

**TESIS**

**PENGARUH *SELF REINFORCEMENT* TERHADAP PENURUNAN  
BERAT BADAN PADA REMAJA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS  
DI KABUPATEN MOJOKERTO**



**SITI MUTHOHAROH**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
PROGRAM MAGISTER  
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
SURABAYA  
2015**

**TESIS**

**PENGARUH *SELF REINFORCEMENT* TERHADAP PENURUNAN  
BERAT BADAN PADA REMAJA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS  
DI KABUPATEN MOJOKERTO**



**SITI MUTHOHAROH  
NIM : 101314153005**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
PROGRAM MAGISTER  
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
SURABAYA  
2015**

**PENGARUH *SELF REINFORCEMENT* TERHADAP PENURUNAN  
BERAT BADAN PADA REMAJA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS  
DI KABUPATEN MOJOKERTO**

**TESIS**

**Untuk memperoleh gelar Magister Kesehatan  
Minat Studi Kesehatan Ibu dan Anak  
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Airlangga**

**Oleh :**

**SITI MUTHOHAROH  
NIM : 101314153005**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
PROGRAM MAGISTER  
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
SURABAYA  
2015**

## PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis  
Minat Studi Kesehatan Ibu dan Anak  
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga  
dan diterima untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar  
Magister Kesehatan (M.Kes.)  
pada tanggal 04 Agustus 2015

Mengesahkan

Universitas Airlangga  
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan

Prof. Dr. Tri Martiana, dr., M.S.  
NIP. 195603031987012001

Tim Penguji

Ketua	: Dr. Rachmat Hargono, dr., M.S., M.PH
Anggota	: 1. Oedojo Soedirham, dr., M.A., M.PH., Ph.D 2. Siti Nurul Hidayati, dr, M.Kes.,Sp.A (K) 3. Dr. Hari Basuki Notobroto, dr., M.Kes 4. Suparyanto, dr., M.Kes

PERNYATAAN PERSETUJUAN

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Magister Kesehatan (M.Kes.)

Nama: Minat Studi Kesehatan Ibu dan Anak  
NIM: Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Minal Studi: Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Angkatan: Universitas Airlangga

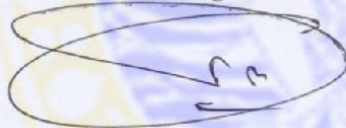
Oleh :

SITI MUTHOHAROH  
NIM. 101314153005

Menyetujui,

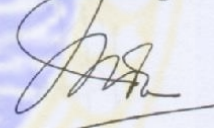
Surabaya, 4 Agustus 2015

Pembimbing Ketua



Oedojo Soedirham, dr., M.A., M.PH., Ph.D  
NIP.195305051984031001

Pembimbing



Siti Nurul Hidayati, dr., M.Kes., Sp.A(K)  
NIP.195310231981112003

Mengetahui,

Plt. Koordinator Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat



Nurul Fitriyah, S.KM., M.PH  
NIP. 197511212005012002

### PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siti Muthoharoh  
NIM : 101314153005  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Minat Studi : Kesehatan Ibu dan Anak  
Angkatan : 2013  
Jenjang : Magister

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan tesis saya yang berjudul :

#### **PENGARUH *SELF REINFORCEMENT* TERHADAP PENURUNAN BERAT BADAN PADA REMAJA *OVERWEIGHT* DAN OBESITAS DI KABUPATEN MOJOKERTO**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 04 Agustus 2015

METERAI TEMPEL  
672A2ABF619583590  
6000  
DJP  


Siti Muthoharoh

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul : **"Pengaruh *Self Reinforcement* Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Remaja *Overweight* dan Obesitas di Mojokerto"**

