BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu. Penelitian ini di mulai pada bulan Februari 2025. pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu:

a. Tahap persiapan penelitian

Pada tahap ini terdapat beberapa proses seperti penetapan judul penelitian, pengambilan data sekunder, persiapan instrument penelitian, membuat proposal, ujian seminar proposal, membuat surat layak etik pada Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Bengkulu (No.KEPK.BKL/074/01/2025), kemudian membuat surat izin penelitian pada institusi pendidikan yaitu Poltekkes Kemenkes bengkulu (PP.01.01/FXXXI.1/547/2025) surat tersebut diberikan pada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu (000.9.2/148/ KESBANGPOL-REK/2025) kemudian dilanjutkan ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu (421.1/206/II.DIKBUD/2025). Lalu dilanjutkan mengurus surat izin penelitian ke Yayasan Al-Fida Bengkulu (070/212/II/BIDDIKYAF/2025) untuk mendapatkan izin penelitian di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah *magic lift the flap book* yang berisi materi edukasi tentang pencegahan obesitas. Sebelum media digunakan peneliti melakukan uji materi kepada ahli materi dengan hasil layak untuk uji lapangan dengan revisi sesuai saran “cari bahasa sederhana sesuai level pendidikan sasaran”. Selain itu peneliti juga melakukan uji media pada ahli media dengan hasil layak untuk diujicobakan tanpa ada masukkan dan saran.

b. Tahap pelaksanaan peneltian

Penelitian dimulai dari pengumpulan data sekunder (absensi siswa kelas V SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu) dan data primer (data kuesioner dari responden), penelitian ini dilakukan di kelas V dengan menggunakan data primer dan dibantu oleh pihak sekolah. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Cara pengambilan sampel ini menggunakan bantuan situs internet atau *website Wheel Of Names*, kemudian semua nama responden

dimasukkan *website Wheel Of Names* lalu terdapat nama-nama yang akan menjadi responden. Berdasarkan perhitungan rumus 40 orang dipilih sebagai sampel. Pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi 3 tahap, yaitu :

Tahap awal, dilakukan pada tanggal 18 Februari 2025, diawali dengan pengisian *informed consent* atau surat persetujuan menjadi responden terlebih dahulu pada anak sekolah dasar kelas V di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu, kemudian dilanjutkan dengan memberikan lembar kuesioner yang berisikan 10 pertanyaan pengetahuan dan 10 pernyataan sikap yang dimodifikasi dari penelitian Ningsih (2023) oleh peneliti yang telah dilakukan diuji validitas dan reliabilitas. Lembar kuesioner digunakan untuk melihat skor *pretest* pengetahuan dan sikap tentang pencegahan obesitas sebelum diberikan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book.*

Kemudian tahap perlakuan atau intervensi, setelah diberikan kuesioner pada tahap awal, selanjutnya dilakukan intervensi pada tanggal 20 Februari 2025 melalui media *magic lift the flap book*. Intervensi dilakukan dengan membagi responden menjadi 2 sesi dengan masing-masing sesi terdapat 4 kelompok yang terdiri dari 5 orang responden setiap kelompok.

Pada tahap terakhir, setelah intervensi diberikan dilakukan pengisian *post-test* pada tanggal 21 Februari 2025 dengan memberikan lembar kuesioner kepada responden untuk mengukur pengetahuan dan sikap anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu tentang pencegahan obesitas. Kemudian peneliti memberikan bingkisan kepada responden dan ucapan terima kasih karena telah berpartisipasi dalam penelitian.

c. Tahap akhir penelitian

Setelah didapatkan data penelitian pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book*, maka data yang sudah didapatkan kemudian dikelompokkan berdasarkan variabel yang akan di ukur sesuai dengan definisi operasional yaitu karakteristik anak, pengetahuan dan sikap. Selanjutnya melakukan penyusunan laporan dan melengkapi administrasi pelaporan.

2. Hasil Penelitian

a. Analisis univariat

Analisis univariat adalah analisis yang menggambarkan satu variabel. Kemudian berfungsi untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian.

