



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2014

PENI YULIANTI, NIM : 2012 32 204

HUBUNGAN KONSUMSI KARBOHIDRAT, LEMAK, SERAT, DAN KALSIMUM TERHADAP
KEGEMUKAN PADA USIA DEWASA 40 – 44 TAHUN DI WILAYAH INDONESIA
(ANALISIS DATA SEKUNDER RISKESDAS TAHUN 2010)

120 halaman, 26 tabel, 24 grafik

ABSTRAK

Latar Belakang : Data Riskesdas 2010 menyatakan persentase tertinggi status gizi penduduk dewasa (>18 tahun) berdasarkan kategori umur 45 – 49 (11,8 %) dan wanita usia 40 – 44 tahun (14,8%).

Tujuan : Mengetahui hubungan konsumsi karbohidrat, lemak, serat dan kalsium terhadap kegemukan pada usia dewasa 40 – 44 tahun di wilayah Indonesia.

Metode Penelitian : Data yang digunakan Riskesdas Tahun 2010 dengan desain cross sectional. Sampel yang didapat adalah 8694 orang. Pengujian statistik menggunakan Uji t test independent, Uji Anova, *Pos Hoc Bonferoni* dan Uji Regresi Logistik.

Hasil : Responden pada usia dewasa 40 – 44 tahun mengalami kejadian kegemukan sebanyak 2694 (29,1 %), asupan karbohidrat adalah $215,18 \pm 69,14$ gr, lemak $47,29 \pm 20,37$ gr, serat $7,53 \pm 3,64$ gr dan kalsium $234,84 \pm 168,48$ mcg. Terdapat perbedaan yang signifikan pada asupan karbohidrat ($p < 0,05$) dan tidak ada perbedaan pada asupan lemak, serat dan kalsium ($p \geq 0,05$) di wilayah Indonesia. Terdapat perbedaan asupan karbohidrat dan lemak antara Region 1 dengan Region 3 dan Region 2 dengan Region 3 ($p < 0,05$) serta ada hubungan bermakna pada asupan serat pada Region 1, Region 2 dan Region 3 ($p < 0,05$). Terdapat hubungan asupan lemak dengan kejadian kegemukan dengan nilai OR (Odds Ratio (OR) dari variabel asupan lemak adalah 1,10 dan (95% CI : 1,000 – 1,213).

Kesimpulan : Kegemukan pada usia 40 – 44 tahun di wilayah Indonesia dipengaruhi oleh asupan lemak berlebih. Dengan demikian diperlukan konseling gizi sesuai dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi masyarakat serta budaya daerah setempat.

Kata Kunci : Kegemukan, asupan zat gizi makro, usia, status gizi
Daftar Bacaan : 42 (1990 – 2013)