

SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK “CEGAH OBESITAS”
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK KELAS V
DI SDN 08 KOTA BENGKULU**



OLEH :

YOCHÉ VALENTINA

NIM : P05170116050

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
TAHUN 2020**

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK “CEGAH OBESITAS”
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK KELAS V
DI SDN 08 KOTA BENGKULU**

Skripsi ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memenuhi Gelar Sarjana
Saint Terapan Promosi Kesehatan (S.Tr, Kes)

DISUSUN OLEH :
YOCHÉ VALENTINA
NIM. P05170116050

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
TAHUN 2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK “CEGAH OBESITAS”
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK KELAS V DI SDN 08 KOTA
BENGKULU TAHUN 2020**

Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

YOCHE VALENTINA

NIM : P05170116050

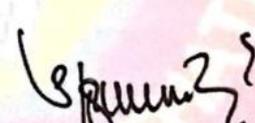
Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui
Untuk Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji
Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada Tanggal 12 Juni 2020

Mengetahui
Pembimbing Skripsi

Pembimbing I

Pembimbing II


Dino Sumaryono, SKM., MPH
NIP. 197303051997021002


Linda Sitompul, SST., M.Kes
NIP. 196909011989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK “CEGAH OBESITAS”
TERHADAP PENGETAHUAN ANAK KELAS V DI SDN 08 KOTA
BENGKULU TAHUN 2020**

Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

YOICHE VALENTINA
NIM : P05170116050

Telah diujikan di depan Penguji Skripsi Program Studi Promosi Kesehatan
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 15 Juni 2020
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Tim Penguji

Ketua Penguji

Lisma Ningsih, SKM, MKM
NIP. 197410091999032004
Penguji II

Penguji 1

Ismiati, SKM, M.Kes
NIP. 197807212001122001
Penguji III

Dino Sumaryono, SKM, MPH
NIP. 197303051997021002

Linda Sitompul, SST, M.Kes
NIP. 196909011989032001

Mengesahkan:

Ketua Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu



Linda Sitompul, SST., M.Kes
NIP. 196909011989032001

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yoche Valentina

NIM : P05170116050

Judul Skripsi : Pengaruh Media Lembar Balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam penelitian ini ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Juni 2020

Yang menyatakan


NIP TERAI
TEMPEL
D4647AHF539682498
6000
ENAM RIBU RUPIAH
Yoche Valentina

NIM. P05170116050

ABSTRAK

Obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebih di dalam tubuh. Obesitas terjadi akibat kelebihan asupan kalori, tetapi anak dengan obesitas belum tentu memiliki kecukupan gizi yang baik. Kecukupan gizi adalah banyaknya zat gizi yang terpenuhi dari makanan bergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, tinggi badan dan kondisi tertentu. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2016, prevalensi obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 telah meningkat secara drastis dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016. Peningkatan ini terjadi secara serupa di antara anak laki-laki dan perempuan, pada tahun 2016 18% anak perempuan dan 19% anak laki-laki kelebihan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media lembar balik cegah obesitas terhadap pengetahuan anak kelas V di sekolah dasar negeri 11 Kota Bengkulu.

Jenis Penelitian yang digunakan adalah *Pre Eksperimental One Group Pre Test dan Post Test Design*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu berjumlah 41 orang diambil menggunakan *purposive sampling*. Analisis penelitian menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini diperoleh rerata pengetahuan sebelum (5.90) dan sesudah (8.41). Hasil uji *Wilcoxon* diperoleh $p\text{ value} = 0.000 \leq 0.05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%, yang berarti ada pengaruh media lembar balik cegah obesitas terhadap pengetahuan anak.

Kata kunci : Obesitas, Sekolah Dasar, Lembar Balik.

ABSTRACT

Obesity is the accumulation of excess fat in the body. Obesity occurs due to excess calorie intake, but children with obesity may not necessarily have adequate nutrition. Nutrition adequacy is the many nutrients that are met from food depending on age, gender, activity, weight, height and certain conditions. Based on 2016 World Health Organization (WHO) data, the prevalence of obesity among children and adolescents aged 5-19 has increased dramatically from only 4% in 1975 to more than 18% in 2016. This increase has occurred similarly in among boys and girls, in 2016 18% of girls and 19% of boys were overweight. This study aims to determine the effect of the influence of the media to prevent obesity on the fifth grade children knowledge in 11 elementary schools in Bengkulu City.

This type of research is Pre Experimental One Group Pre Test and Post Test Design. The sample in this study were 41 grade students of Bengkulu State Elementary School 08 totaling 41 people taken using purposive sampling. Analysis of research using the Wilcoxon test. The results of this study obtained the average knowledge before (5.90) and after (8.41). Wilcoxon test results obtained p value = $0.000 \leq 0.05$ by using a confidence level of 95%, which means that there is an influence of counterfeit media to prevent obesity on children's knowledge.

Keywords: Obesity, Elementary School, Flip sheet.

RIWAYAT PENULIS

Nama : Yoche Valentina

Tempat, Tanggal Lahir : Kaur, 14 Februari 1999

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Riwayat Pendidikan : 1. SDN 07 Argamakmur
2. SMPN 01 Argamakmur
3. SMAN 01 Argamakmur
4. Perguruan Tinggi Diploma IV Promosi
Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Alamat : Jalan WR Supratman Pematang Gubernur Kota
Bengkulu

Email : yochevalentina123@gmail.com

Jumlah Saudara : 1 (satu)

Nama Saudara : Ririn Dwi Wulandari

Nama Orang Tua : Ayah : Novrianto
Ibu : Yusti Haulina S.IP

MOTTO

“ Jadilah diri sendiri tanpa harus menjadi orang lain ”

“ Balas dendam terbaik adalah dengan memperbaiki dirimu sendiri ”

“ Hidup itu adalah seni menggambar tanpa penghapus ”

“ Take it day by day, don't stress too much about tomorrow ”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya dedikasikan untuk orang-orang yang sangat saya sayangi.

1. Kedua orang tua Novrianto dan Yusti Haulina yang selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada penulis.
2. Adik tersayang Ririn Dwi Wulandari
3. Para sahabat S Fetty Triutami H, Even Yolanda Fitria, Febilla Dwi Puspitasari, Karunia Tiara Riski atas kebersamaan selama 4 tahun yang tak terlupakan
4. Sahabat sedari SMA Lovika Julisa Putri , Revi Anggraini, Dwila Feronika, Ariska Dwi Lestari, Devia Monika Sari, Runia Tara yang selalu memberikan support.
5. Teman-teman kampus dan teman-teman SMA yang selalu membantu.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu”.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah Mengetahui Pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Darwis, S.Kp, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Bunda Linda Sitompul, SST, M.Kes, selaku Ketua Jurusan D IV Promosi Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
3. Bapak Dino Sumaryono, SKM, MPH, selaku Pembimbing I dan Bunda Linda Sitompul, SST, M.Kes, selaku Pembimbing II yang telah membimbing, dan memberikan solusi.
4. Bunda Lisma Ningsih SKM, MPH, selaku Ketua Penguji.
5. Bunda Ismiati SKM, M.Kes selaku Penguji I.
6. Seluruh Dosen dan Civitas Akademika Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang telah memberikan masukan kepada penyusun dalam menyelesaikan proposal ini.

7. Kedua orang tua, adik tersayang yang selalu memberi semangat dan dukungan penuh serta doa untuk penulis.
8. Para sahabat yang selalu memberikan banyak masukan dan menyemangati penulis.
9. Teman-teman seangkatan dalam memberikan dorongan untuk menyelesaikan proposal ini.

Dalam penyusunan proprsal penelitian ini, penyusun mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun agar membantu perbaikan selanjutnya. Terima kasih.

Bengkulu, 14 Desember 2019

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RIWAYAT PENULIS	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Obesitas	8
B. Pengetahuan	16
C. Media Promosi Kesehatan	20
D. Media Lembar Balik (<i>Flip Chart</i>)	26
E. Pengaruh Media Lembar Balik (<i>Flip Chart</i>) Terhadap Pengetahuan	28
F. Pengertian Anak	29

G. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	30
H. Kerangka Teori	33
I. Hipotesis	33
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	34
B. Kerangka Konsep	35
C. Definisi Operasional	35
D. Populasi dan Sampel Penelitian	36
E. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
F. Instrumen dan Bahan Penelitian	37
G. Pengumpulan Data	38
H. Pengolahan Data	38
I. Analisis Data	39
J. Alur Penelitian	41
K. Etika Penelitian	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	49
C. Keterbatasan Penelitian	54
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Keaslian Peneltian	6
3.1 Definisi Operasional	35
3.2 Perhitungan Jumlah Sampel Tiap Kelas	37
4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur	46
4.2 Rerata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Lembar Balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak SD Negeri 08 Kota Bengkulu	47
4.3 Deskripsi Pengetahuan Anak Tentang “Cegah Obesitas” Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Lembar Balik	47
4.4 Pengaruh Media Lembar Balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak SD Negeri 08 Kota Bengkulu	48

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.1 Kerangka Teori	33
3.1 Desain Penelitian.....	34
3.2 Kerangka Konsep	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Organisasi Penelitian
2. Jadwal Kegiatan Penelitian
3. Lembar Persetujuan Responden
4. Kuesioner Penelitian
5. Media Lembar Balik
6. Ethical Clearance
7. Surat Izin Penelitian
8. Dokumentasi
9. Lembar Bimbingan Skripsi

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
RDA	: <i>Recommended Dairy Allowances</i>
AECT	: <i>Associaion of Education and Communication Technology</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
KEMENKES	: Kementerian Kesehatan
DEPKES	: Departemen Kesehatan
DINKES	: Dinas Kesehatan
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
TV	: Televisi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebih di dalam tubuh. Obesitas terjadi akibat kelebihan asupan kalori, tetapi anak dengan obesitas belum tentu memiliki kecukupan gizi yang baik. Kecukupan gizi adalah banyaknya zat gizi yang terpenuhi dari makanan bergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, tinggi badan dan kondisi tertentu (dr. Rendi dkk, 2018).

Obesitas pada anak usia sekolah (6 –12 tahun) merupakan masalah yang serius karena akan berlanjut hingga usia dewasa yang dapat menyebabkan timbulnya penyakit jantung, hipertensi, stroke, diabetes, infeksi jamur dan kulit, gangguan panggul dan lutut, hingga gejala sesak atau asma, merupakan penyakit yang sering ditemui pada obesitas. Dampak psikososial anak menjadi minder, depresi karena bentuk tubuhnya, bau badan yang kurang sedap, kesulitan gerak dan berisiko tinggi mendapat perlakuan bully baik verbal maupun fisik di sekolah (IDAI,2016).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2016, prevalensi obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 telah meningkat secara drastis dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016. Peningkatan ini terjadi secara serupa di antara anak laki-laki dan perempuan, pada tahun 2016 18% anak perempuan dan

19 % anak laki-laki kelebihan berat badan. Kegemukan dan obesitas, serta penyakit terkaitnya, sebagian besar dapat dicegah. Oleh karena itu pencegahan obesitas pada anak-anak perlu di prioritaskan(WHO 2016).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi obesitas meningkat sejak tiga periode yaitu pada 2007 10,5%, 2013 14,8%, dan 2018 21,8%. Jumlah tersebut diambil dari hasil survei pada 300 ribu sampel rumah tangga di seluruh Indonesia yang dilakukan dalam Riskesdas. Indikator obesitas pada dewasa yaitu pada orang dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) di atas 27,0 (Riskesdas, 2018).

Prevalensi obesitas di Provinsi Bengkulu menurut Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2017 terdapat 3 puskesmas yang angka kejadian obesitasnya tinggi yaitu Puskesmas Lingkar Timur sebanyak 468 orang atau 3,96 %, Puskesmas Sukamerindu sebanyak 462 orang atau 3,65%, dan Puskesmas Pasar Ikan sebanyak 2.972 orang atau 28,85 %, dari perbandingan 3 puskesmas yang kejadian obesitasnya tinggi seperti data diatas maka peneliti memilih Puskesmas Pasar Ikan karena memiliki angka kejadian obesitas yang paling tinggi (Dinkes Kota Bengkulu 2017).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 20 November 2019 di Puskemas Pasar Ikan terdapat 3 SD yang angka kejadian obesitasnya tinggi yaitu SDN 11 Kota Bengkulu berjumlah 1 orang atau 0,22 %, SDN 37 Kota Bengkulu berjumlah 2 orang atau 1,17 % dan SDN 08 Kota Bengkulu berjumlah 3 orang atau 0,64%, dari perbandingan 3 SD diatas maka peneliti memilih SDN 08 Kota Bengkulu karena memiliki

angka kejadian obesitas yang paling tinggi (Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu 2019).

