

Hubungan Asupan Makanan Dan Faktor Lainnya Terhadap Kejadian Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Indonesia 2025

Namora, Maria Pinarsinta

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138387&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Obesitas sentral merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang prevalensinya selalu mengalami peningkatan, termasuk pada dewasa muda. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara asupan gizi dan faktor-faktor lainnya yang berhubungan dengan obesitas sentral pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Indonesia. Metode penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional dengan 108 responden. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner melalui platform Google Form, serta pengukuran antropometri dan SQ-FFQ secara tatap muka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status merokok dengan obesitas sentral yang bersifat sebagai faktor protektif (p-value 0,003). Sementara itu, tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan energi (p-value 0,652), karbohidrat (p-value 0,957), protein (p-value 0,786), lemak (p-value 0,87), aktivitas fisik (p-value 0,423), tingkat stres (p-value 0,081), serta pengetahuan gizi (p-value 0,859). Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap obesitas sentral dan pemeliharaan kesehatan secara umum dengan menganut pola hidup yang lebih sehat, seperti membatasi makanan tinggi gula, garam, dan lemak; meningkatkan aktivitas fisik, strategi manajemen stres, serta mengurangi konsumsi rokok.</div><hr /><div style="text-align: justify;">Central obesity is a major public health concern with a steadily increasing prevalence, including among young adults. This study aims to examine the relationship between nutrient intake and other contributing factors associated with central obesity among students of the Faculty of Engineering at Universitas Indonesia. This research employed a cross-sectional study design involving 108 respondents. Data collection was conducted through questionnaires distributed via Google Forms, along with face-to-face anthropometric measurements and a semi-quantitative food frequency questionnaire (SQ-FFQ). The results showed a significant association between smoking status and central obesity, indicating smoking as a protective factor (p-value 0.003). In contrast, no significant associations were found between central obesity and energy intake (p-value 0.652), carbohydrate intake (p-value 0.957), protein intake (p-value 0.786), fat intake (p-value 0.87), physical activity (p-value 0.423), stress levels (p-value 0.081), or nutrition knowledge (p-value 0.859). These findings are expected to raise student awareness about central obesity and encourage better health maintenance through healthier lifestyle practices, such as limiting high sugar, salt, and fat intake; increasing physical activity; applying stress management strategies; and reducing tobacco use.</div>