Pada penelitian ini, Analisa univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2019). Analisis univariat dilakukan menggunakan program SPSS yang bertujuan untuk menentukan, distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian, meliputi karakteristik responden, rerata hasil pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah intervensi di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu dengan hasil berupa nilai rata-rata dan standar deviasi.

1) Karakteristik Responden

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, TB, BB, IMT, Pekerjaan Ibu Dan Pola Makan

Variabel	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	17	42,5%
Perempuan	23	57,5%
Total	40	100%
Tinggi Badan		
<129 cm	4	10%
129 cm – 140 cm	20	50%
>140 cm	16	40%
Total	40	100%
Berat Badan		
<30 kg	12	30%
30 kg – 40 kg	20	50%
>40 kg	8	20%
Total	40	100%
IMT		
Sangat Kurus	4	10%
Kurus	6	15%
Normal	30	75%
Overweight	0	0%
Obesitas	0	0%
Total	40	100%
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	37	92,5%
Tidak Bekerja	3	7,5
Total	40	100%
Pola Makan		
Makanan manis	30	29,1%
Makanan cepat saji dan lemak berlebih	9	8,8%
Makanan ringan	22	21,3%
Makanan olahan	17	16,5%
Makanan lain Selain Makanan yang ada di atas	25	24,3%
Total	103	100%

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Dari tabel 4.1 didapatkan hasil bahwa analisis karakteristik jenis kelamin, tinggi badan, berat badan, pekerjaan ibu dan pola makan. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (57,5%). Setengah responden memiliki tinggi badan 129 cm – 140 cm (50%), berat badan 30–40 kg (50%) dan sebagian besar responden memiliki IMT normal (75%). Kemudian untuk pekerjaan ibu hampir seluruh ibu responden bekerja (92,5%). Pada pola makan, hampir sebagian anak SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu memilih makanan yang paling sering dikonsumsi adalah makanan manis (29,1%).

2) Rerata pengetahuan anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu tentang pencegahan obesitas

Pada penelitian ini variabel pengetahuan diukur melalui jawaban kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book* tentang pencegahan obesitas pada 40 siswa/i kelas V di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu. Adapun indikator pengukuran untuk variabel pengetahuan tentang pencegahan obesitas yaitu dari 10 item pertanyaan pilihan ganda dengan 4 pilihan jawaban (A, B, C, D), dengan bentuk penilaian salah (skor 0) dan benar (skor 10). Hasil distribusi frekuensi persentase jawaban benar pada item pertanyaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikannya intervensi menggunakan media *magic lift the flap book* tentang pencegahan obesitas dapat dilihat pada Tabel 4.2.

Tabel 4. 2 Rerata pengetahuan anak sebelum dan sesudah intervensi dengan media *Magic Lift The Flap Book* tentang pencegahan obesitas pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

Pengetahuan	n	Mean ± SD	Min-Max
Sebelum	40	69.25±20.304	10-100
Sesudah	40	88.00±15.225	40-100

Berdasarkan tabel 4.2 Hasil analisis univariat didapatkan rerata pengetahuan sebelum di berikan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book* sebesar 69.25 dengan standar deviasi 20.304, nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 100. Sedangkan rerata pengetahuan sesudah intervensi adalah 88.00 dengan standar deviasi 15.225, nilai terendah 40 dan nilai tertinggi 100.

3) Distribusi frekuensi pengetahuan anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu

Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media *Magic Lift The Flap Book*

No.	Pertanyaan pengetahuan pencegahan obesitas	Sebelum (%)		Sesudah (%)	
		Salah	Benar	Salah	Benar
1.	Apakah yang dimaksud dengan obesitas?	25.0	75.0	12.5	87.5
2.	Apa saja penyebab terjadinya obesitas?	25.0	75.0	0.0	100.0
3.	Apa penyakit yang bisa dialami oleh orang obesitas?	45.0	55.0	35.0	65.0
4.	Berapa banyak sayuran yang harus kita konsumsi sesuai dengan isi piringku?	65.0	35.0	35.0	65.0
5.	Bagaimana cara untuk mencegah obesitas?	22.5	77.5	5.0	95.0
6.	Apa makanan yang harus dihindari untuk mencegah obesitas?	15.0	85.0	2.5	97.5
7.	Apa aktivitas fisik yang bisa mencegah obesitas?	15.0	85.0	2.5	97.5
8.	Apa makanan yang baik untuk dikonsumsi orang yang mengalami obesitas?	20.0	80.0	7.5	92.5
9.	Berapa lama harusnya kita melakukan aktivitas fisik dalam sehari?	47.5	**52.5**	7.5	**92.5**
10.	Berapa jam minimal kita tidur di malam hari?	27.5	72.5	12.5	87.5

