

PERSEPSI MASYARAKAT TENTANG PERILAKU PENGENDALIAN OBESITAS PADA MASYARAKAT DI LEMPAKE SAMARINDA UTARA

Tara Anastia Pratiwi¹, Masitah², Zenia Lutfi Kurniawati³, Ruqoyyah Nasution⁴
Universitas Mulawarman

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana persepsi masyarakat akan perilaku pengendalian obesitas, adapun penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, pengumpulan data menggunakan kuesioner dan wawancara, adapun teknik pengolahan data menggunakan teknik analisis deskriptif dengan menghitung Nilai Jangkauan Interval (NJI). Penelitian mengenai persepsi masyarakat tentang perilaku pengendalian obesitas pada masyarakat Lempake ini diukur dengan tiga indikator yaitu tanggapan, pengetahuan serta sikap. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa masyarakat Lempake terkait perilaku pengendalian obesitas terkategori baik dan sangat baik, hal ini terlihat dari hasil kuesioner tiap item pernyataan pada tiga indikator dengan nilai rata-rata 3,65-4,28. Hal ini terlihat dari tanggapan yang baik masyarakat akan artikel berita atau berkaitan dengan sosialisasi obesitas, tanggapan yang baik akan kegiatan yang berkaitan dengan obesitas ini kemudian mempengaruhi pengetahuan masyarakat Lempake terkait perilaku pengendalian obesitas, dimana masyarakat memiliki pemahaman yang baik akan faktor-faktor yang menjadi penyebab obesitas serta bagaimana pola makan serta pola hidup sehat yang harus dilakukan untuk menghindari obesitas. Masyarakat Lempake yang antusias dan memiliki pemahaman yang baik akan perilaku pengendalian obesitas maka berdampak baik pada sikap yang ditunjukkan dalam upaya pengendalian obesitas, yaitu sikap yang mendukung dengan menghindari perilaku yang menyebabkan obesitas serta selalu menjaga pola hidup dan pola makan yang sehat. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Lempake memiliki persepsi yang baik akan perilaku pengendalian obesitas.

Kata Kunci: Persepsi Masyarakat, Obesitas.

PENDAHULUAN

Persepsi masyarakat sangat penting dalam menentukan tindakan baik dan buruk yang dilakukan oleh masyarakat tersebut. Agustin dan Khuzaini (2017: 56) menjelaskan bahwa persepsi yang baik dan tepat akan menghantarkan perilaku yang tepat pula dalam menangani suatu permasalahan. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi masyarakat sangat menentukan sikap dan tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau individu. Perilaku atau tindakan tersebut tentunya yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari, termasuk didalamnya adalah perilaku dan tindakan dalam mencegah suatu penyakit tanpa terkecuali penyakit obesitas.

Obesitas dapat menyebabkan berbagai permasalahan kesehatan lain yang lebih serius. Mulyani dan Yodia (2021: 343) menjelaskan bahwa obesitas merupakan penyebab atau faktor utama dalam terjadinya komplikasi berbagai penyakit serius seperti penyakit jantung, diabetes dan lain sebagainya. Hal ini menunjukkan bahwa obesitas meningkatkan resiko kematian dan mengancam nyawa seseorang, oleh karena itu obesitas merupakan masalah serius yang harus ditanggulangi dengan cepat oleh berbagai pihak baik pemerintah maupun masyarakat. Salah satu wilayah yang harus mengatasi masalah obesitas dengan serius adalah Samarinda, dikarenakan memiliki masyarakat penderita obesitas yang cukup tinggi.

Samarinda adalah salah satu kota di Kalimantan Timur yang dipergunakan sebagai pusat pemerintahan, sebagai pusat pemerintahan Samarinda merupakan wilayah dengan

padat penduduk oleh karena itu memungkinkan Samarinda memiliki angka penderita obesitas yang tinggi pula. Hanani et al (2021: 2) menjelaskan bahwa Samarinda merupakan wilayah peringkat ketiga di Kalimantan Timur dengan angka penderita obesitas tertinggi yaitu 9,4% dari keseluruhan jumlah penduduk. Salah satu wilayah yang ada di kota Samarinda dengan jumlah penduduk yang padat adalah wilayah kelurahan Lempake yang terletak di Kecamatan Samarinda Utara.

