
Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dyah Ekowatiningsih¹, Tri Utami²

¹Poltekkes Kemenkes Makassar

²Universitas Muhammadiyah Sukabumi

e-mail: 1dyaheko@gmail.com, 2triotami@gmail.com

Corresponding author: dyaheko@gmail.com

ABSTRAK

Informasi Artikel:

Terima: 10-05-2024

Revisi: 13-06-2024

Disetujui: 18-07-2024

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Penatalaksanaan obesitas akan memberikan hasil yang optimal, apabila orang tersebut melakukan diet, aktifitas fisik, dan behavior therapy dengan sungguh-sungguh. Oleh karena itu, diperlukan keyakinan diri (*self-efficacy*) yang kuat untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan *self-efficacy* manajemen obesitas pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Teknik penentuan sampling menggunakan *probability sampling* dengan besar sampel sebanyak 83 orang mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, survey serta penyebaran kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan regresi logistik (*logistic regression*). Hasil penelitian ini didapatkan bahwa Sikap dengan nilai P value: 0,001 (< 0,05), Kondisi Fisik dan Emosi dengan nilai P value : 0,001 (< 0,05), dan Jenis Kelamin dengan nilai P value : 0,032 (< 0,05) memiliki hubungan yang signifikan terhadap *Self Efficacy Manajemen Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Upaya untuk meningkatkan *self-efficacy* manajemen obesitas yaitu dengan meningkatkan kondisi tubuh, stres menurun dan adanya kesiapan untuk menjalani diet. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi, memberikan informasi dan pemahaman kepada mahasiswa tentang faktor yang berhubungan dengan *self-efficacy* obesitas.

Kata kunci: *Self Efficacy Manajemen Obesitas*, Obesitas

ABSTRACT

Obesity is a condition where there is an accumulation of excess body fat so that a person's weight is far above normal and can endanger health. Obesity management will provide optimal results, if the person does diet, physical activity, and behavior therapy seriously. Therefore, strong self-efficacy is needed to get maximum results. **The purpose of this study** is to analyze factors related to *self-efficacy* obesity management in students of the Faculty of Health, University of Muhammadiyah Sukabumi. The sampling determination technique uses *probability sampling* with a sample size of 83 students. This study uses a descriptive-analytical method with a *cross-sectional* design. Data collection was carried out by interviews, surveys and questionnaire distribution. The data analysis technique used is *logistic regression*. **The results of this study** found that Attitude with P value: 0.001 (< 0.05), Physical and

Emotional Conditions with P value: 0.001 (< 0.05), and Gender with P value: 0.032 (< 0.05) had a significant relationship with *Self Efficacy in Student Obesity Management*, Faculty of Health, University of Muhammadiyah Sukabumi. Efforts to improve *self-efficacy* in obesity management are by improving body condition, decreasing stress, and being ready to undergo a diet. This research is expected to be used as a reference material, providing information and understanding to students about factors related to *obesity self-efficacy*.

Keywords: *Self Efficacy Management Obesity, Obesity*

PENDAHULUAN

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Secara umum kegemukan dan obesitas adalah suatu kondisi tidak normal yang ditandai oleh peningkatan lemak tubuh berlebihan, umumnya timbul di jaringan kulit sekitar organ. (WHO, 2014).

Menurut Salam (2010), obesitas disebabkan oleh beberapa faktor yaitu genetik, pola makan, pola aktivitas/olahraga, dan emosi. Obesitas pada remaja akan meningkatkan risiko obesitas pada usia dewasa dan akan mengarah terhadap peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dan sindrom metabolik (Ali, Nuryani, 2018).

