

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN ANTARA TAHAP KESIAPAN UNTUK BERUBAH DAN
TINGKAT PENURUNAN BERAT BADAN PADA MAHASISWA DENGAN
OBESITAS DI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana
Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

KANIA ARFIANI

20110310200

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2015

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kania Arfiani
NIM : 20110310200
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka dibagian akhir Karya Tulis ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 9 Juli 2015

Yang membuat pernyataan,


Kania Arfiani

Saya persembahkan karya tulis ini kepada :

Kedua orangtua yang saya cintai,

Bapak drg.H.Syakib Arsalan M,Kes. dan Ibu drg.Hj.Sam Permanatrini.

Yang selalu senantiasa mendukung dan mendoakan saya dalam segala hal dan dalam keadaan apapun, serta selalu memotivasi saya dengan penuh harapan agar dapat meraih cita-cita yang saya inginkan.

Kedua kakak yang saya sayangi ,

dr. Nofie Artriawan dan drg. Rakhmalita Arlini

yang senantiasa memberi dukungan dalam bentuk moril maupun doa.

Serta nenek tersayang Sindu Budjono,

yang senantiasa mendoakan saya agar mendapatkan yang terbaik.

MOTTO

Wahai orang-orang yang beriman , mohonlah pertolonganNYA (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sungguh Allah bersama orang-orang yang sabar

(QS. Al-Baqarah : 153)

Dan janganlah kamu memalingkan wajah dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi dengan angkuh. Sungguh Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri

(QS. Luqman : 18)

Sesungguhnya Allah tidak memandang bentuk tubuh dan rupamu, tapi memandang hatimu

(HR. Muslim)

Dan tidaklah sama kebaikan dan kejahatan. Tolaklah (kejahatan) dengan cara yang lebih baik, sehingga orang yang ada rasa permusuhan antara kamu dan dia akan seperti teman setia

(QS. Fushshilat : 34)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT , yang maha pengasih , maha penyayang, maha pengampun segala dosa dan penguasa alam semesta. Penulis panjatkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, keberuntungan, kelancaran, petunjuk serta ridho dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA TAHAP KESIAPAN UNTUK BERUBAH DAN TINGKAT PENURUNAN BERAT BADAN PADA MAHASISWA DENGAN OBESITAS DI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA** “ dengan lancar.

Penulisan karya tulis ilmiah ini dimaksudkan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh derajat sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Dalam penyelesaian penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, arahan, dorongan, saran, serta doa dari berbagai pihak sehingga pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih dan penghargaan kepada :

1. dr.H.Ardi Pramono,Sp.An,M.Kes., selaku dekan prodi Pendidikan Dokter

FKIK UMY

2. dr. Oryzati Hilman A, M.Sc.,CMFM,Ph.D. , selaku dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah, terimakasih atas waktu , kesabaran, bimbingan, pengarahan, petunjuk, koreksi, motivasi, dan doa yang telah beliau berikan kepada penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. dr. Supriyatiningih, Sp.OG.,M.Kes. selaku dokter pembimbing akademik penulis.
4. Kedua orangtua yang sangat saya cintai, Bapak drg.H.Syakib Arsalan M,Kes. dan Ibu drg.Hj.Sam Permanatrini yang selalu mendukung dan mendoakan penulis dalam keadaan apapun dan dimanapun agar selalu berusaha untuk meraih cita-cita serta senantiasa memberi nasihat-nasihat yang sangat berguna untuk masa sekarang, dan masa depan penulis.
5. Kepada kedua kakak tersayang dr. Nofie Artriawan dan drg. Rakhmalita Arlini, yang selalu membantu dan memberi nasihat kepada penulis agar menjadi lebih baik.
6. Untuk nenek yang selalu mendoakan anak-anak dan cucu-cucu nya agar diberikan perlindungan dan kelancaran dalam segala hal.
7. Lutfhi Arshaldo Cakranegara, yang selalu ada disaat susah dan senang, menemani penulis dimanapun kapanpun, mendukung penulis untuk terus berusaha mendapatkan sesuatu yang diinginkan, mendengarkan semua keluhan kesah penulis, dan memberi nasihat kepada penulis agar menjadi lebih baik.
8. Vagus : Velly, Destha, Rine, Laeli, Raissa Fadil, Ardicho, Sofian, Novita, Ikki John yang selalu bersama-sama menjalani senang duka di Fakultas Kedokteran UMY, serta selalu memberi dukungan satu sama lain untuk terus selalu

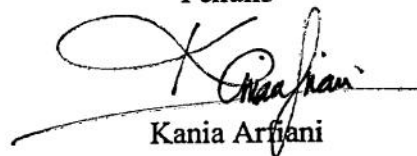
semangat dan meraih cita-cita agar menjadi dokter yang baik dan sukses bersama-sama.

9. Teman-teman kelompok Karya Tulis Ilmiah : Avi, Ria, Fadlia, Yara, yang selalu bersama-sama dalam mengerjakan Karya Tulis Ilmiah dan saling membantu untuk terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah.
10. Teman-teman kelompok D yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu
11. Teman-teman angkatan 2011, yang selalu berjuang bersama untuk meraih cita-cita bersama.
12. Teman-teman alumni SMA 1 Kudus kelas IPA 3 "OSHIMI" yang selalu mendoakan penulis agar cepat lulus dan menjadi dokter yang baik dan sukses.
13. Semua pihak yang telah mendoakan dan mendukung penulis.

Penulis telah berusaha untuk menulis Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun penulis menyadari bahwa tulisan ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhir kata, semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang Pendidikan Kedokteran.

Yogyakarta, 9 Juli 2015

Penulis



Kania Arfiani

DAFTAR TABEL

TABEL 1. Klasifikasi berat badan berdasarkan IMT dan RLPP	22
TABEL 2. Menghitung <i>Basal Metabolisme Rate</i> (BMR).....	26
TABEL 3. Prevalensi Kegemukan dan Obesitas Mahasiswa PSPD FKIK UMY.....	35
TABEL 4. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, tinggi badan, dan berat badan.....	36
TABEL 5. Frekuensi tahap kesiapan pada responden obesitas.....	37
TABEL 6. Aspek penurunan berat badan berdasarkan kuesioner pre-test dan post test.....	38
TABEL 7. Analisis data kuesioner kesiapan untuk berubah dalam penurunan berat badan.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

A. Kuesioner.....	51
B. <i>Informed Consent</i>	54
C. Hasil Olah Data <i>Chi-Square</i>	55
D. <i>Leaflet</i>	56

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
INTISARI.....	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9
1. Obesitas	9
2. Perubahan Perilaku.....	22
3. Manajemen Penurunan Berat Badan	25
B. Kerangka Konsep.....	29
C. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian.....	30
B. Populasi dan Sampel	30

C. Lokasi dan Waktu.....	31
D. Variabel dan Definisi Operasional	31
1. Variabel.....	31
2. Definisi Operasional	32
E. Instrumen Penelitian	32
F. Jalannya Penelitian.....	33
G. Uji Validasi dan Reliabilitas	34
H. Analisis Data.....	34
I. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Hasil Penelitian.....	35
B. Pembahasan.....	40
C. Kesulitan Penelitian.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
DAFTAR LAMPIRAN.....	51
A. Kuesioner	52
B. <i>Informed Consent</i>	54
C. Hasil Olah Data <i>Chi-Square</i>	55
D. <i>Leaflet</i>	56