

**PENGARUH MEDIA TEKA TEKI SILANG DALAM PENYULUHAN
OVERWEIGHT DAN OBESITAS TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN
DAN SIKAP SISWA KELAS X MAN 1 KOTA PADANG TAHUN 2022**

***THE EFFECT OF CROSS PUZZLE MEDIA IN OVERWEIGHT AND OBESITY
EXTENSION ON INCREASING KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF STUDENTS
OF CLASS X MAN 1 CITY OF PADANG IN 2022***

Zulferi^{1*}, Uci Meiza Puteri², John Amos³

(Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Padang)

**e-Mail: otman22081988@gmail.com*

ABSTRAK: Prevalensi gemuk dan obesitas di MAN 1 Kota Padang yaitu 7,11 % dan 7,51 %. Salah satu faktor penyebab *overweight* dan obesitas adalah pengetahuan tentang gizi. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan media teka teki silang terhadap pengetahuan dan sikap tentang *overweight* dan obesitas siswa kelas X MAN 1 Kota Padang Tahun 2022. Desain penelitian *quasi-eksperimen* menggunakan rancangan *the nonrandomized control group pretest-posttest design*, populasi penelitian adalah siswa kelas X MAN 1 Kota Padang yang mengalami *overweight* dan obesitas berjumlah 48, semua populasi dijadikan sampel, sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen diberi penyuluhan gizi dengan media teka teki silang dan kelompok kontrol diberi penyuluhan gizi tanpa media teka teki silang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, pengolahan data dengan *editing, coding, entry dan cleaning*, uji statistik yang dipakai adalah *Mann-whitney dan Uji T-Independent*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh antara pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang ($p=0,000$), ada perbedaan perubahan pengetahuan dan sikap antara penyuluhan tanpa menggunakan dan menggunakan media teka teki silang tentang ($p=0,000$). Kedepannya diharapkan pihak sekolah lebih kreatif memberikan pendidikan kesehatan tentang *overweight* dan obesitas sehingga masalah ini bisa dikurangi atau ditanggulangi.

Kata Kunci: Penyuluhan; Teka Teki Silang; Pengetahuan; Sikap

ABSTRACT: *The prevalence of obesity and obesity in MAN 1 Padang City are 7.11% and 7.51%. One of the factors causing overweight and obesity is knowledge about nutrition. The purpose of the study was to determine the effect of counseling using crossword puzzles on knowledge and attitudes about overweight and obesity in class X students of MAN 1 Padang City in 2022. The design of the quasi-experimental study used the nonrandomized control group pretest-posttest design, the study population was class students. X MAN 1 Padang city that experienced overweight and obesity were 48, all populations were sampled, the samples were divided into 2 groups, namely the experimental and control groups. The experimental group was given nutrition education using crossword puzzles and the control group was given nutrition counseling without crossword puzzles. Collecting data using questionnaires, processing data by editing, coding, entry and cleaning, statistical tests used are Mann-Whitney and T-Independent Test. The results showed that there was an influence between knowledge and attitudes of students before and after counseling using crossword puzzles ($p=0.000$), there was a difference in changes in knowledge and attitudes between counseling without using and using crosswords about ($p=0.000$). In the future, it is hoped that the school will be more creative in providing health education about overweight and obesity so that this problem can be reduced or overcome.*

Keywords: *Counseling; Crossword puzzle; Knowledge; Attitude*

A. PENDAHULUAN

Penyakit yang menjadi masalah di Indonesia pada saat ini yang terjadi baik dikalangan dewasa maupun di kalangan remaja salah satunya adalah *overweight* dan obesitas⁽²⁾. *Overweight* yaitu terjadinya peningkatan penumpukan lemak pada tubuh ditandai dengan z-score (IMT/U) > 1 SD – 2 SD⁽³⁾ sedangkan obesitas adalah suatu penyakit multifaktorial yang disebabkan karena adanya akumulasi jaringan lemak yang berlebihan⁽⁴⁾.

Berbagai faktor penyebab terjadinya *overweight* dan obesitas adalah faktor genetik, kesehatan, obat-obatan, lingkungan psikologis, pengetahuan tentang gizi, hormonal, dan tingkat sosial ekonomi⁽⁵⁾. Salah satu penyebab obesitas adalah pola makan yang berlebihan, obesitas akan terjadi apabila kalori yang dibakar lebih sedikit dari pada kalori yang dikonsumsi, memang hakikatnya kita membutuhkan asupan kalori demi keberlangsungan hidup dan aktivitas fisik, namun perlu adanya keseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar demi mempertahankan berat badan. Jika tidak adanya keseimbangan ini maka akan berdampak pada *overweight* dan obesitas⁽⁶⁾.

Remaja merupakan masa transisi dari periode anak ke periode dewasa dimana sebagian besar menganggap dirinya sehat padahal sebenarnya mengalami masalah gizi⁽³⁾. Remaja yang mengalami obesitas akan memiliki resiko 80% menderita obesitas pada waktu dewasa sehingga perlu diperhatikannya masalah obesitas ini pada remaja. Remaja yang obesitas juga berisiko lebih tinggi mengalami beberapa masalah kesehatan yang serius diantaranya penyakit jantung, stroke, diabetes, asma, dan berbagai jenis kanker⁽⁷⁾.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) kejadian obesitas di seluruh dunia bertambah cukup pesat. Prevalensi remaja dengan IMT >2 SD meningkat dari 4,2 % menjadi 6,7 % pada tahun 2010 dan diperkirakan akan terjadi peningkatan menjadi 9,1 % pada tahun 2020⁽⁸⁾. Data Riskesdas 2013 di Indonesia prevalensi remaja umur 16-18 tahun dengan status gizi gemuk 5,7 % dan obesitas 1,6 %⁽⁹⁾ dan terjadi peningkatan pada Riskesdas 2018 yaitu status gizi gemuk 9,5 % dan obesitas 4,0 %⁽¹⁰⁾. Berdasarkan Riskesdas 2013 di Provinsi Sumatera Barat prevalensi remaja umur 16-18 tahun dengan status gizi gemuk yaitu 6 % dan obesitas yaitu 1,5 %⁽¹¹⁾ dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 yaitu status gizi gemuk yaitu 7,78 % dan obesitas yaitu 3,72 %⁽¹²⁾. Sedangkan untuk Kota Padang tahun 2018 prevalensi remaja umur 16-18 tahun dengan status gizi gemuk yaitu 9,92 % dan obesitas yaitu 4,94 %⁽¹³⁾.

Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2019 menyampaikan bahwa hasil skrining kesehatan siswa SMA Kota Padang, didapatkan prevalensi obesitas tertinggi yaitu Puskesmas Ambacang⁽¹⁴⁾. Berdasarkan hasil skrining peserta didik di wilayah kerja Puskesmas Ambacang didapatkan prevalensi obesitas tertinggi yaitu di MAN 1 Kota Padang dengan prevalensi *overweight* 7,11 % dan obesitas 7,51 %⁽¹⁵⁾.

Hasil penelitian Suryaputra 2012 menemukan bahwa tingkat pengetahuan gizi remaja merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas⁽³⁾. Tingkat pengetahuan akan mempengaruhi praktek pola hidup sehat, salah satunya dalam hal memilih makanan dan pemantauan status gizi. Berdasarkan penelitian Sherly 2013 di SMK Negeri 6 Yogyakarta menunjukkan bahwa responden dengan sikap kurang sebanyak 9 responden (18 %), sikap cukup sebanyak 24 responden (48 %), dan sikap baik sejumlah 17 responden (34 %). Hal ini menunjukkan masih kurangnya sikap terhadap gizi di kalangan remaja⁽¹⁷⁾.

Pengetahuan tentang gizi dapat ditingkatkan dengan melakukan penyuluhan gizi. Penyuluhan adalah suatu proses kegiatan dimana keberhasilannya akan dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah penggunaan media dalam penyuluhan tersebut. Media adalah alat bantu yang digunakan untuk menyampaikan materi atau pesan saat melakukan penyuluhan, dari

banyaknya media penyuluhan yang digunakan semua mempunyai kelebihan dan kekurangannya⁽¹⁸⁾. Salah satu metode yang efektif yaitu metode bermain, metode bermain adalah kegiatan yang dilakukan dengan atau tanpa menggunakan sesuatu yang akan memberikan kesenangan, informasi, bahkan imajinasi terhadap hal tersebut⁽¹⁹⁾. Bermain sambil belajar merupakan sesuatu yang dapat meningkatkan semangat dan rasa tertarik untuk belajar salah satunya adalah menggunakan media teka teki silang. Teka teki silang merupakan sebuah permainan dengan kolom mendatar dan menurun, kolom tersebut disusun sesuai dengan huruf yang dibutuhkan. Permainan teka teki silang ini merupakan permainan yang memiliki tantangan dan sekaligus bersifat menghibur⁽²⁰⁾.

Penelitian yang dilakukan Yaumul Chairiah Muzakir 2018 media teka teki silang dengan metode *Number Heads Together* (NHT) memiliki efektifitas terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan siswa⁽²¹⁾. Penelitian Ainun Mardhiah 2018 menunjukkan rata-rata hasil belajar siswa yang diajar dengan menggunakan media teka teki silang lebih tinggi dari pada rata-rata hasil belajar siswa yang diajar dengan menggunakan kartu domino⁽²²⁾. Berdasarkan uraian diatas penulis melakukan penelitian tentang pengaruh penyuluhan tentang *overweight* dan obesitas menggunakan media teka teki silang terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa kelas X di MAN 1 Kota Padang tahun 2022.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-eksperimen* dengan rancangan *the nonrandomized control group pretest-posttest design*⁽²³⁾. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X MAN 1 Kota Padang yang mengalami *overweight* dan obesitas sebanyak 48 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *total sampling* dengan melakukan pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan) ke ruangan kelas X untuk mendapatkan status gizi siswa yang *overweight* dan obesitas.

Pada penelitian ini sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen diberi penyuluhan gizi dengan media teka teki silang dan kelompok kontrol diberi penyuluhan gizi tanpa media teka teki silang. Kedua kelompok diberi penyuluhan gizi sebanyak 2 kali yaitu pada minggu pertama dan minggu kedua dengan materi yang sama. Pada penelitian ini pengumpulan data pengetahuan dan sikap pertama (*pretest*) dan pengumpulan data pengetahuan dan sikap terakhir (*posttest*) sehingga dapat dilihat perubahan pengetahuan dan sikap siswa MAN 1 Kota Padang sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang.

Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian dan gambaran pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Analisis bivariat dilakukan dengan dua uji statistik yaitu t Dependen untuk 1 kelompok dan t Independen untuk 2 kelompok. Uji t Dependen (uji beda dua mean dependen) untuk data yang berdistribusi normal dan uji *wilcoxon* untuk data yang berdistribusi tidak normal dengan tingkat kepercayaan 95%. Sedangkan untuk uji t Independen (uji beda dua mean independen) untuk data berdistribusi normal dan homogen dan uji *mann whitney* untuk data tidak berdistribusi normal serta uji analisis pengaruh perubahan pengetahuan dan sikap antara kelompok yang diberi penyuluhan gizi tanpa menggunakan media dan penyuluhan gizi menggunakan media teka teki silang. Penelitian ini telah mendapatkan Persetujuan Etik (Ethical Approval) dengan nomor 07.01/KEPK-UNP/III/2022 oleh Komite Etik Penelitian Universitas Negeri Padang Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.

C. HASIL PENELITIAN

Analisis Bivariat

Tabel 1. Perbedaan Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Perlakuan	Analisa pengetahuan	n	Mean	SD	p Value
Media	Sebelum	24	64,16	10,17	0,000
	Sesudah	24	85,55	7,78	
Tanpa media	Sebelum	24	65,55	9,95	0,000
	Sesudah	24	75,27	9,72	

Berdasarkan Tabel 1, diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ untuk perlakuan dengan menggunakan media dan perlakuan tanpa menggunakan media, berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pengetahuan siswa tentang *overweight* dan obesitas sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

Tabel 2. Perbedaan Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Perlakuan	Analisa pengetahuan	n	Mean	SD	p Value
Media	Sebelum	24	46,54	4,50	0,000
	Sesudah	24	54,79	3,79	
Tanpa media	Sebelum	24	46,33	6,44	0,000
	Sesudah	24	49,88	5,16	

Berdasarkan Tabel 2, diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ untuk perlakuan dengan menggunakan media dan perlakuan tanpa menggunakan media, berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna sikap siswa tentang *overweight* dan obesitas sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Antara Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Media Teka Teki Silang

Penyuluhan	n	Mean	p Value
Media	24	33,85	0,000
Tanpa media	24	15,15	

Berdasarkan Tabel 3, diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dengan menggunakan media dan perlakuan tanpa menggunakan media, berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna perubahan pengetahuan siswa tentang *overweight* dan obesitas antara penyuluhan dengan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

Tabel 4. Perbedaan Sikap Antara Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Penyuluhan	n	Mean	p Value
Media	24	8,25	0,000
Tanpa media	24	3,54	

Berdasarkan Tabel 4, diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dengan menggunakan media dan tanpa menggunakan media, berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna perubahan sikap siswa tentang *overweight* dan obesitas antara penyuluhan dengan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

PEMBAHASAN

1. Perbedaan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan siswa tentang *overweight* dan obesitas sebelum dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang 64,16 dan setelah dilakukan penyuluhan 85,55. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswa setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan sebanyak 21,39 poin. rata-rata skor pengetahuan siswa tentang *overweight* dan obesitas sebelum dilakukan penyuluhan tanpa menggunakan media teka teki silang 65,55 dan setelah dilakukan penyuluhan 75,27. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswa setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan sebanyak 9,72 poin. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0,000 yang artinya ada perbedaan yang bermakna antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang *overweight* dan obesitas setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media dan tanpa menggunakan media serta peningkatan pengetahuan tentang *overweight* dan obesitas dengan penyuluhan menggunakan media memiliki nilai lebih tinggi daripada tanpa menggunakan media.

2. Perbedaan Nilai Rata-Rata Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata skor sikap siswa tentang *overweight* dan obesitas sebelum dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang 46,54 dan setelah dilakukan penyuluhan 54,79. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata sikap siswa setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan sebanyak 8,25 poin. rata-rata skor sikap sebelum dilakukan penyuluhan tanpa menggunakan media teka teki silang 46,33 dan setelah dilakukan penyuluhan 49,88. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata sikap siswa setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan sebanyak 3,55 poin. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0,000 yang artinya ada perbedaan yang bermakna antara sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$). Penelitian Wulandari 2017 menyebutkan bahwa terdapat peningkatan skor sikap gizi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi melalui media komik pada anak gemuk dan obesitas⁽²⁹⁾.

Menurut Bloom yang dikutip oleh Notoatmodjo 2007 mengatakan bahwa sikap seseorang akan berubah jika ia mampu mengubah komponen kognitif terlebih dahulu. Informasi yang diberikan pada permainan teka teki silang menghasilkan pengaruh pada pengetahuan atau kemampuan kognitif seseorang. Namun tidak hanya pengetahuan saja yang memberikan pengaruh terhadap perubahan sikap, tetapi perasaan setuju dan tidak setuju responden terhadap suatu pernyataan tetap akan memberikan pengaruh. Seseorang yang pengetahuannya baik tidak menjamin akan memiliki sikap yang positif. Selain itu sikap yang utuh, pengetahuan, keyakinan, pikiran dan emosi juga memegang peranan penting dalam seseorang menentukan sikap⁽³⁰⁾.

3. Perbedaan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Antara Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Media Teka Teki Silang

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata perubahan skor pengetahuan siswa tentang *overweight* dan obesitas dengan penyuluhan tanpa menggunakan media

teka teki silang 15,15 dan rata-rata perubahan skor pengetahuan siswa dengan penyuluhan menggunakan media teka teki silang 33,85. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0,000 yang artinya ada perbedaan yang bermakna antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

Penelitian yang dilakukan Mahmudah menunjukkan ada pengaruh pendidikan gizi menggunakan media teka teki silang dan media ceramah terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah dasar dimana terdapat rerata peningkatan pengetahuan gizi menggunakan media teka teki silang lebih tinggi dibandingkan dengan menggunakan ceramah. Notoatmodjo 2010 menyatakan pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu⁽³¹⁾.

