

Efektivitas Pendidikan Sebaya Terhadap Penurunan Faktor Risiko Obesitas Pada Mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia = Effectiveness of Peer Education in Reducing Obesity Risk Factors Among University Students in the Health Sciences Cluster at the University of Indonesia

Christian Martin, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920539436&lokasi=lokal>

Abstrak

Upaya penurunan risiko obesitas adalah hal yang penting karena obesitas menjadi resiko dari penyakit tidak menular (PTM) yang menyebabkan kematian. Didapatkan juga data peningkatan overweight dan obesitas pada mahasiswa baru Universitas Indonesia. Sehingga, diperlukan metode lain salah satunya dengan pendidikan sebaya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan proporsi pengetahuan dan proses perubahan perilaku untuk mengurangi berat badan dari pengaruh pendidikan sebaya sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Penelitian ini merupakan penelitian quasi experimental dengan rancangan one group pre-test and post-test design. Jumlah besar sampel sebanyak 14 orang yang berasal dari mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan (RIK) Universitas Indonesia. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Pendidikan sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan obesitas (p -value=0,008) setelah adanya perlakuan dibandingkan sebelum adanya perlakuan. Pendidikan sebaya juga memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan proses perubahan perilaku untuk mengurangi berat badan berupa peningkatan indikator emotional re-evaluation (EmR) (p -value=0,031), weight consequences evaluations (WCE) (p -value=0,031), dan weight management actions (WMA) (p -value=0,016). Sementara, pendidikan sebaya tidak menunjukkan hasil signifikan pada peningkatan supporting relationship (SR) (p -value=0,125). Pendidikan sebaya terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan obesitas dan proses perubahan perilaku untuk mengurangi berat badan. Sehingga, dapat digunakan sebagai alternatif metode untuk melakukan pendekatan pendidikan kesehatan khususnya pada intervensi obesitas pada remaja.

.....fforts to reduce the risk of obesity are crucial as obesity poses a risk of non-communicable diseases (NCDs) that can lead to death. Data also indicate an increase in overweight and obesity among new students at the University of Indonesia. Therefore, alternative methods are needed, one of which is peer education. The aim of this research is to determine the difference in the proportion of knowledge and the tendency to change behavior to reduce weight due to the influence of peer education before and after receiving education. This study is a quasi-experimental research with a one-group pre-test and post-test design. The large sample size consisted of 14 individuals from the Health Sciences Cluster (RIK) at the University of Indonesia, selected using purposive sampling. Peer education has a significant impact on the increase in obesity knowledge (p -value=0.008) after the intervention compared to before the intervention. Peer education also has a significant effect on increasing the tendency to change behavior to reduce weight, as indicated by the increase in emotional re-evaluation (EmR) (p -value=0.031), weight consequences evaluations (WCE) (p -value=0.031), and weight management actions (WMA) (p -value=0.016). However, peer education did not show a significant result in the increase of supporting relationship (SR) (p -value=0.125). Peer education has proven to be effective in improving obesity knowledge and the tendency to change behavior to reduce weight. Thus, it can be used as an alternative method for health education,

especially in obesity interventions for adolescents.