Anak sekolah dasar merupakan kelompok umur yang mudah menerima inovasi baru dan punya keinginan kuat untuk menyampaikan pengetahuan dan informasi yang diterimanya kepada orang lain. Media merupakan alat perantara atau pengantar yang berfungsi untuk menyalurkan pesan atau informasi dalam proses pembelajaran. Media lembar balik dibuat dari bahan-bahan yang sederhana yakni kertas yang mudah dibolak-balik, gambar yang terlihat jelas, penjelasan materi terinci, berwarna cerah dan ukuran tulisan besar sehingga peserta dapat membacanya. Cara menggunakan dengan mudah hanya membolak-balikkan kertas jika materi pertama belum jelas maka dapat membuka ulang halaman kertas yang sesudahnya. Media lembar balik bersifat menarik. Media lembar balik jika digunakan dalam kelas besar dan peserta didik yang banyak maka ukuran media tersebut harus besar agar pesan dalam media tersebut dapat dilihat oleh peserta (Rima, 2015).

Hasil penelitian Rosyadi, MA (2013) media lembar balik dapat mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran. Seperti yang telah diuraikan bahwa pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indra. Kurang lebih 75% sampai 87% pengetahuan manusia diperoleh/dialurkan melalui mata. Sedangkan 13% sampai 25% lainnya tersalur melalui indra yang lain. Dapat disimpulkan bahwa alat-alat visual

lebih mempermudah cara penyampaian dan penerimaan informasi kesehatan (Rosyadi MA, 2013).

Berdasarkan data dan uraian di atas, peneliti tertarik untuk memilih judul “Pengaruh Media Lembar Balik Cegah Obesitas terhadap Pengetahuan Anak di Kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di kelas V Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Diketahui pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus :

- a. Diketahui karakteristik usia, jenis kelamin.
- b. Diketahui rerata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas”.
- c. Diketahui perbedaan rerata pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas”.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan kepada puskesmas yang bersangkutan di Kota Bengkulu agar dapat memberikan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan obesitas pada anak sekolah dasar agar obesitas tersebut dapat berkurang.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermakna kepada pihak akademik serta dapat dijadikan sebagai media pembelajaran yang berhubungan dengan pencegahan obesitas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi data dasar untuk penelitian serupa dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada penelitian yang akan datang dalam membuat penelitian yang lainnya. Penelitian berikutnya dapat mengembangkan variabel-variabel penelitian disamping variabel yang sudah ada.

E. Keaslian Penelitian

tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Christine Hendra, Aaltje E. Manampiring, Fona Budiarmo Tahun 2016	Faktor-Faktor Risiko Terhadap Obesitas Pada Remaja Di Kota Bitung	Hasil penelitian ini menunjukkan Prevalensi obesitas pada remaja di Kota Bitung berdasarkan Lingkar Pinggang adalah sebesar 22,8% yang terdiri dari 59 orang laki-laki dengan presentase 6,1% dan 161 orang perempuan dengan presentase 16,7%. Faktor-faktor risiko yang berpengaruh terhadap obesitas pada remaja di Kota Bitung yang tertinggi adalah faktor pola makan yaitu sebesar 98%.	Judul yang digunakan yaitu pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar 08 Kota Bengkulu. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Media yang digunakan yaitu lembar balik. Lokasi penelitian di SDN 08 Kota Bengkulu

2.	Lely Cintari, Ida Ayu Eka Padmiari, dan IGA Sri Utami Tahun 2011	Perbedaan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah berdasarkan Jenis Sarapan Dan Faktor Keturunan	Hasil penelitian ini menunjukkan hasil analisis uji statistik yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka disimpulkan bahwa: tidak ada perbedaan kejadian obesitas berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi anak sekolah dasar di Kota Denpasar ($P>0,05$) namun ada perbedaan kejadian obesitas berdasarkan riwayat keluarga anak sekolah dasar di Kota Denpasar ($P<0,05$).	Judul yang digunakan yaitu pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar 08 Kota Bengkulu. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Media yang digunakan yaitu lembar balik. Lokasi penelitian di SDN 08 Kota Bengkulu
----	---	---	--	---

3	Damesilvia Naomi Simanjuntak tahun 209	Pengaruh penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap asupan karbohidrat, lemak, dan protein pada siswa dengan kelebihan berat badan di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan menggunakan leaflet terhadap asupan karbohidrat lemak, dan protein pada siswa dengan kelebihan berat badan di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Rerata asupan karbohidrat sebelum 156.6 dan rata-rata asupan karbohidrat sesudah 117.8. rata-rata asupan lemak sebelum 48.8 sesudah 43. Rata-rata asupan serat sebelum 5.3 dan sesudah 7.4	Judul yang digunakan yaitu pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar 08 Kota Bengkulu. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Media yang digunakan yaitu lembar balik. Lokasi penelitian di SDN 08 Kota Bengkulu
---	---	---	---	---

4	Furi ddk pada tahun 2015	pengaruh media lembar balik gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita gizi kurang di puskesmas pamulang	Didapatkan bahwa pengetahuan ibu balita gizi kurang mengalami peningkatan sebesar 66.9 % atau meningkat 16.4% menjadi 83.3%. dari hasil tersebut disimpulkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor ibu balita gizi kurang sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik.	Judul yang digunakan yaitu pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di Sekolah Dasar 08 Kota Bengkulu. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif. Media yang digunakan yaitu lembar balik. Lokasi penelitian di SDN 08 Kota Bengkulu
---	--------------------------	--	---	---

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Obesitas

Obesitas adalah akumulasi lemak yang berlebihan di dalam tubuh. obesitas terjadi akibat kelebihan asupan kalori. Anak dengan obesitas belum tentu memiliki kecukupan gizi yang baik. Kecukupan gizi adalah banyaknya zat gizi yang terpenuhi dalam makanan bergantung pada usia, jenis kelamin, aktivitas, berat badan, tinggi badan, dan kondisi tertentu. Sebelum lebih jauh membicarakan obesitas, maka kita harus mengenal apa itu obesitas dan apa bedanya dengan *overweight* (dr. Rendi dkk, 2018).

Obesitas pada anak sama dengan obesitas pada dewasa yang ditentukan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) dimana IMT adalah perbandingan antara berat badan (kilogram) dengan kuadrat tinggi badan (meter) (Wilkinson, 2008). Pada penelitian ini, obesitas ditentukan berdasarkan klasifikasi nilai persentildari *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) tahun 2015, yang dihitung berdasarkan nilai IMT dan grafik persentil. Klasifikasi nilai persentil untuk anak dan remaja usia 2-20 tahun, yaitu nilai persentil <5 kategori kurus, nilai persentil 5 -<85 normal, nilai persentil 85 -<95 kategori gemuk dan nilai persentil ≥ 95 kategori obesitas (CDC, 2015).

Obesitas disebabkan oleh ketidaksamaan antara konsumsi kalori dan kebutuhan energi, dimana konsumsi terlalu berlebih dibandingkan dengan

kebutuhan/pemakaian energi (*energy expenditure*). Kelebihan energi di dalam tubuh disimpan dalam bentuk jaringan lemak. Pada keadaan normal, jaringan lemak ditimbun beberapa tempat tertentu, diantaranya didalam jaringan subkutan dan didalam jaringan tirai usus (omentum). Jaringan lemak subkutan di daerah dinding perut bagian depan mudah terlihat menebal pada seseorang yang menderita obesitas (Proverwati, 2011).

1. Tipe obesitas

Obesitas memiliki dua tipe yaitu :

a. Tipe android

Tipe obesitas ini lemak banyak disimpan dibawah kulit dinding perut dan rongga perut. Akhirnya perut menjadi gemuk/buncit. Karena lemak banyak berkumpul di rongga perut, maka obesitas ini disebut juga dengan obesitas sentral.

b. Type gynold

Obesitas tipe ini paling banyak dialami oleh wanita. Kelebihan lemak pada wanita disimpan di bagian bawah kulit daerah pinggul dan paha, sehingga tubuh terbentuk seperti pir.

Lemak yang menumpuk di rongga perut (obesitas tipe apel) ternyata lebih berbahaya dari pada lemak yang menumpuk dibagian pinggul dan paha (obesitas tipe pir). Obesitas sentral (tipe apel) berisiko lebih tinggi terkena penyakit degeneratif dibandingkan dengan tipe pir. Akan tetapi, obesitas sentral (tipe apel) lebih

mudah menurunkan berat badan di bandingkan tipe buah pir (Khasana, 2012).

2. Penyebab Obesitas

CDC, 2016 Obesitas pada anak menjadi masalah kesehatan yang kompleks. Hal ini terjadi ketika seorang anakmemilikiberat badan yang berlebih yang tidak sesuai dengan usia dan tinggi badannya. Perilaku yang mempengaruhi penambahan berat badan berlebih seperti mengonsumsi makanandan minuman berkalori tinggi, aktivitas fisik yang kurang (Yuninar Syam, 2017). Adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas pada anak yaitu:

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin berperan dalam kejadian obesitas. Menurut (Misnadiarly, 2007) obesitas lebih sering di jumpai pada perempuan di bandingkan dengan laki-laki disebabkan karena pengaruh hormonal pada perempuan terutama setelah kehamilan dan pada saat menopause. Begitupun dengan obesitas yang terjadi pada anak-anak dan remaja.

b. Genetic

Obesitas pada anak-anak sebagian besar di warisi dari keluarganya. Seorang anak yang memiliki ayah dan /atau ibu yang obesitas, maka ia pun cenderung mengalami obesitas (Nurmalina,2011). Jika ayah atau ibu mengalami obesitas maka sebesar 40% kemungkinan anaknya juga mengalami obesitas dan

jika kedua orang tuanya mengalami obesitas maka 70-80% kemungkinan anaknya anak mengalami obesitas (Kurdanti, et al.,2015).

c. Tingkat Sosial Ekonomi

Masyarakat yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi dapat berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada anak. Hal ini dikarenakan fasilitas yang dimiliki oleh masyarakat tersebut dapat menunjang sehingga kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan pada anak. Terjadi peningkatan obesitas pada anak-anak di China yang memiliki status ekonomi yang tinggi karena tingginya daya beli masyarakat terhadap barang-barang obesogenik. Pada penelitian ini status ekonomi dilihat dari tingkat pendidikan dan pendapatan (He, James, Merli, & Zheng, 2014).

d. Aktivitas Fisik

Di zaman modern saat ini, dengan meningkatnya alat-alat canggih dan kemudian transportasi, masyarakat cenderung malas untuk melakukan aktivitas fisik. Orang yang memiliki aktivitas fisik yang kurang dan kebanyakan duduk akan beresiko mengalami obesitas. Sebagai contoh, seorang ibu rumah tangga mencuci baju dengan mesin cuci, hanya menggunakan sedikit tenaga dibandingkan mencuci baju dengan tangan (Misnadiarly dalam Yulinar syam, 2017).

e. Pola Makan

Pola makan yang tidak teratur merupakan salah satu penyebab obesitas. Masyarakat cenderung lebih memilih makanan cepat saji (fast food) dan tinggi karbohidrat sehingga masyarakat mengalami kelebihan asupan makanan sehingga obesitas sulit dihindari (Frietag dalam Yulinar Syam, 2017).

3. Dampak Obesitas

Anak yang memiliki obesitas cenderung memiliki tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi, yang merupakan faktor risiko kardiovaskular. Obesitas juga dapat meningkatkan risiko gangguan toleransi glukosa, resistensi insulin, dan diabetes melitus tipe 2 (CDC, 2016). Obesitas juga memiliki dampak bagi pernafasan, seperti asma dan *sleep apnea*, masalah sendi serta ketidaknyamanan muskuloskeletal, masalah psikologi seperti kecemasan dan depresi, harga diri rendah dan rendahnya kualitas hidup, dan masalah sosial seperti *bullying* dan stigma. Jika anak-anak menderita obesitas, faktor risiko obesitas, dan penyakit mereka di masa dewasa cenderung lebih parah (Bass & Eneli, 2014).

