

**OBESITAS DAN PERUBAHAN PERILAKU MAKAN PADA  
PEREMPUAN DI DESA WAENONO, MALUKU**

**OBESITY AND EATING BEHAVIOR CHANGES OF  
WOMEN IN WAENONO VILLAGE, MALUKU**

**TUGAS AKHIR**



**Disusun Oleh :**

**Malgelina Tasane**

**462018093**

**1956**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2024**

**OBESITAS DAN PERUBAHAN PERILAKU MAKAN PADA  
PEREMPUAN DI DESA WAENONO, MALUKU**

**OBESITY AND EATING BEHAVIOR CHANGES OF  
WOMEN IN WAENONO VILLAGE, MALUKU**

**TUGAS AKHIR**



**Disusun Oleh :**

**Malgelina Tasane**

**462018093**

**1956**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2024**

**PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS TUGAS AKHIR**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Malgelina Tasane  
NIM : 462018093  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul:

**OBESITAS DAN PERUBAHAN PERILAKU MAKAN PADA PEREMPUAN DI  
DESA WAENONO**

Yang dibimbing oleh:

1. Ns. Venti Agustina, S.Kep., MAN 0605088403
2. Kritiawan Prasetyo Agung Nugroho, M.Si 0615098501

Adalah benar-benar karya saya. Dalam tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong *plagiarisme* sebagaimana dimaksud dalam permendiknas No.17 Tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka.

Salatiga, 4 Maret 2024

  
Malgelina Tasane

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

Tugas Akhir ini telah disetujui oleh

Pembimbing

Salatiga, 29 Februari 2024

**PEMBIMBING I**

1956

**PEMBIMBING II**



Ns. Venti Agustina S.Kep., MAN



Kristiawan Prasetyo Agung Nugroho, M. Si

HALAMAN PENGESAHAN

Malgelina Tasane

462018093

Telah menyelesaikan tugas akhirnya berjudul:

Obesitas dan Perubahan Perilaku Makan Pada Perempuan di Desa Waenono, Maluku

Tugas akhir ini telah melalui proses *review* dan dinyatakan selesai oleh Pembimbing pada 28 Februari 2024

*Reviewer*



Ns. Catherine Natawirarindry, S.Kep., MSN

Menyetujui,

Pembimbing I



Ns. Venti Agustina, S.Kep., MAN

Pembimbing II



Kristiawan Prasetyo Agung Nugroho, M.Si

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



(Ns. R. Rr. Maria Dyah Kumiasari, S.Kep., M.Si.Med., Ph.D.)

Disahkan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar  
\*SARJANA ILMU KEPERAWATAN\*

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu-Kesehatan



(Dr. Ferry F. Karwur, M.Sc., Ph.D)



## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

### A. IDENTITAS

Nama : Malgelina Tasane  
 Tempat, tanggal lahir : Waenono, 14 Mei 1998  
 Agama : Kristen Protestan  
 Jenis kelamin : Perempuan  
 No. telepon : 082199628248



### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

No	Riwayat Sekolah / Institusi Pendidikan	Tahun Lulus
1	SD INPRES LABUANG	2010
2	SMP NEGERI 3 NAMROLE KABUPATEN BURU SELATAN	2013
3	SMK NEGERI NAMROLE KABUPATEN BURU SELATAN	2016

### C. RIWAYAT PEKERJAAN / ORGANISASI

No.	Riwayat Instansi	Periode
1	Praktik Kerja Lapangan Markas PMI Kota Ambon	2022
2	Praktik di Bagian Keperawatan (Ruang Ruby, Ruang Intan, Ruang Diamond B, Ruang Perinatologi) Rumah Sakit Ken Saras	2022
3	Orientasi di Intalasi Diklat Rumah Sakit Ken Saras2	2022


### D. RIWAYAT PUBLIKASI

No.	Judul	Nama Jurnal	Tahun
-	-	-	-

### E. RIWAYAT SEMINAR

No.	Nama Kegiatan / Pelatihan	Tahun
1	Seminar Nasional "Now or Never 2018"	2018
2	Seminar Nasional Keperawatan Timbang Terima Dengan Metode SBAR (Situation Background Assesment Recommendation)	2019
3	Kuliah Tamu Community Nursing "Local Knowledge dan Pengobatan Pada Saar Pandemi di Indonesia"	2020

Salatiga, 4 Maret 2024

  
 (Malgelina Tasane)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis naikan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat, kasih sayang dan penyertaannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Obesitas dan Perubahan Perilaku Makan Pada Perempuan di Desa Waenono, Maluku” dengan sangat baik.

