

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PREMENOPAUSE DI POSBINDU
CIAMANA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
WANARAJA GARUT 2024**

SKRIPSI



Oleh:

Putri Risma Intan Sophia

235401446009

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

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PREMENOPAUSE DI POSBINDU
CIAMANA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
WANARAJA GARUT 2024**

SKRIPSI

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



Oleh:

Putri Risma Intan Sophia

235401446009

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

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN OBESITAS PREMENOPAUSE DI POSBINDU
CIAMANA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
WANARAJA GARUT 2024**

Oleh:

Putri Risma Intan Sopia

235401446009

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 07 Agustus 2024

Pembimbing

Pembimbing 2

Anni Suciawati, SST.,Bdn.,SH.,M.Kes.,MH

Dr.Bdn.Vivi Silawati, SST.,SKM.,M.KM.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas
Premenopause Di Posbindu Ciamana Di Wilayah Kerja
Puskesmas Wanaraja Garut 2024

Nama Mahasiswa : Putri Risma Intan Sopia

NPM : 235401446009





Anni Suciawati
Anni Suciawati, SST.,Bdn.,SH.,M.Kes.,MH *Vivi Silawati*
Dr.Bdn. Vivi Silawati,SST.,SKM.,M.KM

Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas
Premenopause Di Posbindu Ciamana Di Wilayah Kerja
Puskesmas Wanaraja Garut 2024


Nama Mahasiswa : Putri Risma Intan Sopia

NPM : 235401446009



Penguji 1 : Jenny Anna Siauta, S,ST.,Bdn.,M.Keb 

Penguji 2 : Anni Suciawati, SST.,Bdn.,SH.,M.Kes.,MH 

Penguji 3 : Dr.Bdn. Vivi Silawati,SST.,SKM.,M.KM 

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Putri Risma Intan Sophia

NPM : 235401446009

Judul Penelitian : Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas

Premenopause Di Posbindu Ciamana Di Wilayah Kerja

Puskesmas Wanaraja Garut 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di 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.

Jakarta, 02 Juli 2024



(Putri Risma Intan Sophia)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Premenopause Di Posbindu Ciamana Di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Garut 2024 ”.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Prof.Dr.Retno Widowati, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas .
2. Ibu Bdn.Putri Azzahroh,SST.,M.Kes selaku ketua prodi sarjana kebidanan fakultas ilmu kesehatan Universitas Nasional.
3. Ibu Anni Suciawati, SST.,Bdn., SH., M.Kes., MH. selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Dr.Bdn.Vivi Silawati,SST.,SKM.,MKM selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Dr. Bdn.Siti Syamsiah.SST.,M.Keb. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

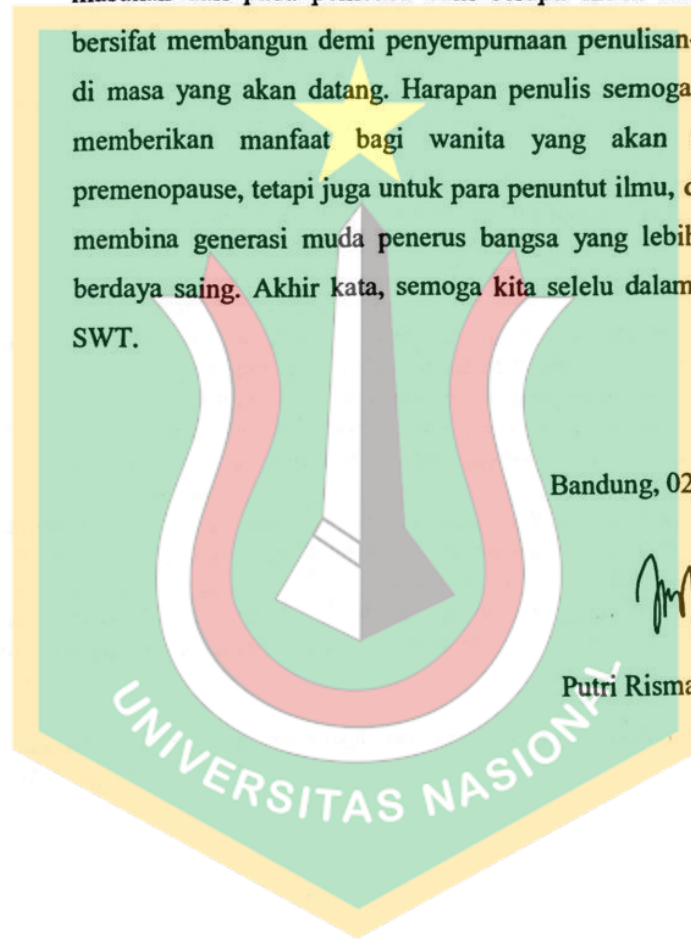
7. Masyarakat Desa Sindangratu khususnya para ibu yang telah bersedia menjadi responden di Posbindu Ciamana di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Garut 2024.
8. Keluarga yang telah memberikan motivasi, semangat, kasih sayang, dan doa sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya.

