

## ABSTRAK

### FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI LAKI-LAKI USIA 18-45 TAHUN SEJABODETABEKA TAHUN 2018

AISYAH

#### PROGRAM STUDI GIZI

(IX, VI BAB, 66 Halaman, 20 Tabel)

**Latar Belakang:** Status gizi merupakan salah satu faktor penting dalam mencapai derajat kesehatan yang optimal. Secara nasional, Prevalensi penduduk laki-laki dewasa obesitas pada tahun 2013 terjadi peningkatan yaitu menjadi 19,7%, jika dibandingkan dengan prevalensi tahun 2007 (13,9%) dan tahun 2010 (7,8%).

**Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecukupan energi, gizi makro, frekuensi olahraga, pengetahuan gizi dan status gizi laki-laki 18- 45 tahun Sejabodetabeka tahun 2018.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan design penelitian *cross-sectional*. Data dalam analisis ini adalah data sekunder hasil Survei Mahasiswa Gizi Universitas Esa Unggul tahun 2018 dengan jumlah sampel 1253 responden laki-laki usia 18-45 tahun dan dianalisis menggunakan uji *Chi Square*.

**Hasil:** Sebagian besar responden domisili di Jakarta Barat (22,4%), pendidikan responden pada kategori sedang (60,5%). Responden sebagian besar memiliki frekuensi olahraga yang sedang (49,7%). Tingkat kecukupan energi sebagian besar kurang (64,9%), protein lebih (38%), lemak kurang (65,2%) dan karbohidrat kurang (70,9%), pengetahuan gizi cukup (61,9%). Terdapat hubungan antara tingkat kecukupan energi, protein, karbohidrat dan pengetahuan gizi dengan status gizi ( $p\text{-value} < 0,05$ ) dan tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan lemak, frekuensi olahraga dengan status gizi ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan energi, protein, karbohidrat dan pengetahuan gizi dengan status gizi.

**Kata Kunci:** status gizi, tingkat kecukupan energi, tingkat kecukupan zat gizi makro, Laki-laki

**Daftar Bacaan:** 32 (2003-2017)