Tugas akhir ini dibuat dan diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga. Adapun tujuan dari penulisan ini ialah untuk memberikan pengetahuan serta memberikan pemahaman kepada para pembaca terkait dengan Perilaku Makan yang dapat berefek negatif dan positif.

Selama dalam penulisan tugas akhir, penulis banyak menerima, masukan, kritik, saran bantuan serta dukungan dari berbagai pihak sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-sebarnya kepada:

1. Tuhan Yesus yang senantiasa memberkati dan melindungi saya dalam keadaan apapun, sehingga saya mampu menyelesaikan semua urusan saya selama menyusun tugas akhir ini dengan baik.
2. Bapak Ir, Ferry F, Karwur, M.Sc., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.
3. Ibu Ns. R. Rr. Maria Dyah Kurniasari, S.Kep., M,Si.Med., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan.
4. Ibu Ns. Fiane de Fretes. S.Kep.,MAN selaku Wali Studi saya atas segala masukan dan kritikan yang membangun dan selalu memperhatikan saya dalam segala keadaan.
5. Ibu Ns. Venti Agustina S.Kep.,MAN selaku pembimbing pertama saya atas setiap bimbingan dan bantuannya selama proses bimbingan tugas akhir.
6. Bapak Kristiawan Prasetyo Agung Nugroho, M. Si selaku pembimbing kedua saya atas setiap bimbingan dan bantuannya selama proses bimbingan tugas akhir.
7. Ibu Ns. Cahterine Natawirarindry, S.Kep.,MSN selaku reviewer saya atas setiap masukan dan arahnya dalam penyempurnaan tugas akhir.
8. Bapak Kriston D. Nicolaas. S.sos selaku Kepala Desa yang sudah memberikan ijin dan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian di Desa Waenono
9. Mama Lusi Nurlatu dan Alm Bapak Yohanes Tasane yang selalu mendoakan saya, memberikan dukungan secara finansial dan dukungan emosional, memberikan

semangat, kasih sayang dan perhatiannya kepada saya, menjadi motivasi dan kekuatan bagi saya selama dalam proses penyusunan tugas akhir

10. Adik Inggrid Tasane, Kakak Anda Hukunala, Usi Ece Hukunala, Ade Ance Hukula dan Kakak Bahar Nurlatu yang selalu mendoakan, memberikan semangat serta membantu saya selama dalam proses penyusunan tugas akhir
11. Terakhir kepada diri saya sendiri, saya ucapkan Terimakasih banyak karena sudah berjuang dan bertahan sejauh ini, walaupun banyak persoalan hidup yang menimpa saya, tetap saya maih kuat bertahan sampai proses penyusunan tugas akhir ini boleh selesai walaupun terhalang banyak rintangan. Tetap kuat untuk masa depan yang lebih indah.





## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	10
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
BAB II.....	3
METODE PENELITIAN.....	3
BAB III.....	6
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	6
3.1 Karakteritik Responden.....	6
3.2 Pembahasan.....	20
BAB IV.....	23
PENUTUP.....	23
4.1 Kesimpulan.....	23
4.2 Saran.....	23
DAFTAR PUSTAKA.....	24
LAMPIRAN.....	26

**OBESITAS DAN PERUBAHAN PERILAKU MAKAN PADA  
PEREMPUAN DI DESA WAENONO, MALUKU**  
**“Obesity and Eating Behavior Changes of Women in Waenono Village,  
Maluku”**