4. Pencegahan obesitas

Anak obesitas memiliki risiko 5 kali lebih tinggi menderita obesitas pada masa dewasa. IMT bukan merupakan faktor prediktor yang baik untuk memprediksi terjadinya obesitas pada dewasa. Namun demikian, obesitas dapat menetap dari masa ke masa. Sebanyak 55%

anak obesitas tetap menjadi obesitas saat remaja, dan sebanyak 80% remaja obesitas tetap menjadi obesitas pada masa dewasa. Prinsip tatalaksana obesitas adalah pola makan yang benar, aktivitas yang benar, dan gaya hidup yang benar(dr. Rendi dkk, 2018).

Berikut beberapa pencegahan obesitas :

a. Pola makan yang baik

Pola makan adalah susunan makanan meliputi jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi dalam frekuensi jangka waktu tertentu. Pola makan yang sehat harus menjadi bagian dalam gaya hidup anak sedini mungkin untuk mencegah obesitas. Pola makan yang tidak baik, antara lain makan 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 (dr. Rendi dkk, 2018).

Pola makan yang benar untuk anak obesitas meliputi :

- 1) Anak makan dengan jadwal makan besar 3x/hari
- 2) Anak makan dengan jadwal cemilan 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 kalori yang dibutuhkan untuk anak obesitas
(disarankan berkonsultasi dengan ahli gizi atau dokter anak).

b. Konsumsi makanan rendah kalori

Menurut *Recommended Dairy Allowances* (RDA), asupan nutrisi di kelompokkan mejadi 3 kategori (dr. Rendi dkk, 2018), antara lain :

- 1) Kurang, jika asupan kalori $< 80\%$ RDA
- 2) Cukup/adekuat, jika asupan kalori $80-11-\%$ RDA
- 3) Lebih, jika asupan kalori $< 110\%$ RDA

Makanan rendah kalori dapat meningkatkan kadar adiponektin dalam tubuh yang berperan dalam mencegah terjadinya obesitas. Anak obesitas diharapkan mengonsumsi makanan yang rendah kalori disesuaikan dengan kebutuhannya. Kalori yang dibutuhkan oleh anak dan remaja obesitas sesuai dengan kebutuhan normalnya, namun dilakukan pengurangan kalori 200-500 kalori sehari, dan 15-20% protein. Target penurunan berat badan adalah 0,5 kg/minggu atau 20% di atas berat badan ideal. Setidaknya berat badan dipertahankan jangan sampai bertambah lagi. Diharapkan dengan berjalannya masa pertumbuhan seorang anak, berat badan yang stabil mampu memperbaiki status gizi anak tersebut. Pada anak > 2 tahun direkomendasikan pemberian serat sebanyak (usia dalam tahun +5) gram setiap harinya (dr. Rendi dkk, 2018).

c. Perbanyak konsumsi ikan

Konsumsi ikan yang kaya akan omega-3 dikatakan dapat meningkatkan kadar adiponektin 15-60% yang dapat mencegah terjadinya obesitas. Studi lain pada dewasa menyebutkan bahwa pada

populasi tertentu konsumsi diet yang kaya asam lemak tak jenuh rantai tunggal dapat menurunkan resistensi insulin akibat penurunan kadar adiponektin dibandingkan dengan konsumsi asam lemak jenuh. Adiponektin adalah protein yang dikeluarkan oleh sel lemak. Tingginya kadar adiponektin dalam darah pada anak obesitas dapat menurunkan peradangan dan memperbaiki metabolisme dapat menurunkan peradangan dan memperbaiki metabolisme dalam tubuh (dr. Rendi dkk, 2018).

d. Konsumsi buah dan sayur

Berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang, konsumsi buah dan sayur disarankan 3 porsi sehari. Studi yang dilakukan pada anak usia 5-15 tahun di Jakarta menyebutkan bahwa sebanyak 90% anak mengonsumsi sayur dan buah < 3 porsi sehari (dr. Rendi dkk, 2018).

e. Aktivitas fisik yang cukup

Aktifitas fisik adalah gerakan tubuh yang dapat meningkatkan pengeluaran dan pembakaran energi. Pada saat seorang anak melakukan aktifitas fisik, maka simpanan lemak trigliserida di dalam adiposit akan dipecah melalui proses lipolisis untuk melepaskan asam lemak bebas di dalam peredaran darah dan dikirim ke jaringan yang membutuhkan sebagai sumber energi (dr. Rendi dkk, 2018).

Menurut Kemenkes (2012), aktifitas fisik di katakan cukup jika latihan fisik atau olahraga di lakukan selama 30 menit dalam sehari dan dilakukan setiap hari atau minimal 3-5 hari dalam seminggu.

Aktifitas fisik yang cukup harus menjadi bagian dalam gaya hidup anak sedini mungkin untuk mencegah obesitas (dr. Rendi dkk, 2018) .

Beberapa manfaat aktifitas fisik, antara lain :

- 1) Menjaga kebugaran jasmani
- 2) Mempertahankan postur tubuh yang baik
- 3) Menjaga keseimbangan tubuh
- 4) Menjaga kesehatan tubuh
- 5) Menurunkan stres
- 6) Meningkatkan rasa percaya diri

B. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo,2012).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*over behaviour*). Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penelitian Rogers (1974) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru), di dalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan, yakni:

- a. Awareness (kesadaran, yakni orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui stimulus (objek) terlebih dahulu,
- b. Interest, yakni orang mulai tertarik kepada stimulus,
- c. Evaluation (menimbang-nimbang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya). Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi,
- d. Trial, orang telah mulai mencoba perilaku baru,
- e. Adoption, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

Namun demikian, dari penelitian selanjutnya Rogers menyimpulkan bahwa perubahan perilaku tidak selalu melewati tahap-tahap diatas.

Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*long lasting*). Sebaliknya apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama. Contohnya ibu-ibu menjadi peserta KB, karena diperintahkan oleh lurah atau ketua RT tanpa mengetahui makna dan tujuan KB, maka mereka akan segera keluar dari keikutsertaannya dalam KB setelah beberapa saat perintah tersebut diterima.

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan.

- a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah

mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya. Contoh: dapat menyebutkan tanda-tanda kekurangan kalori dan protein pada anak balita.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari. Misalnya dapat menjelaskan mengapa harus makan makanan yang bergizi.

c. Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya. Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain. Misalnya dapat menggunakan rumus statistic dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian, dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus

pemecahan masalah (*problem solving cycle*) di dalam pemecahan masalah kesehatan dari kasus yang diberikan.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya, dapat menyusun dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Misalnya, dapat membandingkan antara anak yang cukup gizi dengan anak yang

kekurangan gizi, dapat menanggapi terjadinya diare di suatu tempat, dapat menafsirkan sebab-sebab mengapa ibu-ibu tidak mau ikut KB, dan sebagainya.

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan-tingkatan di atas (Notoatmodjo,2012).

C. Media Promosi Kesehatan

Kata *media* berasal dari bahasa Latin *medius* yang secara harfiah berarti ‘tengah’, ‘perantara’ atau ‘pengantar’. Dalam bahasa Arab, media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Gerlach & Ely mengatakan bahwa media apabila dipahami secara garis besar adalah manusia, materi, atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Dalam pengertian ini, guru, buku teks, dan lingkungan sekolah merupakan media. Secara lebih khusus, pengertian media dalam proses belajar mengajar cenderung diartikan sebagai alat-alat grafis, fotografis, atau elektronis untuk menangkap, memproses, dan menyusun kembali informasi visual atau verbal (Prof. Dr. Azhar, 2017).

Media Promosi Kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronika (TV, Radio,

Komputer, dan sebagainya) dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuan, yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan. Media tersebut disebut media promosi kesehatan karena alat-alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien (Notoatmodjo, 2007).

Pesan-pesan kesehatan yang disebarluaskan melalui media beberapa diantaranya cukup berhasil dalam membina suasana serta mengajak masyarakat untuk berbuat sesuatu. Namun, beberapa diantaranya juga ada yang kurang mendapat sambutan masyarakat. Akan tetapi, secara umum penggunaan media dapat dikatakan amat menunjang dalam program-program promosi kesehatan (Adisasmoto, 2008).

Heinich, dan kawan-kawan mengemukakan istilah medium sebagai perantara yang mengantar informasi antara sumber dan penerima. Jadi, televisi, film, foto, radio, rekaman, audio, gambar yang diproyeksikan, bahan-bahan cetakan, dan sejenisnya adalah *media komunikasi*. Apabila media itu membawa pesan-pesan atau informasi yang bertujuan instruksional atau mengandung maksud-maksud pengajaran maka media itu disebut *media pembelajaran*. Sejalan dengan batasan ini, Hamidjojo dalam Latuheru (1993) memberi batasan media sebagai semua bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan atau menyebar ide, gagasan, atau pendapat sehingga ide, gagasan atau pendapat

yang dikemukakan itu sampai kepada penerima yang dituju (Prof. Dr. Azhar, 2017).

Tujuan media promosi (Ahmad Kholid, 2012) :

1. Media dapat mempermudah penyampaian informasi
2. Media dapat menghindari kesalahan persepsi
3. Media dapat memperjelas informasi
4. Media dapat mempermudah pengertian
5. Media dapat mengurangi komunikasi yang verbalistis
6. Media dapat menampilkan objek yang tidak bisa ditangkap mata
7. Media dapat memperlancar komunikasi

Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media dibagi menjadi 3 yakni (Notoatmodjo, 2007) :

a) Media Cetak

Media cetak sebagai alat bantu dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangatlah bervariasi bentuknya, diantaranya bentuk media cetak yang digunakan untuk melakukan promosi kesehatan adalah sebagai berikut :

- 1) *Booklet*, yang merupakan suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, yang dapat berisi tulisan maupun gambar.
- 2) *Leaflet*, yang merupakan bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui gambar, ataupun kombinasi dari keduanya.

- 3) *Flyer* (selebaran), yang bentuknya seperti leflet akan tetapi tidak terlipat.
 - 4) *Flip chart* (lembar balik), yang merupakan media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik yang biasanya berupa sebuah buku dimana tiap lembar baliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut.
 - 5) Rubrik atau tulisan-tulisan pada surat kabar atau majalah yang membahas suatu masalah kesehatan, atau hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan.
 - 6) Poster, yang merupakan bentuk media cetak yang berisi pesan atau informasi kesehatan yang biasanya di tempel ditembok-tembok, ditempat-tempat umum atau kendaraan umum.
 - 7) Foto-foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.
- b) Media Elektronik.

Media elektronik sebagai sasaran untuk menyampaikan pesan-pesan atau informasi kesehatan juga berbeda-beda jenisnya. Jenis media elektronik juga banyak digunakan dalam melakukan promosi kesehatan antara lain :

- 1) Televisi, penyampaian pesan atau informasi kesehatan melalui media televisi dapat tersaji dalam bentuk sandiwara, sinetron, forum diskusi atau tanya jawab sekitar masalah kesehatan,

- pidato (ceramah), TV *Spot*, kuis atau cerdas cermat, dan sebagainya.
- 2) Radio, penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui media radio juga dapat bermacam-macam bentuknya, antara lain obrolan (tanya jawab), sandiwara radio, cermah, radio *spot*, dan sebagainya.
 - 3) Video, penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan dapat dilakukan melalui rekaman video.
 - 4) *Slide, slide* juga dapat digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi-informasi kesehatan.
 - 5) *Film Strip, film strip* juga dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan.
 - 6) Media Papan (*Billboard*), papan (*billboard*) yang dipasang ditempat-tempat umum dapat diisi dengan pesan-pesan atau informasi kesehatan. Media papan juga dapat mencakup pesan-pesan yang ditulis pada lembaran seng yang ditempel pada kendaraan-kendaraan umum seperti bus dan taksi.

Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan membagi media promosi kesehatan tiga jenis media dimana pada masing-masing jenisnya dapat menjadi beberapa bentuk media yang lebih spesifik. Tiga jenis media promosi kesehatan tersebut adalah sebagai berikut (Pusat Promosi Kesehatan, 2006) :

- a) Media audio, seperti dalam bentuk siaran radio yang dapat berupa *filler* atau *spot radio* dan cerita radio.
- b) Media visual, seperti dalam bentuk poster, *leaflet*, *booklet*, brosur, stiker, kalender, lembar balik, buku dan *slide*.
- c) Media audio visual, seperti dalam bentuk program televisi yang dapat berupa tayangan *talk show*, *Spot TV*, sinetron, *instructional*, interaksi, PSA, interaktif, iklan layanan kesehatan masyarakat, *variety show*, telesinema, *standing sign*, spanduk, pin dan filter.

