# SKRIPSI

# PENGARUH PERMAINAN KARTU LEOPAS TERHADAP PENGETAHUANDAN SIKAP ANAK DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SD IT IQRA 1 KOTA BENGKULU


**Disusun Oleh :**
**CITA RETNO WULANDARI**
**NIM : P05170021012**



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU**
**PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN**
**PROGRAM SARJANA TERAPAN**
**2025**

**HALAMAN JUDUL**

**SKRIPSI**

# PENGARUH PERMAINAN KARTU LEOPAS TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SD IT IQRA 1 KOTA BENGKULU

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (S.Tr.Kes)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

**Disusun Oleh :**

**CITA RETNO WULANDARI**
**NIM :P05170021012**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU**

**PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN**

**PROGRAM SARJANA TERAPAN**

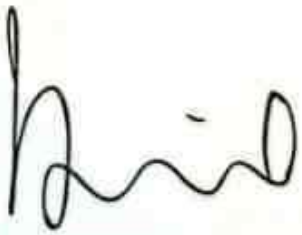
**2025**

## LEMBAR PERSETUJUAN

| | |
|---|---|
| Nama | :Cita Retno Wulandari |
| Tempat ,Tanggal Lahir | :Bengkulu, 08 Februari 2003 |
| NIM | :P05170021012 |
| Judul Skripsi | :Pengaruh Permainan Kartu Leopas Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Dalam Pencegahan Obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu |

Kami setujui untuk diseminarkan pada tanggal, 26 juni 2025

Bengkulu,17 Juni 2025

| Pembimbing I | Pembimbing II |
|---|---|
|  |  |
| **Lisma Ningsih, SKM.,MKM** | **Dino Sumaryono, SKM.,MPH** |
| NIP. 197410091999032004 | NIP. 197303051997021002 |

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PERMAINAN KARTU LEOPAS TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP ANAK DALAM PENCEGAHAN OBESITAS DI SD IT IQRA 1 KOTA BENGKULU**

**Disusun Oleh :**
**CITA RETNO WULANDARI**
**NIM : P05170021012**

Telah diujikan di depan Penguji Skripsi
Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 26 Juni 2025, dan dinyatakan

**LULUS**

| Ketua Dewan Penguji | Penguji I |
|---|---|
| **Reka Lagora M, SST.,M.Kes** | **Dr. Darwis , S. Kp.,M.Kes** |
| NIP. 198203202002122001 | NIP. 196301031983121002 |
| **Penguji II** | **Penguji III** |
| **Lisma Ningsih, SKM.,MKM.** | **Dino Sumaryono, SKM.,MPH** |
| NIP. 197410091999032004 | NIP. 197303051997021002 |

Skipsi ini telah memenuhi salah satu persyaratan
Untuk mencapai derajat Sarjana Terapan Kesehatan

Mengetahui :
Ketua Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

**Wisuda Andeka Marleni, SST.,M.Kes**
NIP. 198103122002122002

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

| | | |
|---|---|---|
| Nama | : | Cita Retno Wulandari |
| N I M | : | P05170021012 |
| Judul Skripsi | : | Pengaruh Permainan Kartu Leopas Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Dalam Pencegahan Obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu |

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

Dengan pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 30 Juli 2025

Yang Menyatakan




Cita Retno Wulandari

P05170021012

## ABSTRAK

Obesitas adalah masalah kesehatan serius akibat akumulasi lemak tubuh berlebih, yang dapat memicu berbagai penyakit kronis.Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan kartu Leopas terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pencegahan obesitas.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experiment* satu kelompok *pre-test* dan *post-test*, melibatkan 30 siswa kelas V dari populasi 218 siswa di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu. Instrumen penelitian berupa kuesioner, dan data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test.*

Hasil penelitian menunjukkan rerata skor pengetahuan sebelum intervensi (51,30) dan sesudah intervensi meningkat menjadi (97,03), rerata sikap sebelum intervensi (38,67), setelah diberikan intervensi meningkat menjadi (57,57). Hasil analisis bivariat menunjukkan selisih mean (Δ mean) pengetahuan (45.73), sikap (18.90) dan p value =0,000 yang berarti ada pengaruh edukasi kesehatan melalui media kartu leopas terhadap pengetahuan dan sikap anak dalam pencegahan obesitas di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu.

Diharapkan media kartu leopas dapat menjadi pilihan media edukasi kesehatan pada anak sekolah dasar untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan obesitas.



**Kata kunci: Kartu Leopas, Obesitas, Pengetahuan, Sikap.**



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu


.