Lempake merupakan kawasan Samarinda yang memiliki tingkat hipertensi tertinggi pada tahun 2021 (Berdasarkan laporan Puskesmas) bulan Januari hingga Maret tahun 2021 terdapat 288 kasus yang dimana kasus terjadi pada usia 20 tahun sampai lebih dari 70 tahun (Data Dinas Kesehatan Kota Samarinda, 2021). Nuratama (2021: 54) menjelaskan bahwa obesitas merupakan salah satu faktor penyebab tingginya angka hipertensi terutama di kota Samarinda khususnya di kawasan Lempake. Hal ini dikarenakan gaya hidup yang tidak sehat dan berlebihan akan memicu timbulnya berbagai macam penyakit, yang umum ditemui adalah penyakit obesitas yang salah satunya dapat menyebabkan hipertensi yang merupakan penyakit tidak menular namun berbahaya bagi kesehatan dalam jangka waktu lama. Hal ini menunjukkan bahwa obesitas harus ditangani dan disikapi dengan baik oleh masyarakat maupun pemerintah karena dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang akan mempengaruhi kualitas hidup masyarakat.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu tentang persepsi masyarakat salah satunya adalah penelitian oleh Simatupang et al (2019) yang melakukan penelitian berkaitan dengan persepsi masyarakat akan kegiatan pembrantasan nyamuk guna mencegah DBD, hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat memiliki pengetahuan dan tindakan yang selaras dalam memberantas nyamuk. Selain itu terdapat penelitian oleh Tiana dan Amalia (2021) yang melakukan penelitian tentang persepsi masyarakat akan vaksin Covid-19. Namun belum ada penelitian yang berkaitan dengan persepsi masyarakat akan pengendalian obesitas.

Berdasarkan fenomena diatas bahwa angka hipertensi tinggi dikelurahan Lempake tahun 2021 dengan obesitas sebagai penyebab utama hipertensi serta belum adanya penelitian relevan berkaitan dengan persepsi masyarakat terkait perilaku pengendalian obesitas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Persepsi Masyarakat Tentang Perilaku Pengendalian Obesitas Pada Masyarakat di Lempake Samarinda Utara.”

METODE PENELITIAN

Terdapat dua variabel yang akan digabungkan untuk diteliti yaitu persepsi masyarakat serta perilaku pengendalian obesitas. Penelitian ini dioperasionalkan sebagai cara pandang serta pengetahuan yang dimiliki masyarakat di Lempake Samarinda Utara dengan total sebanyak 96 responden. Pengendalian angka obesitas pada penelitian ini diukur dengan tiga indikator yaitu:

1. Tanggapan, berupa respon yang diberikan oleh masyarakat berkaitan dengan obesitas serta perilaku pengendalian obesitas di lingkungan Lempake termasuk tanggapan tentang proses sosialisasi obesitas, pengukuran berat badan serta penyebaran atau membaca berita dan artikel terkait obesitas.
2. Pengetahuan, berkaitan dengan apa yang diketahui serta tidak diketahui masyarakat tentang obesitas serta perilaku pengendalian obesitas yaitu pengetahuan kriteria obesitas, penyebab obesitas, aturan pola makan dan pola hidup yang sehat.
3. Sikap, berkaitan dengan tindakan dan tingkah laku masyarakat yang sesuai dan termasuk dalam perilaku pengendalian obesitas yaitu perilaku pola hidup dan pola

akan yang sehat.

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2018: 76) menjelaskan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel yang lain. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini melalui kuesioner pada google form dengan tautan yang disebarakan melalui social media seperti WhatsApp, serta wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan terhadap 96 responden melalui kuesioner dengan menggunakan skala linkert untuk mengetahui bagaimana persepsi masyarakat Lempake akan pengendalian obesitas. Hasil kuesioner didukung oleh hasil wawancara tidak terstruktur.

