

**LEAFLET SEBAGAI INTERVENSI PROGRAM PENINGKATAN  
PENGETAHUAN ANAK TENTANG OBESITAS DI SD  
BUDI MULIA DUA YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh :  
PARDELA  
201410104177**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG D IV  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
'AISYIAH YOGYAKARTA  
TAHUN 2015**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**LEAFLET SEBAGAI INTERVENSI PROGRAM PENINGKATAN  
PENGETAHUAN ANAK TENTANG OBESITAS DI SD  
BUDI MULIA DUA YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



Disusun oleh :  
**PARDELA**  
201410104177



Telah Memenuhi Persyaratan Dan Disetujui Untuk Dipublikasikan  
Pada Program Studi Kebidanan Jenjang Diploma IV  
di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : Indriani, SKM.,M.Sc  
Tanggal : 07 / 07 / 2015  
Tanda Tangan :

# LEAFLET SEBAGAI PROGRAM PENINGKATAN PENGETAHUAN ANAK TENTANG OBESITAS DI SD BUDI MULIA DUA YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Pardela<sup>2</sup>, Indriani<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang :** Obesitas merupakan permasalahan dunia dan selalu meningkat dari tahun ke tahun yang berdampak pada penyakit degeneratif (Diabetes Mellitus, Jantung, sleep apnea, psikologis) yang sudah mulai menyerang anak-anak. Di SD Budi Mulia Dua pada semester 1 didapatkan sekitar 120 anak mengalami obesitas. Pada semester 2 tahun 2015 terdapat 119 anak .

**Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dengan leaflet terhadap tingkat pengetahuan anak tentang obesitas.

**Metode:** Menggunakan metode eksperimental, sampel seluruh siswa yang obesitas berjumlah 70 orang, kelompok eksperimen 35 orang, dan kontrol 35 orang, analisis data menggunakan *Paired t Test* Dan *independent t test*.

**Hasil:** 27 (77,1%) responden berjenis kelamin laki-laki dikelompokkan eksperimen. perempuan 8 (22,9%) dan kontrol laki-laki 22 orang (62,9%) perempuan 13 orang (37,1%). Pengetahuan kelompok eksperimen baik sebanyak 24 orang (68,6), kurang 2 orang (5,71%), kelompok kontrol baik 19 orang (54,3%) kurang 3 orang (8,6%). Ada pengaruh antara pretest dan post-test dikelompokkan eksperimen yaitu  $t$  hitung 10.423 > dari  $t$  tabel dan kontrol  $t$  hitung 5.704 > dari  $t$  tabel.

**Simpulan:.** Terdapat pengaruh antara pengetahuan pretes dan post test di kedua kelompok, dan ada perbedaan pengetahuan diantara kedua kelompok dengan nilai Gain skor 1,74.

**Saran :** Bagi sekolah agar melakukan penghitungan BMI/IMT untuk mengetahui status gizi anak dari waktu ke waktu, menambah upaya ahli gizi untuk menentukan kebutuhan gizi anak, dan membuat program penurunan berat badan.

Kata Kunci : Obesitas, anak sekolah dasar, pengetahuan, pengaruh penyuluhan, leaflet

Kepustakaan : 23 buku (2006 -2013), 28 jurnal (2003-2013), 3 internet,

Halaman : xiv, tabel (10), gambar (2), 94

---

<sup>1</sup> Judul Skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Pembimbing STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

**THE LEAFLET AS CHILDREN KNOWLEDGE DEVELOPMENT  
PROGRAM ABOUT OBESITY AT BUDI MULIA DUA  
ELEMENTARY SCHOOL YOGYAKARTA  
IN 2015<sup>1</sup>**

Pardela<sup>2</sup>, Indriani<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Research Background:** Obesity is a world problem and always increasing year to year which lead to degenerative diseases (diabetes mellitus, heart, sleep apnea, psychology) and attack the children. At Budi Mulia Elementary School in the first semester, there were 120 children who experienced obesity. In the second semester in 2015, there were 119 children who have obesity.

