

Konsumsi Air Putih, Minuman Manis, dan Faktor Lainnya pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Kesehatan Kota Depok Tahun 2016

Cahyani, Windy

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=126541&lokasi=lokal>

Abstrak

Gizi lebih adalah akumulasi lemak berlebih dalam tubuh dan merupakan faktor risiko DM tipe 2 hingga kematian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan proporsi kejadian gizi lebih berdasarkan konsumsi air putih, minuman manis, asupan zat gizi makro, frekuensi makan, dan kebiasaan merokok. Desain penelitian ini adalah potong lintang dengan 108 responden yang merupakan Pegawai Negeri Sipil Dinas Kesehatan Kota Depok. Pengukuran status gizi menggunakan IMT; konsumsi air putih menggunakan Questionnaire for Water Consumption Habits oleh BioMed Center; konsumsi minuman manis menggunakan BEVQ-15; asupan gizi makro dan frekuensi makan menggunakan 24h-food recall; kebiasaan merokok menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari Dare et al. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 50% PNS mengalami gizi lebih (IMT $\geq$ 25 kg/m²). Terdapat perbedaan bermakna proporsi gizi lebih berdasarkan konsumsi air putih, minuman manis, asupan energi, lemak, karbohidrat, dan frekuensi makan. Setelah dikontrol oleh jenis kelamin, perbedaan bermakna ditemukan hanya pada perempuan, sedangkan untuk variabel frekuensi makan hanya pada laki-laki. Anjuran peningkatan konsumsi air putih, asupan rendah kalori dan lemak, serta pengurangan minuman manis diharapkan dapat mencegah dan menanggulangi angka kejadian gizi lebih. Kata Kunci: gizi lebih, indeks masa tubuh, air putih, minuman manis, asupan gizi

Overnutrition is a risk factor for Type 2 Diabetes Mellitus even death. This study aims to determine the difference of overnutrition proportion based on water consumption, sugar-sweetened beverage, dietary intake, eating frequency, and smoking habits. This is a cross-sectional study with 108 Civil Servants of Dinas Kesehatan Kota Depok as respondents. Overnutrition was measured using Body Mass Index; water consumption using Questionnaire for Water Consumption Habits by BioMed Center; sugar-sweetened beverage (SSB) using BEVQ-15; dietary intake and eating frequency using 24h-food recall; smoking habits using adapted questionnaire by Dare et al. The overnutrition prevalence was 50% (BMI $\geq$ 25 kg/m²). There were significant differences based on water consumption, SSB, energy, fat, carbohydrate intake, and eating frequency. After controlled by sex, the differences were only significant in women; eating frequency was only significant in men. Increasing of water consumption, low calories and fat intake, and SSB reducing could be the solution to overcome and prevent overnutrition. Keywords: overnutrition, body mass index, water consumption, sugar-sweetened beverage, dietary intake