Nilai BMI didefinisikan sebagai berikut: World Health Organization (2020) mengklasifikasikan obesitas berdasarkan BMI menjadi pre obesity (25,0-29,9), obesitas tingkat I (30,0-34,9), obesitas tingkat II (35,0-39,9), dan obesitas tingkat III (≥ 40). Sedangkan Pedoman Gizi Nasional (2014) dalam Kemenkes RI (2018) mengklasifikasikan obesitas berdasarkan BMI menjadi gemuk ringan (25,1-27,0) dan gemuk berat (> 27). Seseorang dikatakan obesitas dapat dilihat dari pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh/BMI (kg/m^2)) dengan nilai > 25 ditetapkan sebagai berat badan lebih atau obesitas (Kemenkes, 2019). Seseorang digolongkan kelebihan berat badan jika IMT 25 - 29,9, dikatakan obesitas jika IMT 30 - 39,9, dan orang dengan BMI 40 atau lebih dikatakan sangat gemuk (Health Assured 2019). Strategi pencarian seseorang yang digolongkan dengan kelebihan berat badan jika IMT 25 - 29,9, obesitas jika IMT 30 - 39,9, dan orang dengan BMI 40 atau lebih dikatakan sangat gemuk (Health Assured, 2019).

World Health Organization (WHO) (2020) menyatakan bahwa pada tahun 2016, lebih dari 340 juta anak dan remaja dengan rentang usia 5-19 tahun mengalami overweight dan obesitas. Selain itu pada tahun 2016, lebih dari 1,9 miliar orang dewasa yang berusia 18 tahun ke atas mengalami overweight (39% pria dan 15% wanita), di antaranya lebih dari 650 juta orang mengalami obesitas (11% pria dan 15% wanita). Di Indonesia, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan angka kejadian overweight dan obesitas pada dewasa dengan usia lebih dari 18 tahun. Angka kejadian overweight pada tahun 2007 (8,6%), 2013 (11,5%), 2018 (13,6%). Sedangkan, angka kejadian obesitas pada tahun 2007 (10,5%), 2013 (14,8%), 2018 (21,8%). Selain itu, hasil Riskesdas 2018 juga menunjukkan angka kejadian obesitas pada dewasa dengan usia lebih dari 18 tahun di DKI Jakarta sebesar 30,1% (Kemenkes RI, 2018).

Dampak psikososial pada obesitas seringkali menderita bias sosial, prasangka dan diskriminasi, tidak hanya oleh kalangan umum tetapi juga profesional kesehatan, dan ini mungkin membuat mereka enggan untuk mencari bantuan medis. Menurut Roberts dan Duong (2013) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa obesitas berisiko lebih besar untuk kesehatan mental yang buruk.

Berdasarkan data yang didapatkan dari Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi pada tahun 2020 dengan jumlah mahasiswa 1.379 orang yang terdiri dari 51 mahasiswa diploma III Keperawatan, 983 mahasiswa sarjana, 188 mahasiswa profesi, 117 mahasiswa magister

dan 40 mahasiswa spesialis. Dari 272 responden yang terdiri dari mahasiswa diploma dan S1 reguler, tercatat sekitar 93 mahasiswa (34, 2%) yang mengalami obesitas.

Dari hasil wawancara dengan 5 mahasiswa yang terdiri dari 1 mahasiswa spesialis dan 4 mahasiswa sarjana mereka mengatakan bahwa mereka merasa kurang percaya diri dengan kondisi obesitas yang di alami, mereka beranggapan sebagian dari temannya sebagai orang yang suka mengolok-olok dengan menjadikan mereka sebagai objek ejekan dan beranggapan penampilan gemuk selalu diejek dan dianggap sebagai suatu hal yang lucu yang dapat membuat orang lain tertawa dan dianggap jelek. Mereka mengatakan bahwa mengalami obesitas merasa dirinya sangat berbeda dan aneh dibandingkan orang lain. mereka merasa tidak nyaman dengan diri sendiri, merasa mengalami perubahan pada citra tubuh, merasa kesal karena kesulitan mencari pakaian yang sesuai, dan mereka mengatakan mudah lelah dalam beraktifitas fisik. Mereka mengatakan faktor yang menyebabkan obesitas salah satunya adalah pola makan yang tidak terarur atau jenis makanan yang dikonsumsi tidak atur dan kurang melakukan kegiatan olah raga.