**Research Objective:** The purpose of this study was to investigate the effect of counseling using leaflet to the level of children knowledge about obesity.

**Research Method:** This study employed the experimental method. The research samples were 70 students who have obesity. There are 35 people as experiment group and 35 people as control group. The data analysis used paired T-test and Independent t test.

**Research Finding:** There were 27 (77.1%) male and 8 females (22.9%) respondents in experiment group. There were 22 males (62.9%) and 13 females (37.1%) in control group. The knowledge of experiment was 24 people (68.6) in good category, and 2 people (5.71%) in poor category. The knowledge of control group was 19 people (54.3%) in good category and 3 people (8.6%) in poor category. There is an effect between pretest and posttest. In experiment group t counting is  $10.423 > t$  table and in control group t counting is  $5.704 > t$  table.

**Conclusion:** There is an effect of knowledge on pretest and posttest to the both groups. There is difference between the two groups with Gain score of 1.74.

**Suggestion:** The school is expected to count BMI/IMT to know the students' nutrients from year to year, to add nutrient efforts to determine the children nutrients needs, and to make losing weight program.

**Keywords** : obesity, elementary school students, knowledge, counseling effect, leaflet

**Bibliography** : 23 books (2006-2013), 3 websites, 28 journals (2003-2013)

**Number of pages** : xiv, 10 tables, 3 figures, 94

---

<sup>1</sup>Thesis title

<sup>2</sup>School of Midwifery Student of 'Aisyiyah Health Science College of Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of 'Aisyiyah Health Science College of Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia saat ini memasuki masalah gizi ganda. Artinya, masalah gizi kurang masih belum teratasi sepenuhnya, sementara sudah muncul masalah gizi lebih. orang dewasa yang mengalami obesitas mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita berbagai penyakit seperti penyakit kardiovaskuler (kolesterol tinggi, *dislipidemia*, dan hipertensi), resistensi endokrin, dan diabetes mellitus tipe 2 yang merupakan penyakit-penyakit pembunuh utama manusia atau pemberi beban kesehatan yang tinggi. Disamping sangat erat kaitannya dengan masalah-masalah kesehatan mental, tetapi bersama berkembangnya zaman penyakit tersebut kini bisa menyerang pada anak-anak. ( Hadi, 2005)

Menurut lembaga Obesitas Internasional di London Inggris dalam Wandansari (2007) diperkirakan sebanyak 1,7 milyar orang di bumi ini mengalami kelebihan berat badan. Prevalensinya meningkat tidak hanya dinegara-negara maju, tetapi juga di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Di Inggris prevalensi kegemukan dan obesitas pada anak usia sekolah pada tahun 2007 sebanyak 32,7 persen (laki-laki) dan 29,1 persen (perempuan).

Di Indonesia terjadi peningkatan dari 6,4% pada tahun 2007 menjadi 9,2% pada tahun 2010 pada anak umur 6-12 tahun. Menurut data dari Riskesdas Tahun 2013 Yogyakarta termasuk dalam 15 provinsi tertinggi kegemukan di usia 16-18 tahun.

Kelebihan gizi merupakan risiko utama penyakit tidak menular (PTM) yang juga merupakan salah satu penyebab utama kematian di Indonesia. Terjadinya obesitas merupakan dampak dari terjadinya kelebihan asupan energi (*energy intake*) dibandingkan dengan yang diperlukan (*energy expenditure*) oleh tubuh sehingga kelebihan asupan energi disimpan dalam bentuk lemak (Nugraha, 2009).

