

**HUBUNGAN KUALITAS HIDUP, POLA MAKAN DAN JENIS  
KONTRASEPSI TERHADAP OBESITAS WANITA  
PERIMENOPAUSE DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN 'F' KABUPATEN  
BOGOR TAHUN 2024**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**LINDA RAHMATULUMAH**

**235401446072**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**HUBUNGAN KUALITAS HIDUP, POLA MAKAN DAN JENIS  
KONTRASEPSI TERHADAP OBESITAS WANITA  
PERIMENOPAUSE DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN 'F' KABUPATEN  
BOGOR TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan  
pada Program Studi Ilmu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**LINDA RAHMATULUMAH**

**235401446072**


**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**


SKRIPSI


HUBUNGAN KUALITAS HIDUP, POLA MAKAN DAN JENIS  
KONTRASEPSI TERHADAP OBESITAS WANITA  
PERIMENOPAUSE DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN 'F' KABUPATEN  
BOGOR TAHUN 2024



Oleh:  
LINDA RAHMATULUMAH  
NPM: 235401446072

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi  
Program Studi Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Pada tanggal 07 Agustus 2024

Pembimbing 1  
  
Risza Choirunissa, S.Si.T., M.KM

Pembimbing 2  
  
Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.ST., M.Keb

Mengesahkan,  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
  
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si



## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Hidup, Pola Makan Dan Jenis Kontrasepsi  
Terhadap Obesitas Wanita Perimenopause Di Tempat Praktik  
Mandiri Bidan 'F' Kabupaten Bogor Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Linda Rahmatulumah

NPM : 235401446072



**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI SETELAH SIDANG**

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Hidup, Pola Makan Dan Jenis Kontrasepsi  
Terhadap Obesitas Wanita Perimenopause Di Tempat Praktik  
Mandiri Bidan 'F' Kabupaten Bogor Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Linda Rahmatulumah

NPM : 235401446072



## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Linda Rahmatulumah

NPM : 235401446072

Judul Penelitian : Hubungan Kualitas Hidup, Pola Makan Dan Jenis

Kontrasepsi Terhadap Obesitas Wanita

Perimenopause Di Tempat Praktik Mandiri Bidan

'F' Kabupaten Bogor Tahun 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar Pustaka.

Bogor, Juli 2024



(Linda Rahmatulumah)

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada kehadiran Allah SWT, Tuhan semua umat, Tuhan seluruh alam Tuhan dari segala hal yang telah memberi Rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Kualitas Hidup, Pola Makan Dan Jenis Kontrasepsi Terhadap Obesitas Wanita Perimenopause Di Tempat Praktik Mandiri Bidan ‘F’ Kabupaten Bogor Tahun 2024“. Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridho Ilahi, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar saya mengucapkan Alhamdulillahirobilalamin beserta terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
2. Ibu Putri Azzahroh, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
3. Ibu Risza Choirunissa, S.Si.T., M.KM selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberi saya masukan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya
4. Ibu Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.ST., M.Keb selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberi saya masukan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.

5. Ibu dr. Cholisah Suralaga, M.Kes Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberi masukan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya
6. Seluruh Dosen dan Staff Karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepala dan seluruh karyawan di TPMB 'F' di Kabupaten Bogor yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitiannya.
8. Keluarga dan teman-teman tercinta yang selalu membantu memberikan semangat, doa dan dukungan tenaga maupun moril pada saat penelitian dilakukan.
9. Seluruh responden yang berkenan membantu penelitian penulis
10. Seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2023/2024 Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Nasional.

Skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna, sehingga penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini. Akhir kata semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya bagi tenaga kesehatan serta tenaga bidan yang mengambil penelitian selanjutnya.

Bogor, Juli 2024



Linda Rahmatulumah



## Abstrak

# HUBUNGAN KUALITAS HIDUP, POLA MAKAN DAN JENIS KONTRASEPSI TERHADAP OBESITAS WANITA PERIMENOPAUSE DI TEMPAT PRAKTIK MANDIRI BIDAN 'F' KABUPATEN BOGOR TAHUN 2024

*Linda Rahmatulumah, Risza Choirunissa, Siti Syamsiah*

**Pendahuluan:** Baik negara maju maupun negara berkembang sama-sama memberikan perhatian yang besar terhadap epidemi global obesitas. Lebih dari sembilan juta orang meninggal setiap tahun akibat obesitas, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), menjadikan obesitas sebagai masalah kesehatan masyarakat yang membutuhkan perhatian khusus. Pada tahun 2023, prevalensi obesitas di Indonesia meningkat dari 14,8% pada tahun 2013 menjadi 15,3%. Semua orang, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, rentan terhadap obesitas. Termasuk juga wanita yang sedang mengalami menopause. Pola makan, genetika, hormon, psikologi, jenis kelamin, gaya hidup, dan kesehatan merupakan faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan obesitas. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara kualitas hidup wanita perimenopause, makanan, dan metode kontrasepsi dengan obesitas di Kabupaten Bogor pada tahun 2024 di Bidan Praktik Mandiri 'F'.

**Metodologi:** Studi kuantitatif menggunakan desain cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Dengan menggunakan strategi purposive sampling, sebanyak 72 ibu perimenopause yang mengalami obesitas dimasukkan ke dalam sampel penelitian ini. Informasi dikumpulkan melalui pengukuran antropometri dan wawancara menggunakan WHOQOL-BREF, FFQ, dan kuesioner jenis kontrasepsi. Uji Chi-Square digunakan untuk analisis data univariat dan bivariat.