Menurut Notoatmodjo (2012) metode promosi kesehatan dapat dilakukan secara perorangan dan kelompok. Dalam metode kelompok promosi kesehatan dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain diskusi kelompok kecil dan permainan, sedangkan penggunaan *leaflet* maupun media massa umumnya digunakan dengan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran yang akan menerima intervensi (Saputri dan Azam, 2015).

Pemilihan metode sangat berpengaruh terhadap tingkat keberhasilan dalam pencapaian tujuan dalam melakukan promosi kesehatan. Dalam penyampaian pesan maupun materi dibutuhkan adanya alat bantu (Hamdalah, 2013). Alat bantu yang digunakan pada kegiatan promosi kesehatan dapat berupa audio, visual, dan audio visual dan kombinasi. Alat

bantu promosi kesehatan yang bersifat kombinasi adalah permainan atau media dimana peserta promosi kesehatan dapat melihat, mendengar, meraba dan mencoba (Kemenkes, 2013).

D. Media Lembar Balik (*Flip Chart*)

Lembar balik merupakan media kesehatan yang berbentuk lembar bolak balik. Biasanya berbentuk seperti buku gambar, yang tiap lembarnya diisi oleh gambar dan dibaliknya berisi kalimat pesan atau informasi yang terkait dengan gambar tersebut. Penggunaan media ini dapat menghemat waktu penyuluh karena tidak perlu menulis di papan tulis. Bahan media lembar balik biasanya berukuran seperti kertas plano yang mudah dibolak-balik, mudah diisi, dan berwarna cerah (Sjahmenan, 2011).

Media lembar balik adalah media yang menyajikan gambar berseri dengan cara membalik-balik gambar tersebut. Media lembar balik digolongkan sebagai media pembelajaran sederhana (Kustiawan, 2016). Media lembar balik cukup mudah dalam proses pembuatannya, tidak memakan waktu yang lama, persiapan yang tidak terlalu rumit serta biaya yang sedikit. Media ini menampilkan gambar berseri yang penyajiannya dengan cara membalik-balik gambar seri tersebut. Media lembar balik dapat berfungsi sebagai media yang dapat meningkatkan perhatian siswa. Keberhasilan pembelajaran dapat diupayakan dengan menarik dan mengarahkan perhatian siswa untuk berkonsentrasi kepada materi pelajaran yang ditampilkan melalui media pembelajaran standar

lembar balik di dalam kegiatan belajar mengajar (Inanahayu dkk, 2015). Melalui media lembar balik siswa dapat belajar melalui teks dan gambar sehingga dapat meningkatkan kognitif siswa melalui lambang visual yang dapat memperlancar pencapaian tujuan memahami dan mengingat informasi yang terkandung dalam gambar. Selain itu media lembar balik merupakan media visual yang dapat membantu siswa yang lemah dalam membaca untuk mengorganisasikan informasi dalam teks dan mengingatkannya kembali (Inanahayu dkk, 2015).

Kelebihan menggunakan *flipchart* (lembar balik) sebagai media pembelajaran menurut Susilana (2009), yakni sebagai berikut:

- a. Mampu menyajikan pesan pembelajaran secara ringkas dan praktis
- b. *Flip chart* dapat digunakan dalam metode pembelajaran apapun
- c. Dapat digunakan di dalam maupun di luar ruangan
- d. Bahan pembuatan relatif murah
- e. Mudah dibawa
- f. Meningkatkan aktivitas dan motivasi belajar siswa

Adapun kekurangan yang dimiliki media *flip chart* sebagai media pembelajaran yakni:

- a. Sukar dibaca karena keterbatasan tulisan
- b. Pengajar atau pembicara cenderung memunggungi peserta
- c. Biasanya kertas *flip chart* hanya dapat digunakan untuk satu kali saja
- d. Tidak cocok untuk pembelajaran di kelompok besar.

E. Pengaruh Media Lembar Balik (*Flip Chart*) Terhadap Pengetahuan

Media lembar balik (*flipchart*) adalah suatu alat peraga yang menyerupai album gambar dan penjelasan dari gambar. Biasanya terdiri atas lembaran –lembaran yang berukuran sekitar 50cm x 75cm atau 38cm x 50cm, disusun dalam urutan tertentu dan diikat (dibendel) pada bagian atasnya. Ada yang berukuran kecil seperti buku yang disebut flipbook atau lembar balik meja berukuran kurang lebih 21cm x 28cm. Lembar balik memiliki beberapa keuntungan yaitu : isi pokok pembicaraan dapat disiapkan sebelumnya, urutan penyajian lembar balik dapat diatur dengan tepat, lembar balik termasuk dalam media yang mudah disiapkan. Lembar balik dapat digunakan dalam pertemuan kelompok yang terdiri atas 30 orang atau lebih (Rosyadi MA, 2013).

Pengaruh media lembar balik terhadap pengetahuan :

- a. Dapat mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran. Seperti yang telah diuraikan bahwa pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indra. Menurut penelitian para ahli, indra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke dalam otak adalah mata. Kurang lebih 75% sampai 87% dan pengetahuan manusia diperoleh/disalurkan melalui mata. Sedangkan 13% sampai 25% lainnya tersalur melalui indra yang lain. Dapat disimpulkan bahwa alat-alat visual lebih mempermudah cara penyampaian dan penerimaan informasi kesehatan.
- b. Mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalam, dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik.

- c. Membantu menegakkan pengertian yang diperoleh. Didalam menerima sesuatu yang baru, manusia mempunyai kecenderungan untuk melupakan atau lupa terhadap pengertian yang telah diterima. Untuk mengatasi hal ini, alat bantu akan membantu menegakkan pengetahuan-pengetahuan yang telah diterima sehingga apa yang diterima akan lebih lama tersimpan dalam ingatan.

F. Pengertian Anak

Menurut Subino Hadisubroto, anak apabila dilihat dari perkembangan usianya, dapat dibagi menjadi enam periode. Periode pertama, umur 0-3 tahun. Pada periode ini yang terjadi adalah perkembangan fisik penuh. Oleh karena itu, anak yang lahir dari keluarga cukup material, pertumbuhan fisiknya akan baik bila dibandingkan dengan kondisi ekonomi yang rata-rata. Periode kedua, umur 3-6 tahun. Pada masa ini yang berkembang adalah bahasanya. Oleh karena itu, ia akan bertanya segala macam, terkadang apa yang ditanya membuat kesulitan orang tua untuk menjawabnya. Periode ketiga, umur 6-9 tahun, yaitu masa social imitation (masa mencontoh). Pada usia ini, masa terbaik untuk menanamkan contoh teladan perilaku yang baik. Periode keempat, umur 9-12 tahun, periode ini disebut tahap individual. Pada masa ini, anak sudah timbul pemberontakan, dalam arti menentang apa yang tadinya dipercaya sebagai nilai atau norma. Masa ini merupakan masa kritis (M. Mahmud dkk, 2017).

Anak adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan terdapat dalam Undang-undang No.23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak. Pasal tersebut menjelaskan bahwa, anak adalah siapa saja yang belum berusia 18 tahun dan termasuk anak yang masih didalam kandungan, yang berarti segala kepentingan akan pengupayaan perlindungan terhadap anak sudah dimulai sejak anak tersebut berada didalam kandungan hingga berusia 18 tahun (Damayanti,2010).

G. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Pertumbuhan adalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran, atau dimensi tingkat sel, organ, maupun individu yang bias diukur dengan ukuran berat (gram, pon, kilogram), ukuran panjang (cm, meter), umur tulang, dan keseimbangan metabolic (retensi kalsium dan nitrogen tubuh) (Dian, 2012).

Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Di sini menyangkut adanya proses diferensiasi sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ, dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk juga perkembangan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya (Dian, 2012).

Pertumbuhan mempunyai dampak terhadap aspek fisik, sedangkan perkembangan berkaitan dengan pematangan fungsi organ/individu (Dian, 2012).

a. Perkembangan Fisik dan Kognitif

Masa sekolah dasar berlangsung antara usia 6 – 12 tahun. Masa ini sering disebut juga masa sekolah, yaitu masa matang untuk belajar atau sekolah. Pada masa ini anak-anak lebih mudah diarahkan, diberi tugas yang harus diselesaikan, dan cenderung mudah untuk belajar berbagai kebiasaan seperti makan, tidur, bangun, dan belajar pada waktu dan tempatnya dibandingkan dengan masa pra sekolah. Dilihat dari karakteristik anak pertumbuhan fisik dan psikologisnya anak mengalami pertumbuhan jasmaniah maupun kejiwaannya. Pertumbuhan dan perkembangan fisik anak berlangsung secara teratur dan terus menerus kearah kemajuan. “Anak SD merupakan anak dengan katagori banyak mengalami perubahan yang sangat drastis baik mental maupun fisik” (Sugiyanto, 2010).

Pada fase ini pertumbuhan fisik anak tetap berlangsung. Anak menjadi lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat, dan juga lebih banyak belajar berbagai keterampilan. Pada masa ini juga perkembangan kemampuan berpikir anak bergerak secara sekuensial dari berpikir konkrit ke berpikir abstrak. Hal ini sejalan dengan apa yang di kemukakan oleh Jean Piaget (Crain, 2004) bahwa anak usia sekolah dasar berada pada tahapan operasi konkrit. Pada tahap operasi konkrit

ini anak sudah mengetahui simbol-simbol matematis, tetapi belum dapat menghadapi hal-hal yang abstrak. Dalam tahap ini anak mulai berkurang egosentrisnya dan lebih sosiosentris (mulai membentuk peer group). Akhirnya pada tahap operasi formal anak telah mempunyai pemikiran yang abstrak pada bentuk-bentuk yang lebih kompleks.

1. Reaksi terhadap penyakit

- a) Anak usia sekolah menganggap kekuatan dari luar sebagai penyebab penyakit
- b) Mereka menyadari perbedaan tingkat keparahan penyakit, misalnya sakit kanker lebih serius daripada sakit flu.

2. Reaksi terhadap hospitalisasi

- a) Mekanisme pertahanan utama anak usia sekolah adalah reaksi formasi, suatu mekanisme pertahanan yang tidak disadari, anak menganggap suatu tindakan adalah berlawanan dengan dorongan hati yang mereka sembunyikan. Biasanya anak menyatakan bahwa mereka berani saat anak merasa sangat ketakutan.
- b) Anak bereaksi terhadap perpisahan dengan menunjukkan kesendirian, kebosanan, isolasi, dan depresi. Mereka mungkin juga memperlihatkan agresi, iritabilitas, dan ketidakmampuan dalam berhubungan dengan saudara dan teman sebaya.

H. Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Modifikasi dari Teori Kerucut Elgar Dale dalam buku Promosi

Kesehatan (2014)

I. Hipotesis

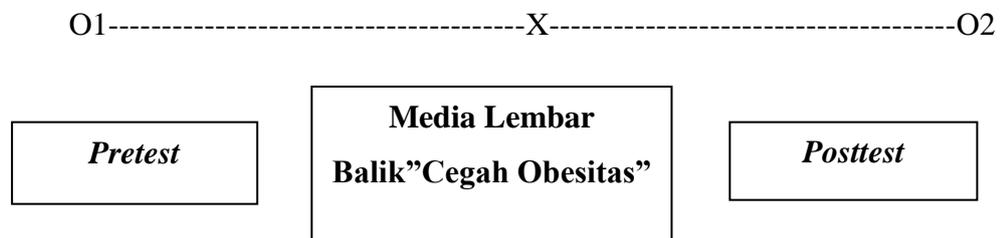
Ha : Ada pengaruh media lembar balik (*flip chart*) terhadap perubahan pengetahuan anak Sekolah Dasar terhadap obesitas.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan menggunakan metode *Pre Experiment*. Desain penelitian menggunakan rancangan *One Group Pretest Posttest*. Rancangan ini juga tidak ada kelompok pembanding (kontrol). Desain penelitian sebagai berikut:



Bagan 3.1 Desain Penelitian

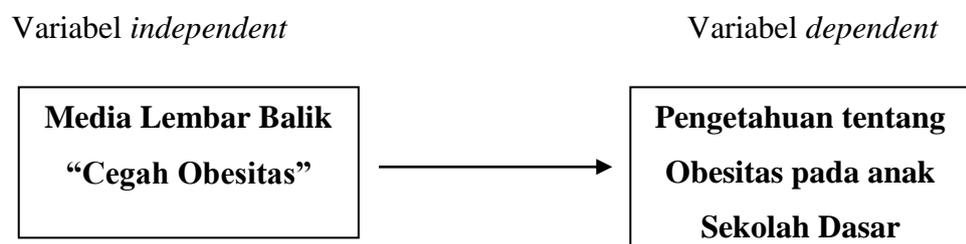
Keterangan :

- O1 : Pre-test pengambilan data awal mengenai pengetahuan anak tentang obesitas dan cara pencegahannya.
- X : Perlakuan yaitu pemberian edukasi menggunakan media lembar balik tentang obesitas serta cara pencegahannya.
- O2 : Post-test pengambilan data akhir mengenai pengetahuan anak tentang obesitas dan cara pencegahannya

B. Kerangka Konsep

Variabel penelitian ini meliputi variabel *independent* (variabel bebas) yaitu edukasi tentang pencegahan obesitas melalui media lembar balik, sedangkan variabel *dependent* (variabel terikat) yaitu pengetahuan tentang obesitas pada anak Sekolah Dasar.

Digambarkan pada bagan sebagai berikut :



Bagan 3.2 Kerangka Konsep
Sumber : (Notoatmodjo S, 2012)

C. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Pengetahuan anak terhadap obesitas	Tingkat pengetahuan anak tentang obesitas yang meliputi : pengertian, penyebab, dampak, dan pencegahan obesitas	Lembar Kuesioner	Menggunakan Kuesioner yang berjumlah 10 pertanyaan pilihan jawaban, 0 = jika jawaban salah 1= jika jawaban benar	Skor pengetahuan	Rasio
Media lembar balik “Cegah Obesitas”	Media kesehatan dalam bentuk lembar balik (<i>flipchart</i>) tentang “Cegah Obesitas”	-	-	-	-

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah setiap subjek yang diteliti. Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDN 08 Kota Bengkulu yang berjumlah 67 orang.

2. Sampel

Sampel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas V dengan jumlah 41 siswa yang akan dihitung menggunakan rumus menurut Taro Yamane dan Slovin, apabila jumlah populasi (N) diketahui maka teknik pengambilan sampel dapat menggunakan rumus sebagai berikut (Ridwan dan Sunarto, 2007).

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

$$n = \frac{67}{1 + 67(0,1^2)}$$

$$n = 41$$

Keterangan :

n = jumlah sample yang diteliti

N = jumlah populasi

d = nilai persisi (ditetapkan 10%)

Berdasarkan rumus diatas, didapat besar sampai 41 orang, sample diambil secara *purposive sampling*, yang diambil secara proporsi dari setiap kelas yaitu dengan cara sebagai berikut :

$$n = \frac{\text{jumlah siswa-siswi dikelas}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{Jumlah sampel perhitungan rumus}$$

Tabel 3.2 Perhitungan Jumlah Sampel Tiap Kelas

No	Kelas	Jumlah siswa/i	Jumlah sampel secara proporsi	Jumlah sampel akhir
1	V A	33	33/67 x 41	20
2	V B	34	34/67 x 41	21

Kreteria inklusi :

- 1). Siswa yang bersedia menjadi responden
- 2). Bersosialisasi dengan baik
- 3). Memiliki minat dan bisa bekerja sama dengan baik

E. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 02 Maret 2020 di SDN 08 Kota Bengkulu.

F. Interument dan Bahan Penelitian

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dalam bentuk pertanyaan/pernyataan terstruktur telah tervalidasi dan reliabel. Bahan penelitian berupa lembar balik untuk memberikan pencegahan tentang obesitas pada siswa di SDN 08 Kota Bengkulu.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari :

a. Data Primer

Data primer diperoleh dengan cara melakukan wawancara terhadap responden dengan menggunakan kuesioner yang telah tersedia untuk mendapatkan identitas umum siswa serta mengukur tingkat pengetahuan tentang obesitas pada siswa kelas V SDN 08 Kota Bengkulu. Kuesioner adalah daftar pertanyaan/ Pernyataan yang sudah tersusun dengan baik, dimana responden tinggal memberikan jawaban (Notoatmodjo S, 2012).

b. Data Sekunder

Data sekunder diperoleh peneliti secara tidak langsung, yaitu dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu bahwa kasus Obesitas tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Tahun 2017 dan data siswa SDN 08 Kota Bengkulu yang mempunyai resiko Obesitas.

H. Teknik Pengolahan Data

Data yang sudah dikumpulkan akan dilakukan proses pengolahan. Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam pengolahan data adalah sebagai berikut :

1. Editing Data

Merupakan tahap pemilihan dan pemeriksaan kembali kelengkapan data-data yang diperoleh untuk pengelompokan dan penyusunan data. Pengelompokan data bertujuan untuk memudahkan pengolahan data

2. Coding Data

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

3. Tabulating

Tabulating adalah memasukkan data-data hasil penelitian ke dalam tabel sesuai kriteria data yang telah ditentukan

4. *Processing*

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

5. *Cleaning*

Cleaning yaitu melakukan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan ke komputer ada kesalahan atau tidak. Dalam pengolahan ini tidak ditemukannya kesalahan atau kekeliruan.

I. Analisis Data

Analisis data yang dilakukan yaitu mengelola data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan serta dapat diuji secara statistik,

kebenaran hipotesis yang telah ditetapkan. Analisa data dilakukan secara bertahap yaitu analisa data *univariat* dan *bivariat* :

1. Analisa *Univariat*

Analisa univariat digunakan untuk menentukan rerata skor variabel *independent* (Media Lembar Balik) terhadap variabel *dependent* (Pengetahuan). Data dianalisis untuk menguji hipotesis dari sampel yang diberikan intervensi dan melihat perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” pada anak sekolah dasar.

2. Analisa *Bivariat*

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar. Untuk menguji hipotesis tersebut dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan menggunakan uji statistic *Kolmogorov smirnov*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *Paired T-tes* jika data terdistribusi normal, untuk ditribusi data tidak normal digunakan uji *Wilcoxon*. Tingkat signifikasi $\alpha=0.05$ dengan pengambilan keputusan jika $p\ value \leq 0.05 = H_0$ ditolak, berarti ada pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan tentang obesitas siswa SDN 08 Kota Bengkulu. Namun jika $Pvalue \geq 0.05 = H_0$ gagal ditolak, berarti ada pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan pada siswa SDN 08 Kota Bengkulu.

J. Alur Penelitian

1. Tahap awal (*pretest*)

Responden intervensi yang berjumlah 41 Responden diberikan *pretest* dengan menggunakan kuesioner sebelum diberikan edukasi tentang obesitas. Setelah diberikan *pretest*, maka penelitian akan menghitung hasil dari *pretest* tersebut.

Kuesioner pengetahuan tentang obesitas pada anak berisi 10 pertanyaan dengan tipe pilihan ganda jawaban A, B, C, dan D.

2. Tahapan Perlakuan

Setelah *pretest* maka dilakukan intervensi edukasi kesehatan tentang obesitas. Responden diberikan intervensi melalui media lembar balik. Peneliti menjelaskan tentang obesitas, dampak dari obesitas, penyebab terjadinya obesitas, pencegahan obesitas. Setelah semuanya selesai peneliti akan memberikan kesempatan responden untuk bertanya mengenai obesitas.

3. Tahap akhir

Setelah dilakukan intervensi Promosi Kesehatan, maka responden diberikan test akhir (*posttest*) dengan menggunakan kuesioner yang sama pada saat *pretest*. Tujuannya untuk mengetahui rerata tingkat pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” setelah diberikan pengetahuan tentang obesitas pada siswa.

K. Etika Penelitian

Menurut (Hidayat, 2007) masalah etika penelitian sangat penting karena penelitian ini berhubungan langsung dengan manusia, sehingga perlu dilakukan *informed consent* sebelum diberikan intervensi.

Informed consent merupakan lembar persetujuan yang akan diteliti agar subyek mengerti maksud dan tujuan penelitian. Bila responden tidak bersedia maka peneliti harus menghormati hak-hak responden

a. *Self determinan*

Dalam penelitian ini dijaga dengan memberikan kebebasan pada responden untuk memilih dan memutuskan berpartisipasi dan menolak dalam penelitian ini tanpa ada paksaan.

b. Tanpa Nama (*Anomity*)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data.

c. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan ini diartikan sebagai semua informasi yang dapat dari responden tidak disebarluaskan ke orang lain dan hanya peneliti yang mengetahuinya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya.

d. Keadilan (*justice*)

Prinsip keadilan memenuhi prinsip kejujuran, keterbukaan dan kehati-hatian. Responden harus di perlakukan secara adil awal sampai

akhir tanpa ada diskriminasi, sehingga jika ada yang tidak bersedia maka harus dikeluarkan. Penelitian memberikan penghargaan kepada responden jika telah mengikuti penelitian dengan baik.

e. Asas kemanfaatan (beneficiency)

Asas kemanfaatan harus memiliki tiga prinsip yaitu bebas penderitaan, bebas eksploitasi dan bebas risiko. Bebas penderitaan bila ada penderitaan pada responden. Bebas eksploitasi bila dalam pemberian informasi dan pengetahuan tidak berguna, sehingga merugikan responden. Risiko yang dimaksud adalah penelitian menghindarkan responden dari bahaya dan keuntungan kedepannya. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui adakah pengaruh media lembar balik terhadap pengetahuan siswa terhadap obesitas.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Jalannya Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan mengurus izin penelitian, yang dilakukan pertama ialah membuat surat izin penelitian dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang ditujukan kepada Kesbangpol Kota, selanjutnya surat dari Kesbangpol ditujukan ke Dinas Pendidikan Kota Bengkulu, dan surat dari Dinas Pendidikan ditujukan ke SDN 08 Kota Bengkulu untuk mendapatkan izin melakukan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 08 Kota Bengkulu pada bulan Januari sampai bulan Maret 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu yang berjumlah 41 orang responden. Pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi 2 tahap yang meliputi tahap persiapan dan tahap pelaksanaan, yaitu sebagai berikut :

a. Persiapan Penelitian

Pada tahap persiapan penelitian ini meliputi beberapa proses antara lain menyiapkan instrument penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitasnya, ujian proposal skripsi dan mengurus surat izin penelitian.

b. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dimulai dengan melakukan informed consent dan dilanjutkan pelaksanaan penelitian pada tanggal 02 maret 2020 yang diawali dengan melakukan informed consent, selanjutnya dilakukan *pre test* pertama dengan membagikan lembar kuesioner kepada siswa siswi yang bersedia menjadi responden. Lembar kuesioner dibagikan untuk menilai skor *pre test* pada anak Sekolah Dasar terhadap pengetahuan tentang “Cegah Obesitas” yang berisi 10 pertanyaan dengan tipe pilihan ganda jawaban A,B,C dan D.

Tahap kedua intervensi dilanjutkan pada tanggal 06 Maret 2020, memberikan media lembar balik “Cegah Obesitas”. Dimana peneliti menjelaskan tentang obesitas, dampak dari obesitas, penyebab terjadinya obesitas, pencegahan obesitas. Dimana penjelasan ini satu arah dilaksanakan di dalam kelas.

Tahap ketiga dilakukan pada tanggal 09 Maret 2020 diberikan kuesioner *post test*, untuk menilai skor pengetahuan setelah diberikan intervensi media lembar balik “Cegah Obesitas” di SD Negeri 08 Kota Bengkulu. Setelah responden selesai mengisi kuesioner peneliti mengucapkan terima kasih karena telah bersedia menjadi responden.

c. Akhir Penelitian

Setelah didapatkan data penelitian pengetahuan anak sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan intervensi media lembar balik “Cegah Obesitas”, maka data yang telah didapatkan dikelompokkan sesuai dengan variabel yang akan diukur di definisi operasional yaitu pengetahuan. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan program komputer yang terlebih dahulu di lakukan uji normalitas dan didapatkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Sehingga dilakukan analisis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan sistem komputerisasi.

2. Hasil Penelitian

a. Analisis Univariat

Analisis *univariat* digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian, yaitu umur, jenis kelamin dan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi di SDN 08 Kota Bengkulu:

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Umur

No	Variabel	F	%
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	20	48.8
	Perempuan	21	51.2
	Jumlah	41	100
2.	Umur		
	10 Tahun	14	34.1
	11 Tahun	27	65.9
	Jumlah	41	100

Berdasarkan hasil tabel 4.1 diatas didapatkan bahwa sebagian besar dari responden (51.2%) yang berjenis kelamin perempuan. Dan sebagian besar dari responden (65.9%) berumur 11 tahun.

Tabel 4.2 Rerata Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak SD Negeri 08 Kota Bengkulu

Variabel	N	Std. Deviation	Mean	Min – Maks
Pengetahuan				
Sebelum	41	1.446	5.90	3-9
Sesudah	41	0.865	8.41	6-10

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan rerata skor pengetahuan sebelum diberikan lembar balik “Cegah Obesitas” yaitu 5.90 dan sesudah diberikan lembar balik “Cegah Obesitas” rerata skor yaitu 8.41. Dari variabel diatas diketahui bahwa terjadi peningkatan rerata pengetahuan anak SDN 08 Kota Bengkulu sebelum dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” dengan selisih 2.51.

Tabel 4.3
Deskripsi Pengetahuan Anak Tentang “Cegah Obesitas” Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Lembar Balik

No	Item Pertanyaan	Sebelum (%)		Sesudah (%)	
		Salah	Bena	Salah	Bena
	Tuberkulosis (TB)	r	r	r	r
1.	Pengertian Obesitas	48.8	51.2	9.8	90.2
2.	Ciri-ciri obesitas	58.5	41.5	9.8	90.2
3.	Dampak Obesitas	65.9	34.1	29.3	70.7
4.	Pola hidup anak obesitas	12.2	87.8	17.1	82.9
5.	Pencegahan obesitas	19.5	80.5	0	100
6.	Pencegahan obesitas	22.0	78.0	2.4	97.6

7.	Gangguan obesitas	53.7	46.3	36.3	63.4
8.	Faktor penyebab obesitas	31.7	68.3	12.2	87.8
9.	Faktor resiko obesitas	80.5	19.5	39.0	61.0
10	Pola makan penyebab obesitas	14.6	85.4	4.9	95.1

Hasil tabel 4.3 didapatkan bahwa dari 10 pertanyaan pengetahuan didapatkan sebelum diberikan media lembar balik jawaban yang salah terbanyak di soal nomor 2,3, dan 9, dan jawaban yang benar terbanyak pada soal 4,5, dan 6. Namun setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media lembar balik terjadi perubahan persentase pengetahuan anak tentang cegah obesitas sebelum dan sesudah. Pada soal nomor 2 jumlah salah mengalami penurunan dari 58.5 % menjadi 9.8% dan jumlah benar mengalami peningkatan dari 41.5 % menjadi 90.2%. Pada soal nomor 3 jumlah salah mengalami penurunan dari 65.9 % menjadi 29.3% dan jumlah benar mengalami peningkatan dari 34.1 % menjadi 70.7 %. Pada soal nomor 9 jumlah salah dari 80.5 % mengalami penurunan menjadi 39.0 % dan jumlah benar 19.5% menjadi 61.0 %.

b. Analisis *Bivariat*

Analisis ini dilakukan untuk melihat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi media media lembar balik “Cegah Obesitas”. Data terlebih dahulu di lakukan uji normalitas dan didapatkan bahwa data berdistribusi tidak normal. Sehingga dilakukan analisis menggunakan *uji Wilcoxon*.

Tabel 4.4 Pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak SD Negeri 08 Kota Bengkulu

Variabel	N	Mean of Rank	P Value
Pengetahuan	41	21.00	0.000

Berdasarkan tabel 4.4 didapat nilai $p \text{ value} = 0.000 \leq 0.05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%, terdapat perbedaan rerata pengetahuan tentang “Cegah Obesitas” sebelum dan sesudah menggunakan lembar balik “Cegah Obesitas” yang berarti ada pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak di SD Negeri 08 Kota Bengkulu.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (51.2%) yang berjenis kelamin perempuan. Dan sebagian besar dari responden pada penelitian ini berumur 11 tahun (65.9%).

Hasil penelitian sejalan dengan Survey Kesehatan Rumah Tangga (2018) yang menyebutkan bahwa prevalensi masalah obesitas juga rentan terjadi pada anak saat berusia 10-12 tahun yang didominasi anak usia sekolah dasar saat masa pertumbuhan. Dan anak perempuan dua kali beresiko mengalami obesitas yang berlebihan pada saat masa pertumbuhan jika dibandingkan dengan anak laki-laki.

Pendidikan kesehatan yang di berikan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan obesitas pada anak yang berusia 9 sampai 15 tahun merupakan kelompok usia yang sangat strategis untuk diberikan edukasi, promosi kesehatan dan keterampilan. Pada Usia ini sangat berpengaruh terhadap daya tangkap dan pola pikir anak, semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola

pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik dan dapat di aplikasikan dalam kehidupan dengan baik (Tarzaini S, 2016).

Pemberian edukasi menggunakan media lembar balik ataupun leaflet disajikan harus sesuai usia anak-anak yang dikemas menjadi menarik, mendidik, dengan menampilkan beberapa gambar yang mendapat menarik perhatian anak sehingga dapat mendorong anak untuk mengetahui, kemudian lebih mendalam, dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik dan menerapkan ke dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil analisis rerata pengetahuan sebelum diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” di SDN 08 kota Bengkulu adalah 5.90. Sedangkan rerata pengetahuan sesudah di berikan berikan intervensi 8.41. Dari 10 pertanyaan pengetahuan, jawaban responden masih terdapat banyak salah pada pertanyaan tentang bahaya obesitas nomor 3 (tiga) pada lembar kuesioner (29.3%), pertanyaan nomor 7 (tujuh) tentang penyebab obesitas pada lembar kuesioner (36.3%), dan pertanyaan nomor 9 (sembilan) tentang faktor risiko obesitas pada lembar kuesioner (39.0%). Asumsi peneliti ini disebabkan oleh pilihan jawaban yang menyerupai bahaya obesitas serta belum mengetahui penyebab dan faktor risiko dari obesitas, tetapi secara keseluruhan terjadi perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah responden diberikan intervensi tentang media lembar balik “Cegah Obesitas”.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan meningkat sesudah diberikan lembar balik "Cegah Obesitas", dilihat dari nilai mean pengetahuan sesudah diberikan lembar balik "Cegah Obesitas" lebih besar dibandingkan dengan sebelum diberikan lembar balik "Cegah Obesitas" di SDN 08 Kota Bengkulu.

Hal ini sesuai dengan pendapat teori yang di paparkan oleh Primavera dan suwarna (2014) upaya peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku diperlukan suatu media pembelajaran yang bermakna yang diharapkan anak mampu memahami pesan pembelajaran secara lebih bermakna. Namun, Sebelum seseorang mengadopsi perilaku ia harus tahu terlebih dahulu pengetahuannya dan apa manfaat bagi dirinya. Untuk mewujudkan pengetahuan tersebut, maka individu di stimulus dengan pendidikan kesehatan. Setelah seseorang mengetahui stimulus proses selanjutnya iya akan menilai/bersikap terhadap stimulus tersebut sehingga informasi disampaikan dan diterapakan secara utuh.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damesilva (2019) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan dengan media leaflet dan lembar balik terhadap asupan karbohidrat, lemak, dan protein pada siswakelebihan berat badan. Dengan rata-rata asupan karbohidrat sebelum 156.6 dan rata-rata asupan karbohidrat sesudah adalah 117.8. Rata-rata asupan lemak sebelum 48.8 sesudah 43.0, dan rata-rata asupan serat sebelum 5.3 dan sesudah 7.4.

Berdasarkan hasil rerata skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” terjadi peningkatan pengetahuan sesudah diberikan media lembar balik dengan *mean* 21.00 dan didapatkan nilai *p value* = $0.000 \leq 0.05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%, yang berarti ada pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu.

Metode pendidikan yang menggunakan lembar balik yang digunakan sebagai media pendidikan kesehatan dapat meningkatkan hasil belajar karena melibatkan imajinasi, meningkatkan motivasi belajar dan mendorong keinginan untuk mengetahui lebih banyak (pirdaus,2016).

Metode pendidikan menggunakan media lembar balik yang digunakan sebagai alat edukasi kesehatan yang diperuntukan untuk penambahan pengetahuan bagi masyarakat melalui pesan atau informasi yang dicetak di agar mudah di bagikan dan dibawa orang. Dimana tujuan dari media lembar balik adalah untuk menyebarluaskan suatu informasi. Dan juga dapat digunakan untuk metode belajar yang efektif dalam waktu yang lebih singkat dengan memanfaatkan indera penglihatan. Semakin sering indera yang digunakan untuk merekam informasi, semakin besar kemungkinan memahami maksud informasi yang disampaikan (Ismaniar,2010).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan kamila (2015) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan pada

ibu yang memiliki anak obesitas sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media lembar balik dengan nilai $p < 0.00$.

Notoadmojo (2012) menyatakan bahwa seseorang yang terpapar informasi mengenai suatu topic tertentu akan memiliki pengetahuan lebih banyak dari pada yang tidak terpapar informasi. Penyuluhan menggunakan lembar balik merupakan metode untuk meningkatkan pengetahuan melalui tulisan-tulisan dan gambar mengenai materi.

Sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Furi (2015) yang berjudul pengaruh media lembar balik gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita gizi kurang di puskesmas pamulangdi didapatkan bahwa pengetahuan ibu balita gizi kurang mengalami peningkatan sebesar 66.9 % atau meningkat 16.4% menjadi 83.3%. dari hasil tersebut disimpulkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor ibu balita gizi kurang sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik.

Selain penelitian Furi, penulis juga menemukan penelitian milik Damesilva (2019) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap asupan karbohidrat, lemak, dan protein pada siswakelebihan berat badan. Dengan rata-rata asupan karbohidrat sebelum 156.6 dan rata-rata asupan karbohidrat sesudah adalah 117.8.rata-rata asupan lemak sebelum 48.8 sesudah 43.0, dan rata-rata asupan serat sebelum 5.3 dan sesudah 7.4

Hal ini sejalan dengan penelitian Harismanto tahun 2019 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan tentang edukasi kesehatan menggunakan lembar balik dan pencegahan obesitas pada remaja bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui lembar balik.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini beberapa keterbatasan penelitian antara lain sebagai berikut :

1. Penelitian ini hanya berfokus pada kelas V SDN 08 Kota Bengkulu.
2. Pada saat penelitian responden sebanyak 41 orang disatukan dalam satu kelas sehingga pada saat intervensi kurang efektif karena terlalu ramai.
3. Waktu yang diberikan pihak sekolah terbatas.
4. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok tanpa kelompok pembanding.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tentang pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah didapatkan bahwa sebagian besar dari responden (51.2%) yang berjenis kelamin perempuan. Dan sebagian besar dari responden (65.9%) berumur 11 tahun.
2. Rerata skor pengetahuan sebelum diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” yaitu 5.90 dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas” yaitu 8.41.
3. Terdapat perbedaan rerata skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media lembar balik “Cegah Obesitas”, yang artinya ada pengaruh media lembar balik “Cegah Obesitas” terhadap pengetahuan anak Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu.

B. Saran

1. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan dapat memanfaatkan media lembar balik “Cegah Obesitas” di sekolah dasar wilayah kerja puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan obesitas.

2. Bagi Program Sarjana Terapan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan mahasiswa program sarjana terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu dan dapat dijadikan sebagai media bahan informasi untuk digunakan dalam kegiatan penyuluhan atau pengabdian masyarakat dalam perubahan perilaku.

3. Bagi Peneliti lain

Diharapkan dapat mengembangkan peneliti ini lebih lanjut dengan variabel yang berbeda seperti praktik dan perilaku pencegahan obesitas, dan atau dapat mengembangkan metode dan media yang telah diinovasi dengan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga hasil lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmoto. 2008. *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University press.
- Ahmad Kholid. 2012. *Promosi Kesehatan*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Andriana, Dian. 2012. *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Arsyad, Azhar. 2017. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- CDC, 2016. *Centers of Disease Controls and Prevention*. [Online] Available at: <https://www.cdc.gov/obesity/childhood/causes.html>. [Diakses 29 September 2017].
- CDC. 2015. *How Much Physical Activity Do Children Need? –Physical Activity*: Retrieved Juni 18, 2017, From Centers For Disease Control and Prevention: <http://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/children/>.
- Damayanti, D. 2010. *Makanan Anak Usia Sekolah*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. 2017. *Profil Kesehatan Kota Bengkulu*. Bengkulu
- Damesilva (2019) Pengaruh penyuluhan dengan media leaflet dan lembar balik terhadap asupan karbohidrat, lemak, dan protein pada siswakelebihan berat badan. Vol II
- dr. Rendy Aji Prihaningtyas, dkk. 2018. *Anak Obesitas Dampak Pada Kesehatan dan Perkembangan*. PT Elex Media Komputindo. Jakarta.
- Furi (2015) Pengaruh media lembar balik gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita gizi kurang di puskesmas pamulang. Jurnal keperawatan vol I
- Griadhi, dkk. 2015. “*Hubungan Antara Perilaku Sedentari Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Kelas V Di SD Cipta Dharma. Denpasar*”. Jurnal Medika Udayana Universitas Udayana. Vol. 5 (2).
- Hamdalah A. 2013. *Efektivitas Media Cerita Bergambar dan Ular Tangga dalam pendidikan Kesehatan Gigi dan Mulut siswa SDN 2 Patrang Kabupaten Jember*. Jurnal Promkes. 1(2): 118–123.
- Harismantotahun 2019. pengaruh media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang dan obesitas pada siswa kelas V di SDN 016 Samarinda Sebebrang.