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan bahwa dari 10 item pertanyaan kenaikan nilai pengetahuan tertinggi terdapat pada item pertanyaan ke-9 tentang berapa lama harusanya kita melakukan aktifitas fisik dalam sehari, sebelum diberikan intervensi dengan media *magic lift the flap book* nilainya adalah 52,5% namun setelah diberikan intervensi nilainya mengalami kenaikan yang signifikan menjadi 92,5% yang menjawab benar.

4) Sikap anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu tentang pencegahan obesitas

Variabel sikap pada penelitian ini diukur melalui jawaban kuesioner yang diberikan kepada 40 siswa/i di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book* tentang pencegahan obesitas dilaksanakan. Indikator pengukuran untuk variabel sikap adalah 10 pernyataan dengan 4 pilihan jawaban menggunakan

skala likert yaitu ‘Sangat Tidak Setuju (1)’, ‘Tidak Setuju (2), ‘Setuju (3) dan ‘Sangat Setuju (4)’ untuk pernyataan positif (*favorable*) dan yaitu ‘Sangat Tidak Setuju (4)’, ‘Tidak Setuju (3), ‘Setuju (2) dan ‘Sangat Setuju (1)’ untuk pertnyataan negatif (*infavorable*). Hasil distribusi frekuensi persentase jawaban pada item pernyataan sikap sebelum dan sesudah intervensi dapat dilihat pada Tabel 4.4.

Tabel 4. 4 Rerata sikap anak sebelum dan sesudah intervensi dengan media *Magic Lift The Flap Book* tentang pencegahan obesitas pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

Sikap	n	Mean±SD	Min-Max
Sebelum	40	24.50±2.287	17-28
Sesudah	40	36.50±2.620	29-40

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh data rerata skor sikap sebelum diberikan intervensi dengan media *magic lift the flap book* yaitu 24.50 dengan standar deviasi 2.287, nilai terendah 17 dan nilai tertinggi 28. Kemudian setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 36,50 dengan nilai standar deviasi 2.620, nilai terendah 29 dan nilai tertinggi 40.

5) Distribusi frekuensi sikap anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu

Tabel 4. 5 Distribusi frekuensi sikap sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media *Magic Lift The Flap Book*

No.	Pernyataan	Sebelum (%)				Sesudah (%)			
		SS	S	TS	STS	SS	S	TS	STS
1.	Obesitas adalah keaadaan tubuh memiliki terlalu banyak lemak, yang mengakibatkan peningkatan berat badan dan dapat berdampak buruk bagi kesehatan.	12.5	40.0	40.0	7.5	72.5	25.0	2.5	0.0
2.	Mengatur pola makan yang sehat dan berolahraga cukup bisa membantu mencegah obesitas	10.0	35.0	42.5	12.5	85.0	15.0	0.0	0.0
3.	Konsumsi makanan manis berlebihan tidak membuat saya menjadi obesitas	12.5	57.5	25.0	5.0	5.0	5.0	30.0	60.0
4.	Mengkonsumsi buah dan sayur dapat meningkatkan terjadinya obesitas	2.5	35.0	60.0	2.5	0.0	2.5	30.0	67.5