Berdasarkan hasil penelitian nilai perbedaan pengetahuan siswa dengan menggunakan media lebih tinggi dibandingkan tanpa menggunakan media. Pada penelitian ini permainan teka teki silang dimainkan secara berkelompok oleh siswa dimana setiap kelompok dibagi menjadi 4 orang, permainan yang dilakukan secara berkelompok akan meningkatkan kemampuan interaksi sosial siswa dimana mereka akan saling menghargai, saling membantu, berdiskusi satu sama lain sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, berbeda dengan metode ceramah dimana sumber komunikasi bersifat satu arah sehingga informasi yang didapat hanya dari peneliti saja.

4. Perbedaan Nilai Rata-Rata Sikap Antara Penyuluhan Menggunakan dan Tanpa Menggunakan Media Teka Teki Silang

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata perubahan skor sikap siswa tentang *overweight* dan obesitas dengan penyuluhan tanpa menggunakan media teka teki silang 3,54 dan rata-rata perubahan skor sikap siswa dengan penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang 8,25. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0,000 yang artinya ada perbedaan perubahan yang bermakna antara sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhanti 2019 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara sikap pada kelompok penyuluhan dengan media leaflet dibandingkan dengan penyuluhan tanpa media leaflet⁽³²⁾.

Dapat diketahui bahwa penyuluhan dengan menggunakan media dan tanpa menggunakan media dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Namun penggunaan media teka teki silang didapatkan hasil peningkatan pengetahuan dan sikap yang lebih tinggi daripada tanpa menggunakan media teka teki silang walaupun media teka teki silang yang digunakan belum sempurna dan belum mencakup semua materi tentang pengetahuan dan sikap tentang *overweight* dan obesitas.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Ada perbedaan yang bermakna antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).
2. Ada perbedaan yang bermakna antara sikap siswa sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan dan tanpa menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).
3. Ada perbedaan perubahan pengetahuan yang bermakna antara penyuluhan tanpa menggunakan dan menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

4. Ada perbedaan perubahan sikap yang bermakna antara penyuluhan tanpa menggunakan dan menggunakan media teka teki silang ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi pihak sekolah diharapkan memberikan pendidikan kesehatan tentang *overweight* dan obesitas dengan menggunakan media teka teki silang melalui kegiatan ekstrakurikuler.
2. Media dalam penelitian ini dapat digunakan pihak Puskesmas dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang permasalahan kesehatan salah satunya *overweight* dan obesitas.
3. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk dapat menggunakan media teka teki silang yang dirancang sudah dalam bentuk buku sehingga materi bisa lebih sempurna dan lebih mencakup materi tentang kesehatan terutama mengenai *overweight* dan obesitas.

E. DAFTAR PUSTAKA

1. Handayani I, Lubis Z, Aritinang EY. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Buah dan Sayur pada Siswa MTS-S Almanar Kecamatan Hampan Perak. *Jumantik*. 2018;3(1):115–23.
2. Ali, Rifai N. Sosial ekonomi, konsumsi. *Media Gizi Indones*. 2018;13(2):123–32.
3. Meidiana R, Simbolon D, Wahyudi A. Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja *Overweight*. *J Kesehat*. 2018;9(3, November):478–84.
4. Hasdianah, Siyoto, Sandu N. *Gizi, Pemantauan Gizi, Diet, dan Obesitas*. pertama. Nuha Medika. Yogyakarta; 2013.
5. Zulferi SS dan MH. Analisis Pengetahuan Dan Sikap Siswa SMP Pembangunan UNP Tentang Obesitas Dan *Overweight* Dengan Penyuluhan Gizi Menggunakan Media Flipchart. *Ensiklopedia J*. 2020;2(4).
6. Evan, Wiyono, Joko Candrawati E. Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Tribuwana Tungadewi Malang. *Nurs nwes*. 2017;2(3):708–17.
7. Wulandari S, Lestari H, Fachlevy AF. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja DI SMA Negeri 4. *Ilm Mhs Kesehat Masy*. 2017;1(3):1–13.
8. Nuraini A, Murbawani EA. Hubungan Antara Ketebalan Lemak Abdominal Dan Kadar Serum High Sensitivity C-Reactive Protein (Hs-Crp) Pada Remaja. *J Nutr Coll*. 2019;8(2):81.
9. Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2013.

