

ABSTRAK

Dampak dan konsekuensi negatif yang didapatkan oleh individu yang mengalami obesitas, membuat individu perlu bertindak untuk mengurangi dampak negatif tersebut dengan cara melakukan tindakan pencegahan atau *preventive health care behavior*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peranan *health consciousness* terhadap *preventive health care behavior* pada dewasa awal yang mengalami obesitas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah 82 partisipan usia dewasa awal yang mengalami obesitas di daerah JABODETABEK. Teknik pengambilan sampel adalah *accidental sampling*. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Health Consciousness Scale* ($\alpha = 0.880$) dan *Preventive Behavior Scale* ($\alpha = 0.886$). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *health consciousness* memiliki peran yang signifikan terhadap variabel *preventive health care behavior* ($p = .000$, $R^2 = .219$). Artinya, individu yang mengalami obesitas perlu mengembangkan *health consciousness* pada dirinya, sehingga dapat termotivasi dalam melakukan upaya *preventive health care behavior*. Temuan ini sejalan dengan konsep Islam bahwa seseorang yang menyadari kondisi kesehatannya merupakan bentuk dari syukur kepada Allah SWT. Bentuk syukur tersebut dapat dilakukan dengan cara memelihara kondisi kesehatan yang baik untuk mencegah suatu penyakit.

Kata Kunci : *Health Consciousness, Preventive Health Care Behavior, Obesitas.*

ABSTRACT

The negative impacts and consequences obtained by individuals who are obese make individuals need to take action to reduce these negative impacts by taking preventive actions or preventive health care behavior. This study aims to determine the role of health consciousness on preventive health care behavior in early adults who are obese. This study uses a quantitative approach. The sample in this study was 82 participants of early adulthood who were obese in the JABODETABEK area. The sampling technique is an accidental sampling. This study used the Health Consciousness Scale ($\alpha = 0.880$) and the Preventive Behavior Scale ($\alpha = 0.886$). The data analysis technique used is a simple linear regression test. The results showed that the variable health consciousness had a significant role in the preventive health care behavior variable ($p = .000$, $R^2 = .219$). This means that individuals who are obese need to develop health consciousness in themselves so that they can be motivated to make efforts to preventive health care behavior. This finding is in line with the Islamic concept that a person who is aware of his health condition is a form of gratitude to Allah SWT. This form of gratitude can be done by maintaining good health conditions to prevent disease.

Keywords: Health Consciousness, Preventive Health Care Behavior, Obesity