Venti Agustina<sup>1</sup> Kristiawan Prasetyo Agung Nugroho<sup>2</sup> Malgelina  
Tasane<sup>3</sup> <sup>1,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Kristen Satya  
Wacana

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Kristen Satya Wacana,  
Salatiga

Email: [venti.agustina@uksw.edu](mailto:venti.agustina@uksw.edu)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Obesitas adalah bertambahnya kadar lemak dalam tubuh secara berlebihan. Obesitas memiliki sifat multifaktoral. Perilaku individu menjadi hal yang penting untuk diperhatikan pada individu dengan obesitas. Kurangnya pengetahuan menjadi salah satu faktor yang dapat memicu sikap atau perilaku masyarakat untuk mengalami obesitas. **Tujuan :** mengetahui obesitas dan perubahan perilaku makan yang terjadi pada masyarakat dengan obesitas pada perempuan di Desa Waenono, Maluku. **Metode:** Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang mengalami obesitas dan *overweight*. Teknik pengambilan data atau instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner, pengukuran IMT dan pemeriksaan lingkaran perut serta lengan. **Sampel :** Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 responden. **Teknik Pengumpulan Data:** Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian yaitu berupa kuesioner *Three- Factor-Eating Questionnaire* (TFEQ) yang didalamnya berisi data perilaku makan pasien terhadap perilaku terjadinya obesitas. **Hasil :** Pada item penilaian *Cognitive Restraint of Eating*, sebanyak 31 responden memilih porsi makan kecil untuk mengontrol berat badan meningkat. Sedangkan pada item *uncontrolled eating*, ketika responden mencium bau makanan lezat dan meskipun responden baru saja makan, sebanyak 37 responden mengatakan responden kesulitan untuk menahan diri agar tidak makan dan pada item *emotional eating* pertanyaan ketika cemas, responden mendapati dirinya sedang makan sebanyak 25 responden. **Kesimpulan :** Berdasarkan variabel *Cognitive Restraint Of Eating*, sebagian besar responden secara sadar menahan dan membatasi diri untuk makan secara berlebihan. Pada variabel *Uncontrolled Eating*, mencium bau enak dari suatu makanan responden sulit menahan diri untuk tidak makan lagi dan pada penilaian *Emotional Eating*, sebagian besar responden memilih untuk makan ketika merasa cemas.

**Kata kunci :** *Obesitas, Perilaku Makan, Perempuan*

## ABSTRACT

**Background :** Obesity is an excessive increase in fat levels in the body. Obesity has a multifactorial nature. Individual behavior is an important thing to pay attention to in individuals with obesity. Lack of knowledge is one of the factors that can trigger people's attitudes or behavior towards obesity. **Objective:** to determine obesity and changes in eating behavior that occur in communities with obesity in women in Waenono Village, Maluku. **Method:** This type of research is quantitative research with a descriptive research design. The population in this study were all people who were obese and overweight. The data collection techniques or instruments in this research were questionnaires, BMI measurements and examination of abdominal and arm circumference. **Sample:** The sample in this study consisted of 60 respondents. **Data Collection Technique:** The research instrument used in the research is a Three-Factor-Eating Questionnaire (TFEQ) questionnaire which contains data on the patient's eating behavior regarding obesity. **Results:** In the Cognitive Restraint of Eating assessment item, 31 respondents chose small meal portions to control increased body weight. Meanwhile, in the uncontrolled eating item, when respondents smelled delicious food and even though the respondent had just eaten, 37 respondents said they had difficulty holding themselves back from eating and in the emotional eating item, when they were anxious, 25 respondents found themselves eating. **Conclusion:** Based on the Cognitive Restraint Of Eating variable, most respondents consciously restrain and limit themselves from overeating. In the Uncontrolled Eating variable, smelling the delicious smell of food makes it difficult for respondents to stop themselves from eating again and in the Emotional Eating assessment, most respondents choose to eat when they feel anxious.

**Keywords:** Obesity, Eating Behavior, Women