**Hasil Penelitian:** Kualitas hidup ( $p=0,013$ ), nutrisi ( $p=0,037$ ), dan metode kontrasepsi ( $p=0,039$ ) ditemukan berhubungan dengan obesitas pada masa perimenopause.

**Simpulan:** Pada tahun 2024, wanita perimenopause di Bidan Praktik Mandiri 'F' Kabupaten Bogor yang mengalami kelebihan berat badan memiliki korelasi dengan kualitas hidup, makanan, dan metode kontrasepsi yang mereka gunakan.

**Saran:** Wanita yang berisiko mengalami obesitas dan gejala perimenopause dapat memperoleh manfaat dari pendidikan kesehatan yang berfokus pada pencegahan dan manajemen, dan petugas kesehatan, terutama bidan, dapat memainkan peran penting dalam hal ini.

**Kata kunci :** Jenis Kontrasepsi, Kualitas Hidup, Obesitas, Perimenopause, Pola Makan

**Kepustakaan:** 50 pustaka

## *Abstract*

# **THE RELATIONSHIP OF QUALITY OF LIFE, DIET AND TYPE OF CONTRACEPTION ON OBESITY AMONG PERIMENOPAUSE WOMEN AT MIDWIFE “F” PRIVATE CLINIC BOGOR REGENCY IN 2024**

*Linda Rahmatulumah, Risza Choirunissa, Siti Syamsiah*

**Introduction:** Obesity is a health problem that attracts world attention, both in developed and developing countries. Obesity is a public health problem that needs special attention, because the World Health Organization (WHO) states that more than nine million people die every year due to obesity. The prevalence of obesity in Indonesia increased from 14.8% in 2013 to 15.3% in 2023. Obesity can occur in all groups, including children, teenagers and adults. Perimenopausal women are no exception. Several factors that cause obesity include diet, heredity, hormonal, psychological, gender, lifestyle and health.

**Objective:** To determine the relationship between quality of life, diet and type of contraception on obesity in perimenopausal women at the Midwives 'F' Private Clinic Bogor Regency in 2024.

**Methodology:** This type of research uses quantitative research with a cross sectional research design. The sample in this study was all perimenopausal mothers who were obese, totaling 72 respondents using a purposive sampling technique. Data were collected using anthropometric measurements and interviews with the Quality of Life (WHOQOL)-BREF questionnaire, Food Frequency Questionnaire (FFQ) and contraceptive type questionnaire. Data were analyzed univariately and bivariate using the Chi Square statistical test.

**Results:** Research results show that there was a relationship between quality of life ( $p=0.013$ ), diet ( $p=0.037$ ), and type of contraception ( $p=0.039$ ) with obesity in perimenopause.

**Conclusion:** There is a relationship between quality of life, diet and type of contraception on obesity in perimenopausal women at the Independent Practice Place for Midwives 'F' Bogor Regency in 2024.

**Suggestion:** Can increase promotive and preventive efforts for health workers, especially midwives, so that they can be more effective in providing health education for prevention and management to women who are at risk of experiencing obesity problems and perimenopause symptoms.

**Keywords:** types of contraception, quality of life, obesity, perimenopause, eating pattern

**References:** 50

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
SURAT ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
Abstrak	viii
<i>Abstract</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Obesitas	6
2.1.2 Perimenopause	13
2.1.3 Kualitas Hidup	20
2.1.4 Pola Makan	24
2.1.5 Jenis Kontrasepsi	27
2.2 Kerangka Teori	30
2.3 Kerangka Konsep	31
2.4 Hipotesis	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	32
3.1 Desain Penelitian	32
3.2 Populasi dan Sampel	32
3.3 Lokasi Penelitian	34

3.4	Waktu Penelitian.....	35
3.5	Variabel Penelitian.....	35
3.6	Definisi Operasional.....	35
3.7	Instrumen Penelitian.....	37
3.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	38
3.9	Analisis Data.....	39
3.10	Etika Penelitian.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		41
4.1	Hasil Penelitian.....	41
4.1.1	Analisis Univariat.....	41
4.1.2	Analisis Bivariat.....	44
4.2	Pembahasan.....	46
4.2.1	Hubungan Kualitas Hidup dengan Obesitas.....	47
4.2.2	Hubungan Pola Makan dengan Obesitas.....	49
4.2.3	Hubungan Jenis Kontrasepsi dengan Obesitas.....	51
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		54
5.1	Simpulan.....	54
5.2	Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....		58
LAMPIRAN.....		61



## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
2.1 Klasifikasi IMT .....	9
3.1 Definisi Operasional.....	37
4.1 Distribusi Frekuensi Obesitas .....	42
4.2 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup .....	43
4.3 Distribusi Frekuensi Pola Makan.....	44
4.4 Distribusi Frekuensi Jenis Kontrasepsi .....	44
4.5 Hubungan Kualitas Hidup dengan Obesitas Ibu Perimenopause .....	45
4.6 Hubungan Pola Makan dengan Obesitas Ibu Perimenopause .....	46
4.7 Hubungan Jenis Kontrasepsi dengan Obesitas Ibu Perimenopause.....	47



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
2.1 Kerangka Teori.....	31
2.2 Kerangka Konsep.....	32



## DAFTAR SINGKATAN

BB	: Berat Badan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KB	: Keluarga Berencana
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
Kg	: Kilogram
m	: Meter
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
TB	: Tinggi Badan
WHO	: World Health Organization



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Konsultasi Skripsi
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian dari Fakultas
Lampiran 3	Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian
Lampiran 4	Surat Uji Etik
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Instrumen Penelitian
Lampiran 7	Master Tabel
Lampiran 8	Hasil Output Analisis Data
Lampiran 9	Bukti Foto Kegiatan Penelitian
Lampiran 10	Biodata Penulis