No.	Pernyataan	Sebelum (%)				Sesudah (%)			
		SS	S	TS	STS	SS	S	TS	STS
5.	Melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari untuk mencegah terjadinya obesitas	10.0	45.0	27.5	17.5	80.0	20.0	0.0	0.0
6.	Menari, bersepeda, berlari dan berkebun dapat mencegah obesitas	10.0	40.0	40.0	10.0	67.5	30.0	0.0	2.5
7.	Makanan siap saji (*fast food*) baik untuk kesehatan	10.0	45.0	40.0	5.0	0.0	5.0	22.5	72.5
8.	Tidur mulai jam 21.00, yaitu tidur 9-10 jam di malam hari.	**2.5**	20.0	47.5	30.0	**85.0**	15.0	0.0	0.0
9.	Konsumsi makanan olahan seperti nugget, sosis, kornet dan lain lain secara berlebihan dapat menyebabkan obesitas	12.5	45.0	32.5	10.0	67.5	25.0	5.0	2.5
10.	Bermain *handphone* dan menonton tv adalah aktivitas yang menyenangkan dan dapat mencegah obesitas	10.0	12.5	72.5	5.0	5.0	10.0	15.0	70.0

Hasil tabel 4.5 didapatkan bahwa dari 10 pernyataan sikap, kenaikan sikap tertinggi terdapat pada item pernyataan ke-8. Pada item pernyataan ke-8 tentang tidur mulai jam 21.00, yaitu tidur 9-10 jam di malam hari, sebelum dilakukan intervensi dengan media *magic lift the flap book* responden yang menjawab "Sangat Setuju" hanya 2,5% namun setelah dilakukan intervensi mengalami kenaikan yang signifikan menjadi 85,0%.

b. Analisis bivariat

Analisis bivariat adalah analisis statistik yang dilakukan untuk menguji hipotesis dan memiliki pengaruh antara dua variabel. Dalam analisis ini mampu mengetahui hubungan, korelasi dan perbedaan antara kedua variabel, ada pengaruh dan sebagainya sesuai dengan hipotesis yang telah dirumuskan. Pada analisis bivariat data penelitian terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data penelitian, dengan metode uji *Shapiro Wilk* berbantuan *software* SPSS 25 *for Windows* berdasarkan jumlah sampel kurang dari 50 orang sampel. Hasil uji normalitas data penelitian pada variabel pengetahuan dan sikap dapat dilihat pada Tabel 4.6.

Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas

No.	Variabel	Shapiro-Wilk			Ket.
		Statistic	*df*	*Sig.*	
1.	**Pengetahuan**				
	Sebelum	0.937	40	0.028	Tidak Normal
	Sesudah	0.763	40	0.000	Tidak Normal
2.	**Sikap**				
	Sebelum	0.915	40	0.005	Tidak Normal
	Sesudah	0.907	40	0.003	Tidak Normal

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui bahwa hasill uji normalitas data penelitian pada variabel pengetahuan baik sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) perlakuan berdistribusi tidak normal sehingga dapat dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*. Begitupula hasil uji normalitas data penelitian pada variabel sikap baik sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*) perlakuan berdistribusi tidak normal, sehingga uji selanjutnya untuk variabel sikap juga sama yaitu menggunakan uji *Wilcoxon*.

Tabel 4. 7 Perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap anak SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu sebelum dan sesudah intervensi dengan media *Magic Lift The Flap Book* tentang pencegahan obesitas pada anak di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

Variabel	n	Mean±SD			P
		Sebelum	Sesudah	∆Mean	*Value*
Pengetahuan	40	69.25±20.304	88.00±15.225	18.75	0.000
Sikap	40	24.50±2.287	36.58±2.620	12.08	0.000

Berdasarkan tabel 4.7 melalui uji *Wilcoxon* didapatkan perbedaan rata-rata pengetahuan dan sikap anak dengan rerata pengetahuan 18.75 dan rerata sikap 12.08. Hasil *p-value* = 0,000 ≤ 0,05 dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% maka H_0 ditolak, yang berarti ada pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan penelitan yang telah dilakukan, untuk karakteristik jenis kelamin didapatkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 23 (57,5%). Salah satu faktor penyebab obesitas adalah jenis kelamin sesuai dengan

hasil penelitian Lubis *et al*., (2020) yang menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan kejadian obesitas. Obesitas lebih sering dijumpai pada perempuan dibandingkan 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. Kebutuhan zat gizi antara laki-laki dan perempuan berbeda. Perbedaan ini disebabkan oleh jaringan penyusun tubuh dan aktifitasnya. Jaringan lemak pada perempuan cenderung lebih tinggi daripada laki-laki, sedangkan laki-laki cenderung lebih banyak memiliki jaringan otot (Maulizza & Arini, 2022).