## ABSTRACT

Obesity is a serious health problem due to the accumulation of excess body fat, which can trigger various chronic diseases. The aim of this research is to determine the effect of the Leopas card game on children's knowledge and attitudes in preventing obesity.

This research used a quantitative approach with a pre-experiment design, one group pre-test and post-test, involving 30 class V students from a population of 218 students at SD IT Iqra 1, Bengkulu City. The research instrument was a questionnaire, and the data was analyzed using the Wilcoxon signed rank test.

The results of the study showed that the average knowledge score before the intervention was (51.30) and after the intervention increased to (97.03), the average attitude before the intervention was (38.67), after the intervention was given it increased to (57.57). The results of bivariate analysis show the difference in mean (Δ mean) knowledge (45.73), attitude (18.90) and p value = 0.000, which means there is an influence of health education through leopas card media on children's knowledge and attitudes in preventing obesity at SD IT Iqra 1 Bengkulu City.

It is hoped that the leopas card media can become a media choice for health education for elementary school children to increase knowledge and attitudes about obesity prevention.



**Keywords: Leopas Card, Obesity, Knowledge, Attitude.**



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## RIWAYAT PENULIS



### A. Biodata Diri

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | Nama | : | Cita Retno Wulandari |
| 2. | Jenis kelamin | : | Perempuan |
| 3. | Tempat dam Tanggal Lahir | : | Bengkulu, 08 February 2003 |
| 4. | Kebangsaan | : | Indonesia |
| 5. | Status | : | Belum Menikah |
| 6. | Agama | : | Islam |
| 7. | Alamat | : | Skip.Jl.Flamboyan 9 Rt 07 Rw 02 Kec Ratu Agung, Kel Kebun Kenanga, No 25 |
| 8. | No. Handphone | : | 08978082700 |
| 9. | Email | : | citaretnowulandari03@gmail.com |
| 10. | Nama Orang Tua | | |
| | Ayah | : | |
| | Ibu | : | |
| 11. | Nama Saudara | : | 1. Julia Renno Alfashinta<br>2. Derrian Dwi Anggara<br>3. Corry Gustiani<br>4. Stefano Viore<br>5. Dyangga Navenza Gumilan |

### B. Riwayat Pendidikan

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | SD | : | SD Negeri 36 Kota Bengkulu |
| 2. | SMP | : | SMP Negeri 06 Kota Bengkulu |
| 3. | SMA | : | SMK Negeri 05 Kota Bengkulu |

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

## C. Motto

- “Selalu ada cahaya di ujung terowongan.”
- “Masa depan adalah milik mereka yang percaya jangan biarkan impianmu dijajah oleh pendapat orang lain.”
- “Tertinggal satu langkah bukan berarti harus berhenti melangkah, justru harus mundur selangkah untuk jauh lebih maju”
- “Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”
  (Qs Ar-Ruum-60)
- “Orang lain hanya melihat hasil tanpa tau proses,maka nikmatilah proses yang panjang ini dengan hasil yang tak ternilai.”

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim*

*Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Alhamdulillah… Alhamdulillahirabbil'alamin, Alhamdulillah wa syukru lillah segala puji syukur bagi Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat yang sangat luar biasa, memberikan saya kekuatan, membekali saya dengan ilmu pengetahuan serta memperkenalkan saya dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan, akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan tepat waktu. Sujud Syukur kupersembahan kepada Allah SWT, semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk masa depan saya dalam meraih cita-cita. Aamiin YRA.*

*Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam skripsi ini kecuali lembar persembahan,* skripsi ini saya persembahkan untuk :

- Yang utama dari segalanya, sujud syukur kepada Allah SWT, atas izin karunia serta kemudahan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya.
- Terkhusus Cinta pertama dan panutanku Ayahanda dan Ibunda tak cukup kata untuk mengungkapkan. Tak cukup tinta untuk melukiskan. Dan tak cukup berimajinasi untuk menggambarkanya. Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terimakasih atas tiap tetes keringat dalam setiap langkah mencari nafkah, serta ribuan doa yang terselip disetiap sholatnya yang dilangitkan untuk keberhasilan ananda dalam menggapai cita-citanya, dan yang tiada henti-hentinya memberikan kasih sayang, motivasi dan cintanya kepada saya.
- Kepada cinta kasih saudara dan saudari saya, kakak saya Julia Renno Alfashinta S.T dan Derrian Dwi Anggara S.Ak dan adik-adik saya Corry Gustiani, Stefano Viore, Dyangga Navenza Gumilang yang selalu menjadi salah satu sumber motivasi, dan selalu memberikan do'a dan dukungan, serta mengajarkan untuk terus berusaha tiada henti, serta keluarga besar yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
- Kepada Dosen pembimbing I Ibu Lisma Ningsih, SKM.,MKM dan dosen pembimbing II Bapak Dino Sumaryono, SKM.,MPH yang telah memberikan bimbingan, arahan dan kesabaran, sehingga skripsi ini selesai dengan baik. Ibu Reka Lagora M, SST.,M.Kes dan Bapak Dr. Darwis , S. Kp.,M.Kes$_2$selaku dosen penguji skripsi saya, terimakasih kepada bapak dan ibu sudah membantu selama ini, sudah

