1  | 11 April 2022 | Perkenalan dan diskusi mengenai Proposal Skripsi |  |  |
| 2  | 15 April 2022 | Diskusi topik yang akan diajukan                 |  |  |
| 3  | 29 April 2022 | Revisi Bab 1                                     |  |  |
| 4  | 10 Mey2022    | Usulan Judul Skripsi yang diajukan Pembimbing    |  |  |
| 5  | 17 Mei 2022   | Penyerahan hasil Bab 1                           |  |  |
| 6  | 25 Mei 2022   | Diskusi dan Revisi Bab 1                         |  |  |
| 7  | 7 Juni 2022   | Penyerahan Bab 2 dan diskusi                     |  |  |
| 8  | 12 Juni 2022  | Revisi Kerangka Teori dan Kerangka konsep        |  |  |

|     |                 |                                                                         |        |     |
|-----|-----------------|-------------------------------------------------------------------------|--------|-----|
| 9   | 19 Juni 2022    | Revisi Defenisi Operasional                                             | Alufon | Hlw |
| 10  | 26 Juni 2022    | Penyerahan hasil Bab 3                                                  | Alufon | Hlw |
| 11  | 7 Juli 2022     | Revisi Bab 3                                                            | Alufon | Hlw |
| 12  | 20 Juli 2022    | Revisi Satuan Acara Penyuluhan                                          | Alufon | Hlw |
| 13  | 28 Juli 2022    | Revisi Kuesioner                                                        | Alufon | Hlw |
| 14  | 1 Agustus 2022  | Perbaikan Proposal                                                      | Alufon | Hlw |
| 15  | 5 Agustus 2022  | Perbaikan Proposal                                                      | Alufon | Hlw |
| 16. | 18 Agustus 2022 | ACC proposal dengan dosen pembimbing                                    | Alufon | Hlw |
| 17. | 25 Agustus 2022 | Seminar Proposal                                                        | Alufon | Hlw |
| 18. | 6 Januari 2022  | Revii dengan dosen pembimbing                                           | Alufon | Hlw |
| 19. | 21 Febuari 2023 | Revisi dengan dosen penguji I                                           | Alufon | Hlw |
| 20. | 23 Mei 2023     | ACC proposal skripsi dengan dosen penguji I                             | Alufon | Hlw |
| 21. | 23 Mei 2023     | Revisi dengan dosen penguji II                                          | Alufon | Hlw |
| 22. | 25 Mei 2023     | ACC proposal skripsi dengan dosen penguji II                            | Alufon | Hlw |
| 23. | 26 Mei 2023     | Revisi keseluruhan proposal dengan pembimbing dan ACC proposal skripsi. | Alufon | Hlw |
| 24. | 13 Juni 2023    | Revisi BAB IV dan V (pertama)                                           | Alufon | Hlw |
| 25. | 14 Juni 2023    | Revisi BAB IV dan V (kedua)                                             | Alufon | Hlw |

|     |                  |                                        |                                                                                     |                                                                                      |                                                                                      |
|-----|------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 26. | 15 Juni 2023     | Revisi BAB IV dan V (ketiga)           |  |   |                                                                                      |
| 27. | 15 Agustus 2023  | Revisi Seminar kepada pembimbing       | Setelah Hasil                                                                       |    |   |
| 28. | 21 Agustus 2023  | Revisi Seminar kepada penguji I        | Setelah Hasil                                                                       |    |   |
| 29. | 12 Oktober 2023  | ACC Revisi Penguji I                   |                                                                                     |   |   |
| 30. | 13 Oktober 2023  | Revisi Seminar kepada penguji II       | Setelah Hasil                                                                       |   |   |
| 31. | 20 Oktober 2023  | ACC Revisi Penguji II                  |                                                                                     |   |   |
| 32. | 24 Oktober 2023  | Revisi Abstrak kepada dosen pembimbing |                                                                                     |    |   |
| 33. | 01 November 2023 | ACC Abstrak                            |                                                                                     |  |  |

## Lampiran 12: Surat Izin Penelitian

- Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN  
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos :20136  
Telepon : 061-8368633 - Fax : 061-8368644  
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes\_medan@yahoo.com



Lubuk Pakam, 30 Mei 2023

Nomor : KM.03.01/00/02/03/0937/2023  
Lampiran : -  
Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth:  
Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

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 bapak Abdul Hairuddin Angkat, SKM, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

| No | Nama                   | NIM          | JUDUL                                                                                                                                       |
|----|------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Inggita Senosa Ginting | P01031219023 | Pengaruh Penyuluhan Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. |