10. RI KK. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018.
11. Handayani L, Riswati, Lestari D, Aimanah IU, Ipa M. Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sumatera Barat. Jakarta; 2013. 281 p.
12. Handayani, Lestari D. Laporan Provinsi Sumatera Barat. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI; 2013.
13. 2018 TR. Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB); 2019.
14. Padang DKK. Rekapitulasi Hasil Skrining Kesehatan Peserta Didik. Padang; 2019.
15. Rekapitulasi Hasil Penjaringan Kesehatan Pemeriksaan Peserta Didik Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang TA 2019-2020. Padang; 2020.
16. Pakpahan, Martini D. Keperawatan Komunitas. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2020.
17. Dewi SR. Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi dan Pola Konsumsi Siswa Kelas XII Program Keahlian Jasa Boga di SMK Negeri 6 Yogyakarta. Univ Negeri Yogyakarta. 2013;1-91.
18. Sukraniti, Desak Putu IWA dan KLA. Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Booklet Dan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Fast Food Anak Sekolah Dasar Di Kota Denpasar. *J Ilmu Gizi*. 2012;3(1).
19. Diniyati H. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Teka Teki Tentang Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Siswi Kelas VIII DI SMPN 15. Padang; 2019. Skripsi.
20. Pramesti UD. Peningkatan Penguasaan Kosakata Bahasa Indonesia Dalam Keterampilan Membaca Melalui Teka-Teki Silang. *J Puitika*. 2015;11(1):84.
21. Muzakir YC, Junaid, Prasetya F. Efektivitas Media Teka-Teki Silang Dengan Metode NHT (Number Heads Together) Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2017. *J Ilm Mhs Kesehat Masy*. 2018;3(1):1-9.
22. Mardiah A, Ali Akbar S. Efektivitas Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Kimia Siswa Sma Negeri 16 Banda Aceh. *Lantanida J*. 2018;6(1):49.
23. Yusuf M. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan. Jakarta: Penerbit Kencana; 2014.
24. Pakpahan, Martina dkk. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2021.
25. Sufrianto, dkk. Penyuluhan Metode Ceramah dapat Meningkatkan Pengetahuan Tentang HIV-AIDS di Desa Kondowa Kabupaten Buton. *J Kesehat Masy Celeb*. 2020;01(04):18-22.
26. Hulu, Victor Trismanjaya dkk. Promosi Kesehatan Masyarakat. Medan: Yayasan Kita

- Menulis; 2020.
27. Nasution AS, Nasution A. Puzzle Gizi sebagai Upaya Promosi terhadap Perilaku Gizi Seimbang pada Siswa. *Media Kesehat Masy Indones*. 2020;16(1):89.
 28. Yulinda A, Fitriyah N. Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang SADARI Di SMKN 5 Surabaya. *J Promkes*. 2018;6(2):116–28.
 29. Wulandari M, Prameswari GN. Media Komik Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Pada Anak Yang Gemuk Dan Obesitas. *J Heal Educ*. 2017;2(1):73–9.
 30. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. jakarta: Renika Cipta; 2007.
 31. Mahmudah U. Pengaruh Media Teka-Teki Silang terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Anak Sekolah Dasar. *Ilmu Gizi Indones*. 2019;2(2):107–14.
 32. Ramadhanti CA, Adespin DA, Julianti HP. Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan dengan dan tanpa Media Leaflet terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Tumbuh Kembang Balita. *J Kedokt Diponegoro*. 2019;8(1):99–120.