

Perbedaan Proporsi Kejadian Overfat Berdasarkan Faktor Risikonya Pada Mahasiswa Gizi Universitas Indonesia Tahun 2019 (Analisis Data Sekunder)

Aldriani, Nada Syifa

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=133965&lokasi=lokal>

Abstrak

Kejadian overfat memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan, yaitu meningkatkan risikoseseorang terkena kondisi dan penyakit tidak menular kronis seperti resistansi insulin,diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, PJK, dan lainnya. Di Indonesia, diketahui sebanyak35,4% orang dewasa mengalami kegemukan dan obesitas. Penelitian ini bertujuan untukmengetahui gambaran dan perbedaan proporsi kejadian overfat berdasarkan faktorrisikonya, seperti asupan energi, asupan zat gizi makro, aktivitas fisik, durasi tidur, dankualitas tidur, serta hubungan antara IMT dengan PLT pada mahasiswa Gizi UniversitasIndonesia tahun 2019. Penelitian dengan desain studi potong lintang ini menggunakandata sekunder dengan jumlah responden sebanyak 119 mahasiswa. Hasil penelitianmenunjukkan bahwa sebanyak 19,3% mahasiswa mengalami overfat. Analisis bivariatmenunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan, kuat, dan berarah positif antaraIMT dengan PLT ($r = 0,855$, $p = 0,0001$). Ditemukan adanya perbedaan proporsi kejadianoverfat yang signifikan berdasarkan asupan energi ($p = 0,02$). Selain itu, terdapatkecenderungan bahwa kejadian overfat lebih tinggi pada mahasiswa yang aktivitasfisiknya kurang, durasi tidurnya tidak cukup, dan kualitas tidurnya sangat buruk danburu. Kata kunci: Overfat, asupan energi, aktivitas fisik, durasi tidur, kualitas tidur, mahasiswa.