

ABSTRACT

HEALTHY BEHAVIOR OF OBESITY PATIENTS (Study in Environment I Gunung Sulah Subdistrict Way Halim District Bandar Lampung City)

**By:
RISMAWANTI**

This study was conducted with the aim to find out: (1) Diet for obese people, (2) Diet behavior for obese people, (3) Physical activity for obese people, (4) Factors that cause obesity, (5) Impact of obesity for obese people in Ward I Gunung Sulah Subdistrict Way Halim District Bandar Lampung City. This study uses a qualitative method. Methods of collecting data with in-depth interviews, open questionnaires and documentation. The results showed that: (1) The diet of obese people both men and women had the same diet that was not in accordance with the rules of health. (2) Diet behavior of obese people is dominated by obese female informants compared to men. Women's dietary behavior is dominated by female informants who use more weight-loss pills that cause health effects. (3) Obese people both male and female have physical activity except that there is no conscious exercise to reduce body weight. (4) The most dominant causes of obesity are food intake and lack of exercise time to reduce body weight, other factors, namely heredity and drug use factors (injection of family planning). (5) Health effects felt by obese people, namely difficulty in breathing, fatigue, and difficulty in moving and perceived social impact is lack of confidence, social discrimination, and difficult to get a partner.

Keywords: Obesity, Diet, Healthy Life

ABSTRAK

PERILAKU HIDUP SEHAT PENDERITA OBESITAS (Studi di Lingkungan I Kelurahan Gunung Sulah Kecamatan Way Halim Kota Bandar Lampung)

**Oleh:
RISMAWANTI**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui: (1) Pola makan penderita obesitas, (2) Perilaku diet penderita obesitas, (3) Aktivitas fisik penderita obesitas, (4) Faktor-faktor yang menyebabkan obesitas, (5) Dampak obesitas bagi penderita obesitas di Lingkungan I Kelurahan Gunung Sulah Kecamatan Way Halim Kota Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Metode pengumpulan data dengan wawancara mendalam, kuesioner terbuka dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pola makan penderita obesitas baik laki-laki maupun perempuan memiliki pola makan yang sama yang tidak sesuai dengan aturan kesehatan. (2) Perilaku diet penderita obesitas didominasi oleh informan penderita obesitas perempuan dibandingkan laki-laki. Perilaku diet perempuan didominasi dengan informan perempuan yang lebih banyak menggunakan pil penurun berat badan yang menyebabkan dampak kesehatan. (3) Penderita obesitas baik laki-laki maupun perempuan sudah melakukan aktivitas fisik, hanya saja tidak ada olahraga yang dilakukan secara sadar untuk mengurangi berat badan. (4) Faktor-faktor penyebab obesitas paling dominan adalah faktor asupan makanan dan kurangnya waktu olahraga untuk menurunkan berat badan, faktor lainnya yaitu faktor keturunan dan faktor penggunaan obat-obatan (suntik KB). (5) Dampak kesehatan yang dirasakan penderita obesitas yaitu kesulitan bernafas, mudah lelah, dan kesulitan bergerak dan dampak sosial yang dirasakan adalah kurang percaya diri, diskriminasi sosial, dan sulit mendapatkan pasangan.

Kata kunci: Obesitas, Pola Makan, Hidup Sehat