



**PENGARUH PROMOSI KESEHATAN CERDIK MELALUI
YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN PENCEGAHAN
OBESITAS PADA SISWA SMPN 9 JAKARTA TAHUN 2021**

SKRIPSI

YUNI PERTIWI

1810713097

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**



**PENGARUH PROMOSI KESEHATAN CERDIK MELALUI
YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN PENCEGAHAN
OBESITAS PADA SISWA SMPN 9 JAKARTA TAHUN 2021**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

YUNI PERTIWI

1810713097

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar:

Nama : Yuni Pertiwi
NRP : 1810713097
Tanggal : 17 Januari 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia untuk dituntun dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Januari 2022

Yang Menyatakan,



(Yuni Pertiwi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPERLUAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yuni Pertiwi
NRP : 1810713097
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengaruh Promosi Kesehatan CERDIK Melalui YouTube Terhadap Pengetahuan Pencegahan Obesitas Pada Siswa SMPN 9 Jakarta Tahun 2021.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 17 Januari 2022

Yang menyatakan,



(Yuni Pertiwi)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Yuni Pertiwi

NRP : 1810713097

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

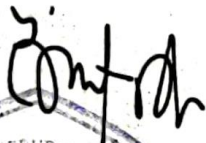
Judul Skripsi : Pengaruh Promosi Kesehatan CERDIK Melalui
YouTube Terhadap Pengetahuan Pencegahan Obesitas
Pada Siswa SMPN 9 Jakarta Tahun 2021.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji diterima sebagaibagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Dr. Apriningsih, SKM, MKM

Ketua Penguji



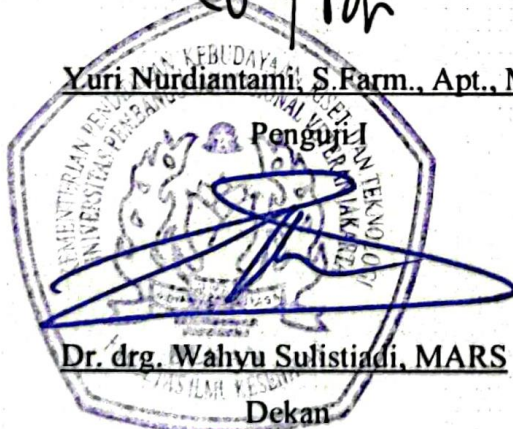
Yuni Nurdiantami, S.Farm., Apt., MPH

Penguji I



Agustina, SKM., M.Kes

Penguji II (Pembimbing)



Arga Buntara, SKM, MPH

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 17 Januari 2022

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN CERDIK MELALUI YOUTUBE TERHADAP PENGETAHUAN PENCEGAHAN OBESITAS PADA SISWA SMPN 9 JAKARTA TAHUN 2021

Yuni Pertiwi

Abstrak

Obesitas saat ini masih menjadi salah satu masalah gizi pada remaja yang ditandai dengan indeks massa tubuh lebih dari sama dengan 25 kg/m^2 . Obesitas adalah penumpukan lemak abnormal yang menimbulkan risiko bagi kesehatan, kondisi ini dapat dicegah dengan pola hidup sehat yang terkandung dalam CERDIK yang merupakan ajakan Kementerian Kesehatan RI untuk masyarakat Indonesia agar berpola hidup sehat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan CERDIK melalui YouTube terhadap pengetahuan pencegahan obesitas pada siswa SMPN 9 Jakarta. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre eksperimental dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Berdasarkan teknik pengambilan data pada 23-26 Desember 2021, didapatkan sampel sebanyak 276 siswa. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan Uji Wilcoxon pada tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian didapatkan $p\text{-value} = 0,000$ pada variabel pengetahuan terhadap terhadap “cek kesehatan” dan “aktivitas fisik”, serta $p\text{-value} = 0,812$ pada pengetahuan “diet seimbang”. Untuk itu disimpulkan bahwa ada pengaruh intervensi terhadap pengetahuan “cek kesehatan” dan “rajin aktivitas fisik”, namun tidak ada pengaruh terhadap pengetahuan tentang “diet seimbang”. Diharapkan pengetahuan yang didapatkan terkait CERDIK dapat diterapkan dan dijadikan gaya hidup harian agar tetap memiliki indeks massa tubuh yang sesuai dengan ambang normal sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas.

Kata Kunci : Obesitas, Pengetahuan, Promosi Kesehatan, Remaja

THE EFFECT OF “CERDIK” HEALTH PROMOTION THROUGH YOUTUBE ON KNOWLEDGE OF OBESITY PREVENTION AMONG STUDENTS AT SMPN 9 JAKARTA IN 2021

Yuni Pertiwi

Abstract

Obesity is still one of the nutritional problems in adolescents, which is characterized by a body mass index of more than 25 kg/m². Obesity is the accumulation of abnormal or excessive fat that poses a risk to health, this condition can be prevented by a healthy lifestyle contained in CERDIK which is an invitation to the Indonesian people to adopt a healthy lifestyle. The purpose of this study was to determine the effect of CERDIK health promotion through YouTube on the knowledge of obesity prevention among students at SMPN 9 Jakarta. This study used a pre-experimental research design with a simple random sampling technique. Based on the data collection technique on 23-26 December 2021, a sample of 276 students was obtained. Data analysis used univariate analysis and bivariate analysis with Wilcoxon test at 95% confidence level. The results showed that the p-value = 0.000 on variable the knowledge of "cek kesehatan" and "rajin aktivitas fisik", and p-value = 0.812 on the knowledge of "diet seimbang". For this reason, it was concluded that there was an effect of intervention on knowledge of "health checks" and "physical activity", but there was no effect on knowledge of "balanced diet". It is hoped that the knowledge gained related to CERDIK can be applied and used as a daily lifestyle so that they still have a body mass index that is in accordance with the normal threshold so as to prevent obesity.

