

TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG OBESITAS PADA MASYARAKAT DUSUN SUMBER SARI DESA TAMAN SARI KECAMATAN GEDONG TATAAN

Ringgo Alfarisi^{1*}, Diah Wulan Nurfadilah^{2,3}, Dina Shakira³

¹Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malahayati

^{2,3}Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Malahayati

*)Email korespondensi : ringgo_alfarisi@yahoo.co.id

Abstract: The Level of Knowledge About Obesity in The Community Sumber Sari Village, Taman Sari Village Gedong Tataan District. The 2018 Basic Health Research (Riskesdas) reported that the prevalence of obesity in adults in Indonesia increased from 14.8% in 2013 to 21.8%. The prevalence of obesity in women (29.3%) is higher than that of men (14.5%). Obesity is associated with a significant increase in mortality. Obesity is associated with a 5-10 year reduction in life expectancy. Obesity is also associated with an increased risk of all-cause mortality, cardiovascular disease mortality such as acute coronary syndrome, as well as malignancy (Fruh, S., M., 2017). Green's theory (2009), states that a person's behavior is influenced by knowledge as a predisposing factor. A low level of knowledge causes a person to adopt a lifestyle that is at risk for obesity. This study aims to determine the difference in the level of knowledge of the residents of Taman Sari Hamlet about obesity, before and after counseling. The type of research used in this research is quantitative with an observational analytic research design with a cross sectional approach. The population of this study were all residents of Sumber Sari Hamlet, Taman Sari Village, Gedong Tataan District, Pesawaran Regency, Lampung Province. The method of taking the research sample used was purposive sampling so that a sample of 52 respondents who met the inclusion and exclusion criteria was obtained. Data comparison analysis used the Wilcoxon test. The results showed that the average level of knowledge of the residents of Sumber Sari Hamlet about obesity after counseling (72.5) was greater than the average level of knowledge of respondents before counseling (59.2). There was a significant difference between the level of knowledge of the residents of Sumber Sari Hamlet about obesity before counseling and after counseling (p value = 0.000).

Keywords : Knowledge, Obesity, Body Mass Index

Abstrak: Tingkat Pengetahuan Tentang Obesitas Pada Masyarakat Dusun Sumber Sari Desa Taman Sari Kecamatan Gedong Tataan. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan prevalensi obesitas pada dewasa di Indonesia meningkat dari 14,8% di tahun 2013 menjadi 21,8%. Prevalensi obesitas pada perempuan (29,3%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (14,5%). Obesitas berhubungan dengan peningkatan mortalitas signifikan. Obesitas dikaitkan dengan penurunan angka harapan hidup sebesar 5-10 tahun. Obesitas juga berkaitan dengan peningkatan risiko mortalitas semua sebab, mortalitas penyakit kardiovaskuler seperti sindrom koroner akut, juga keganasan (Fruh, S.,M., 2017). Teori Green (2009), menyatakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan sebagai faktor predisposisi. Tingkat pengetahuan yang rendah menyebabkan seseorang melakukan gaya hidup yang beresiko untuk terjadinya obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan tingkat pengetahuan warga Dusun Taman Sari tentang obesitas, sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan

cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh warga Dusun Sumber Sari, Desa Taman Sari, Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Cara pengambilan sampel penelitian yang digunakan adalah *purposive sampling* sehingga didapatkan sampel 52 orang responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis perbandingan data menggunakan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan kesimpulan bahwa rerata tingkat pengetahuan warga Dusun Sumber Sari tentang obesitas sesudah penyuluhan (72,5), lebih besar dibandingkan dengan rerata tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan (59,2). Terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan warga Dusun Sumber Sari tentang obesitas sebelum penyuluhan dengan sesudah penyuluhan (p value = 0,000).

Kata kunci : Pengetahuan, Obesitas, Indeks Massa Tubuh

PENDAHULUAN

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2016 lebih dari 650 juta penduduk dunia berusia 18 tahun ke atas mengalami obesitas. Sekitar 13% penduduk dewasa dunia, dengan komposisi 11% laki-laki dan 15% perempuan, mengalami obesitas. Menurut Chooi, Y., C., et al., (2018), prevalensi obesitas secara umum lebih tinggi pada perempuan daripada laki-laki di semua kelompok usia. Angka obesitas meningkat seiring bertambahnya usia, mencapai puncak pada usia 50-65 tahun, dan menurun perlahan setelahnya.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 melaporkan prevalensi obesitas pada dewasa di Indonesia meningkat dari 14,8% di tahun 2013 menjadi 21,8%. Prevalensi obesitas pada perempuan (29,3%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (14,5%). Sementara itu, prevalensi obesitas sentral berjumlah sekitar 31% dengan prevalensi pada perempuan (46,7%) lebih tinggi daripada laki-laki (15,7%).

Obesitas berhubungan dengan peningkatan mortalitas signifikan. Obesitas dikaitkan dengan penurunan angka harapan hidup sebesar 5-10 tahun. Obesitas juga berkaitan dengan peningkatan risiko mortalitas semua sebab, mortalitas penyakit kardiovaskuler seperti sindrom koroner akut, juga keganasan (Fruh, S.,M., 2017). Prognosis obesitas berbanding terbalik dengan peningkatan indeks massa tubuh (IMT). Semakin tinggi IMT

pasien, semakin tinggi pula risiko kesehatan yang dialami (Lung, T., et al., 2019). Adanya obesitas juga akan meningkatkan risiko komplikasi medis, seperti diabetes mellitus tipe 2, penyakit kandung empedu, *fatty liver*, *gout*, hipertensi, asma, hipertrigliseridemia, juga arthritis (Gadde, K., M., 2017).

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" penginderaan manusia terhadap suatu obyek tertentu. Proses penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra pengelihat, pendengaran, penciuman, rasa dan melalui kulit. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*). Domain kognitif berkaitan dengan pengetahuan yang bersifat intelektual (cara berpikir, berintraksi, analisis, memecahkan masalah dan lain-lain). Jendang domain tersebut antara lain; tahu (*knowledge*), memahami (*comprehension*), menerapkan (*aplication*), analisa (*analysis*), sintesis (*syntesis*), evaluasi (*evaluation*) (Notoatmodjo, S., 2012).

Teori Green (2009), menyatakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan sebagai faktor predisposisi. Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Hal ini sesuai dengan Notoatmodjo (2012) yang menyatakan bahwa perilaku manusia merupakan hasil hubungan antara rangsangan (stimulus) dan tanggapan (respon) yang diterima oleh organisme dalam pelaksanaannya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh warga Dusun Sumber Sari, Desa Taman Sari, Kecamatan Gedong Tataan, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Cara pengambilan sampel penelitian yang digunakan adalah *purposive sampling* sehingga didapatkan sampel 52 orang responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi penelitian ini warga yang berusia 30 – 60 tahun, pendidikan minimal SD, dapat berkomunikasi dengan baik, mengikuti penyuluhan, dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah kelainan bentuk

tulang punggung dan warga yang mengalami gangguan jiwa sehingga tidak dapat dilakukan wawancara. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2022. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, timbangan dan *microtoise*. Data pengetahuan warga tentang obesitas, diperoleh melalui nilai *pre test* dan *post test* pada saat kegiatan penyuluhan. Adapun aspek pengetahuan tentang obesitas yang diberikan meliputi; pengertian obesitas, dampak buruk obesitas bagi kesehatan, cara mencegah obesitas, dan cara mengetahui berat badan ideal melalui Indeks Massa Tubuh. Analisis perbandingan data menggunakan uji normalitas kolmogorof-smirnof (jumlah sampel > 50), yang diikuti dengan *uji Wilcoxon* (untuk data berdistribusi tidak normal).

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah	Presentase (%)
Usia		
• 30-39 tahun	20	38,5
• 40-50 tahun	17	32,7
• 51- 60 Tahun	15	28,8
Jenis Kelamin		
• Laki Laki	29	55,8
• Perempuan	23	44,2
Tingkat Pendidikan		
• SD	7	13,5
• SMP	2	3,8
• SMA	12	23,1
• Perguruan Tinggi	31	59,6
Indeks Massa Tubuh		
• Normoweight	23	44,2
• Overweight	21	40,4
• Obesitas	8	15,4

Berdasarkan tabel 1., didapatkan bahwa frekuensi terbanyak responden adalah berusia 30-39 tahun (38,5%),

jenis kelamin laki-laki (55,8%), tingkat pendidikan perguruan tinggi (59,6%), dan IMT *normoweight* (44,2%).