Upaya yang dilakukan mahasiswa untuk menangani permasalahan tersebut, yaitu diet dan melakukan aktifitas fisik secara rutin. Akan tetapi, ketika diberikan pilihan, mahasiswa cenderung lebih memilih melaksanakan diet daripada melakukan aktifitas fisik. Hal ini disebabkan karena mahasiswa merasa sudah terlalu lelah ketika berada dirumah, tidak memiliki waktu luang, dan merasa bahwa untuk melakukan aktifitas fisik membutuhkan motivasi yang besar. Namun, mahasiswa juga menyatakan bahwa diet kurang memberikan dampak yang signifikan, karena penurunan berat badan membutuhkan waktu yang cukup lama. Sehingga, mahasiswa menjadi tidak bersemangat untuk menjalani diet dan kembali pada pola makan sebelumnya. Dengan kata lain, kegagalan dalam diet disebabkan karena mahasiswa tidak memiliki self efficacy yang tinggi.

Berdasarkan data diatas, angka kejadian obesitas serta rendahnya self efficacy pada mahasiswa obesitas di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi cukup tinggi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui tentang Faktor Yang Berhubungan Dengan Self Efficacy Manajement Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan pendekatan cross sectional peneliti mencari hubungan antara variabel bebas dengan variabel teriat dengan melakukan pengukuran sesaat Uji yang dilakukan dengan menggunakan analisis regresi logistik (*logistic regression*).

HASIL PENELITIAN

Hasil Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Table 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, dan Agama Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi (n=83)

No	Keterangan		Jumlah	(%)
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	16	19,3 %
		Perempuan	67	80,7 %
2	Umur	19-25 tahun	63	75,9 %
		26-30 tahun	16	19,3 %
		31-35 tahun	1	1,2 %
		36-40 tahun	3	3,6 %
3	Pendidikan Terahir	D3 Kep	26	31,3 %
		S1 Kep	57	68,7 %

4	Agama	Islam	79	95,2 %
		Kristen	4	4,8 %

Pada table 1. dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang menjadi responden adalah perempuan sebanyak 67 orang (80,7%). Pada umumnya mahasiswa yang menjadi responden adalah berusia 15-25 tahun sebanyak 63 orang (75,9%). Mayoritas tingkat pendidikan yang di jalankan mahasiswa yang menjadi responden adalah berpendidikan S1 Keperawatan sebanyak 57 orang (68,7%). Dan mayoritas agama yang di anut mahasiswa yang menjadi responden adalah beragama islam sebanyak 79 orang (95,2%).

Analisis Bivariat

Hubungan Pengalaman dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 2. Hubungan Pengalaman dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Pengalaman	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total	P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah				
	F	%	F	%			
Baik	27	32,5 %	13	15,7 %	40	48,2%	0,000 12,808 (4,319-37,984)
Kurang Baik	6	7,2 %	37	44,6 %	43	51,8%	
Total	33	39,8 %	50	60,0 %	83	100 %	

Berdasarkan tabel 2 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value: 0,000 (< 0,05), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Pengalaman dengan *Self Efficacy* manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Nilai OR 12,8 dapat dianalisis pada mahasiswa yang mempunyai pengalaman yang baik berpeluang 12,8 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang pengalamannya kurang baik.

Hubungan Sikap dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 3. Hubungan Sikap dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Sikap	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total	P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah				
	F	%	F	%			
Baik	25	30,1 %	14	16,9 %	39	27,0%	0,000 8,036 (2,934-22,006)
Kurang Baik	8	9,6 %	36	43,4 %	44	53,0%	
Total	33	39,8 %	50	60,2 %	83	100 %	

Berdasarkan tabel 3 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value 0,000 (< 0,05), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Sikap dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Nilai OR 8,03 dapat dianalisis pada mahasiswa yang mempunyai Sikap yang baik berpeluang 8,03 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang Sikapnya kurang baik.

Hubungan Psikis dengan *Self Efficacy* Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 4. Hubungan Psikis dengan *Self Efficacy* Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Psikis	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total		P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah					
	F	%	F	%	F	%		
Baik	24	28,9 %	11	13,3 %	35	42,2%	0,000	9,455 (3,419-26,145)
Kurang Baik	9	10,8%	39	47,0 %	48	57,8%		
Total	33	39,8 %	50	60,2 %	83	100 %		

Berdasarkan tabel 4 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,000 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Psikis dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Dilihat dari nilai OR 9,45 dapat dianalisis pada mahasiswa yang mempunyai Psikis yang baik berpeluang 9,45 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang Psikis nya kurang baik.