Jenis kelamin secara tidak langsung dapat mempengaruhi asupan energi total dan karbohidrat. Anak laki-laki cenderung memiliki kecepatan metabolik basal yang lebih tinggi dibandingkan anak perempuan. Aktivitas laki-laki juga lebih tinggi dibandingkan perempuan sehingga kebutuhan laki-laki terhadap kalori jelas lebih besar dibandingkan dengan perempuan. Selain itu kebutuhan zat gizi anak laki-laki pada usia 10-12 tahun lebih besar dibandingkan anak perempuan karena.”*Growth spurt*“ anak laki-laki lebih besar dibandingkan dengan anak perempuan (Ryantama & IB, 2021). Hasil Penelitian Sandalayuk *et al*., (2021) menyatakan bahwa tingginya prevalensi obesitas pada anak perempuan menunjukan bahwa kelebihan lemak pusat lebih banyak terdapat pada anak perempuan. Perkembangan psikologis melibatkan pemahaman, kontrol ekspresi dan berbagai emosi sehingga jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami obesitas dibanding anak laki-laki.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengah responden memiliki tinggi badan dalam rentang 129-140 cm, dengan jumlah 20 responden (50%). Sementara itu, berat badan setengah responden berada dalam rentang 30-40 kg yaitu sebanyak 20 responden (50%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian angely *et al*., (2021) didapatkan bahwa sebagian besar anak memiliki berat badan 33-45 kg, dengan tinggi badan 123-129 cm. Hasil penelitian Hidayah (2023) menyatakan bahwa setelah dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan pada anak, setengah responden memiliki tinggi badan pada rentang 129-135 cm.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki IMT yang normal (75%). Weatherwax dalam Setyawan, R., & Ma'arif, I. (2022) Menjelaskan bahwa status gizi saling berhubungan dengan kemampuan fisik seseorang khusunya pada otot, kecepatan, daya tahan dan power, untuk kompoisisi tubuh berhubungan dengan massa lemak dan massa tubuh bebas lemak. Ketika

adanya kondisis status gizi yang baik akan mempengaruhi suatu proses pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga fase anak usia sekolah dasar merupakan fase pertumbuhan dimana pertumbuhan dan perkembangan anak sangat membutuhkan asupan makanan yang bergizi. Peningkatan asupan protein harus diimbangi dengan asupan energi yang cukup, asupan energi akan berdampak pada pada peningkatan massa otot. Status gizi merupakan suatu manifestasi dari keadaan tubuh yang mencerminkan hasil dari setiap makanan yang dikonsumsi. Dampak akibat yang terdapat pada pertumbuhan anak disebabkan dari asupan makanan yang tidak memenuhi kecukupan dalam waktu yang lama (Setyawan, R., & Ma'arif, I., 2022).

Kemudian, pada karakteristik pekerjaan ibu didapatkan bahwa hampir seluruh ibu responden yang bekerja yaitu 37 (92,5%). Hasil penelitian Azkia *et al*., (2025) Ibu yang bekerja sebagian besar memiliki anak dengan status gizi buruk dan obesitas yaitu dengan presentase (25,0%). Studi yang dilakukan di Tokyo menemukan bahwa anak dari keluarga dengan penghasilan tinggi yang jadwal kerja ibunya di luar jadwal kerja standar (subuh, sore hingga malam, malam hingga pagi, serta hari Sabtu, Minggu atau hari libur dan lainnya) berisiko hampir 3 kali lipat mengalami obesitas (Kachi *et al*., 2021). Hal ini dikarenakan ibu yang bekerja kurang memiliki waktu untuk memantau pola makan, aktivitas fisik dan perilaku kurang gerak anak-anak mereka (Banjarnahor *et al.*, 2022).