Sebagai manusia biasa, tentunya penulis masih banyak kekurangan pengetahuan dan pengalaman pada topik yang diangkat dalam skripsi ini. Oleh karena itu, penulis bersedia menerima masukan-masukan dari pada pembaca baik berupa kritik maupun saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan penulisan-penulisan skripsi di masa yang akan datang. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi wanita yang akan memasuki masa premenopause, tetapi juga untuk para penuntut ilmu, dan pengajar guna membina generasi muda penerus bangsa yang lebih berkualitas dan berdaya saing. Akhir kata, semoga kita selalu dalam lindungan Allah SWT.

Bandung, 02 Juli 2024



Putri Risma Intan Sopia



Astrak

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN OBESITAS PREMENOPAUSE DI POSBINDU CIAMANA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WANARAJA GARUT 2024

Putri Risma Intan Sophia, Anni Suciawati, Vivi Silawati

Latar Belakang : Semakin meningkatnya status obesitas kelompok usia 40-49 tahun, berkisar di angka 30% - artinya, 1 dari 3 orang Indonesia masuk kriteria obesitas (Indeks Massa Tubuh di atas 25). Bahaya semakin bertambah dengan adanya fakta, bahwa rentang usia 45-54 tahun obesitas sentral mencapai 48% . Dampak besar yang terjadi seperti kualitas hidup wanita, resiko terjadinya hipertensi, stroke, diabetes, penyakit kardiovaskular, patahnya tulang pinggul, kecacatan, kematian dini, dan kanker.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas premenopause di Posbindu Ciamana di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Garut 2024.

Metodologi : Jenis Penelitian dengan pendekatan *Cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50, wanita usia 40-50 Tahun di Posbindu Ciamana di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Garut 2024. Teknik pengambilan menggunakan total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Data analisis menggunakan univariat dan data bivariat menggunakan rumus *Chi-square*.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian terdapat 36(72%) wanita premenopause mengalami obesitas. Hasil uji menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan, olahraga, kecemasan dan kualitas tidur terhadap kejadian obesitas premenopause di Posbindu Ciamana dengan nilai *p-value* <0,05. Tidak terdapat hubungan antara kadar gula dalam darah sewaktu dengan kejadian obesitas premenopause di Posbindu Ciamana dengan nilai *p-value* >0,05.

Kesimpulan : Kejadian obesitas premenopause di Posbindu Ciamana di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Garut 2024, menunjukkan bahwa terjadinya obesitas di pengaruhi oleh pola makan yang kurang baik, aktivitas berat, kecemasan dan kualitas tidur yang kurang baik.

Saran : Diharapkan masyarakat lebih memperhatikan gaya hidup, lebih menyayangi diri sendiri dengan memerikasaan diri ke posbindu agar terdeteksi jika terdapat penyakit degeneratif.

Kata Kunci : Obesitas, Premenopause, Pola Makan, olahraga, Kecemasan, Kualitas Tidur.

Kepustakaan : 24 (2017-2023)

Abstract

FACTORS RELATED TO THE EVENT PREMENOPAUSE OBESITY AT POSBINDU CIAMANA AT THE WORK AREA OF WANARAJA HEALTH CENTER GARUT IN 2024

Putri Risma Intan Sophia, Anni Suciawati, Vivi Silawati

Background: The increasing of obesity status of the 40-49 year age group is around 30%, means that 1 of 3 Indonesians are considered obese (Body Mass Index above 25). The danger increases with the fact that in the 45-54 year age range, central obesity reaches 48%. The major impacts that occur include women's quality of life, increased risk of hypertension, stroke, diabetes, cardiovascular disease, disability, premature death and cancer.

Objective: This study aims to determine the factors associated with the incidence of premenopausal obesity at Posbindu Ciamana in the Working Area of the Wanaraja Garut Community Health Center in 2024.

Methodology: Type of research with a cross sectional approach. The sample in this study was 50, women aged 40-50 years at Posbindu Ciamana in the Wanaraja Garut Health Center Working Area 2024. The collection technique used total sampling. The research instrument used a questionnaire. Data analysis uses univariate and bivariate data using the Chi-square formula.

Results: The research results showed that 36 (72%) premenopausal women were obese. The test results showed that there was a relationship between diet, exercise, anxiety and sleep quality on the incidence of premenopausal obesity at Posbindu Ciamana as evidenced by a p-value <0.05 . There is no relationship between blood sugar levels at any time and the incidence of premenopausal obesity at Posbindu Ciamana as evidenced by a p-value >0.05 .

Conclusion: The incidence of premenopausal obesity at Posbindu Ciamana in the Wanaraja Garut Community Health Center Working Area in 2024 shows that obesity is influenced by poor diet, heavy activity, anxiety and poor sleep quality.

Suggestion: It is hoped that people will pay more attention to their lifestyle, love themselves more by having themselves checked at Posbindu to detect degenerative diseases.

Keywords: obesity, premenopause, diet, exercise, anxiety, sleep quality.

References: 28 (2017-2023)

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Judul	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Persetujuan	iv
Halaman Pernyataan Orsinilitas	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak	vii
Abstract	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Singkatan	xii
Daftar Lampiran	xiii
Bab I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
2.1 Rumusan Masalah	5
3.1 Tujuan	5
3.1.1 Tujuan Umum	5
3.1.2 Tujuan Khusus	6
4.1 Manfaat	6
4.1.1 Bagi Institusi	6
4.1.2 Bagi Tempat Penelitian	6
4.1.3 Bagi Masyarakat	6
4.1.4 Bagi Profesi	7
Bab II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Kajian Teori	8
2.1.1 Premenopause	8
2.1.2 Obesitas	16

2.1.3	Pola makan.....	18
2.1.4	Olahraga.....	20
2.1.5	Kecemasan	23
2.1.6	Diabetes	24
2.1.7	Kualitas Tidur.....	25
2.2	Kerangka Teori.....	33
2.3	Kerangka Konsep	34
2.4	Hipotesis	34
Bab III. METODOLOGI PENELITIAN.....		35
3.1	Desain Penelitian	35
3.2	Populasi dan Sampel.....	35
3.3	Lokasi	36
3.4	Waktu Penelitian	36
3.5	Variabel Penelitian	37
3.6	Definisi Operasional.....	37
3.7	Instrumen Penelitian.....	38
3.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	39
3.9	Analisis Data.....	40
3.10	Etika Penelitian	41
Bab IV. HASIL DAN PEMBAHASAN		43
4.1	Hasil Penelitian	43
4.1.1	Hasil Univariat	43
4.1.2	Hasil Bivariat	47
4.2	Pembahasan Penelitian	52
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	57
Bab V. SIMPULAN DAN SARAN.....		59
5.1	Simpulan	59
5.2	Saran	60

DAFTAR TABEL

Definisi Operasional	37
Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas Premenopause	43
Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Obesitas Premenopause	43
Distribusi Frekuensi Olahraga Pada Obesitas Premenopause	44
Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Obesitas Premenopause	45
Distribusi Frekuensi Gula Darah Sewaktu Pada Obesitas Premenopause	45
Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Obesitas Premenopause.....	46
Hubungana Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Premenopause	47
Hubungan Olahraga Dengan Kejadian Obesitas Premenopause	48
Hubungan Kecemasan Dengan Kejadian Obesitas Premenopause	49
Hubungan Gula Darah Sewaktu Dengan Kejadian Obesitas Premenopause	50
Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Obesitas Premenopause	51



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori33
Gambar 2.2 Kerangka Konsep34



DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

PSQI : *Pittsburgh Sleep Quality Index*

BMI : *Body Mass Indeks*

IMT : Indeks Masa Tubuh

DKI : Daerah Khusus Ibu Kota

RI : Republik Indonesia

HDL : *High Density Lipoprotein*

IPAQ : *International Activity Quesionnaire*

DNM : Denyut Nadi Maksimal

DM : Diabetes Melitus

P2PTM: Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular

SPSS : *Statiistical Package ForThe Social Sciences*

GDS : Gula Darah Sewaktu

REM : Rapid Eye Movement

SKI : Survei Kesehatan Indonesia

Kemenkes : Kementrian Kesehatan



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 4 Informed Consent
- Lampiran 5 Instumen Penelitian
- Lampiran 6 Master Data
- Lampiran 7 Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 8 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 9 Uji Etik Penelitian
- Lampiran 10 Biodata Penulis
- Lampiran 11 Hasil Uji Turnitin

