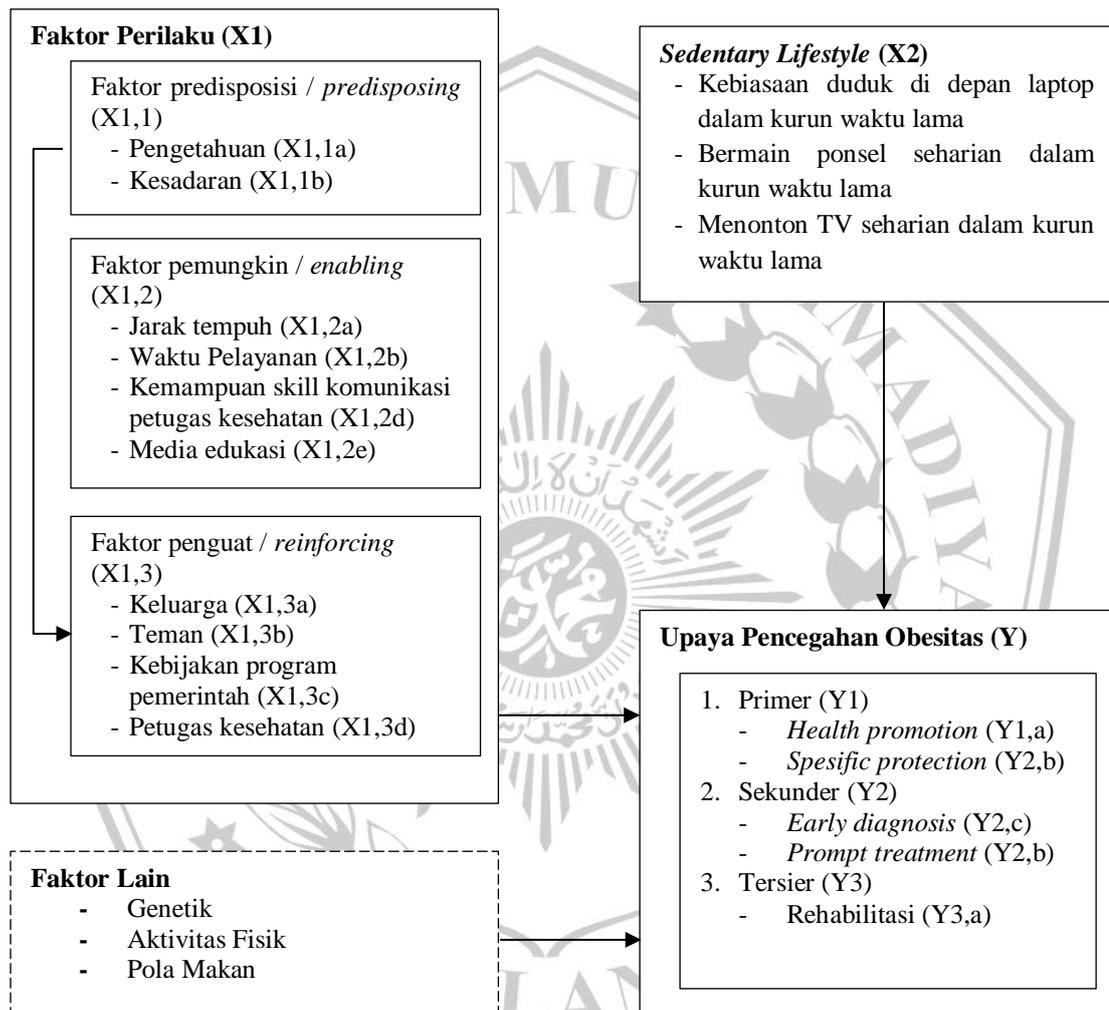


BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konseptual Penelitian



Keterangan

- : Diteliti
- : Tidak diteliti
- : Berhubungan
- : Berpengaruh

Pada umumnya berbagai permasalahan kesehatan disebabkan oleh tiga faktor yang muncul secara bersamaan seperti (1) adanya bibit penyakit atau pengganggu lainnya, (2) lingkungan yang memungkinkan berkembangnya bibit penyakit (3) perilaku manusia yang cenderung tidak memperdulikan bibit penyakit dan lingkungan yang ada disekitarnya. Perilaku seorang manusia akan menentukan dirinya akan menderita sebuah sakit atau penyakit. Perubahan perilaku akan berkaitan erat dengan promosi kesehatan yang dilakukan, oleh karena itu peran promosi kesehatan sangat diperlukan dalam meningkatkan perilaku masyarakat agar terbebas dari permasalahan kesehatan.

Dari bagan diatas menerangkan jika perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu faktor predisposisi (pengetahuan dan kesadaran), faktor pemungkin (jarak tempuh, waktu pelayanan, kemampuan skill komunikasi petugas kesehatan dan media edukasi), dan faktor penguat (keluarga, teman, kebijakan progam pemerintah, dan petugas kesehatan).

Ketiga faktor ini sangat berperan penting dalam upaya pencegahan obesitas. Selain faktor perilaku, gaya hidup *sedentary lifestyle* juga memengaruhi upaya pencegahan kesehatan seseorang. *Sedentary lifestyle* adalah Gaya hidup sedentary adalah waktu yang dihabiskan untuk duduk maupun berbaring kecuali waktu tidur. Gaya hidup sedentary adalah salah satu jenis gaya hidup di mana seseorang kurang melakukan gerak atau pun kurang melakukan aktivitas fisik. Selain beberapa faktor yang disebutkan, ada beberapa faktor yang mempengaruhi upaya pencegahan obesitas. Faktor tersebut seperti genetik, aktivitas fisik serta pola makan. Faktor genetik dapat membuat seseorang lebih rentan terhadap obesitas, tetapi tidak dapat

diubah. Aktivitas fisik penting untuk membakar kalori, meningkatkan metabolisme, dan menjaga berat badan ideal. Pola makan sehat, dengan menghindari makanan tinggi kalori, lemak, dan gula, membantu menjaga keseimbangan energi dan mencegah penumpukan lemak berlebih. Meskipun genetik berperan, pola makan sehat dan rutin berolahraga adalah kunci utama dalam pencegahan obesitas.

Pada dasarnya upaya pencegahan ada 3, yaitu pencegahan tingkat pertama atau pencegahan primer (*primary prevention*) yang mencakup promosi kesehatan dan pencegahan khusus, pencegahan tingkat kedua atau pencegahan sekunder (*secondary prevention*) yang mencakup diagnosis dini dan pengobatan yang tepat serta pembatasan kecacatan, dan pencegahan tingkat ketiga atau pencegahan tersier (*tertiary prevention*) yang mencakup rehabilitasi.

Dari faktor-faktor yang disebutkan terdapat pengaruh faktor perilaku dan gaya hidup *sedentary lifestyle* seseorang terhadap upaya pencegahan obesitas yang sudah dilaksanakan oleh pemerintah dalam program yang diwajibkan mampu upaya pencegahan yang dilakukan secara mandiri.

3.2 Hipotesis Penelitian

Terdapat pengaruh faktor perilaku dan *sedentary lifestyle* terhadap upaya pencegahan obesitas di Puskesmas Purwosari Kabupaten Pasuruan.