

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Keragaman Konsumsi Pangan, Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMAN 56 Jakarta Tahun 2020

Addina Vemy Iman Ningrum

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75532&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keragaman konsumsi pangan, asupan zat gizi makro, dan serat dengan kejadian obesitas pada remaja di SMAN 56 Jakarta Barat. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi crosssectional dengan melibatkan siswa dan siswi kelas X dan XI dari jurusan MIPA, IPS, dan Bahasa sebanyak 84 sampel. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara menggunakan teknik stratified random sampling. Analisis data dilakukan dengan uji statistik univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi square. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan skor DDS kategori sedang sebanyak 69%, sebanyak 51,2% mengonsumsi asupan energi cukup, sebanyak 71,4% mengonsumsi asupan protein berlebih, sebanyak 51,2% mengonsumsi asupan lemak cukup, 61,9% mengonsumsi asupan karbohidrat cukup, dan sebanyak 70,2% konsumsi asupan serat rendah. Terdapat hubungan antara asupan energi dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$). Ada hubungan asupan protein dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$). Responden yang asupan protein berlebih beresiko 0,66 kali mengalami obesitas. Terdapat hubungan asupan lemak dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$), responden yang asupan lemak berlebih beresiko 0,30 kali mengalami obesitas. Adanya hubungan asupan karbohidrat dengan kejadian obesitas pada remaja ($p < 0,05$), responden yang asupan karbohidrat berlebih beresiko 0,44 kali mengalami obesitas. Ada hubungan asupan serat dengan kejadian obesitas ($p < 0,05$), responden yang asupan serat rendah beresiko 3,326 mengalami obesitas. Sehingga disimpulkan ada hubungan asupan zat gizi makro dan serat dengan kejadian obesitas pada remaja. Namun, tidak ada hubungan keragaman konsumsi pangan dengan kejadian obesitas pada remaja.