ANALISIS UNIVARIAT

Gambaran Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Obesitas

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Obesitas

Variabel	Minimal	Maksimal	Standar Deviasi	Rerata
Tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan	40	75	9,3	59,2
Tingkat pengetahuan sesudah penyuluhan	60	90	9,6	72,5

Berdasarkan tabel 2, rerata tingkat pengetahuan responden tentang obesitas sesudah penyuluhan (72,5), lebih besar dibandingkan dengan rerata tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan (59,2).

ANALISIS BIVARIAT

Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data Dengan Test Kolmogorof-Smirnov

Variabel	n	P value
Tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan	52	0,006
Tingkat pengetahuan sesudah penyuluhan	52	0,001

Berdasarkan tabel 3 data kedua variable penelitian memiliki karakteristik tidak berdistribusi normal (p value < 0,05).

Perbedaan Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Obesitas Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Tabel 4. Hasil Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Obesitas Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata ± SD	P value
Tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan	52	60 (40-75)	59,2 ± 9,3	0,000
Tingkat pengetahuan sesudah penyuluhan	52	70 (60-90)	72,5 ± 9,6	

Berdasarkan tabel 4., diperoleh hasil uji Wilcoxon dengan p value sebesar 0,000 (p value < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan dengan sesudah penyuluhan. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa penyuluhan memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan responden tentang obesitas.

PEMBAHASAN

Indeks Massa Tubuh (IMT) atau *Body Mass Index* (BMI) merupakan alat atau cara sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan

kelebihan berat badan (Hardiansyah dan Supariasa, 2016). IMT didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi tinggi badan dalam meter (kg/m^2) (Irianto, 2017). Perhitungan IMT dapat diterapkan pada seseorang dengan usia 18 sampai 70 tahun, dengan struktur tulang belakang normal, bukan atlet atau binaragawan, bukan ibu hamil dan menyusui. Pengukuran IMT dapat digunakan jika tebal lipatan kulit tidak dapat dilakukan atau nilai bakunya tidak tersedia (Arisman, 2014).

IMT setiap orang berbeda-beda (Asil, dkk, 2014). Berdasarkan penelitian Syaumi, A., (2017), didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan

tingkat kebugaran jasmani. Terdapat beberapa faktor utama yang berhubungan dengan IMT diantaranya; jenis kelamin, umur, pola makan, gaya hidup, dan aktifitas fisik (Sulastri dkk, 2013). Menurut kemenkes (2014), IMT dikategorikan normal jika berada pada rentang 18,25 -25,0 kg/m². Sementara itu, jika IMT yang bernilai > 27,0 kg/m², dinamakan dengan obesitas.

Obesitas mempunyai dampak negatif bagi kesehatan. Obesitas berhubungan erat dengan sindrom metabolik. Sindrom metabolik adalah suatu rangkaian gangguan metabolik yang meliputi intoleransi glukosa, obesitas sentral, dislipidemia (hipertrigliserida, peningkatan asam lemak tidak teresterifikasi, dan penurunan high-density lipoprotein (HDL), kolesterol dan hipertensi. Sindrom metabolik tersebut juga meningkatkan resiko terjadinya penyakit penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus tipe 2 dan kanker (Rauber F., 2021).

Tingkat pengetahuan pada tiap individu berbeda-beda, ada yang baik namun ada yang memiliki pengetahuan yang kurang. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu ; pengalaman (dapat diperoleh dari pengalaman diri sendiri maupun orang lain), tingkat Pendidikan (berupa wawasan atau pengetahuan seseorang), dan sumber informasi. Sumber informasi yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, misalnya televisi, radio, koran, buku, majalah, dan internet. Edukasi dan promosi kesehatan obesitas yang utama berkaitan dengan modifikasi gaya hidup sebagai tata laksana dan pencegahan relaps. Masyarakat juga perlu diedukasi mengenai risiko kesehatan yang dialaminya, bagaimana menurunkan risiko tersebut, dan pemantauan jangka panjang yang diperlukan (Schutz DD, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vandana, (2018), yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan

sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pada masyarakat lansia di Desa Pesucen karena nilai p value = 0.000 < α = 0.05. Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Widyawati dan Nikmah (2020), yang menyatakan bahwa ada perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan pada masyarakat di Desa Kelbung Kecamatan Sepulu Kabupaten Bangkalan.

Pengetahuan merupakan faktor yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (A. Wawan dan Dewi, M., 2019). Pengetahuan juga diperoleh secara alami maupun terencana yaitu melalui proses pendidikan. Pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah untuk menyerap informasi, sehingga semakin baik pula pengetahuan yang dimiliki. Dengan pengetahuan baik, maka perilaku seseorang cenderung berperilaku ke arah positif (Notoatmodjo, 2012).

KESIMPULAN

Karakteristik mayoritas responden penelitian ini adalah berusia 30-39 tahun (38,5%), jenis kelamin laki-laki (55,8%), tingkat pendidikan perguruan tinggi (59,6%), dan *normoweight* (44,2%). Rerata tingkat pengetahuan warga Dusun Sumber Sari tentang obesitas sesudah penyuluhan (72,5), lebih besar dibandingkan dengan rerata tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan (59,2). Terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan warga Dusun Sumber Sari sebelum penyuluhan dengan sesudah penyuluhan (p value = 0,000).

DAFTAR PUSTAKA

- A. Wawan dan Dewi M. 2019. *Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Ahmad Syauqi. 2017. *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kebugaran*

- Jasmani Mahasiswa Prodi Kedokteran UNJA. *Jambi Medical Journal*. Volume 5, Nomor 1, Hal: 87-93
- Arisman, M., B. 2014. *Buku Ajar Ilmu Gizi Obesitas, Diabetes Melitus dan Dislipidemia*. Jakarta : EGC
- Asil, E., et al. 2014. *Factors That Affect Body Mass Index of Adults*. *Pakistan Journal of Nutrition* 13(5): 255-260.
- Chooi YC, Ding C, Magkos F. 2018. *The Epidemiology Of Obesity. Metabolism*:1-15. Doi: 10.1016/j.metabol.2018.09.005
- Fruh SM. 2017. *Obesity: Risk factors, complications, and strategies for sustainable long-term weight management*. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*. 29:S3-S14. Doi: 10.1002/2327-6924.12510
- Gadde KM, Martin CK, Berthoud HR, Heymsfield SB. 2018. *Obesity: Pathophysiology and management*. *Journal of the American College of Cardiology*. 71(1):69-84. Doi: 10.1016/j.jacc.2017.11.011.
- Green, W, Lawrence.et.al. 2009. *Health Education Planing A Diagnostik Approach*. The Johns Hapkins University: Mayfield Publishing Company.
- Hardinsyah, P., & Supriasa, I. D. N. 2016. *Ilmu Gizi: Teori Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Irianto, Djoko Pekik. 2017. *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: ANDI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Laporan nasional Riskesdas*. www.litbang.kemkes.go.id
- Lung T, Jan S, Tan EJ, Killedar A, Hayes A. 2019. *Impact of overweight, obesity and severe obesity on life expectancy of Australian adults*. *International Journal of Obesity*. 43(4):782-789. Doi: 10.1038/s41366-018-0210-2.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Rauber F, Chang K, Vamos EP, Laura M, Monteiro CA, Millett C, et al. 2021. *Ultra - Processed Food Consumption And Risk Of Obesity?: A Prospective Cohort Study Of UK Biobank*. *Eur J Nutr* [Internet]. 60(4):2169-80. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00394-020-02367-1>
- Schutz DD, Busetto L, Dicker D, Lambert NF, Pryke R, Toplak H, et al. 2019. *European Practical And Patient-Centred Guidelines For Adult Obesity Management In Primary Care*. *Obesity Facts*. 12(1):40-66. Doi: 10.1159/000496183
- Sulastri, D., Elmatris, Ramadhani, R. 2012. *Hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada masyarakat etnik Minangkabau di Kota Padang*. *Majalah Kedokteran Andalas*. 2(36):188-201.
- Vandana, M., Y. 2018. *Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Pesucen, Banyuwangi Tahun 2017*. *Jurnal Bahan Kesehatan Masyarakat*. Vol 2 No 1 p-ISSN: 2085-1677. 6-12.
- WHO. 2021. *Obesity and Overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Widyawati W., Nikmah F. 2020. *Perbedaan Pengetahuan Lansia Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Kesehatan Tentang Arthritis Rheumatoid*. *Jurnal IJPN* Vol.1, No.2. <http://dx.doi.org/10.30587/ijpn.v1i2.2311>