- He, W, James. S, A. Merli. M. G. & Zheng. H. 2014. *An Increasing Socioeconomic Gap In Childhood Overweight And Obesity In China. American Journal Of Publik Health, 104(1), 14-22. doi: 10.2015/AJPH.2013.301669.*
- Hidayat, A.A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan teknik Analisa Data*, Penerbit Salemba medika.
- IDAI.2016. *Dalam Hubungan Sedentary Behavior (Perilaku Kurang Gerak) Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar*. Universitas Andalas. Padang.
- Inanahayu, Y. (2012). *Pengembangan Media Kalender IPS pada Pembelajaran Materi Masa Penjajahan Jepang di Kelas V SDN Percobaan 1 Malang*. SKRIPSI Jurusan Kependidikan Sekolah Dasar & Prasekolah- Fakultas Ilmu Pendidikan UM.
- Ismaniar, 2010. *Media Pembelajaran*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- Kemenkes, R.I. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khasanah. 2012. *Waspada Beragam Penyakit Degeneratif Akibat Pola Makan*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: Penerbit Laksana.
- Mahmud, M. Dimiyati. 2017. *Psikologi Pendidikan*. ANDI. Yogyakarta.
- Misnadiarly. 2007. *Obesitas Sebagai Faktor Risiko Dari Beberapa Penyakit*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmalina. 2011. *Pecegahan & Manajemen Obesitas*. Bandung: Elex Media Komputindo.
- Proverawatidan Kusumawati. 2011. *Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Pirdaus, 2016. *Komunikasi Pemasaran Modern*. Cakrawala Ilmu. Yogyakarta

- Primavera dan iwan permana (2014) pengaruh media audio visual terhadap hasil belajar siswa kelas XI pada konsep elastisitas prosiding seminar nasional pendidikan, 3(1) 92-102
- Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu.2019. *Profil Kesehatan Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu*.Bengkulu.
- Riduwan dan Sunarto. 2007. *Pengantar Statistika*. Bandung: CV Alfabeta.
- Rima Wati, Ega. 2016. *Ragam Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Kata Pena.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.Diakses Agustus 2018.
- Risma.2018.pengaruh edukasi yang membandingkan media audio visual dengan leaflet terhadap pegetahuan dan sikap remaja *overweight*.
- Rosyadi, MA. 2013. *Penggunaan Media Papan Lembar Balik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Menulis Karangan Sederhana Di Sekolah Dasar*. Vol 01(02):0-216. Universitas Negeri Surabaya.JPGSD.
- Sjahmenan, Nanda Pramana.2011.*Komunikasi Kesehatan Melalui Lembar Bolak-Balik (KDRT)*. 2011. Dikases pada tanggal 8 April 2014 dari<http://id.scribd.com/doc/89762992/BAB-II-Komkes-Bolak-Balik-Fix>.
- Sugiyanto.(2010). *Model-model Pembelajaran Inovatif*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT), 2018. Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan : Jakarta
- Susilana. 2008.*Media Pembelajaran*. Bandung: CV WacanaPrima.
- Syam Yuninar. 2017. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri Mangkura 1 Makassar*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.
- Tarzaini,S, 2016.*Promosi Kesehatan dengan pendekatan teori perilaku media dan aplikasinya*.PT Rajagrafindo Persada.Depok.
- WHO. 2015. *Global Strategy On Diet, Physical Activity and Health: Childhood Overweight and Obesity*. World Health Organization.

L

A

M

P

I

R

A

N

Lampiran

ORGANISASI PENELITIAN

A. Pembimbing

Nama : Dino Sumaryono SKM., MPH
NIP : 197303051997021002
Pekerjaan : Dosen Jurusan DIV Promosi Kesehatan
Jabatan : Pembimbing I

Nama : Linda Sitompul SST., M.Kes
NIP : 196909011989032001
Pekerjaan : Dosen Jurusan DIV Promosi Kesehatan
Jabatan : Pembimbing II

B. Peneliti

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050
Pekerjaan : Mahasiswa DIV Promosi Kesehatan Poltekkes
Kemenkes Bengkulu
Alamat : Jalan Wr. Supratman Pematang Gubernur

Lampiran

JADWAL KEGIATAN

No	Kegiatan							
I	Pendahuluan	Okt	Nov - Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Jun
	Mengidentifikasi Masalah							
	Pengambilan Judul							
	Pembuatan Proposal							
	Ujian Proposal							
	Perbaikan Proposal							
	Pengurusan Surat Izin							
II	Pelaksanaan Penelitian							
	Pengolahan Data							
II	Penyusunan Laporan							
	Seminar Hasil							
	Perbaikan Seminar							

**LEMBAR PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Umur :

No. Responden :..... (diisi oleh petugas)*

Menyatakan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa prodi DIV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang bernama Yoche Valentina dengan judul “pengaruh media lembar balik “cegah obesitas” terhadap pengetahuan anak kelas v di SDN 08 Kota Bengkulu”.

Kegiatan ini tidak merugikan saya dalam segi apapun dan jawaban yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya. Persetujuan ini saya buat secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari manapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan bagaimana semestinya.

Bengkulu, 29 Januari 2020

Partisipan

KUESIONER PENELITIAN

PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK “CEGAH OBESITAS” TERHADAP PENGETAHUAN ANAK DI KELAS V SDN 08 KOTA BENGKULU

A. Petunjuk Pengisian

- Bacalah terlebih dahulu petunjuk pengisian jawaban pada lembar kuesioner.
- Jawablah pertanyaan pada kuesioner ini dengan jujur.
- Pilihlah jawaban yang menurut anda paling benar.
- Berilah tanda (x) pada jawaban yang anda pilih.
- Setiap pertanyaan hanya boleh diisi dengan satu jawaban.

B. Data Diri

Tanggal Pengisian :
No. Sampel :
Nama :
Usia :
Jenis Kelamin :

C. SOAL PRE-TEST

1. Obesitas adalah...
 - a. Kelebihan berat badan karena massa otot
 - b. Akumulasi lemak yang berlebihan di dalam tubuh
 - c. Gizi buruk
 - d. Pola makan tidak baik
2. Salah satu ciri-ciri anak obesitas adalah...
 - a. Kurang gizi

- b. Perut buncit
 - c. Langsing
 - d. Kekurangan protein
3. Obesitas menjadi berbahaya karena...
- a. Bebas bergerak
 - b. Susah bergerak
 - c. Tubuh mudah lelah
 - d. Mendorong timbulnya berbagai penyakit
4. Anak obesitas sebaiknya...
- a. Banyak melakukan aktivitas fisik
 - b. Makan sehari satu kali
 - c. Banyak mengonsumsi gula
 - d. Banyak makan makanan yang berlemak
5. Cara mencegah obesitas yang baik adalah dengan cara...
- a. Mengatur pola makan dan aktivitas fisik yang cukup
 - b. Mengatur jadwal istirahat
 - c. Minum jamu
 - d. Minum susu
6. Penderita obesitas sebaiknya menghindari...
- a. Buah dan sayur
 - b. Ikan
 - c. Makanan yang tinggi serat
 - d. Makanan yang tinggi lemak

7. Gangguan obesitas dapat terjadi pada...
 - a. Balita dan remaja
 - b. Remaja dan dewasa
 - c. Lansia dan dewasa
 - d. Balita, remaja dan dewasa
8. Sebagian besar obesitas disebabkan karena faktor...
 - a. Pola makan yang tidak teratur
 - b. Usia yang semakin bertambah
 - c. Kurang gizi
 - d. Semua benar
9. Salah satu faktor risiko obesitas pada anak adalah...
 - a. Faktor usia
 - b. Faktor genetik
 - c. Faktor fisik
 - d. Faktor kekurangan gizi
10. Salah satu pola makan yang dapat menyebabkan obesitas adalah...
 - a. Buah
 - b. Sayur
 - c. Makan yang berlebihan (porsi yang besar)
 - d. Ikan kaya omega 3

Sumber : Modifikasi kuesioner penelitian Riska aditya pramudita tahun 2011.

KONSEP LEMBAR BALIK (FLIP CHART) “CEGAH OBESITAS”



OBESITAS merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidak seimbangan asupan energi (energy intake) dengan energy yang digunakan (energy expenditure) dalam waktu lama (WHO, 2000)



- Menghindari makan pagi dan sehingga menambah porsi makan siang dan atau malam
- Kurang Makan sayur dan buah
- Makan dengan jumlah banyak dan dalam waktu singkat (terburu-buru)
- Sering makan dan tidak teratur
- Sering mengemil/kudapan
- Banyak mengonsumsi makanan gorengan, berlemak dan manis-manis
- Makan berlebihan (Porsi Besar)

Ciri-Ciri anak OBESITAS



Hal sederhana yang dapat membantu kita untuk memastikan bahwa anak Obesitas adalah dengan mengenali ciri-ciri sebagai berikut :

Wajah bulat, pipi tembem, dan bahu rangkap

Pada Anak laki-laki, dada membusung dan payudara sedikit membesar, serta penis mengecil (tidak terlihat secara utuh karena tertutup oleh timbunan lemak

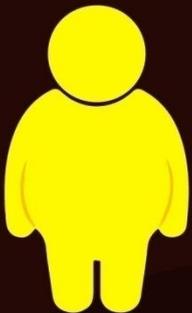
Perut buncit

Leher relatif pendek

Kedua pangkal paha bagian dalam saling menempel dan bergesekan

Pada Anak perempuan, datangnya pubertas lebih dini yaitu usia kurang dari 9 tahun sudah mengalami menstruasi

Bahaya OBESITAS Pada Anak



Daya tahan tubuh menurun

Obesitas saat dewasa

Perubahan Sendi

Pertumbuhan terganggu

Prestasi akademis terganggu

Gangguan Psikologis

Gangguan seksual

Berbagai penyakit tidak menular (penyakit jantung dan pembuluh darah, diabetes dan lain-lain)

Bahaya OBESITAS Bagi Kesehatan



Obesitas berisiko 2 kali lipat mengakibatkan terjadinya serangan jantung koroner, stroke, diabetes mellitus (gula darah tinggi), dan hipertensi (tekanan darah tinggi).



Obesitas berisiko tinggi untuk mengakibatkan penyakit kanker. Laki-laki berisiko tinggi menderita kanker usus besar dan kelenjar prostat, sedangkan wanita berisiko tinggi untuk menderita kanker payudara dan leher rahim.



Obesitas berisiko 3 kali lipat terkena batu empedu.



Obesitas berisiko meningkatkan lemak dalam darah dan asam urat.



Obesitas berisiko mengakibatkan terjadinya sumbatan nafas ketika sedang tidur.



Obesitas dapat mengakibatkan menurunnya tingkat kesuburan reproduksi.

Faktor Risiko OBESITAS Pada Anak



1 Penurunan Aktivitas fisik

Anak sering memanfaatkan waktu luang dengan bermain di dalam rumah dibanding diluar rumah. mereka lebih gemar menonton tv/video, beramin gadget, game komputer/videogame



2 Genetik

Genetik atau faktor keturunan. Selain itu Obesitas diakibatkan oleh pola makan dan gaya hidup anak yang serupa dengan orangtuanya

Kebiasaan Makan

Sering mengonsumsi makanan siap saji, olahan, makanan berlemak, dan bergula

3

Pencegahan

OBESITAS



1. Pola makan yang baik
2. Konsumsi makanan yang rendah kalori
3. Perbanyak konsumsi ikan yang kaya omega-3
4. Konsumsi buah dan sayur
5. Aktivitas fisik yang cukup



KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
“ETHICAL EXEMPTION”

No.KEPK.M/330 /04/2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Yoche Valentina
Principal In Inverstigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

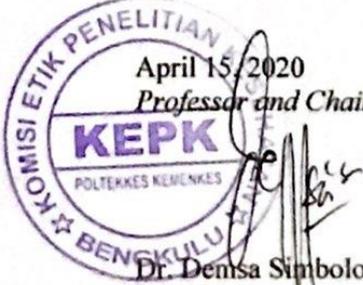
“Pengaruh Media Lembar Balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak Kelas V
Di Sekolah Dasar Negeri 08 Kota Bengkulu”

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Value, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assasment and Benefit, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines, This is an indicated by fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 15 April. 2020 sampai dengan tanggal 15 Juli 2020.

