

## INTISARI

### HUBUNGAN ANTARA TAHAP KESIAPAN UNTUK BERUBAH DAN TINGKAT PENURUNAN BERAT BADAN PADA MAHASISWA DENGAN OBESITAS DI PSPD FKIK UMY

Kegemukan dan obesitas adalah gangguan gizi yang paling umum, yang mempengaruhi sebagian besar orang. Seiring bertambahnya informasi dan edukasi tentang kesehatan, diperkirakan prevalensi obesitas akan berubah, seiring dengan peningkatan kesiapan masyarakat untuk perubahan perilaku yang lebih sehat. Tujuan penelitian ini untuk menilai hubungan tahap kesiapan untuk berubah terhadap tingkat penurunan berat badan, dengan mengambil beberapa responden dengan obesitas sebanyak 50 orang mahasiswa PSPD FKIK UMY. Metode pengambilan data dengan cara kuesioner. Hasil : Tidak ada hubungan antara tahap kesiapan dengan penurunan berat badan. Berdasarkan hasil penilaian menggunakan Chi-square didapatkan  $p > 0.05$  yaitu 0,317. Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan tahap kesiapan untuk berubah terhadap tingkat penurunan berat badan pada mahasiswa dengan kegemukan dan obesitas. Kata Kunci : Obesitas, Tahap Kesiapan untuk berubah, *Behaviour Change*.

**ABSTRACT**  
**ASSOCIATION OF READINESS TO CHANGE AND WEIGHT LOSS**  
**LEVEL AMONG MEDICAL STUDENTS WITH OBESITAS IN FACULTY**  
**OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES OF MUHAMMADIYAH**  
**UNIVERSITY OF YOGYAKARTA**

*Background : Overweight and obesity are the most common nutritional disorder, which affects most people. As we get information and education about health, the prevalence of obesity is expected to change, along with an increase in community readiness for a more healthy behavior change. The purpose to assess the stage of readiness to change the relationship to the level of weight loss, by taking some respondents with obesity as many as 50 students PSPD FKIK UMY. Method of data collection by means of questionnaires. Results: There was no relationship between stage of readiness with weight loss. Based on the assessment results obtained using the Chi-square  $p > 0.05$  that 0,317. Conclusions: There was no relationship stages of readiness to change the level of weight loss in the overweight and obese students.*

*Keywords : Obesity, Stage readiness to change, Behaviour Change.*