Tesis ini berisikan mengenai kesehatan pada remaja, yang disusun sebagai persyaratan dalam rangka menyelesaikan tugas akhir di Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. Dalam penyusunan tesis ini penulis tak lepas dari bimbingan, dukungan, doa dari berbagai pihak. Tidak lupa pula pada kesempatan ini saya sampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Moh Nasih, SE., M.T., Ak., CMA., CA. selaku Rektor Universitas Airlangga.
2. Prof. Dr. Tri Martiana, dr., MS selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
3. Nurul Fitriyah, S.KM., M.PH selaku Plt Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat.
4. Siti Nurul Hidayati, dr., M.Kes., Sp.A(K) selaku ketua minat dan pembimbing yang telah memberikan arahan, ilmu dan motivasi.
5. Oedojo Soedirham, dr., M.A., M.PH., Ph.D selaku Pembimbing Ketua yang telah memberikan arahan, bimbingan dan petunjuk dalam penyelesaian Tesis ini.
6. Dr. Rachmat Hargono, dr., M. S., M.PH selaku Ketua Penguji, Dr. Hari Basuki Notobroto., dr., M.Kes, Suparyanto, dr., M.Kes selaku Anggota Penguji Terima kasih atas kesediaan menguji dan membimbing dalam perbaikan tesis ini.
7. Kedua orang tuaku Bapak (Munadi) dan Ibu (Ulfah) yang telah memberikan doa dan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.
8. Suami (Pungki Istandi) yang menjadi semangat saya dalam menempuh pendidikan ini. Terima kasih atas semua doa dan kasih sayangnya selama ini.
9. Teman-teman seperjuangan S2 IKM Angkatan 2013, khususnya teman-teman peminatan KIA.
10. Seluruh responden yang sangat berperan penting dalam penyelesaian tesis ini, terima kasih banyak sudah menjadi bagian dalam penelitian ini.
11. Pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Demikian, semoga tesis ini bisa memberi manfaat bagi diri kami sendiri

Surabaya, 04 Agustus 2015

**Penulis**

## SUMMARY

### *The effect of self-reinforcement of the loss body in overweight and obesity teenagers in Mojokerto (Junior High School I study in Puri Mojokerto)*

The life of a person experiencing childhood, adolescence and adulthood. Adolescence is a time of transition from childhood into adulthood, at this time a person continues to grow physically, socially and psychologically. During the rapid growth of adolescence important physical changes include changes in body size both height and weight, change in body proportions are characterized by certain body areas that become bigger because maturity is reached more quickly than areas of the body, sex organs reach mature size and the secondary sex characteristics are at a mature level of development in late adolescence. One of the hardest tasks of adolescent development is associated with social adjustment. This process is the most important and most difficult adjustment to the increasing influence of peer groups. Common hobby, such as the choice to become a vegetarian or food faddism. Obesity in adolescence can be caused by psychological factors, physiological and customs. The longer adolescents were overweight and obese, the greater the tendency to become obese into adulthood. Education about obesity prevention can be made more effective through a variety of approaches, for example through youth organizations or sports groups. To be successful, the therapy program should include diet, and family. For young women, obesity becomes severe enough problems, because the desire to be perfect which is often interpreted to have a slim body / trim and proportionate, is a dream for them.

This research is an experimental research. This type of design is right remedy this study is Quasi experimental or quasi-experimental, quasi-experimental designs that belong in this study is a pre-test and post-test design control. This design is the design of experiments carried out with pre-test before treatment was given and post-test after perlakua given, and there are also experimental group and the control group, the researchers selected sampling technique for sampling is random.

Results from this study is that among several variables, that there is an influence on weight loss is self-reinforcement, evidenced by self-reinforcement p value  $0.022 < \alpha (0.05)$  this case there between self-reinforcement effect on weight loss. To p value of  $0.011 < \alpha (0.05)$ , so the variable knowledge also affect weight loss in overweight and obese adolescents.

It is hoped further research could expand again research in the field of self reinforcement, for example in the elderly. Where self reinforcement is very necessary. Because the elderly are very susceptible to diseases caused by obesity.