Hubungan Verbal dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 5. Hubungan Persuasi Verbal dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Verbal	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total		P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah					
	F	%	F	%	F	%		
Tinggi	24	28,9 %	17	20,5 %	41	49,4%	0,001	5,176 (1,974-13,573)
Rendah	9	20,8%	33	39,8 %	42	50,6%		
Total	33	39,8 %	50	60,2 %	83	100 %		

Berdasarkan tabel 5.6 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,001 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Verbal dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Dilihat dari nilai OR 5,17 dapat dianalisis pada mahasiswa yang mempunyai Verbal yang tinggi berpeluang 5,17 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang Verbal nya rendah.

Hubungan Jenis Kelamin dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 6. Hubungan Jenis Kelamin dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Jenis Kelamin	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total		P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah					
	F	%	F	%	F	%		
Laki-laki	11	13,3 %	5	6,0 %	16	19,3%	0,019	4,500 (1,392-14,552)
Perempuan	22	26,5%	45	54,2 %	67	80,7%		
Total	33	39,8 %	50	60,2 %	83	100 %		

Berdasarkan tabel 6 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,019 (< 0,05), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Jenis Kelamin dengan *Self Efficacy* manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Dilihat dari nilai OR 4,5 dapat dianalisis pada mahasiswa yang Jenis Kelamin perempuan berpeluang 4,5 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang Jenis Kelamin laki-laki.

Hubungan Tingkat Pendidikan Verbal dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tabel 7. Hubungan Tingkat Pendidikan dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Tingkat Pendidikan	<i>Self Efficacy</i> Obesitas				Total		P Value	OR CI-95%
	Tinggi		Rendah		F	%		
	F	%	F	%				
D3 Keperawatan	5	6,0 %	21	25,3 %	26	31,3%	0,019 0,247 (0,082-0,744)	
S1 Keperawatan	28	233,7%	29	34,9 %	57	68,7%		
Total	33	39,8 %	50	60,2 %	83	100 %		

Berdasarkan tabel 7 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,019 (< 0,05), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Tingkat Pendidikan dengan *Self Efficacy* Obesitas manajemen Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Dilihat dari nilai OR 0,24 dapat dianalisis pada mahasiswa Tingkat Pendidikan yang S1 Keperawatan berpeluang 0,24 kali akan mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi dibandingkan pada responden yang D3 Keperawatan.

Analisis Multivariat

Tabel 8. Hasil Uji Regresi Logistik Hubungan Sikap, Kondisi Fisik dan Emosi, dan Jenis Kelamin terhadap *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% C.I.for EXP(B)	
							Lower	Upper
Ste 1 ^a Jenis Kelamin	1,612	,753	4,577	1	,032	4,500	1,145	21,934
Sikap	-2,073	,646	10,298	1	,001	,126	,035	,446
Psikis	-2,029	,635	10,207	1	,001	,131	,038	,456
Constant	,389	1,423	,075	1	,785	1,475		

Berdasarkan tabel 8 di atas, dapat diketahui bahwa Sikap, Psikis, dan Jenis Kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap *Self Efficacy* Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien B dan OR (Odds Ratio), dimana Jenis Kelamin merupakan variabel yang memiliki nilai koefisien B (1,612) dan OR (4,500) paling tinggi jika dibandingkan dengan variabel lainnya. Hasil ini menunjukkan bahwa Jenis Kelamin merupakan variabel yang paling dominan berhubungan terhadap *Self Efficacy* Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Nilai OR (Odds Ratio) pada Jenis Kelamin perempuan menunjukkan mempunyai peluang 4,5 kali memiliki *Self Efficacy* Obesitas tinggi di bandingkan dengan jenis kelamin laki-laki pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

Pembahasan

Hubungan Pengalaman dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,000 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Pengalaman dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

Pengalaman langsung dari pasien menjadi sumber utama terbentuknya *self efficacy*. Selain pengalaman pribadi, sumber kedua dari terbentuknya *self efficacy* yaitu pengalaman orang lain yang dapat dijadikan pembelajaran bagaimana mengelola penyakit dan mempertahankan coping yang adaptif (Widyawati, 2012).

Menurut peneliti, adanya pengalaman selama mengalami obesitas dapat meningkatkan keyakinan diri individu dalam melakukan aktivitas dan pemenuhan kebutuhan perawatan diri. Pengalaman individu dapat digunakan sebagai acuan tindakan selanjutnya supaya individu tersebut tidak mengulang tindakan yang kurang tepat seperti di masa lampau.

Hubungan Sikap dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,000 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Sikap dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indriani, Septy Dwi (2014). Penelitian tersebut mengenai hubungan pengetahuan dan sikap dengan kejadian obesitas pada pegawai sekretariat daerah provinsi Riau. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kejadian obesitas. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa pengetahuan yang baik dan cukup tidak dapat secara langsung berhubungan dengan tindakan dan menghasilkan suatu output yang positif.

Hubungan Psikis dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,000 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Psikis dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Rahmawati, (2015) Pada analisis univariat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2012-2014 memiliki kondisi mental emosional yang normal. Akan tetapi, berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki gejala gangguan mental emosional. Pada hasil analisis hubungan antara kondisi mental emosional dengan obesitas sentral menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kondisi mental emosional terganggu lebih banyak ditemukan pada mahasiswa yang tidak mengalami obesitas sentral.

Hubungan Verbal dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,001 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Verbal dengan *Self Efficacy Manajement Obesitas* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Menurut Bandura dalam Ghufroon & Risnawati (2016), pengaruh persuasi verbal tidaklah terlalu besar karena tika memberikan suatu pengalaman yang

dapat langsung dialami atau diamati individu. Dalam kondisi yang menekan dan kegagalan terus menerus, pengaruh sugesti akan cepat hilang jika mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan. Pada dasarnya verbal persuasi merupakan kemampuan komunikasi yang dapat membujuk atau mengarahkan orang lain.

Hubungan Jenis Kelamin dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,019 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Jenis Kelamin dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, (2015) pada uji statistik diperoleh nilai $p = 0,030$, dimana terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan obesitas sentral pada mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2012-2014. Selain itu, pada analisis juga diperoleh nilai $OR=0,119$, dimana laki-laki memiliki risiko sebesar 0,119 kali mengalami obesitas sentral dibandingkan dengan perempuan. Laki-laki dan perempuan memiliki distribusi lemak yang berbeda-beda. Proporsi lemak pada laki-laki lebih banyak terdapat pada bagian atas tubuh, seperti bagian abdominal atau perut, sedangkan proporsi lemak pada wanita lebih banyak pada bagian bawah tubuh, seperti pada pinggang dan panggul (Pujiati, 2010).

Hubungan Tingkat Pendidikan dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value : 0,019 ($< 0,05$), di mana dapat disimpulkan ada Hubungan Tingkat Pendidikan dengan *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

Penelitian ini tidak sejalan dengan peneliti Latifah (2016). Pada penelitiannya didapatkan hasil bahwa pendidikan responden tidak berhubungan dengan efikasi diri ($p>0,05$), dimana pada penelitian ini hampir seluruh responden berpendidikan rendah, pendidikan merupakan komponen yang sangat penting untuk seorang individu, pendidikan menjadi sebuah indikator seseorang telah menempuh pendidikan formal, pendidikan seseorang dapat mempengaruhi pasien untuk memperoleh informasi terkait penyakitnya, sehingga apabila pasien memiliki pendidikan yang tinggi maka efikasi diri pasien juga akan lebih baik (Latifah, 2016).

