

INTISARI

Prevalensi obesitas meningkat di setiap belahan dunia, baik di negara-negara maju maupun di negara berkembang. *Overweight*, obesitas dan berbagai masalah kesehatan yang berhubungan, sekarang telah menjadi masalah umum dan menggantikan masalah kesehatan masyarakat lainnya seperti kekurangan gizi dan penyakit menular sebagai kontributor paling signifikan untuk kesehatan yang buruk di dunia. Hal ini memperlihatkan bahwa obesitas telah menjadi sebuah permasalahan global. Secara umum, ada tiga metode untuk mengatasi masalah *overweight* dan obesitas, yaitu modifikasi gaya hidup, farmakoterapi dan operasi bariatrik. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelatif dengan design kohort untuk mengetahui korelasi antara peningkatan skor pengetahuan terhadap penurunan berat badan pada awal dan akhir penelitian menggunakan kuesioner berjudul Pengetahuan tentang Modifikasi Gaya Hidup untuk Penurunan Berat Badan yang telah tervalidasi. Subjek penelitian sebanyak 50 mahasiswa Pendidikan Dokter dengan obesitas yang mendapatkan *leaflet* tentang modifikasi gaya hidup untuk menjadi panduan dalam penelitian ini. Analisis statistik menunjukkan bahwa sampel yang diteliti mengalami peningkatan skor tingkat pengetahuan yang signifikan setelah diberi *leaflet* ($P=0,000$). Sedangkan untuk penurunan berat badan menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan setelah diberi perlakuan ($P=0,450$) dan tidak terdapat hubungan antara peningkatan pengetahuan terhadap tingkat penurunan berat badan ($P=0,162$). Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara peningkatan pengetahuan tentang modifikasi gaya hidup terhadap tingkat penurunan berat badan pada mahasiswa dengan kegemukan dan obesitas di FKIK UMY.

Kata kunci : obesitas, pengetahuan, modifikasi gaya hidup

ABSTRACT

The prevalence rates of obesity are increasing in all parts of the world, both in affluent developed country and developing country. Overweight, obesity and health problems associated with them are now so common that they are replacing other public health problem such as undernutrition and infectious disease as the most significant contributors to global ill health. This fact show that obesity as a global problem. Generally, there are three methods to manage overweight and obesity: lifestyle modification, pharmacotherapy, and bariatric surgery. This study is an analytic correlative design with cohort design to know the correlation of increase of knowledge score of lifestyle modification and body weight loss at the beginning and end of the study by filling out The knowledge of lifestyle modification for body weight loss questionnaire. There are 50 obese's medical students of MUY as the respondents of this research and their got a leaflet as a guideline of this research. Statistical analysis showed that the sample studied experienced a significant increase in knowledge level scores after treated ($P = 0.000$). But there is no significant improvement in body weight loss ($P = 0.450$) and there is no significant correlation between the increase of knowledge score and weight loss on student's obese ($P = 0.162$). It can be concluded that there is no correlation between the increase of knowledge score of lifestyle modification and weight loss on student's obese in Faculty of Medicine and Health Sciences of MUY.

Keyword: obesity, knowledge, lifestyle modification