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Gizi  
  
Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes  
NIP. 198906231990032001



## Lampiran 13: Surat Balasan Penelitian

- Surat Balasan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG  
DINAS PENDIDIKAN  
UPT SATUAN PENDIDIKAN FORMAL  
SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM**

Jalan Kartini no. 4 Lubuk Pakam, Kode Pos : 20516  
Telp: (061) 7951023 E-Mail : [smpn1\\_pakam@yahoo.com](mailto:smpn1_pakam@yahoo.com)  
NPSN. 10213879 NSS : 201070116007

Nomor : 422/133/SMPN1.LP/VI/2023  
Lampiran : -  
Hal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth : Bapak/Ibu Ketua Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Di-

Lubuk Pakam

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat politeknik kesehatan Kemenkes Medan, dengan nomor surat KM.03.01/00/02/06/006/2023 tertanggal 27 Mei 2023 perihal izin penelitian, maka kami memberi izin dan menerima mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan:

| No | NAMA                   | NIM           | PROGRAM<br>STUDI | Judul                                                                                                                                                                                      |
|----|------------------------|---------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Helen Yuniar Sihombing | P01031219124  | Gizi             | Pengaruh Penyuluhan tentang Anemia dengan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam                                                                   |
| 2  | Nur Halimah            | P010312119141 | Gizi             | Pengaruh Penyuluhan dengan media animasi tentang peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam                                                              |
| 3  | Inggita Senosa Ginting | P01031219023  | Gizi             | Pengaruh Penyuluhan gizi tentang obesitas menggunakan media animasi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam                                                 |
| 4  | Windi Noveria Saragih  | P01031219052  | Gizi             | Pengaruh Penyuluhan gizi dengan media animasi tentang obesitas terhadap pengetahuan dan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada remaja obesitas kelas VIII di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam. |

Benar Telah melakukan kerja praktik di lingkungan UPT SPF SMP NEGERI 1 Lubuk Pakam yang dilaksanakan dari tanggal 29 Mei-12 Juni 2023.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Pakam, 10 Juni 2023



UPT Satuan Pendidikan Formal  
SMP Negeri 1 Lubuk Pakam

ELFAN LUBUK, S. Pd, M.Si  
NIP. 19680210 199512 1 004

## Lampiran 14: Dokumentasi

### DOKUMENTASI



Melakukan Pengukuran Tinggi badan dan Penimbangan berat badan



### Melakukan pengisian kuesioner



### Melakukan Intervensi



## **Lampiran 15: Surat Pernyataan**

### **Surat Pernyataan**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

NAMA : INGGITA SENOSA GINTING

NIM : P01031219023

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

  
(INGGITA SENOSA GINTING)

## Lampiran 16: Anggaran Biaya Penelitian

### A. Anggaran biaya penelitian

| No.   | Jenis pengeluaran                      | Jumlah | Satuan | Biaya yang dikeluarkan |
|-------|----------------------------------------|--------|--------|------------------------|
| 1.    | Ongkos/transportasi survey pendahuluan | -      | -      | Rp. 50.000             |
| 2.    | Print proposal                         | 3      | Unit   | Rp. 50.000             |
| 3.    | Paket internet                         | 1      | Unit   | Rp. 150.000            |
| TOTAL |                                        |        |        | Rp. 250.000            |

### B. Anggaran biaya penelitian

| No.               | Jenis pengeluaran                      | Jumlah | Satuan | Biaya dikeluarkan |
|-------------------|----------------------------------------|--------|--------|-------------------|
| 1.                | Pembuatan Video Animasi                | -      | -      | Rp. 1.000.000     |
| 2.                | Ongkos/transportasi survey pendahuluan | -      | -      | Rp. 50.000        |
| 3.                | Biaya tek terduga                      | -      | -      | Rp. 300.000       |
| TOTAL             |                                        |        |        | Rp. 1.350.000     |
| Total pengeluaran |                                        |        |        | Rp. 1.350.000     |



**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](mailto:kepk.poltekkesmedan@gmail.com)**



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG  
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN  
Nomor: *01-2230*/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

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 Gizi Tentang Obesitas Menggunakan Media Animasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/  
Peneliti Utama : **Inggita Senosa Ginting**  
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, 8 Juni 2023