Analisis Multivariat

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa Sikap, Kondisi Fisik dan Emosi, dan Jenis Kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap *Self Efficacy* Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien B dan OR (*Odds Ratio*), dimana Jenis Kelamin merupakan variabel yang memiliki nilai koefisien B (1,612) dan OR (5,011) paling tinggi jika dibandingkan dengan variabel lainnya. Hasil ini menunjukkan bahwa Jenis Kelamin merupakan variabel yang paling dominan berhubungan terhadap *Self Efficacy* Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi.

Perubahan kondisi tubuh dan suasana hati dapat mempengaruhi *Self Efficacy*, seseorang cepat menyimpulkan kelelahan dan perubahan suasana hati sebagai petunjuk tentang *Self Efficacy*. Dalam kaitannya dengan keadaan fisiologis dan suasana hati, *Self Efficacy* dapat meningkat apabila:

kondisi tubuh meningkat, stres menurun, emosi-emosi negatif berkurang, ada koreksi terhadap keadaan tubuh Bandura dalam Ghufron & Risnawati, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa Sikap, Kondisi Fisik dan Emosi, dan Jenis Kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap Self Efficacy Manajemen Obesitas Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien B dan OR (Odds Ratio), dimana Jenis Kelamin merupakan variabel yang memiliki nilai koefisien B (1,612) dan OR (5,011) paling tinggi jika dibandingkan dengan variabel lainnya. Disarankan bagi mahasiswa yang mengalami obesitas bisa merubah gaya hidup yang berpotensi meningkatkan faktor risiko obesitas antara lain kebiasaan merokok, konsumsi gula dan garam berlebih, kurangnya aktivitas fisik, serta kurang konsumsi sayur dan buah. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi institusi pendidikan, sehingga bisa membantu memberikan informasi dan pemahaman kepada mahasiswa tentang faktor yang berhubungan dengan *self efficacy* obesitas. Serta bisa mendukung dan memotivasi mahasiswa agar *self efficacy* dapat dilaksanakan dengan optimal dan berat badan ideal dapat tercapai. Peneliti selanjutnya disarankan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menyajikan hal-hal yang dibutuhkan untuk mendukung pengukuran *Self Efficacy* Manajemen Obesitas seperti melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan IMT pada responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrida, Maryudella. (2017). Pengaruh Dewi L (2018). *Hubungan Konsumsi Junk Food Dengan Terjadinya Obesitas Pada Siswa SMA Swasta Sultan Agung*. Repos Institusi USU. 2018;
- Ghufron, M. N. & Risnawati, S. R., (2016). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta
- Health Assured, (2019). *National Obesity Awareness Week 2019*. Available from: <https://www.healthassured.org/blog/national-obesity-awareness-week-2019/>. Accessed 30/01/2019. Health Assured, Manchester.
- Indriani, Septy Dwi., Chandra, Filia., Huriatul., Masdar. (2014). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Kejadian Obesitas Pada Pegawai Sekretariat Daerah Propinsi Riau*. Artikel Penelitian Jom FK Vol. 1 No. 2.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Latifah M. (2016). *Hubungan Self Efficacy dengan Perilaku Self Care Pasien Kanker Payudara di Rumah Sakit Onkologi Surabaya*. Tesis. Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.
- Pujiati, S. (2010). *Prevalensi dan Faktor Resiko Obesitas Sentral pada Penduduk Desa dan Kabupaten Indonesia tahun 2007*. Program Pasc Sarjana Universitas Indonesia.
- Rahmawati, Dewi (2015). *Factor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2012-2014*. Program Studi Kesehatan Masyarakat.
- Salam A. (2010). *Faktor Risiko Kejadian Obesitas*. Jurnal MKMI. Vo.2 No.6:185-90.

Cindoku: Jurnal Keperawatan dan Ilmu Kesehatan

Published by: Alahyan Publisher Sukabumi

e-ISSN: 3064-4313

Volume: 1 Nomor: 2 (Agustus: 2024) hal: 66-75

Widyawati. (2012). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Literasi Finansial Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya*. Jurnal Akuntansi dan Pendidikan Vol. 1. No. 1. Diakses pada 28 Mei 2018.

World Health Organization (WHO) (2014). *Commission on Ending Childhood Obesity*. Geneva, World Health Organization, Departement of Noncommunicable disease surveillance.