This declaration of ethics applies during the period April 15,2020 until July 15,2020

April 15, 2020
Professor and Chairperson

Dr. Demsa Simbolon, SKM, MKM



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon (0736) 341212 Faximile (0736) 21514 25343

website: www.poltekkes-kemendes-bengkulu.ac.id email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Quality
ISO 9001 : 2015
SAI GLOBAL
QE C30130

10 November 2019

Nomor : : DM. 01.04/..3787.../2019
Lampiran : -
Hal : **Izin Pra Penelitian**

Yang Terhormat,

Kepala Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu

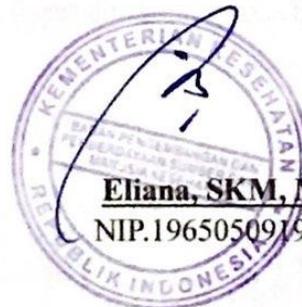
di
Bengkulu

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka dengan ini kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan rekomendasi izin pengambilan data, untuk Skripsi dimaksud. Nama mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050
Judul : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di SD X Kota Bengkulu
Lokasi : Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,



Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN

Jalan Letjend.Basuki Rahmad No. 08 Bengkulu Kode Pos. 34223
Telp.(0736)21072

REKOMENDASI

Nomor : 070 / 1323 / D.Kes/2019

Tentang
IZIN PRA PENELITIAN

Dasar Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor: DM.01.04/3968/2/2019/ Tanggal 16 Oktober 2019 Perihal : Permohonan izin Pengambilan data awal untuk skripsi atas nama :

N a m a : Yoche Valentina
Npm /Nim : P05170116050
Program Studi : D-IV Promosi Kesehatan
Judul / Data : Pengaruh Media Lembar Balik “ Cegah Obesitas “ Terhadap Anak SD X Kota Bengkulu
Lokasi : -Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
-
Lama Kegiatan : 03 Desember 2019 s/d. 11 Desember 2019

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan / ketentuan:

- Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian
- Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan)
- Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak menaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

DIKELUARKAN DI : B E N G K U L U
PADA TANGGAL : 03 DESEMBER 2019

ALZAN SUMARDI, S.Sos
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu
Sekretaris



ALZAN SUMARDI, S.Sos
Pembina / Nip. 19671109 198703 1 003

Tembusan:

- Sdr. Ka.
- Yang Bersangkutan



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343

webside: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Quality
ISO 9001 : 2015
SAI GLOBAL
QE C30130

05 Februari 2020

Nomor : : DM. 01.04/...780.../2/2020
Lampiran : -
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Kesbangpol Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050
Program Studi : Diploma IV Promosi Kesehatan
No Handphone : 082374294212
Tempat Penelitian : SD Negeri 08 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : Januari-Maret
Judul : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di Kelas V SD Negeri 08 Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,

Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001

Tembusan disampaikan kepada:
Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu





PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jalan Melur No. 01 Nusa Indah Telp. (0736) 21801
BENGKULU

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 070/274 /B.Kesbangpol/2020

- Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : DM.01.04/780/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 perihal izin penelitian.

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama/ NIM : Yoche Valentina/ P05170116050
Pekerjaan : Mahasiswa
Prodi : Diploma IV Promosi Kesehatan
Judul Penelitian : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak di Kelas V SD Negeri 08 Kota Bengkulu
Daerah Penelitian : SD Negeri 08 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : 18 Februari 2020 s/d 18 Maret 2020
Penanggung Jawab : Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

- Dengan Ketentuan :
1. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
 2. Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
 3. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
 4. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 18 Februari 2020

a.n. WALIKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu


Drs. RIDUAN, S.IP, M.Si
Rebina Utama Muda
NIP. 19651107 199403 1 001



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225

Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343

website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



Quality
ISO 9001 : 2015
BY GLOBAL
QE C30130

05 Februari 2020

Nomor : : DM. 01.04/782..../2/2020
Lampiran : -
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Sekolah SD Negeri 08 Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050
Program Studi : Diploma IV Promosi Kesehatan
No Handphone : 082374294212
Tempat Penelitian : SD Negeri 08 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : Januari-Maret
Judul : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di Kelas V SD Negeri 08 Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,

Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001

Tembusan disampaikan kepada:





PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN

Jl. Mahoni Nomor 57 Telp. Bengkulu 38227

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 421.2 / (22) / II.D.DIK/2020

Dasar : Surat Dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu Nomor : DM.01.04/781/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 Perihal Izin Penelitian

Mengingat untuk kepentingan penulisan ilmiah dan pengembangan Pendidikan dalam wilayah Kota Bengkulu, maka dapat memberikan izin penelitian kepada:

Nama : **Yoche Valentina**
NPM : **P05170116050**
Program Studi : **Diploma IV Promosi Kesehatan**
Judul Penelitian : **"Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas " Terhadap Pengetahuan Anak Di Kelas V SD Negeri 08 Kota Bengkulu"**

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. a. Tempat Penelitian : SD Negeri 08 Kota Bengkulu
b. Waktu Penelitian : Januari s.d Maret 2020
2. Penelitian tersebut khusus dan terbatas untuk kepentingan studi ilmiah tidak untuk dipublikasikan
3. Setelah selesai penelitian untuk menyampaikan laporan ke Dinas Pendidikan Kota Bengkulu.

Demikian surat izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 26 Februari 2020
An. Kepala Dinas Pendidikan
Kota Bengkulu
Kabid Dikdas,



BENI RASDIWANSYAH, S.Pd. MT
NIP. 19691007 200701 1040

Tembusan :

1. Walikota Bengkulu
2. Wakil Dekan Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu
3. Kepala Sekolah SD Negeri 08 Kota Bengkulu
4. Arsip



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343
webside: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



05 Februari 2020

Nomor : : DM. 01.04/..7&!...../2/2020
Lampiran : -
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050
Program Studi : Diploma IV Promosi Kesehatan
No Handphone : 082374294212
Tempat Penelitian : SD Negeri 08 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : Januari-Maret
Judul : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di Kelas V SD Negeri 08 Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,

Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001



Tembusan disampaikan kepada:



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI (SDN) 8
AKREDITASI A

Jl. Rejamat Sungai Padu Kel. Pasar Baru Kec. Teluk Segara Kota Bengkulu

No. : 421.3/ /SDN.8/2020
Lamp : -
Hal : Tindak Lanjut Izin Penelitian

Bengkulu, 26 Februari 2020

Kepada Yth,
Wakil Direktur Bidang Akademik
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Di -
Tempat

Berdasarkan surat dari Politeknik Kesehatan Bengkulu No : DM.01.04/781/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 perihal Izin Penelitian atas :

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050

Untuk melakukan Penelitian dengan Judul Skripsi "Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak di Kelas V SD Negeri 8 Kota Bengkulu" dengan ini saya selaku Kepala SD Negeri 8 Kota Bengkulu memberikan izin kepada nama mahasiswa tersebut diatas untuk melakukan penelitian pada Januari – Maret. Segala biaya yang timbul akibat kegiatan penelitian ini dibebankan kepada mahasiswa yang bersangkutan. Demikian surat izin ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Kepala SDN 8 Kota Bengkulu

Muhammad Herta, S.Pd.
NIP. 19670407 198803 1 005



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI (SDN) 8
AKREDITASI A

Jl. Rejamat Sungai Padu Kel. Pasar Baru Kec. Teluk Segara Kota Bengkulu

No. : 421.3/ 417 /SDN.8/2020
Lamp : -
Hal : Selesai Penelitian

Bengkulu, 10 Maret 2020

Kepada Yth,
Wakil Direktur Bidang Akademik
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Di -

Tempat

Yang bertanda tangan di bawah ini :

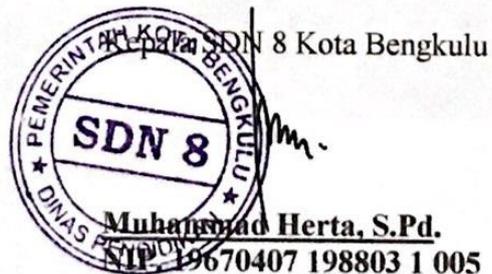
Nama : Muhammad Herta, S.Pd
NIP : 196704071988031005
Jabatan : Kepala Sekolah
Tempat Tugas : SD Negeri 8 Kota Bengkulu

Menerangkan bahwa :

Nama : Yoche Valentina
NIM : P05170116050

Telas selesai melakukan Penelitian dengan Judul Skripsi “Pengaruh Media Lembar Balik “Cegah Obesitas” Terhadap Pengetahuan Anak di Kelas V SD Negeri 8 Kota Bengkulu” pada Januari – Maret 2020. Segala biaya yang timbul akibat kegiatan penelitian ini dibebankan kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian surat izin ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.



Lampiran

DOKUMENTASI

Pretest



Intervensi



Posttest



LEMBAR KONSULTASI

Nama pembimbing I : Dino Sumaryono, SKM, MPH

Nama mahasiswa : Yoche Valentina

Nim : P0 517016050

Judul Skripsi : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di SDN 08 Kota Bengkulu.

No	Hari/ Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1	Selasa, 15 Oktober 2019	Konsul Judul	ACC Judul	
2	Senin, 04 November 2019	Konsul Bab I	Perbaikan susunan Bab I	
3	Kamis, 14 November 2019	Konsul Bab I	<ul style="list-style-type: none">• Perbaikan susunan kata-kata• Pengecekan plagiarisme• Perbaikan cover penelitian	
4	Jum'at, 29 November 2019	Konsul Bab I, II, dan III	Perbaikan susunan Bab I, II, dan III	
5	Kamis, 12 Desember 2019	Konsul Bab I, II dan III	<ul style="list-style-type: none">• Perbaikan latar belakang• Perbaikan rumusan masalah• Perbaikan tujuan umum dan tujuan khusus• Perbaikan keaslian penelitian• Perbaikan kerangka teori• Perbaikan Bab III	

6	Kamis, 19 Desember 2019	Konsul Bab III	<ul style="list-style-type: none"> • Perbaiki tujuan khusus • Perbaiki definisi operasional • Perbaiki kuesioner • Media lembar balik 	✓
7	Kamis, 26 Desember 2019	Konsul Bab I, II dan III	ACC Bab I, II Dan III	✓
8.	Jum'at, 5 Juni 2020	Konsul Bab I, II, III, IV dan V	Perbaiki hasil penelitian bab IV	✓
9.	Senin, 9 Juni 2020	Konsul Bab I, II, III, IV dan V	Perbaiki bab IV dan V	✓
10.	Selasa, 10 Juni 2020	Konsul Bab I, II, III, IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> • Perbaiki bab IV • Perbaiki penulisan • Perbaiki huruf yang salah 	✓
11.	Rabu, 11 Juni 2020	Konsul Bab I, II, III, IV dan V	ACC Bab I, II, III, IV dan V	✓

LEMBAR KONSULTASI

Nama pembimbing II : Linda Sitompul SST, M.Kes

Nama mahasiswa : Yoche Valentina

Nim : P05170116050

Judul Skripsi : Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" Terhadap Pengetahuan Anak Di SDN 08 Kota Bengkulu.

No	Hari/ Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 15 Oktober 2019	Konsul Judul	Perbaiki Judul	
2.	Selasa, 16 Oktober 2019	Konsul Judul	Acc Judul	
3.	Rabu, 8 Januari 2020	Konsul Bab I, II dan III	Perbaiki Bab I, II, dan III	
4.	Jum'at, 10 Januari 2020	Konsul Bab I, II dan III	Perbaiki Bab II dan III	
5.	Senin, 13 Januari 2020	Konsul Bab I, II dan III	Acc Bab I, II, dan III	
6.	Rabu, 11 Juni 2020	Konsul Bab IV dan V	Perbaiki Bab IV dan V	
7.	Kamis, 12 Juni 2020	Konsul Bab IV dan V	Acc Bab IV dan V	
8.	Senin, 13 Juli 2020	Konsul media lembar balik	Acc media lembar balik	