Selanjutnya, pada karakteristik pola makan didapatkan bahwa hampir sebagian responden sering mengkonsumsi makanan manis, yaitu sebanyak 30 responden (29,1%). Pola makan tinggi gula dapat secara langsung menyebabkan penumpukan lemak dalam tubuh. Anak sekolah dasar sangat suka makan jajanan, umumnya makanan yang disukai karena murah, mudah ditemui, dan mudah diterima dilidah anak. Biasanya, jajanan memiliki bentuk yang menarik dan berbagai rasa yang disukai anak, seperti manis, gurih, dan lezat (Fadhilah *et al*., 2022). Hal tersebut dibuktikan pada penelitian dilakukan oleh Sriwahyuni *et al*., (2021) ditemukan bahwa ada hubungan pola makan terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar dengan (p=<0,05).

Konsumsi makanan cepat saji, sering jajan dan makan camilan, konsumsi makanan dan minuman berpemanis, dan jarang sarapan pagi berkaitan dengan kelebihan berat badan dan obesitas pada anak dan remaja (Banjarnahor *et al.*, 2022) Asupan gula yang tinggi telah banyak dikaitkan dengan peningkatan prevalensi berat badan lebih/ obesitas pada masa anak-anak. Risiko obesitas lebih dari dua kali lipat

lebih besar pada anak dan remaja yang memiliki asupan gula tambahan 10% atau lebih dari total asupan energi per hari. Asupan gula tambahan ini sebagian besar berasal dari permen, biji-bijian olahan, sereal dan minuman berpemanis. Kandungan gula sederhana dalam produk makanan ini mempunyai indeks glikemik yang tinggi, yang menyebabkan tingginya efek hormon anabolik sebagai akibat dari peningkatan sekresi insulin. Selain itu, asupan gula tambahan yang lebih tinggi juga dikaitkan dengan kualitas diet yang lebih rendah pada anak dan remaja seperti rendahnya konsumsi buah, sayuran, serat dan protein nabati (Magriplis *et al*., 2021). Penelitian sebelumnya di Amerika Serikat bahwa terjadinya peningkatkan presentase ukuran porsi dan asupan energi pada makanan cepat saji dan makanan manis dengan meningkatnya berat badan (obesitas) anak dan remaja (Khoirunnisa & Kurniasari, 2022). Sejalan dengan hasil penelitian Sulistiani & Ulvie (2024) menunjukan bahwa asupan gula yang tinggi dapat meningkatkan risiko obesitas.

2. Pengetahuan Anak SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu Tentang Pencegahan Obesitas

Hasil analisis data penelitian yang dilakukan kepada 40 responden anak kelas V SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu mengenai pencegahan obesitas, menunjukkan bahwa rerata pengetahuan responden mengenai pencegahan obesitas sebelum diberikan intervensi berupa media *magic lift the flap book* sedikit rendah pada beberapa item pertanyaan. Namun, setelah intervensi dilakukan, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan responden. Penelitian ini mencakup 10 pertanyaan yang berfokus pada pengetahuan tentang pencegahan obesitas. Nilai Pengetahuan tertinggi diperoleh pada pertanyaan ke-9 tentang berapa lama harusanya kita melakukan aktifitas fisik dalam sehari yang mengalami kenaikan sebanyak 40%.

Sesudah dilakukan intervensi melalui media *magic lift the flap book* terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada item pertanyaan ke-9. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan melalui media *magic lift the flap book* berhasil meningkatkan pengetahuan responden mengenai pencegahan obesitas. Sejalan dengan hasil penelitian Harvianto *et al.,* (2022) yang menunjukkan terdapat perbedaan nilai rata–rata pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi melalui *lift the flap book.*

