

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP  
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OBESITAS  
PADA SISWA OBESITAS KELAS X DAN XI  
DI SMAN 1 GAMPING SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
INTAN NOVI SUHARNI  
201410201034**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2018**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP  
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OBESITAS  
PADA SISWA OBESITAS KELAS X DAN XI  
DI SMAN 1 GAMPING SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan  
Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**



**Disusun oleh:  
INTAN NOVI SUHARNI  
201410201034**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2018**

## HALAMAN PERSETUJUAN

# PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OBESITAS PADA SISWA OBESITAS KELAS X DAN XI DI SMAN 1 GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA

### NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh:  
INTAN NOVI SUHARNI  
201410201034

Telah disetujui oleh pembimbing  
Pada tanggal:  
20 Juli 2018



Pembimbing



Drs. Sugiyanto, M.Kes.

# PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OBESITAS PADA SISWA OBESITAS KELAS X DAN XI DI SMAN 1 GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Intan Novi Suharni<sup>2</sup>, Sugiyanto<sup>3</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masa remaja merupakan masa transisi antara anak-anak dan dewasa yang sangat perlu untuk diperhatikan. Masalah gizi pada remaja seiring dengan menurunnya aktivitas fisik, remaja pada umumnya mempunyai selera makan yang lebih besar sehingga sering mencari makanan tambahan di luar waktu makan berupa makanan tinggi energi, tinggi lemak dan manis yang berisiko menyebabkan kegemukan atau *obesitas*. Terdapat 30 siswa (11,6%) siswa yang mengalami obesitas di SMAN 1 Gamping Sleman. Kurangnya pengetahuan tentang obesitas membuat remaja tidak mampu mencegah dan mengendalikan berat badan. Oleh karena itu, salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang obesitas dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang *obesitas* pada siswa *obesitas* kelas X dan XI di SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

**Metode Penelitian:** Penelitian *pre* eksperimen dengan desain *One Group Pretest Posttest* dengan teknik pengambilan sampel total sampling dan pengambilan data dengan kuesioner. Perlakuan yang diberikan yaitu pendidikan kesehatan. Subyek penelitian adalah remaja SMA kelas X dan XI yang mengalami obesitas yaitu sebanyak 26 responden. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon.

**Hasil:** Hasil perhitungan *t* diketahui nilai sig. (*p*) 0,001. Terdapat perubahan terhadap tingkat pengetahuan siswa obesitas tentang obesitas sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Nilai *pretest* terbanyak dalam kategori cukup yaitu 88,5%. Nilai *posttest* 100% dalam kategori baik.

**Simpulan:** Pendidikan kesehatan tentang obesitas berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan siswa *obesitas*.

**Saran:** Dianjurkan bagi siswa obesitas untuk mengkonsumsi makanan sehat, aktivitas fisik, menerapkan pola hidup sehat dan untuk kepala sekolah dianjurkan melakukan penghitungan IMT untuk mengetahui status gizi siswa serta berkala, puskesmas setempat menambah upaya ahli gizi untuk menentukan kebutuhan gizi siswa, serta membuat program penurunan berat badan bagi siswa obesitas.

**Kata Kunci :** obesitas, pendidikan kesehatan

**Jumlah Halaman :** xi + 82 halaman + 18 lampiran

**Kepustakaan :** 30 buku (2007-2016), 13 jurnal (2008-2015), 5 internet

1. Judul Skripsi
2. Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
3. Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

# THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION TOWARD THE KNOWLEDGE DEGREE ABOUT OBESITY FOR TENTH AND ELEVENTH GRADE STUDENTS IN SENIOR HIGH SCHOOL 1 OF GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Intan Novi Suharni<sup>2</sup>, Sugiyanto<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Background:** Adolescence is a transition period from childhood to adulthood which needs to be noticed. The nutrition problem for teenagers as their physical activity decreases is that teenagers generally have greater appetite. Thus, they often find additional foods which have high, energy, fat, and sweet outside meal time. These additional foods are risky for causing obesity. There are 30 students who suffer from obesity in Senior High School 1 of Gamping, Sleman. Low knowledge of obesity make teenagers are not able to prevent and control weight. Because of that, one of the ways to improve knowledge about obesity can be done by giving health education for teenagers.

**Objective:** This research aims to reveal the influence of health education toward knowledge level of obesity for tenth and eleventh grade students who suffer from obesity in Senior High School 1 of Gamping, Sleman.

**Research Method:** The pre experiment research was with one group pretest and posttest. The sample was taken with total sampling and data was taken with questionnaire. The treatment which was given was health education. The subjects of this research were teenagers of tenth and eleventh grade students who suffered from obesity. There were 26 respondents for this research and the data was analyzed with *Wilcoxon* test.

**Result:** There was a change toward the student knowledge level about obesity after and before the health education giving. The value of pretest was mostly in fair category which was 88.5%. The posttest value was 100% and it was included in good category.

**Conclusion:** The health education about obesity are influential toward the knowledge degree of students who suffer from obesity.

**Suggestion:** It is suggested for students who suffer from obesity to consume healthy food, do physical exercise, and apply healthy life style. For the headmaster, it is suggested to do body mass index calculation for knowing students' nutrition periodically. For local health professionals, it is suggested to add nutritionists for deciding students nutrition need and also make weight loss program for students who suffer from obesity.

Keywords : obesity, health education  
Pages : xi pages + 82 pages + 18 appendixes  
Bibliography : 30 books (2007-2016), 13 journals (2008-2015), 5 internet

- 
1. Title of the Thesis
  2. Student of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta
  3. Lecturer of School of Nursing, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta

## A. PENDAHULUAN

Remaja adalah masa peralihan diantara masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya (Hariyanto, 2010). Usia remaja banyak dari mereka yang berusaha membuat penampilannya terlihat menarik. Kepedulian terhadap penampilan dan tubuh yang ideal dapat mengarah pada upaya obsesif seperti mengontrol berat badan (Papalia, 2009).

Obesitas merupakan keadaan dimana seseorang memiliki berat badan yang lebih berat dibandingkan berat badan idealnya yang disebabkan terjadinya penumpukan lemak di tubuhnya (Proverawati, 2010). Batasan obesitas dinilai menggunakan *Indeks Masa Tubuh* (IMT) dengan hasil nilai lebih dari 25,0 (Sandjaja., Atmarita., Rahmawanto, 2009).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2017 menyatakan 130 juta orang di dunia berusia di atas 5 tahun mengalami obesitas, jumlah tersebut termasuk 31,5 juta yang berusia lima sampai 19 tahun dan 97,4 juta berusia 20 tahun dan lebih.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2013 di Indonesia terjadi peningkatan dari 6,4% pada tahun 2007 menjadi 9,2% pada tahun 2010 pada anak usia 6-15 tahun, dan prevalensi gemuk pada remaja usia 16-18 tahun yang terdiri dari 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas. meningkat dari 1,4% pada tahun 2007 menjadi 7,3% pada tahun 2013 dan Yogyakarta termasuk dalam 15 provinsi dengan prevalensi sangat gemuk di atas prevalensi nasional. Prevalensi obesitas usia 16-18 tahun di DIY tertinggi di kota Yogyakarta dengan angka 6%, sedangkan prevalensi obesitas menurut karakteristik DIY menunjukkan bahwa

sebanyak 3,4% perempuan dan 1,8% laki-laki yang mengalami obesitas (Risikesdas, 2013).

Obesitas harus diatasi sejak dini karena banyaknya dampak buruk yang disebabkan oleh obesitas. Dampak yang paling sering diabaikan yaitu obesitas dapat mengganggu kejiwaan pada anak, yakni sering merasa kurang percaya diri. Apabila anak sedang dalam masa remaja dan mengalami obesitas, biasanya akan menjadi pasif dan depresi karena sering tidak dilibatkan dalam kegiatan yang dilakukan oleh teman sebayanya, sedangkan dampak buruk obesitas terhadap kesehatan sangat berhubungan erat dengan penyakit serius, seperti tekanan darah tinggi, jantung, *diabetes mellitus* dan penyakit pernapasan (Manuba, 2008).

Permasalahan mengenai gizi lebih disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat, pemasukan energi lebih besar daripada pengeluaran energi. Hal ini tentu saja terkait dengan pola makan berlebihan ( porsi besar), makanan tinggi energi, tinggi lemak, tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat, sedangkan perilaku makan yang salah adalah tindakan memilih makanan berupa *junk food*, makanan dalam kemasan dan minuman ringan (Sumbono, 2016).

Selain pola makan dan perilaku makan, kurangnya aktifitas fisik juga merupakan faktor penyebab terjadinya kegemukan dan obesitas pada anak sekolah. Keterbatasan lapangan untuk bermain dan kurangnya fasilitas untuk beraktifitas fisik menyebabkan anak memilih untuk bermain di rumah.

Obesitas merupakan faktor risiko timbulnya penyakit degeneratif sisi biaya kesehatan, akibat obesitas akan menelan biaya tidak sedikit. Mereka yang menderita diabetes mellitus akan menelan biaya tidak

sedikit karena harus mengkonsumsi paling tidak satu obat setiap hari. Biaya kesehatan yang sebagian besar bersumber dari uang sendiri, sering kali membuat orang jatuh miskin. Disahkannya Undang-undang Nomor 24 Tahun 2011 tentang Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial (BPJS), bukan berarti beban akan hilang, namun beban akan berpindah dari perseorangan akan menjadi beban pemerintah (Atikah, 2011).

Pemerintah dalam menangani ini menerapkan program khusus untuk menekankan angka kelebihan berat badan dan obesitas. Program yang lebih diarahkan ke upaya merubah perilaku, membudayakan pola hidup sehat melalui kegiatan promosi kesehatan. Karena masalah ini bisa diatasi dengan pengaturan asupan gizi dan aktifitas yang baik. Pemerintah juga menyiapkan fasilitas pelayanan kesehatan, tenaga kesehatan serta sistem surveilans kasus obesitas ditingkat akar rumput melalui posyandu, puskesmas dan unit kesehatan sekolah (Nirmala, 2007). Program dari setiap sekolah untuk mengaktifkan anak-anak beraktifitas yaitu dengan memberikan jadwal tetap setiap minggunya untuk bidang studi penjaskes, setiap hari jum'at di beberapa sekolah juga diadakan senam pagi, serta kegiatan ekstrakurikuler seperti drumband, pramuka, voli maupun sepakbola.

Indonesia pada tahun 2016 Kementerian Kesehatan RI mengadakan serangkaian kegiatan yang dilakukan dalam rangka memperingati Hari Obesitas Sedunia, kegiatan yang dilakukan meliputi: melaksanakan sosialisasi dan diseminasi informasi tentang kelebihan berat badan dan obesitas melalui berbagai media cetak, elektronik, dan media lainnya serta pemasangan spanduk, umbul-umbul berisi pesan

tentang obesitas, membuat surat edaran kepada seluruh Dinas Kesehatan Provinsi di Indonesia untuk melakukan promosi kesehatan, deteksi dini, dan kerjasama dengan LSM untuk melakukan kegiatan yang melibatkan masyarakat (Rahayu, 2016).

Peningkatan pengetahuan tentang obesitas dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan. Kegiatan penyuluhan atau penyebarluasan informasi bertujuan untuk menunjang tercapainya hidup sehat. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga remaja tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Machfoedz, 2010). Agar tujuan pendidikan kesehatan tercapai, pendidikan kesehatan perlu dilakukan semenarik mungkin dengan menggunakan metode pendidikan kesehatan yang bervariasi agar tidak monoton dan membosankan (Setiawan dan Dermawan, 2008).

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di sekolah SMAN 1 Gamping pada tanggal 17 Oktober 2017, hasil dari pengukuran berat badan dan tinggi badan didapatkan 30 siswa yang mengalami obesitas (11,6%), yang terdiri dari kelas X sebanyak 15 siswa dan kelas XI sebanyak 15. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 8 anak yang mengalami obesitas didapatkan 2 anak sedang melakukan diet untuk menurunkan berat badan, 6 anak tidak melakukan diet, tidak mengetahui tentang obesitas dan dampaknya karena tidak pernah mendapatkan pengetahuan tentang obesitas. Selain itu mereka mengatakan sering diejek dan ditertawakan oleh siswa yang lain karena memiliki badan yang gemuk

sehingga dari mereka ada yang minder dengan teman-teman yang lain. Guru di SMAN 1 Gamping mengatakan kasihan dengan siswanya yang mengalami badan gemuk karena sering dijadikan bahan ejekan oleh siswa yang lain, selain itu juga siswa yang gemuk kurang percaya diri jika disuruh maju di depan kelas.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang merupakan suatu penelitian dengan melakukan kegiatan percobaan (*eksperiment*) dengan tujuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat adanya perlakuan tertentu (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian ini menggunakan rancangan pre eksperimen dengan desain *one group pretest posttest* yaitu rancangan yang tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (Notoatmodjo, 2012).

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011). Pada penelitian ini populasi yang digunakan adalah 30 siswa obesitas kelas X dan XI SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta dan telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011). Penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2011). Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 26 siswa, dikarenakan ada 4 siswa yang tidak hadir saat penelitian

dilakukan oleh karena itu 4 siswa tersebut dinyatakan gugur sebagai sampel dalam penelitian ini.

Sebelum dilakukan uji statistik terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data dengan tujuan untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal atau tidak, yaitu dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena sampel yang digunakan kecil <50 (Saryono, 2008). Data pada penelitian ini tidak terdistribusi normal, karena nilai  $p < 0,05$ . Oleh karena itu uji statistik yang digunakan adalah *Non Parametric Wilcoxon* untuk membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* (Setiadi, 2007).

Penelitian ini menggunakan taraf signifikan 0,05, apabila nilai  $p$  hitung lebih kecil dari taraf signifikan ( $p < 0,05$ ) maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya pemberian pendidikan kesehatan memberikan pengaruh terhadap obesitas. Sebaliknya, apabila nilai  $p$  hitung lebih besar dari taraf signifikan ( $p > 0,05$ ) maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima artinya tidak ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang obesitas. Kesimpulan dari uji analisis tersebut, apabila  $t$  hitung  $> t$  tabel maka  $H_0$  ditolak, artinya ada beda secara signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

## C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Tempat Penelitian

Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Gamping didirikan pada tahun 1992. Sekolah ini memiliki luas tanah 6.500 m<sup>2</sup>. Sekolah ini beralamat di Jl. Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Kabupaten Sleman. Daerah Istimewa Yogyakarta.

Sekolah Menengah Atas ini memiliki visi dan misi. Adapun visi



sekolah ini yaitu terwujudnya SMA Negeri 1 Gamping menjadi sekolah unggul dan terpercaya berlandaskan IMTAQ, IPTEK, dan berwawasan kebangsaan yang berbudaya lingkungan hidup. Sedangkan misi sekolah ini adalah meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, meningkatkan kinerja dan profesionalisme, meningkatkan prestasi akademik dan non akademi, meningkatkan layanan pendidikan berbasis teknologi, informasi dan komunikasi, meningkatkan semangat nasionalisme dan patriotisme di era globalisasi dan meningkatkan kepedulian dan melestarikan lingkungan secara berkesinambungan.

Tenaga pendidik di SMA Negeri 1 Gamping terdapat 30 guru dan 11 karyawan, dan terdapat 386 siswa. Siswa kelas X sebanyak 130 orang, kelas XI sebanyak 128 orang, dan kelas XII sebanyak 128 orang.

Ruangan kelas di SMA Negeri 1 Gamping terdapat 14 ruang kelas untuk kegiatan belajar, 1 ruang Laboratorium, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang BP, dan lapangan untuk olah raga. Selain itu, sekolah ini terdapat ruang pelayanan kesehatan yaitu UKS (Unit Kesehatan Sekolah). UKS ini dilengkapi dua tempat tidur sebagai tempat istirahat bagi siswa atau siswi yang sedang sakit. Pelayanan kesehatan yang diberikan berupa pelayanan seadanya karena minimnya fasilitas kesehatan dan tidak adanya tenaga kesehatan yang rutin datang ke sekolah.

Fasilitas pendukung pelayanan kesehatan di UKS ini yaitu penimbang berat badan, pengukur tinggi badan (*microtoice*) dan obat-obatan sebagai pertolongan pertama dalam

mengatasi keluhan siswa siswi, guru dan karyawan di sekolah tersebut.

## 2. Karakteristik Responden

Penelitian ini, ada 26 siswa obesitas yang menjadi responden yang diambil dari kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Gamping Sleman Yogyakarta tahun 2017/2018. Responden pada penelitian ini mempunyai karakteristik yang berbeda-beda, yaitu perbedaan jenis kelamin dan usia.

Adapun karakteristik responden tersebut sebagai berikut:

### a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Karakteristik responden siswa obesitas berdasarkan usia adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswa Obesitas Berdasarkan Usia di SMAN 1 Gamping tahun 2018

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
15	6	23,1
16	13	50
17	7	26,9
Total	26	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.1 data di atas, responden terbanyak adalah usia 16 tahun sebanyak 13 orang (50%), dan responden terendah untuk usia 15 tahun sebanyak 6 orang (23,1%).

### b. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Karakteristik responden siswa obesitas berdasarkan jenis kelamin adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswa Obesitas Berdasarkan Jenis Kelamin di SMAN 1 Gamping tahun 2018

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	8	30,8
Perempuan	18	69,2
Total	26	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.2 data di atas, responden terbanyak berjenis kelamin perempuan yaitu 18 orang (69,2%), sedangkan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 8 orang (30,8%).

### 3. Deskripsi Data Penelitian

- a. Hasil tingkat pengetahuan responden tentang obesitas sebelum dan sesudah perlakuan (pendidikan kesehatan)

Pengetahuan responden tentang obesitas diperoleh melalui jawaban kuesioner yang berisi 15 pertanyaan dan diisi langsung oleh responden di SMAN 1 Gamping. *Pretest* dilakukan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan *posttest* dilakukan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Tingkat pengetahuan digolongkan dalam 3 kategori yaitu pengetahuan baik apabila didapatkan jawaban benar 12-15 (total skor >75%), pengetahuan cukup apabila didapatkan jawaban benar 7-11 (total skor 40-75%), dan pengetahuan kurang apabila

didapatkan jawaban benar <7 (total skor <40%). Berikut distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang obesitas:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswa Obesitas tentang Obesitas di SMAN 1 Gamping

Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	f	%	f	%
Baik	3	11,5	26	100
Cukup	23	88,5	0	0
Kurang	0	0	0	0
Total	26	100	26	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.3 memperlihatkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar responden siswa obesitas memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 23 orang (88,5%) dan pengetahuan baik sebanyak 3 orang (11,5%). Kemudian, setelah diberikan pendidikan kesehatan semua responden memiliki pengetahuan baik yaitu 26 orang (100%).

- b. Hasil pengujian hipotesis

1. Uji normalitas data

Penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Shapiro wilk* karena sampel yang digunakan <50. Data dikatakan terdistribusi normal apabila  $p > 0,05$  dan jika  $p < 0,05$  dapat dikatakan tidak normal.

Hasil uji normalitas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	Asymp. Sig. (2- tailed)	Keterangan
<i>Pre Test</i>	26	0,001	Tidak Normal
<i>Post Test</i>	26	0,001	Tidak Normal

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.4 di atas dari hasil uji normalitas diperoleh data pada penelitian ini tidak terdistribusi normal karena didapat hasil  $p=0,001$  ( $p<0,05$ ). Oleh karena itu analisa statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah statistik non parametrik *Wilcoxon*.

## 2. Pengetahuan responden tentang obesitas

Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pendidikan kesehatan tentang obesitas terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang obesitas dapat dilakukan analisa data dengan menggunakan uji statistik Non Parametrik *Wilcoxon* secara komputerisasi, karena didapat data tidak terdistribusi normal. Berikut hasil pengujian statistik untuk pengetahuan siswa obesitas tentang obesitas.

Tabel 4.5 Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pengetahuan Siswa Obesitas tentang Obesitas di SMAN 1 Gamping tahun 2018

		N	Mean Rank	Sum of Rank
Post test	Negatif ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
Pre test	Positive ranks	26 <sup>b</sup>	13.50	351.0
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	26		
Z				Post-Pre
Asymp. Sig. (2-tailed)				-4.541 <sup>a</sup>
				.001

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* pada siswa obesitas setelah diberikan pendidikan kesehatan. Semua responden mengalami peningkatan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 26 orang (100%) sehingga setelah diberikan pendidikan kesehatan semua responden berada pada tingkat pengetahuan baik.

Hasil analisis data pengetahuan responden dengan menggunakan uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,001. Untuk mengetahui hipotesis diterima atau ditolak, maka besarnya taraf signifikansi dibandingkan dengan taraf kesalahan 5%. Jika  $p$  lebih kecil daripada

0,05 maka hipotesis diterima dan jika  $p$  lebih besar daripada 0,05 maka hipotesis ditolak. Hasil uji statistik menghasilkan nilai  $p = 0,001$  lebih kecil daripada 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya pendidikan kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan tentang obesitas pada siswa obesitas di SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik sebanyak 3 orang (11,5%) dan pengetahuan cukup sebanyak 23 orang (88,5%). Menurut peneliti sebelum diberikan pendidikan kesehatan responden mendapatkan pengetahuan tentang obesitas melalui internet, orang tua, teman dan media sosial lainnya, sehingga responden tidak ada yang berpengetahuan kurang.

Berdasarkan analisis data primer menunjukkan bahwa sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan, semua responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebanyak 26 responden (100%). Hasil ini menunjukkan bahwa ada peningkatan

pengetahuan siswa obesitas tentang obesitas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmasyita., Widjanarko., Margawati (2015) dengan judul “Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh Remaja Kelebihan Berat Badan”. Penelitian ini hasil analisis *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan pada kelompok perlakuan dan kontrol, tentang gizi menunjukkan pengetahuan gizi kedua kelompok di awal penelitian adalah sama, hasil uji statistik *independent t-test* diperoleh nilai  $p = 0,951$  dan sesudah pendidikan gizi terdapat perbedaan rerata pengetahuan gizi antara kelompok perlakuan dan kontrol ( $p = 0,007$ ). Pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan pengetahuan gizi sebelum dan setelah pendidikan gizi sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan.

Penelitian lain yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh Rostania (2013) dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Gaya Hidup *Sedentary* pada Anak Gizi Lebih di SDN Sudirman 1 Makassar Tahun 2013”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan ada pengaruh bermakna sebelum dan setelah diberikan edukasi yaitu

didapatkan hasil nilai *p value* 0,000 <0,05. Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan pada anak gizi lebih di SDN Sudirman Makassar.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

##### 1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Obesitas pada Siswa Obesitas Kelas X dan XI di SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan siswa obesitas tentang obesitas sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan yaitu, sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu 3 responden (11,5%) dengan kategori baik dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menjadi sebanyak 26 (100%) dengan kategori baik.
2. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang obesitas dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) di SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta.
3. Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswa obesitas sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan di SMAN 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

##### 2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

###### 1. Bagi Siswa Obesitas

Diharapkan dapat digunakan sebagai informasi bagi siswa obesitas agar lebih mengetahui

tentang obesitas, pencegahan dan penanganan obesitas dengan cara konsumsi makanan sehat, aktifitas fisik, pola hidup sehat, supaya dapat menurunkan dan mengontrol berat badan.

###### 2. Bagi Kepala Sekolah SMAN 1 Gamping Sleman

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi tambahan bagi pihak sekolah untuk dapat memberikan perhatian terhadap para siswa untuk membuat program tentang pencegahan dan penanganan obesitas dalam rangka mewujudkan keseimbangan status gizi dan penurunan angka obesitas pada remaja

###### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian secara berkelanjutan dan mengembangkan program intervensi penurunan masalah obesitas. Penelitian ini baru sebatas meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa obesitas tentang obesitas, belum meneliti aspek-aspek yang lain seperti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan, sikap, aplikasi atau penerapan responden terhadap pencegahan dan penanganan obesitas.

###### 4. Bagi UKS

Diharapkan untuk UKS (Unit Kesehatan Sekolah) di SMAN 1 Gamping Sleman agar mengaktifkan kegiatan di UKS seperti mengadakan pengukuran atau penimbangan berat badan siswa setiap bulan

dan rutin mengadakan penyuluhan kesehatan.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Atikah. (2011). Ilmu Gizi untuk Keperawatan & Gizi Kesehatan. Yogyakarta: CV. Trans Info Media.
- Hariyanto.(2010).*Pengertian Remaja Menurut Para Ahli*. <http://belajarpsikologi.com/pengertianremaja>.
- Machfoedz. (2010). *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Manuba. (2008). *Buku Ajar Patologi Konsep Obstetri untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta:EGC.
- Notoatmodjo.(2012). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmasyita., Widjanarko.B., dan Margawati.A. (2015). *Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh Remaja Kelebihan Berat Badan*. *Jurnal Gizi Indonesia*, Vol. 4, No. 1, Desember 2015: 38-47.
- Papalia.D.E., Olds, S.W, & Feldman, R.D. (2009). *Human Defelopment (Perkembangan Mamusia Edisi 10 buku 2)*. (Penerjemah Brian Marwendsdy). Jakarta:Salemba Humanika.
- Proverawati, A.(2010). *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan Pada Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahayu, E.M. (2016). *Ayo Cegah Obesitas pada Anak Mulai Sekarang!* Dalam <http://swa.co.id/swa/trends/business-research>, diakses tanggal 31 Oktober 2016.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan.
- Rostania.M. (2013). *Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Gaya Hidup Sedentary pada Anak Gizi Lebih di SDN Sudirman 1 Makassar Tahun 2013*. *Jurnal Universitas Hasanudin Makassar*.
- Saryono.(2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Medika.
- Setiadi.(2007). *Konsep dan Pemulisan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Setiawan, S., & Dermawan, A. C. (2008). *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*. Jakarta Timur: Tran Info Media.
- Sugiyono.(2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta CV.
- Sumbono, A.(2016). *Buku Kimia Pangan Dasar*. Yogyakarta: Deepbulish.