Keyword : Adolescent, Health Promotion, Knowledge, Obesity

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur tidak pernah luput penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat segala kemudahan dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana. Judul yang penulis pilih dalam penelitian ini adalah Pengaruh Promosi Kesehatan Cerdik Melalui Youtube Terhadap Pengetahuan Pencegahan Obesitas pada Siswa SMPN 9 Jakarta Tahun 2021. Penelitian ini dilaksanakan sejak Agustus 2021– Januari 2022. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Agustina, SKM, M.Kes. selaku dosen pembimbing I, Ibu Yuri Nurdiantami, S.Farm, Apt, MPH., selaku dosen pembimbing II, dan Ibu Dr. Apriningsih, SKM, MKM selaku dosen penguji yang telah membimbing dan membantu penulis dalam menyusun skripsi ini. Terima kasih pula untuk semua masukan dan saran yang sangat bermanfaat untuk penelitian ini.

Penulis juga berterima kasih kepada Mama Anglia, Mimi, Bapak Atjin, dan Shakkira atas dukungan serta doa yang tidak pernah henti untuk kelancaran penelitian ini. Disamping itu terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Rika dan Ibu Selly karena telah banyak membantu penulis dalam mengurus seluruh tahapan administrasi yang diperlukan serta penulis juga sangat berterima kasih pada kepala sekolah, guru, tata usaha, karyawan, serta siswa SMPN 9 Jakarta dan SMPN 147 Jakarta yang telah membantu penulis dalam mengumpulkan data penelitian. Selanjutnya penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Apu, Indah, Nissa, Hera, Ipat, Sekar, Sintia, Tania, Tasya, Safrida, Dita, Thalia, dan Fathia atas bantuan serta dukungannya selama ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi seluruh pihak yang membutuhkan.

Jakarta, 17 Januari 2022

Penulis



Yuni Pertiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Pertanyaan Penelitian.....	6
I.4 Tujuan Penelitian	7
I.5 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Remaja	9
II.2 Obesitas.....	14
II.3 CERDIK	21
II.4 Pengetahuan	24
II.5 Promosi Kesehatan	25
II.6 Media Sosial	32
II.7 YouTube	33
II.8 Penelitian yang Relevan	37
II.9 Kerangka Teori	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
III.1 Kerangka Konsep.....	39
III.2 Hipotesis Penelitian	39
III.3 Definisi Operasional	41
III.4 Desain Penelitian	43
III.5 Waktu dan Tempat Penelitian.....	43
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	43
III.7 Teknik Pengumpulan Data	45
III.8 Metode Pengumpulan Data.....	45
III.9 Instrumen Penelitian	45
III.10 Etika Penelitian	46
III.11 Uji Validitas dan Reliabilitas Data	46
III.12 Pengelolaan Data	48

III.13 Analisis Data.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
IV.1 Gambaran Umum SMP Negeri 9 Jakarta	51
IV.2 Hasil Analisis Univariat.....	52
IV.3 Hasil Analisis Bivariat.....	55
IV.4 Pembahasan	57
IV.5 Keterbatasan Penelitian	66
BAB V PENUTUP.....	67
V.1 Kesimpulan.....	67
V.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
RIWAYAT HIDUP.....	80
DAFTAR LAMPIRAN.....	82

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Nasional	22
Tabel 2	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Internasional.....	22
Tabel 3	Penelitian Terkait Pencegahan Obesitas.....	37
Tabel 4	Definisi Operasional.....	41
Tabel 5	Validitas Pengetahuan CERDIK	47
Tabel 6	Reliabilitas Variabel Instrumen	49
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	54
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden	56
Tabel 9	Pengaruh Pengaruh Promosi Kesehatan CERDIK terhadap Pengetahuan Responden	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerucut Pengalaman Dale (<i>Cone of Experience</i>).....	25
Gambar 2	Kerangka Teori.....	38
Gambar 3	Kerangka Konsep	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Keterangan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Uji Reliabilitas
- Lampiran 4 Surat Keterangan Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 5 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Etik/*Ethical Approval*
- Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 8 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 9 Lembar Inform Consent
- Lampiran 10 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
- Lampiran 11 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 12 Tampilan *Google Form Pre-Test* dan *Post-Test*
- Lampiran 13 Data Tabulasi Penelitian
- Lampiran 14 Hasil Olah Data
- Lampiran 15 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 16 Tampilan Materi Promosi Kesehatan CERDIK
- Lampiran 17 Dokumentasi
- Lampiran 18 Surat Pernyataan Plagiarism
- Lampiran 19 Hasil Turnitin