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Kusbandiyah (2022) terjadi peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada anak obesitas. Penelitian Nurahmadi & Dalimunthe (2024) juga menyatakan bahwa rata-rata skor pengetahuan

anak sekolah dasar mengenai gizi mengalami peningkatan signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui media *pop-up book.* Hasil penelitian Manalu (2023) menyatakan bahwa media interaktif *flipbook* obesitas dan makanan sehat pada anak sekolah menujukkan peningkatan pengetahuan siswa. Hasil penelitian Reskiaddin *et al*., (2023) menujukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum diberikan intervensi penggunaan media komik terhadap pengetahuan siswa. Selain itu, pengetahuan seseorang sangat dipengaruhi oleh media penglihatan dan pendengaran. Menurut Notoadmojo (2018), pengetahuan adalah hasil dari proses pemahaman yang terjadi ketika seseorang mengingat memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Pengetahuan menjadi faktor penting dalam membentuk tindakan seseorang. Jika pengetahuan seseorang rendah, mereka cenderung kurang memperhatikan kesehatan mereka. Pengetahuan gizi merupakan dasar yang penting untuk menentukan pola konsumsi makanan. Individu dengan pengetahuan gizi yang baik memiliki kemampuan untuk menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari, meskipun tingkat pengetahuan yang dimiliki setiap orang dapat bervariasi (Sitoayu *et al*., 2020).

Menurut Putri *et al*., (2021) peningkatan pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh jarak antara intervensi dengan *post-test*. Hal ini dipengaruhi oleh memori ingatannya dalam menyimpan informasi (retensi). Terdapat dua jenis memori yang berperan dalam proses ini, yaitu memori jangka pendek (*short-term memory*) dan memori jangka panjang (*long-term memory*). Informasi yang diterima pertama kali disimpan dalam memori sensoris, yang hanya bertahan dalam jangka waktu singkat. Jika informasi tersebut berhasil diingat, maka akan dipindahkan dari penyimpanan jangka pendek ke penyimpanan jangka panjang. Oleh karena itu, hasil *post-test* responden cenderung akan lebih baik jika jarak antara waktu intervensi tidak terlalu lama, karena kondisi ingatan mereka yang masih kuat.

3. Sikap Anak SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu Tentang Pencegahan Obesitas

Hasil penelitian ini menujukkan bahwa setelah dilakukan intervensi menggunakan media *magic lift the flap book* dapat meningkatkan sikap anak tentang pencegahan obesitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Harvianto *et al.,* (2022) yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada sikap anak setelah diberikan intervensi melalui media *lift the flap book.*

Pada penelitian ini terdapat 10 pernyataan sikap tentang pencegahan obesitas. Pada pernyataan sikap nomor 8 membahas tentang tidur mulai jam 21.00, yaitu tidur 9-10 jam di malam hari, sebelum diberikan intervensi hanya sedikit responden yang menjawab "Sangat Setuju". Namun, setelah diberikan intervensi melalui media *magic lift the flap book* terjadi peningkatan yang signifikan pada responden yang menjawab "Sangat Setuju". Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Reskiaddin *et al*., (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah dilakukan intervensi terhadap sikap siswa. Rata-rata skor sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi menunjukkan peningkatan yang positif. Sikap dapat diartikan sebagai pikiran dan perasaan yang mendorong individu untuk bertindak, baik ketika menyukai maupun tidak menyukai sesuatu. Dalam konteks ini, sikap merupakan reaksi atau respon yang muncul dari individu terhadap objek tertentu, yang kemudian memunculkan perilaku spesifik terhadap objek tersebut. Ketika menghadapi situasi atau kondisi tertentu, individu menggunakan pemahaman, keyakinan, perasaan, dan emosi mereka untuk menentukan sikap, apakah itu menolak, menerima, atau bersikap netral. Sikap yang ditunjukkan individu dalam menghadapi keadaan tertentu dapat membentuk kebiasaan, yang pada gilirannya mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan lingkungan di sekitar mereka.

Hasil penelitian Nasution (2024) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sikap setelah dilakukan intervensi dikarenakan adanya peningkatan pengetahuan. Perilaku seseorang, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan gaya hidupnya merupakan proyeksi dari sikap dan pengetahuannya Peningkatan pengetahuan seseorang dapat menyebabkan perubahan dalam sikapnya, pada jangka waktu tertentu sikap seseorang akan menjadi positif sehingga terjadinya perubahan perilaku kesehatan seperti perilaku makan, aktivitas fisik, dan gaya hidup lain. Perilaku yang sehat berkaitan dengan pencegahan terjadinya obesitas (Jannah dan Kusumaningrum, 2021). Sehingga, semakin meningkatnya pengetahuan seseorang maka akan semakin baik pula sikapnya, dapat dilihat bahwa media *magic lift the flap book* memiliki pengaruh terhadap sikap seseorang.