Komisi Etik Penelitian Kesehatan  
Poltekkes Kemenkes Medan

*Yl. Ketua,*

**Dr. Jhonson P Sihombing, MSc, Apt.**  
**NIP. 196901302003121001**

## Lampiran 17

### DIALOG VIDEO ANIMASI OBESITAS PADA REMAJA

#### Adegan I

Disebuah sekolah menengah pertama menunjukkan jam olahraga, semua siswa pun berbaris dilapangan mendengarkan arahan dari gurunya

**Guru** : Selamat siang anak-anak pada siang hari ini materi praktik kita adalah lari, bapak minta supaya kalian berlomba lari dilapangan dengan benar dan berusaha untuk mencapai garis finish dengan cepat

**Seluruh siswa** : baik pakkk, terimakasih pak

Setibanya dilapangan saat guru membunyikan peluit, semua siswa pun berlari berlomba mencapai garis finish. Rio pun mencapai garis finish diposisi pertama disusul dengan Rina dan Reni. Namun pada posisi akhir tampak Intan berlari dengan nafas yang tidak teratur lagi dan lemas berusaha sampai di garis finish.

**Rio** : hahahahaha dasar badak lambat harusnya kamu itu tidur sana ga pantas kamu ikutan lari bareng kita

**Rina** : mau makan apa lagi ? burger, pizza, corndog atau nasi se bakul? Hahahahaahhaaa gendutrt gendutt

**Reni** : ayo semuaa katakan” Intan gendutt intan gendut”

Dengan serentak semua siswa yang ada dilapangan tersebut teriak “Intan gendut, Intan gendut” .

#### Adegan II

Kemudian Intan pun lari dan menangis menuju ruangan kelas. Lalu muncullah Indi menghampiri Intan yang menangis di ruangan kelas

**Indi** : sudah jangan menangis lagi ,percuma kamu menangis itu tidak akan mengubah keadaan, ambillah minum ini (Indi memberi sebotol air mineral kepada Intan)

**Intan** : sana kamu pergi, kamu tidak pantas berteman dengan ku, aku gendut dan jelek.

**Indi** : tidak Intan, aku adalah teman mu dan aku akan selalu menemani kamu dan akan membantu kamu untuk menghadapi ini semua.

**Intan** : maksud nya apa? Kamu mau membantu membuly aku ?

**Indi** : tidak mungkin aku membuly kamu, tapi aku akan bantu kamu supaya kamu bisa kurus dan langsing seperti anak anak lain.

**Intan** : bagaimana bisa kamu bisa membuat ku kurus? Emangnya kamu Tuhan yang bisa buat semuanya? Sudahlah kamu pergi saja sana biarkan aku sendiri disini

**Indi** : kamu tenang yaa, jangan marah lagi. Dulu juga aku sama seperti kamu gendut, hitam , jelek dan dijauhi semua teman teman ku. Hal itu memang sangat menyedhkan untuk ku, namun aku tidak menyerah, akhirnya suatu saat aku dibawa oleh orangtua ku bertemu dengan seorang Konselor Gizi. Berkat Ahli Gizi itu akhirnya aku bisa seperti ini dan aku punya teman banyak lagi.

Intan : Ahli Gizi ? Konselor ? apa itu

Indi : ya, Konselor gizi adalah seorang yang dapat membantu dan menolong kita dalam masalah makanan, gizi, aktivitas fisik kita dan banyak lagi.

Intan : bagaimana dia dapat menolong ku ?

Indi : tenang saja , ahli gizi itu sangat baik dia akan membantu kita mengenali dan mengatasi masalah yang kita alami .

Intan : kamu tidak bercanda kan ?

Indi : iya Intan aku serius dan tidak bercanda. Besok kan kita tidak masuk berhubung ada Ujian Nasional kakak kelas kita , bagaimana kalo besok kita pergi kesana ?

Intan : baiklah Indi. Terimakasih

### **Adekan III**

Keesokan harinya Intan Dan Indi pun pergi ke tempat Konselor Gizi

Indi : selamat pagi bu permisi (sambil mengetok pintu)

Ahli gizi :selamat pagi, silahkan masuk. Hey indi ternyata kamu ada apa dek, bagaimana kabar mu

Indi : kabar baik bu, perkenalkan bu ini teman saya

Intan : perkenalkan bu nama saya Intan, saya minta tolong ya bu bantu saya

Ahli gizi : pasti saya akan bantu kamu adik , baik sebelumnya mari ikut ibu kita ukur tinggi dan berat badan kamu dulu ya

Kemudian ahli gizi tersebut mengambil alat untuk mengukur tinggi dan berat badan lalu mengukur Intan dengan posisi yang benar

Ahli gizi : berat badan adik tadi adalah 70 kg dan tinggi badannya dalah 155 cm, nah disini saya menghitung IMT adik saya dapatkan 29 kg/m<sup>2</sup> . Sebelumnya adik tau tidak apa itu IMT ?

Intan : tidak tau bu

Ahli gizi : nah jadi IMT adalah indeks massa tubuh menurut usia yang dimana alat bantu umum yang digunakan untuk mengukur status gizi seperti menghitung berat badan berdasarkan tinggi badan. IMT dibagi menjadi 3 kategori yaitu berat badan kurang dengan IMT <18,5 kg/m<sup>2</sup>, berat badan normal dengan IMT 18,5-22,9 kg/m<sup>2</sup>, berat badan lebih(overweight) dengan IMT 23-24,9 kg/m<sup>2</sup>, Obesitas 1 25-29,9kg/m<sup>2</sup> dan Obesitas 2 dengan IMT >30 kg/m<sup>2</sup> Nah IMT adik Intan tadi adalah 29 kg/m<sup>2</sup>, itu termasuk kategori Obesitas.

Intan : Apa itu obesitas bu?

Ahli giz :Obesitas adalah penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan yang berdampak buruk pada kesehatan. Kondisi tersebut bisa dialami dengan semua orang, tidak melihat dari kelompok gender maupun kelompok remaja hingga dewasa. Anak yang mengalami obesitas beresiko mengalami obesitas dimasa dewasa jika tidak merubah gaya hidupnya.

Intan : Jadi apakah beda obesitas dengan overweight bu, kan sama sama berat badan lebih .

Ahli gizi : Jadi begini adik, gemuk dapat dibedakan menjadi overweight dan obesitas. Namun orang gemuk belum tentu masuk kedalam kategori obesitas. Overweight atau sering juga disebut dengan kegemukan adalah sebuah kondisi dimana seseorang memiliki berat badan yang melebihi berat badan normal. Cara menentukan overweight dengan obesitas dinilai berdasarkan nilai TB dan BB kemudian menghitung IMT nya sesuai dengan penjelasan ibu tadi dek

Intan : ooo baik bu, jadi apa saja yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas bu?

Ahli Gizi : Salah satu faktor obesitas dipengaruhi oleh pola makan yang berlebih. Obesitas disebabkan karena terlalu banyak mengonsumsi makanan yang tinggi karbohidrat dan lemak seperti zaman sekarang ini terlalu sering mengonsumsi junkfood atau makanan cepat saji.

Intan :ohiya bu jika sudah terkena obesitas , dapatkah kita terkena penyakit lain lagi bu?

Ahli Gizi :obesitas ini sangat jahat adik, karena obesitas dapat menghambat aktivitas kamu dan kemampuan belajar kamu juga bisa menurun bahkan kalau tidak cepat ditangani akan beresiko pada penyakit seperti diabetes mellitus ,serangan jantung,stroke, tekanan darah tinggi.

Intan :aduhh saya takut buu, tapi kalau boleh jujur saya sering mengalami tidak percaya diri sama bentuk badan saya seperti ini bu,saya malu dengan teman teman saya yang sering mengejek saya karena badan saya yang gendut buu

Ahli Gizi :Nahh jadi apabila remaja mengalami obesitas makan akan berpengaruh menyebabkan gangguan psikologis pada remaja, contoh gangguan psikologis itu ya sama dengan yang adik rasakan seperti tidak percaya diri, depresi, dan menarik diri dari lingkungan sosial serta dapat mengganggu pertumbuhan fisik, gangguan pernafasan, dan gangguan endokrin.

Intan :benar buu saya minder sekali dengan teman-teman saya di sekolah

Ahli Gizi :kalau ibu boleh tau dirumah apakah di rumah hanya Intan saja yang gendut ?

Intan : hmm bapak saya bu ,badannya lebih besar, mungkin berat badan bapak saya 80 kg gitu bu,mama juga gendut bu emang ada pengaruhnya ya bu?

Ahli gizi :tentu ada dik, factor keturunan berperan dalam menyebabkan obesitas pada anak

Intan : maksudnya gimana ya bu, saya kurang mengerti

Ahli gizi :Apabila kedua orang tua obesitas maka 80% anaknya terikut menjadi penderita obesitas, misalnya jika satu keluarga ayah dan ibunya

obesitas memiliki 4 orang anak, kemungkinan 3 orang anak juga akan mengalami obesitas.

Intan :oh gitu ya bu ,mulai sekarang saya sudah mengerti bu, lalu factor lain ada lagi kah bu?

Ahli gizi :tentu saja ada adik, factor lainnya yaitu gaya hidup atau ekonomi, pola makanan berlebih, keluarga dan kurang aktifitas fisik

Intan :factor keluarga sama kurang aktifitas maksudnya gimana yabu?

Ahli gizi :factor keluarga itu misalnya jika penghasilan keluarga itu tinggi atau ekonomi dalam sebuah keluarga itu tinggi kemungkinan besar orangtua akan selalu memberikan makanan yang cukup bahkan berlebih kepada anaknya contohnya makanan ringan, makanan instan atau cepat saji dan makanan yang lain kepada anaknya jadi penghasilan keluarga berperan secara tidak langsung dalam menyebabkan obesitas, sedangkan factor kurangnya aktifitas fisik itu contohnya seperti terbiasa menghabiskan waktu dengan cara bermain game online, menggunakan gadget, computer/laptop dan menjelajahi seputar internetan tidak pernah olahraga dapat beresiko terkena obesitas yang menyebabkan gangguan tumbuh kembang dalam tubuh kamu

Intan : lalu kak bagaimana cara mencegah supaya tidak terkena obesitas kak?

Ahli gizi :kamu cukup mengkonsumsi makanan sesuai kebutuhan kamu dan rutin melakukan aktifitas yang positif seperti rajin berolahraga.

Intan :saya setiap hari suka makan tidak teratur dan sembarangan kak, saya suka makan makanan cepat saji seperti mie instan 2 kali sehari kemudian goreng gorengan , saya juga suka konsumsi burger, kebab, dan makan makanan korea itu kak yang manis manis gurih dan pedas pedas. Kalau saya makaan diluar saya sering makan bakso dan mie ayam kak

Ahli gizi :nah biasanya adik konsumsi nya seberapa banyak? Misalnya nasi nya satu centong kah , ikan nya 3 potong kah ?

Intan :ohh biasanya kak nasi saya satu dua centong, sayur nya 3 sendok dan ikan 2 potong. Saya juga jarang makan buah kak, tapi kak saya biasanya makan bersamaan dengan minuman berasa .

Ahli gizi :untuk cemilannya berarti adik sering jajan diluar ya adek

Intan : iya ibu, saya sering jajan diluar sembarangan seperti jajan cilok dengan saos yang banyak , saya juga sering konsumsi goreng gorengan di sore hari dan minum minuman boba yang berasa dan berwarna, mie mie instan seperti seblak saya suka bu

Ahli gizi : Nah inilah yang mengakibatkan adik skarang menjadi obesitas ,suka konsumsi makanan cepat saji yang komponen lemak nya tinggi, dan pemicu tambahannya juga adek jarang olahraga.

Intan :iyaa ibu sekarang saya mengerti

Ahli Gizi :iya adik, jadi mulai hari ini ayo lakukan gaya hidup sehat setiap hari mulai dari makan makanan yang bergizi, batasi main gadget maksimal 2 jam sehari, batasi ngemil yang berlebihan, lakukan olahraga minimal 30

menit perhari, dan lakukan pengecekan kesehatan setiap 1 bulan sekali secara berkala. Maka Intan tumbuh dengan badan yang sehat, ceria, dan selalu bersemangat. Hidup dengan gaya hidup sehat akan memberi efek positif bagi kehidupan Intan, Intan menjadi jarang sakit dan memiliki banyak teman

Intan :waah terimakasih banyak ya bu, ibu sudah mau mendengar keluhan saya dan ibu sudah memberikan saya solusi nya, ibu juga berikan saya informasi yang sangat banyak. Mulai hari ini saya berjanji akan mulai hidup yang sehat dan menjauhi makan makanan sembarangan , saya juga akan sering olahraga supaya saya langsing dan cantik seperti teman teman saya yang lain.

Indi : semangat ya Intan diet nya supaya kita bisa main main dengan teman teman di sekolah dan Rina, Rio juga Reni tidak menggangukamu lagi.

Intan : terimakasih juga ya Indi berkat kamu saya kenal dengan ibu gizi yang baik ini

Keesokan harinya Intan pun sering melakukan olahraga dan menjauhi semua makanan cepat saji di sekitarnya termasuk dilingkungan sekolahnya. Satu bulan kemudian akhirnya Intan mencapai berat badan normalnya, ia pun sudah tidak malu lagi untuk bergabung bermain bersama sama dengan temannya yang lain. Rina, Rio dan Reni pun minta maaf kepada Intan dan mereka pun akhirnya bersahabat baik.