

Perbedaan Kejadian Obesitas Berdasarkan Asupan Gizi, Aktivitas Fisik, dan Faktor Lainnya pada Pegawai Negeri Sipil di Kantor Dinas Kesehatan Kota Depok Tahun 2015

Yanci, Cindy

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=118330&lokasi=lokal>

Abstrak

Obesitas adalah faktor risiko penyakit kardiovaskular. Skripsi ini merupakan penelitian dengan desain studi cross-sectional yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan kejadian obesitas berdasarkan asupan gizi, aktivitas fisik, dan faktor lainnya. Penelitian ini melibatkan 104 responden yang merupakan PNS di Kantor Dinas Kesehatan kota Depok. Obesitas diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh. Sebanyak 50% PNS mengalami obesitas ($IMT \geq 25 \text{ kg/m}^2$). Dari beberapa variabel yang diuji, terdapat perbedaan bermakna kejadian obesitas berdasarkan asupan energi, karbohidrat, dan lemak, serta kebiasaan makan di luar rumah baik pada pria maupun wanita. Setelah dikontrol oleh jenis kelamin, perbedaan tersebut hanya bermakna pada wanita. Berdasarkan hasil penelitian, PNS disarankan untuk mengurangi makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak yang berlebihan, serta mengurangi frekuensi makan di luar rumah untuk mencegah obesitas.

Kata Kunci: Obesitas, Indeks Massa Tubuh, asupan gizi, aktivitas fisik

Obesity is an independent risk factor for cardiovascular disease. The purpose of this cross-sectional study is to identify the difference in the incidence of obesity based on dietary intake, physical activity, and some other factors. A total of 104 civil servants of Depok Health Department were included in this study. Obesity was measured using Body Mass Index. The prevalence of obesity ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$) was 50%. From the tested variables, there were significant differences in proportion of energy, carbohydrate, and protein intake, as well as eating out of home on the prevalence of obesity in both men and women. After controlled by sex, the differences were only significant in women, but not in men. The results suggest that civil servants to reduce energy, carbohydrate, and fat intake, as well as the frequency of eating out of home.

Keywords: Obesity, Body Mass Index, dietary intake, physical activity