4. Pengaruh Media *Magic Lift The Flap Book* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Pencegahan Obesitas

Media yang digunakan sebagai alat penyampaian informasi merupakan salah satu unsur penting dalam proses edukasi kesehatan. Pada dasarnya media edukasi

kesehatan ini digunakan sebagai alat yang membantu proses jalannya edukasi kesehatan yang dapat mendukung keberhasilan saat proses edukasi kesehatan sehingga materi yang disampaikan menjadi lebih mudah dipahami oleh sasaran dan mendapatkan hasil yang lebih memuaskan (Hamalik & Adri, 2018; Ediana *et al*., 2022). Hamid *et al*., (2020) menyatakan jika media memiliki peran positif dalam mendukung proses pembelajaran dengan meningkatkan minat dan motivasi, salah satunya melalui penggunaan media *lift the flap book*.

Dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak mengenai obesitas diperlukan media yang interaktif dan menarik. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media *magic lift the flap book* atau biasa dikenal dengan *lift the flap book*. *Lift the flap book* adalah salah satu jenis buku yang interaktif dengan menggunakan desain warna dan gambar yang menarik. Setiap halamannya terdapat dua lembar kertas yang disatukan dan direkatkan, lembaran-lembaran tersebut dapat dibuka oleh pembaca untuk melihat informasi tambahan terkait penjelasan atau gambar yang terdapat di dalamnya.

Hasil uji statistik didapatkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu 69.25 menjadi 88.00. Peningkatan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu 24.50 menjadi 36.58. Hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan sikap setelah diberikan intervensi melalui media *magic lift the flap book* tentang pencegahan obesitas. Sejalan dengan hasil penelitian Harvianto *et al.,* (2022) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan pada *post-test* pertama dan kedua yaitu 19.99 dan 16.44, skor sikap juga mengalami peningkatan rata-rata skor pada *post-test* pertama dan kedua yaitu 12,65 dan 12,12.

Hasil uji statistik data pengetahuan dan sikap dengan menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan nilai *p value* = 0.000 ≤ 0.05 maka H_0 ditolak dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu. Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian Harvianto *et al.,* (2022) yang menyatakan bahwa media *lift the flap book* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak usia sekolah 10-12 tahun tentang vitamin larut lemak pada makanan (p=0,0001).

Hasil penelitian Ningrum *et al*., (2021) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata pada kelompok eksperimen yang menggunakan buku *lift the flap*

book lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa buku *lift the flap book* memiliki pengaruh terhadap keterampilan menyimak anak. Hasil Penelitian Rahmayani (2023) juga menyatakan bahwa media *lift the flap book* efektif dalam meningkatkan kemampuan mengenal cuaca pada anak autis. Begitupula dengan hasil penelitian Utami *et al*., (2020) yang menunjukkan bahwa media *lift the flap book* berpengaruh dalam mengenalkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tentang pengaruh media *magic lift the flap book* terhadap pengetahuan dan sikap anak tentang pencegahan obesitas di SD IT Iqra 2 Kota Bengkulu yang memiliki keterbatasan yaitu:

1. Peneliti menghadapi kesulitan dalam mengendalikan kelas yang seringkali tidak kondusif dan terkondisikan, sehingga diperlukan bantuan dari beberapa *enumerator* untuk mendampingi setiap kelompok kecil yang dibentuk agar suasana lebih kondusif. Hal ini bertujuan agar informasi yang disampaikan oleh peneliti dapat dipahami dengan lebih baik oleh para responden.
2. Terdapat keterbatasan dalam memperoleh data tinggi badan dan berat badan pada penelitian ini tidak menggunakan data sekunder atau pengukuran langsung.
3. Masih ada responden yang mengisi *pre test* dan *post test* kurang teliti dengan pernyataan dan pertanyaan yang ada di kuisioner. Hal seperti ini bisa diantisipasi peneliti dengan mendampingi dan mengawasai responden dalam memilih jawaban dengan fokus.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu