Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Antara Asupan Energi, Proporsi Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Dan Sidrom Makan Malam Dengan Obesitas Berdasarkan Lingkar Pinggang Pada Polisi Di Polres Jakarta Selatan Tahun 2019

Alfiyyah Darojah

Deskripsi Lengkap: http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74616&lokasi=lokal

---

Abstrak

Obesitas berdasakan lingkar pinggang adalah kondisi penyebaran lemak pada tubuh yang dibagi menjadi 2 kategori, yaitu sentral dan tidak sentral. Prevalensi obesitas sentral masih terus meningkat. Survey di Amerika serikat pada tahun 2000 menunjukan bahwa terdapat 37% laki-laki yang mengalami obesitas sentral, sedangkan di Indonesia terdapat 31% orang yang mengalami obesitas sentral dan Jakarta menjadi kota kedua yang memiliki prevalensi paling tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan antara asupan, aktivitas fisik dan kebiasaan makan malam pada polisi di Polres Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey analitik dengan desain cross sectional dengan sampel 50 responden pada bulan November tahun 2019. Data yang dikumpulkan berupa lingkar pinggang, asupan energi, asupan protein, asupan karbohidrat, asupan karbohidrat sederhana, aktivitas fisik, dan sindrom makan malam. Data lingkar pinggang diperoleh dengan pengukuran menggunakan pita seca, sedangkan data asupan, aktivitas fisik, dan sindrom makan malam diperoleh dengan metode wawancara. Analisis statistik menggunakan korelasi rank spearmen. Hasil penelitian menunjukan bahwa lebih dari setengah responden berada pada kategori umur 30 ? 45 tahun 62%, mengalami obesitas sentral (60%), asupan energi cukup 46%, poporsi asupan protein lebih 48%, proporsi asupan lemak lebih 46%, proporsi asupan karbohidrat kurang 76%, asupan karbohidrat sederhana cukup 88%, aktivitas fisik sedang 56%, tidak mengalami sindrom makan malam 90%. Hasil uji statistik menunjukan adanya hubungan bermakna antara asupan energi (p=0,013), proporsi asupan lemak (p=0,027), proporsi asupan karbohidrat (p=0,042), aktivitas fisik (0,000) dengan obesitas berdasarkan lingkar pinggang, dan tidak terdapat hubungan antara proporsi asupan protein (p=0,713), proporsi asupan karbohidrat sederhana (p=0,159), sindrom makan malam (p=0,973) dengan obesitas berdasarkan lingkar pinggang.