Ada beberapa faktor penyebab obesitas yaitu genetik, perilaku, dan lingkungan. Faktor genetik dapat mempengaruhi metabolisme, dengan mengubah kandungan lemak tubuh dan asupan energi dan pengeluaran energi. *Heretabilitas* obesitas dari orang tua juga mempengaruhi obesitas pada anak-anak. Ada beberapa faktor perilaku yang dapat menyebabkan obesitas seperti anak-anak makan lebih banyak energi melalui makan dan minuman yang tidak dimanfaatkan dengan tepat, kurangnya aktivitas fisik juga memainkan peran penting dalam obesitas, energi yang didapat harus seimbang dengan energi yang dikeluarkan (International Journal of Preventive Medicine,2012).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti Di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta pada bulan Januari 2015 dari 647 siswa didapatkan 118

siswa yang mengalami obesitas data meningkat dari tahun sebelumnya yaitu dari 87 orang menjadi 118 orang yang mengalami obesitas. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan siswa dengan memberikan penyuluhan dengan menggunakan leaflet dalam upaya pencegahan obesitas anak Di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015.

### **TUJUAN PENELITIAN**

Diketahuinya pengaruh program penyuluhan dengan leaflet sebagai intervensi peningkatan pengetahuan anak tentang obesitas Di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015.

### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy eksperiment* dengan rancangan *Non equivalent control group design*. Sampel dalam penelitian ini seluruh siswa yang obesitas Di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* yang berjumlah 70 orang yaitu 35 orang di kelompok eksperimen dan 35 orang dikelompok kontrol.

### **HASIL PENELITIAN**

**Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa SD Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015**

<b>Status Gizi</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Normal	392	60.59
Under weight	42	6.49
Overweight	95	14.68
Obesitas	118	18.23
Total	647	100

Dari tabel diatas dapat diketahui status gizi siswa SD Budi mulia Dua Yogyakarta paling banyak berstatus gizi normal sebanyak 392 orang (60.59%) underweight 42 orang (6.49%) overweight 95 orang (14.68%) obesitas 118 (18.23%).

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan  
responden tentang obesitas pada saat *pretest* di SD  
Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015**

Kategori	Eksperimen		Kontrol	
	F	%	F	%
- Kurang	2	5,71	3	8.6
- Cukup	9	25.7	13	37.1
- Baik	24	68.6	19	54.3
Total	35	100	35	100

Dari tabel diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan responden tentang obesitas pada saat *pretest* pada kelompok eksperimen yang berada dikelompok kurang yaitu 2 orang (5,71%) paling banyak memiliki pengetahuan baik yaitu 24 orang 68,6(%), dan pada kelompok kontrol juga paling banyak memiliki pengetahuan baik sebanyak 19 orang (54,3%).

**Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan  
responden tentang obesitas pada saat *post-test* Di SD  
Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015**

Kategori	Eksperimen		Kontrol	
	f	%	f	%
- Kurang	0	0	1	2,9
- Cukup	2	5,7	6	17
- Baik	33	94,2	28	80
Total	35	100	35	100

Dari tabel 8 diatas dapat diketahui tingkat pengetahuan responden dari kelompok eksperimen kurang 0 orang (0%) dan paling banyak pada kelompok baik 33 orang (94,2%) dan paling sedikit berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 2 orang (5,7%) dan begitu juga pada kelompok kontrol mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 28 orang (80%) dan paling sedikit berpengetahuan kurang 1 orang (2,9%).

**Hasil uji Paired t test dengan Menggunakan Penyuluhan dan Leaflet Di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta 2015**

Hasil Pengetahuan	Eksperimen			Kontrol		
	Mean Differences	t- hitung	Sig	Mean Differences	t- hitung	sig
- Pre-test						
- Post- tes	3,22	10,42	0.000	1.48	5.704	0.000

Berdasarkan tabel Paired t test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil pretest-posttest pengetahuan, secara signifikan dibuktikan dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 3,22.

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil pretest-posttest pengetahuan, secara signifikan dibuktikan dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 1.48.

**Pengaruh Pemberian Penyuluhan dan leaflet terhadap Pengetahuan siswa tentang Obesitas di SD Budi Mulia Dua Yogyakarta**

Hasil pengukuran	group	Mean	Mean Differences	t- hitung	Sig
- Pre-test	Eksperimen	18,6286	0.97143	1,424	0.159
	Kontrol	27,6571			
- Post-test	Eksperimen	21.8571	2.71429	4,610	0,000
	Kontrol	19,1429			
- Gain skor			1,74		

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil pretest pengetahuan kelas eksperimen dan kontrol dibuktikan dengan nilai signifikan yang lebih besar dari taraf signifikansi ( $0,159 > 0,05$ ). Selanjutnya hasil pengujian post test dan gain skor antar kedua kelompok hasilnya nilai signifikansi lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata – rata sekitar 2,714 untuk post test pengetahuan dan gain skor pengetahuan memiliki rata-rata 1,74 selisih rata-rata ini signifikan



## PEMBAHASAN

- 1 Dari tabel status gizi diatas dapat diketahui status gizi siswa SD Budi mulia Dua Yogyakarta paling banyak berstatus gizi normal sebanyak 392 orang (60.59%) underweight 42 orang (6.49%) overweight 95 orang (14.68%) obesitas 118 (18.23%). Terjadi peningkatan dari tahun 2014 yaitu dari 87 orang anak menjadi 118 anak. Kelebihan gizi merupakan risiko utama penyakit tidak menular (PTM) yang juga merupakan salah satu penyebab utama kematian di Indonesia. Terjadinya obesitas merupakan dampak dari terjadinya kelebihan asupan energy (*energy intake*) dibandingkan dengan yang diperlukan (*energy expenditure*) oleh tubuh sehingga kelebihan energi disimpan dalam bentuk lemak (Nugraha, 2009).

Ada beberapa faktor perilaku yang dapat menyebabkan obesitas seperti anak-anak makan lebih banyak energi melalui makan dan minuman yang tidak dimanfaatkan dengan tepat, kurangnya aktivitas fisik juga memainkan peran penting dalam obesitas, energi yang didapat harus seimbang dengan energi yang dikeluarkan (International Journal of Preventive Medicine,2012).

- 2 Hasil distribusi frekuensi kategori pada kelas eksperiment menunjukkan adanya peningkatan dari kategori baik pada pretest yaitu sebanyak 24 orang (68,6%) menjadi 33 orang (94,2%) pada post test, hal ini karena adanya penyuluhan dengan pemberian leaflet kepada responden sehingga dapat meningkatkan pengetahuan responden, begitu juga dengan kelompok kontrol terdapat peningkatan pengetahuan dari kategori baik ketika pretest sebanyak 19 orang (54,2%) menjadi 28 orang (80%) setelah post test, peningkatan pengetahuan ini terjadi karena kelompok kontrol juga mendapatkan penyuluhan tetapi tidak bersama dengan leaflet.
- 3 Distribusi frekuensi kategori menjelaskan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dari segi frekuensi, hasil selanjutnya akan dibuktikan dari hasil uji statistik uji *paired t test*. Hasil uji T menunjukkan terdapat perbedaan hasil pretest dan post test pengetahuan kelompok eksperiment secara signifikan dibuktikan dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi ( $0,00 < 0,05$ ), hal ini ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 3, 22, begitu juga pada kelompok kontrol terdapat perbedaan hasil pre test dan post test yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi ( $0,00 < 0,05$ ) dan ditunjukkan pula dengan nilai selisih rata-rata sekitar 1.48. ada perbedaan selisih nilai rata-rata *pretest* dan *posttes* diantara kedua kelompok yaitu 3, 22 pada kelompok eksperiment dan 1.48 pada kelompok kontrol.

Pada kedua kelompok sama-sama mendapatkan penyuluhan sehingga ada peningkatan pengetahuan dari *pretest* dan *posttes*, tetapi pada kelompok eksperiment peningkatannya lebih besar daibandingkan kelompok kontrol,

karena pada kelompok eksperimen selain mendapatkan penyuluhan juga diberikan leaflet, sehingga mereka lebih lama terpapar dengan materi yang diberikan.

Menurut Effendi (2009) leaflet merupakan selembar kertas yang berisi tulisan cetak tentang suatu masalah khusus untuk sasaran yang bisa membaca. *Leaflet* terdiri dari 200-400 kata dan kadang-kadang berseling dengan gambar. *Leaflet* berukuran 20x30 cm, dan biasanya diberikan dalam bentuk terlipat. Biasanya *leaflet* diberikan setelah sasaran selesai kuliah atau ceramah, agar dapat digunakan sebagai pengingat pesan atau dapat juga diberikan sewaktu ceramah untuk memperkuat pesan yang sedang disampaikan .

- 4 Pengaruh penyuluhan dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan responden tentang obesitas.

Hasil analisis secara deskriptif telah diketahui bahwa gain skor pengetahuan kelompok eksperimen lebih tinggi dari daripada kelompok kontrol ( $3,22 > 1,48$ ). Secara statistik juga telah terbukti bahwa besaran peningkatan masing-masing kelompok tersebut berbeda signifikannya dengan nilai sig dibawah taraf signifikansi yang digunakan ( $0,000 < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan.

Penyuluhan merupakan terjemahan dari konseling yaitu bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai tehnik. Penyuluhan merupakan kegiatan yang memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah sehingga penyampaian materi tidak monoton. Adanya penyuluhan ini akan menambah ilmu dan wawasan yang megikuti penyuluhan tentang materi yang diberikan penyuluhan, dengan seperti ini pengetahuan akan meningkat. Dalam program KIE media cetak lebih efektif untuk menyampaikan informasi dan pendidikan gizi, karena media cetak merupakan suatu media statis, mengutamakan pesan-pesan visual, dan umumnya terdiri dari gambaran sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna yaitu berupa poster, leaflet, brosur, majalah, modul, dan buku saku. (Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2012)

Leaflet merupakan selembar kertas yang berisi tulisan cetak tentang suatu masalah khusus untuk sasaran yang bisa membaca. *Leaflet* terdiri dari 200-400 kata dan kadang-kadang berseling dengan gambar. *Leaflet* berukuran 20x30 cm, dan biasanya diberikan dalam bentuk terlipat. Biasanya *leaflet* diberikan setelah sasaran selesai kuliah atau ceramah, agar dapat digunakan sebagai pengingat pesan atau dapat juga diberikan sewaktu ceramah untuk memperkuat pesan yang sedang disampaikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ratna wati (2011) yang berjudul pengaruh pemberian penyuluhan PHBS tentang mencuci tangan terhadap pengetahuan dan sikap mencuci tangan pada siswa SDN Bulukantil, hasil uji statistik menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dan pengetahuan siswa, hal ini ditunjukkan dengan nilai  $p$  value  $0,000 < 0,05$ .

## **SIMPULAN**

Dari 647 siswa terdapat 118 orang yang obesitas, dan dari analisa bivariat didapatkan hasil ada pengaruh penyuluhan dengan menggunakan leaflet terhadap tingkat pengetahuan siswa SD Budi Mulia Dua Yogyakarta ( $p < 0,005$ ).

## **SARAN**

Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian secara berkelanjutan dan mengembangkan program intervensi pencegahan dan penurunan masalah obesitas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Effendi Ferry, Makhfudli, 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Hadi, H., 2005. *Beban Ganda Masalah Gizi dan Implikasinya Terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional*, UGM, Yogyakarta
- Karnik, Kanekar 2012. *Childhood Obesity: A Global Public Health* International Journal of Preventive [Internet] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3278864/> [Accesed 27 November 2014]
- Nugraha G.I., 2009. *Etiologi dan patofisiologi obesitas*. Jakarta: Sagung Seto
- Ratna, 2011. (Skripsi) *Pengaruh Pemberian Penyuluhan PHBS tentang Mencuci Tangan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mencuci tangan Pada Siswa Kelas V SDN Bulukantil*. Universitas Sebelas Maret.
- Wandansari , 2007. *Profil Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Siswa kelas V SD H. Isriati Baiturrahman Kota Semarang Tahun Ajaran 2005/2006*
- Widyawati. 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Usia 6-14 Tahun*. Skripsi. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta