

## **Studi Kualitatif Faktor Memengaruhi Hasil Diet Penurunan Berat Badan pada Klien Obesitas PT. Gizi Sehat Indonesia Tahun 2021 = Qualitative Study of Factors Affecting Weight Loss Program Result in Obesity Client of PT. Gizi Sehat Indonesia 2021**

Nya`Jeumpa Madani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920557860&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Penelitian ini membahas tentang faktor yang memengaruhi hasil diet penurunan berat badan pada klien dengan status gizi obesitas pada layanan program penurunan berat badan di PT. Gizi Sehat Indonesia tahun 2021. Faktor-faktor yang digali dalam penelitian ini meliputi faktor biologis, faktor psikologis, dan faktor lingkungan. Faktor biologis meliputi variabel penyebab sekunder obesitas, kepatuhan terhadap preskripsi diet, dan tingkat aktivitas fisik; faktor psikologis meliputi motivasi, perilaku makan emosional, dan persepsi terhadap obesitas; dan faktor lingkungan meliputi stigma dan obesogenic environment. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain Rapid Assesment Procedure. Metode pengambilan data dilaksanakan dengan wawancara mendalam serta telaah dokumen. Wawancara dilaksanakan pada 3 orang klien obesitas yang berhasil menjalankan diet penurunan berat badan setelah menjalani program selama minimal tiga bulan dan pada 2 klien lain yang belum berhasil, sehingga total klien yang diwawancarai berjumlah 5 orang. Triangulasi dilaksanakan dengan mewawancarai 4 orang ahli gizi dan 1 orang pihak manajemen perusahaan. Telaah dokumen dilaksanakan pada laporan asupan makan klien dan laporan tingkat aktivitas fisik. Hasil penelitian menunjukkan beberapa faktor seperti memiliki kepatuhan preksripsi diet yang lebih baik, tingkat aktivitas fisik yang lebih baik dengan jenis aerobik, motivasi ekstrinsik, perilaku makan emosional tingkat sedang, riwayat stigma, dan budaya lingkungan yang mempromosikan pola hidup sehat merupakan prediktor positif bagi keberhasilan diet penurunan berat badan. Disarankan untuk penelitan selanjutnya agar dapat menggunakan definisi yang lebih luas dalam mengevaluasi keberhasilan penurunan berat badan. Penelitian juga sebaiknya dilakukan pada subjek yang telah berhasil menurunkan BB sebesar >5% BB awal dan telah berhasil mempertahankannya selama setidaknya 1 tahun untuk memperoleh hasil yang lebih presisi.

.....This research is exploring factors affecting weight loss diet result in obesity client in PT. Gizi Sehat Indonesia weight management service year 2021. Factors being explored consists of biological, psychological, and environmental factors. Biological factors including variabel as secondary causes of obesity, adherence to dietary prescription, and physical activity level; psychological factors including variabel as motivation, emotional eating practice, and perception regarding obesity; and environmental factors including stigma and obesogenic environment. This research is a qualitative research with Rapid Assesment Procedure study design. Data collection was done using in-depth interview and document review. In-depth interview was done on 3 obesity clients whom have gain success in weight loss diet after joining program for minimum three months period and on 2 clients whom haven't, hence in total 5 clients was interviewed. Triangulations was done on 4 nutritionist and 1 company management board. Document review was done on client dietary assesment and physical activity level. Study result shows that several factors like having higher adherence to diet prescription, better aerobic physical activity levels, having external type of motivation, medium level of emotional eating practice, history of weight stigma, and having

environment that promotes healthy living is a positive predictor towards the success of weight loss diet. It is suggested for future research to use broader definition on success of weight loss. It is also better if the research is conducted on subjects who have lost at least 5% of their initial weight and have successfully maintained it for at least 1 year to gain more precise results.