Tabel 1. Hasil Responden Dijabarkan dengan Analisis Deskriptif

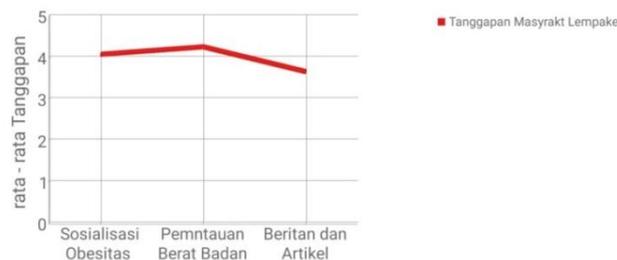
No	Pernyataan	Kategori Jawaban					NJI	Kategori
		1	2	3	4	5		
Tanggapan								
Sub Indikator Sosialisasi Obesitas								
1.	Saya selalu memberikan respon positif dan mengikuti sosialisasi yang berkaitan dengan obesitas	-	1	6	6 1	2 5	4,05	Baik
2.	Saya sangat antusias dan menganggap bahwa sosialisasi tentang obesitas sangat bermanfaat	-	1	2	5 7	3 3	4,17	Baik
Rata – rata							4,07	Baik
Sub Indikator Pemantauan Berat Badan								
3.	Saya merasa pemantauan berat badan sangat bermanfaat bagi pengendalian obesitas	1	2	1	3 8	5 1	4,32	Sangat Baik
4.	Saya merasa terbantu dengan adanya pemantauan berat badan secara rutin untuk mencegah obesitas	-	1	6	4 8	3 8	4,18	Baik
Rata – rata							4,25	Sangat Baik
Sub Indikator Berita dan Artikel Terkait Obesitas								
5.	Saya selalu memberikan tanda suka dan membaca dengan seksama berita dan artikel berkaitan dengan obesitas	-	7	1 8	5 5	1 3	3,4	Cukup Baik
6.	Saya selalu tertarik dengan berita atau artikel tentang obesitas	-	4	2 2	5 4	1 3	3,76	Baik
Rata – rata							3,65	Baik
Pengetahuan								
Sub Indikator Kriteria Obesitas								
7.	Saya memiliki pengetahuan	-	-	4	3	5	4,21	Sangat

	yang baik tentang kapan seseorang dikatakan obesitas			7	2		Baik	
Sub Indikator Faktor Penyebab Obesitas								
8.	Pola makan yang buruk dan sering mengkonsumsi makanan <i>junkfood</i> merupakan faktor utama penyebab obesitas	-	-	4	4 6	4 3	4,28	Sangat Baik
Sub Indikator Pola Hidup dan Pola Makan Sehat								
9.	Saya mengetahui bahwa rajin olah raga dan mengkonsumsi buah dapat menurunkan resiko obesitas	-	2	8	5 2	3 1	4,07	Baik
10	Mengkonsumsi sayuran hijau dan tinggi serat dapat mengurangi resiko obesitas	-	1	9	4 8	3 5	3,6	Baik
11	Mengurangi jumlah asupan kalori adalah salah satu Langkah mencegah obesitas	3	11	2 4	4 1	1 4	3,4	Cukup Baik
12	Diet ketat tidak dianjurkan karena dapat berpengaruh buruk bagi tubuh	2	7	1 4	5 2	1 8	3,7	Baik
Rata rata							3,69	Baik
Sikap								
Sub Indikator Pemantauan berat badan rutin								
13	Saya rajin melakukan pemeriksaan berat badan di fasilitas kesehatan untuk mencegah obesitas	2	7	1 4	5 2	1 8	3,7	Baik
14	Saya rajin menimbang berat badan secara mandiri untuk menghindari obesitas	-	2	1 2	5 3	2 6	3,9	
Rata – rata							3,8	Baik
Sub Indikator Pola Hidup Sehat								
15	Saya menerapkan pola hidup sehat agar terhindar dari obesitas	-	5	1 3	4 6	3 0	4,06	Baik
16	Saya rajin berolah raga untuk menghindari obesitas	-	3	1 2	5 3	2 5	3,9	Baik
Rata – rata							3,98	Baik
Sub Indikator Makan Sehat								
17	Saya makan dengan teratur untuk menghindari obesitas	-	11	2 2	4 6	1 5	3,61	Baik
18	Saya selalu mengawali hari dengan sarapan buah dan sayur	-	7	2 0	4 6	2 0	3,7	Baik
19	Saya mengkonsumsi lebih banyak buah dan sayur yang tinggi serta daripada karbohidrat agar terhindar dari obesitas	1	5	1 9	4 8	2 2	3,8	Baik

20	Saya mengurangi makanan manis, cemilan dan <i>junkfood</i> untuk terhindar dari obesitas	-	-	4	3 7	5 2	4,3	Sangat Baik
Rata – rata							3,85	Baik

Persepsi masyarakat dalam perilaku pengendalian obesitas diukur dengan tiga indikator yaitu tanggapan, pengetahuan dan sikap. Indikator tanggapan diukur dengan 3 sub indikator yaitu sosialisasi terkait obesitas, pemantauan berat badan, dan berita dan artikel terkait dengan obesitas. Tanggapan masyarakat Lempake terkait perilaku pengendalian obesitas adalah baik ditunjukkan dengan keikutsertaan dan ketertarikan dalam kegiatan, pembacaan berita dan artikel perilaku pengendalian obesitas. Pada sub indikator sosialisasi berkaitan dengan obesitas masyarakat Lempake memperoleh rata-rata 4,07 terkategori tinggi menunjukkan masyarakat Lempake memberikan respon positif dan antusias dalam mengikuti sosialisasi seputar obesitas. Sub indikator pemantauan berat badan mendapatkan nilai 4,25 yang terkategori sangat tinggi, hal ini menunjukkan masyarakat sangat memperhatikan berat badan dan senang jika ada kegiatan pemantauan berat badan secara rutin. Sedangkan sub indikator artikel dan berita mendapatkan skor paling rendah yaitu 3,65. Masyarakat Lempake terkategori baik, hal ini menandakan masyarakat Lempake umumnya membaca artikel terkait obesitas namun tidak semuanya menyebarkan atau memberikan *like*.

Tanggapan Masyarakat Lempake terkait pengendalian Obesitas

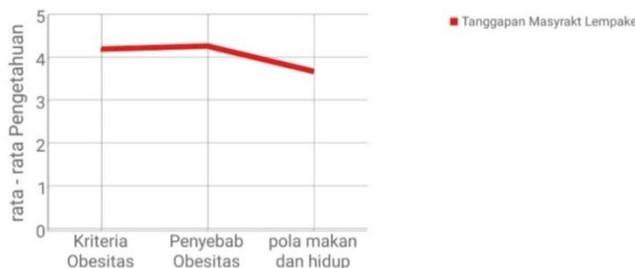


Gambar 1. Diagram Tanggapan Masyarakat Lempake akan Perilaku Pengendalian Obesitas

Tanggapan paling tinggi diberikan respon positif oleh masyarakat Lempake berkaitan dengan pemantauan berat badan, hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Lempake memiliki antusias terhadap kegiatan pengendalian obesitas seperti kegiatan penimbangan berat badan sebagai salah satu indikator penentuan obesitas pada seseorang.

Masyarakat Lempake memiliki pengetahuan maupun tindakan yang baik dalam pencegahan obesitas. Hal ini diukur dengan 3 sub indikator yaitu pengetahuan akan kriteria obesitas, pengetahuan akan pola makan yang sehat serta pengetahuan akan pola hidup yang sehat. Masyarakat Lempake diketahui memiliki pengetahuan yang sangat baik akan obesitas serta perilaku pencegahannya. Pada sub indikator kriteria obesitas masyarakat mendapatkan skor rata-rata 4,21 yang terkategori sangat tinggi, hal ini menunjukkan masyarakat Lempake memiliki pengetahuan dan pemahaman yang baik akan kriteria seseorang dikatakan obesitas. Masyarakat Lempake juga memiliki pemahaman yang sangat baik akan faktor penyebab obesitas, salah satunya adalah pola makan yang tidak sehat dengan skor 4,28 terkategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Lempake paham penyebab obesitas adalah makanan. Masyarakat Lempake juga telah paham dengan pola hidup dapat berpengaruh terhadap obesitas, pada sub indikator ini memperoleh skor 3,69 terkategori baik.

Pengetahuan Masyarakat Lempake terkait pengendalian Obesitas



Gambar 2. Grafik Pengetahuan Masyarakat Lempake Terkait Perilaku Pengendalian Obesitas

Pada aspek pengetahuan masyarakat Lempake sudah baik terutama pada kriteria obesitas serta penyebab obesitas yaitu makan junkfood serta makan secara berlebihan dapat menyebabkan obesitas.

Persepsi masyarakat Lempake akan perilaku obesitas juga diukur dengan indikator sikap. Indikator ini diturunkan menjadi tiga sub indikator yaitu pemantauan berat badan rutin, pola hidup sehat dan pola makan sehat. Pemantauan berat badan secara rutin mendapatkan skor 3,8 terkategori baik hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Lempake secara rutin memantau perkembangan berat badannya sehingga mengetahui apakah mengalami obesitas atau tidak. Pada indikator kedua yaitu pola hidup sehat masyarakat Lempake memiliki sikap yang baik dengan penerapan pola hidup yang sehat dengan selalu berolahraga secara rutin mendapatkan skor 3,98 yang terkategori baik. Terakhir pada pola makan masyarakat terkategori baik dengan skor 3,85 masyarakat Lempake menjaga pola makan dan rutin mengkonsumsi buah dan sayur.

Sikap Masyarakat Lempake terkait pengendalian Obesitas



Gambar 3. Grafik Sikap Masyarakat terkait Perilaku Pengendalian Obesitas

Sikap masyarakat dalam rangka pengendalian obesitas rata-rata adalah baik namun yang tertinggi adalah pada pola hidup sehat yang menunjukkan bahwa masyarakat Lempake rajin berolahraga. Pemantauan berat badan secara rutin serta pola makan memiliki porsi yang seimbang dalam grafik ini artinya pola makan masyarakat Lempake adalah sehat dibarengi dengan pemantauan berat badan secara rutin. Sikap yang ditunjukkan masyarakat Lempake terhadap perilaku pencegahan atau pengendalian obesitas terkategori baik dengan mempraktekan apa yang diketahui agar terhindar dari obesitas seperti menjaga pola makan atau berolahraga dengan rutin. Secara keseluruhan masyarakat Lempake memiliki persepsi yang baik akan perilaku pengendalian obesitas namun ada beberapa aspek yang masih harus ditingkatkan lagi seperti penyebaran artikel berkaitan obesitas serta makan makanan berserat atau hijau yang masih terkategori cukup baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa persepsi masyarakat Lempake terkait perilaku pengendalian obesitas adalah sangat baik, hal ini terlihat dari hasil kuisioner tiap item pernyataan mendapatkan nilai yang terkategori baik dan sangat baik. Telihat dari tanggapan yang baik masyarakat akan artikel berita atau berkaitan dengan sosialisasi obesitas, tanggapan yang baik akan kegiatan yang berkaitan dengan obesitas ini kemudian mempengaruhi pengetahuan masyarakat Lempake terkait perilaku pengendalian obesitas, dimana masyarakat memiliki pemahaman yang baik akan faktor-faktor yang menjadi penyebab obesitas serta bagaimana pola makan serta pola hidup sehat yang harus dilakukan untuk menghindari obesitas. Masyarakat Lempake yang antusias dan memiliki pemahaman yang baik akan perilaku pengendalian obesitas maka berdampak baik pada sikap yang ditunjukkan dalam upaya pengendalian obesitas yaitu sikap yang mendukung dengan menghindari perilaku yang menyebabkan obesitas serta selalu menjaga pola hidup dan pola makan yang sehat. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Lempake memiliki persepsi yang baik akan perilaku pengendalian obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., & Khuzaini, K. (2017). Persepsi Masyarakat Terhadap Penggunaan Transportasi Online (Go-Jek) Di Surabaya. *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen (JIRM)*, 6(9).
- Mulyani, L., Ngo, N. F., & Yudia, R. C. P. (2021). Hubungan Obesitas dengan Komplikasi Maternal dan Luaran Perinatal: Association of Obesity with Maternal Complication and Perinatal Outcomes. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(2), 343-350.
- Simatupang, M. M., Oktivaningrum, R., Pratiwi, I., & Gestafiana, G. (2019). Pengetahuan Dan Persepsi Masyarakat Terhadap Kegiatan Pemberantasan Sarang Nyamuk (Psn. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 3(1), 69.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tiana, E., & Amalia, N. (2021). Gambaran Persepsi Masyarakat Terhadap Vaksin Covid-19. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 526-531.