mengajari dan menasehati, saya tidak akan lupa atas bantuan, dukungan, dan kesabaran bapak ibu dosen.

- ❖ Seluruh Dosen dan Pengelola Progam Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan, terima kasih atas ilmunya selama 4 tahun ini.
- ❖ Kepada Bestie-bestieku teman seperjuanganku Harum, Okta, , Tasya, Ema terimakasih selalu memberikan semangat, dukungan, yang selalu berada dibalik layar membersemai dalam perjuangan dan selalu mau direpotkan, terimakasih untuk bantuannya selama ini. Semoga sama-sama dilancarkan sampai akhir perjuangan nanti.
- ❖ Kepada sahabatku Yuli dan Sally terimakasih selalu memberikan motivasi, semangat, dukungan tanpa henti sehingga secara tidak langsung membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
- ❖ Teman-teman seperjuangan Promosi Kesehatan angkatan 2021 terima kasih banyak untuk bantuan dan kerja sama selama ini, sukses selalu untuk kita semua, terutama Muhammad Anugrah Supryadi dan Angke Volandia yang telah membantu saya dalam proses penelitian dan bimbingan.
- ❖ Kepada suport system teman saya, libra seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, yang telah menemani dan menjadi support system penulis pada hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih telah memberikan dukungan, semangat, kepada penulis dan telah menjadi bagian dari perjalanan hingga penyusunan skripsi ini.
- ❖ Terimakasih kepada kampus dan almamater tercinta Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang menjadi tempat menimba ilmu dan meraih cita-citaku.
- ❖ Cita Retno Wulandari, apresiasi untuk diri sendiri karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Terima kasih telah bertahan sejauh ini perjalanan yang tidak mudah, banyak rintangan yang harus dilewati, banyak lelah yang harus ditahan dan mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini. Semua perjuangan ini membuktikan bahwa kamu lebih kuat dari yang kamu kira. Semoga ini menjadi langkah awal menuju impan yang lebih besar.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya ucapkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya sehigga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Permainan Kartu Leopas Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anak Dalam Pencegahann Obesitas Di SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu"

Dalam penyusunan proposal ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan baik materi maupun nasehat dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Linda, SST., M. Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Wisuda Andeka M, SST.,M.Kes, selaku ketua Jurusan Promosi Kesehatan.
3. Ibu Lisma Ningsih, SKM.,MKM, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan dukungan, masukan, waktu, motivasi, dan kesabaran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dino Sumaryono, SKM.,MPH, selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktu, masukan, motivasi, dukungan, dan kesabaran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Reka Lagoraa Marsofely, SST., M.Kes, selaku Ketua Dewan Penguji yang memberi arahan dan saran kepada Penulis.
6. Bapak Dr. Darwis , S. Kp.,M.Kes, selaku Penguji I yang memberikan arahan dan saran kepada Penulis
7. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
8. Orang tua dan Keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi kepada penulis.
9. Seluruh teman-teman DIV Promosi Kesehatan yang sudah berjuang bersama hingga hari ini

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekeliruan dan kekhilafan baik dari segi penulisan maupun penyusunan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar penulis dapat berkarya lebih baik lagi dan optimal lagi di masa yang akan datang.

Penulis berharap semoga skripsi yang telah disusun ini dapat bermanfaat bagi semua pihak serta dapat membawa perubahan positif terutama bagi penulis sendiri dan mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan Bengkulu lainnya.

Bengkulu, 2025

Cita Retno Wulandari

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR ISI


**HALAMAN JUDUL** ..... **i**
**LEMBAR PERSETUJUAN** ..... **ii**
**LEMBAR PENGESAHAN** ..... **iii**
**LEMBAR PERNYATAAN** ..... **iv**
**ABSTRAK** ..... **v**
**ABSTRACT** ..... **vi**
**RIWAYAT PENULIS** ..... **vii**
**PERSEMBAHAN** ..... **ix**
**KATA PENGANTAR** ..... **xi**
**DAFTAR ISI** ..... **xiii**
**DAFTAR TABEL** ..... **xv**
**DAFTAR BAGAN** ..... **xvi**
**DAFTAR LAMPIRAN** ..... **xvii**
**BAB I PENDAHULUAN** ..... 1
A. Latar Belakang ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 4
C. Tujuan Penelitian ..... 4
D. Manfaat Penelitian ..... 5
E. Keaslian Penelitian ..... 6
**BAB II TINJAUAN TEORI** ..... **8**
A. Obesitas ..... 8
B. Pengetahuan ..... 13
C. Sikap ..... 18
D. Karakteristik Anak Sekolah dasar ..... 22
E. Media Promosi Kesehatan ..... 23
F. Media Kartu LEOPAS (Lompat Energi Optimal Pencegahan Obesitas) ..... 25
G. Teori Modell Laswell ..... 28
H. Hipotesis ..... 29
**BAB III METODE PENELITIAN** ..... **30**
A. Desain Penelitian ..... 30
B. Kerangka Konsep ..... 30
C. Definisi Oprasional ..... 31
D. Populasi Sampel ..... 32
E. Lokasi Penelitian ..... 33
F. Instrumen dan Bahan Penelitian ..... 33
G. Teknik Pengumpulan Data ..... 38
H. Pengolahan Data ..... 38
I. Analisis Data ..... 39
J. Alur Penelitian ..... 39
K. Etika Penelitian ..... 41
**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN** ..... **43**
A. Hasil Penelitian ..... 43
B. Pembahasan ..... 51


Kemenkes Poltekkes Bengkulu

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... 60**
A. Kesimpulan ..... 60
B. Saran ..... 60
**DAFTAR PUSTAKA..... 62**
**LAMPIRAN**

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

# DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian ..... 6
Tabel 2. 1 Klasifikasi Obesitas ..... 10
Tabel 3. 1 Definisi Operasional ..... 32
Tabel 3. 2 Uji Validitas Kusioner Pengetahuan dan Sikap ..... 35
Tabel 3. 3 Uji Validitas Kusioner Pengetahuan ..... 36
Tabel 3. 4 Uji Validitas Kusioner Sikap ..... 37
Tabel 3. 5 Uji Reliabilitas Kusioner Pengetahuan ..... 37
Tabel 3. 6 Uji Reliabilitas Kusioner Sikap ..... 38
Tabel 4.1 Karakteristik Umur Dan Jenis Kelamin ..... 46
Tabel 4.2 Rerata Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Intervensi ..... 46
Tabel 4.3 Distribusi Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Intervensi ..... 47
Tabel 4.4 Rerata Sikap Sebelum Dan Sesudah Intervensi ..... 48
Tabel 4.5 Distribusi Sikap Sebelum Dan Sesudah Intervensi ..... 48
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas ..... 51
Tabel 4.7 Perbedaan Rerata Pengetahuan Dan Sikap Anak SD IT Iqra 1 Kota Bengkulu ..... 52

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Laswell Model (Effendy,2005) ..... 29
Bagan 2. 2 Modifikasi Kerangka Teori Model ..... 29
Bagan 3. 1 Desain Penelitian ..... 30
Bagan 3. 2 Kerangka Konsep ..... 30
Bagan 3. 3 Alur Penelitian ..... 40

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran
Lampiran 1 : Organisasi Penelitian
Lampiran 2 : Jadwal Kegiatan Penelitian
Lampiran 3 : Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 4 : Lembar Kuesioner
Lampiran 5 : Media Karpet Leopas
Lampiran 6 : Media Manual Book
Lampiran 7 : Media Kartu Pertanyaan
Lampiran 8 : Media Kartu Pernyataan
Lampiran 9 : Gundu atau nama lain dari benda kecil yang digunakan untuk di lemparkan ke kota karpet leopas.
Lampiran 10 : Lembar Validasi Ahli Materi
Lampiran 11 : Lembar Validasi Ahli Media
Lampian 12 : Dokumentasi Uji Kuesioner di SD IT Baitul Izzah
Lampiran 13 : Dokumentasi Penelitian Pretest
Lampiran 14 : Dokumentasi Penelitian Intervensi
Lampiran 15 : Dokumentasi Penelitian Postest
Lampiran 16 : Surat Layak Etik
Lampiran 17 : Surat Kesbangpol
Lampiran 18 : Surat Dinas Pendidikan
Lampiran 19 : Surat Izin dan Selesai Penelitian

Kemenkes Poltekkes Bengkulu