

Determinan Perilaku Makan Berisiko Obesitas Pada Karyawan PT Utama Karya Infrastruktur Dengan Pendekatan Teori Health Belief Model

Syahri, Endah Alfiyanti

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138654&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Latar belakang: Obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang terus meningkat dan berdampak serius terhadap kualitas hidup serta produktivitas kerja. Prevalensi obesitas di lingkungan PT Utama Karya Infrastruktur sebesar 65,31% serta lingkungan kerja dengan gaya hidup sedentari dan stres tinggi, berpotensi memperburuk pola makan yang berisiko obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan perilaku makan berisiko obesitas dengan pendekatan teori Health Belief Model (HBM). Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif potong lintang (cross-sectional) dengan pendekatan survei menggunakan kuesioner. Sampel penelitian adalah karyawan PT Utama Karya Infrastruktur yang dipilih secara total sampling sebanyak 188 orang. Variabel yang dianalisis meliputi konstruk HBM (persepsi kerentanan, keparahan, manfaat, hambatan, isyarat bertindak, efikasi diri) serta karakteristik individu. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil: Skor rata-rata perilaku makan berisiko sebesar 55,5 dari skala 100 menunjukkan pola konsumsi yang cenderung tidak sehat. Persepsi kerentanan, keparahan, dan manfaat berada pada tingkat tinggi, namun tidak berhubungan signifikan dengan perilaku makan berisiko. Sebaliknya, persepsi hambatan memiliki hubungan yang sangat signifikan ($p < 0,001$). Efikasi diri mendekati signifikan ($p = 0,054$), sedangkan isyarat bertindak tidak berhubungan secara statistik. Karakteristik individu seperti jenis kelamin ($p = 0,038$) dan pendapatan ($p = 0,019$) juga berpengaruh signifikan terhadap perilaku makan. Kesimpulan: Persepsi hambatan merupakan determinan utama perilaku makan berisiko obesitas. Intervensi promosi kesehatan kerja perlu difokuskan pada pengurangan hambatan dan peningkatan efikasi diri untuk membentuk perilaku makan sehat secara berkelanjutan.</div>

Background: Obesity is a global public health issue that continues to rise and has serious impacts on quality of life and work productivity. The prevalence of obesity at PT Utama Karya Infrastruktur is 65.31%, and the work environment characterized by a sedentary lifestyle and high stress levels has the potential to worsen dietary patterns that increase the risk of obesity. This study aims to analyze the determinants of risky eating behavior using the Health Belief Model (HBM) approach. Methods: This study employed a quantitative cross-sectional design using a survey approach with questionnaires. The study sample consisted of 188 employees at PT Utama Karya Infrastruktur selected through total sampling. The variables analyzed included HBM constructs (perceived susceptibility, severity, benefits, barriers, cues to action, and self-efficacy) as well as individual characteristics. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods with chi-square tests. Results: The average score of risky eating behavior was 55.5 out of 100, indicating a tendency toward unhealthy dietary patterns. Perceived susceptibility, severity, and benefits were at high levels, but they were not significantly associated with risky eating behavior. In contrast, perceived barriers showed a highly significant relationship ($p < 0.001$). Self-efficacy was nearly significant ($p = 0.054$), while cues to action were not statistically associated. Individual characteristics such as gender ($p = 0.038$) and income ($p = 0.019$) also had a significant influence on eating behavior. Conclusion: Perceived barriers are the main

determinant of risky eating behavior associated with obesity. Workplace health promotion interventions should focus on reducing barriers and enhancing self-efficacy to sustainably promote healthy eating behavior.</div>