

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, AGUSTUS 2017

SITI CHOIRUNNISA

### **HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ENERGI, ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, ASUPAN SERAT, AKTIVITAS FISIK, DAN PERSEN LEMAK TUBUH TERHADAP STATUS GIZI POLISI DI KEPOLISIAN RESORT METROPOLITAN JAKARTA BARAT TAHUN 2017**

VI Bab, 98 Halaman, 38 Tabel, 10 Gambar

**Latar Belakang:** Polisi adalah abdi negara yang diharuskan memiliki jasmani dan rohani yang sehat agar bisa melaksanakan semua tugas-tugasnya secara optimal. Gizi lebih pada polisi dapat menurunkan produktifitas kerja dan menjadi faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan pengetahuan gizi, asupan energi, asupan zat gizi makro, asupan serat, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh terhadap status gizi pada Polisi serta faktor dominan yang memengaruhinya.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* dengan populasi 684 Polisi dan pada perhitungan sampel didapatkan jumlah sample sebanyak 150 responden. Analisis bivariat menggunakan *Pearson* dan *Spearman Rank*. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk analisis multivariabel.

**Hasil:** Rata-rata status gizi polisi adalah  $25,85 \pm 3,97$  Kg/m<sup>2</sup>. Variabel yang berhubungan dengan status gizi adalah pengetahuan gizi ( $p=0,036$ ), asupan energi ( $p=0,0001$ ), asupan karbohidrat ( $p=0,001$ ), asupan lemak ( $p=0,001$ ), asupan protein ( $p=0,001$ ), aktivitas fisik ( $p=0,0001$ ) dan persen lemak tubuh ( $p=0,0001$ ). Variabel yang paling berpengaruh adalah asupan energi.

**Kesimpulan:** Tingginya asupan energi, asupan lemak dan protein, persen lemak tubuh, serta rendahnya aktivitas fisik dan asupan serat menjadi penyebab status gizi lebih pada Polisi sehingga perlu adanya motivasi dan kesadaran diri untuk mencapai status gizi normal.

**Kata Kunci:** persen lemak tubuh, polisi, status gizi, zat gizi makro

**Daftar Bacaan:** 87 (2000-2017)

## ABSTRACT



**ESA UNGGUL UNIVERSITY  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
NUTRITION SCIENCE COURSE  
SKRIPSI, AGUSTUS 2017**

**SITI CHOIRUNNISA**

***NUTRITION KNOWLEDGE, ENERGY INTAKE, MACRO NUTRIENT INTAKE, FIBER INTAKE, PHYSICAL ACTIVITY, AND BODY FAT PERCENTAGE WITH NUTRITIONAL STATUS IN POLICE AT THE WEST JAKARTA RESORT POLICE DEPARTMENT IN 2017***

*VI Chapter, 98 Page, 38 Table, 10 Pictures*

***Background:*** Police are a state servant who are required to have a healthy body and psychic in order to do all their duties optimally. Overweight in police can decrease work productivity and become a risk factor for non-communicable diseases.

***Purpose:*** Knowing the relationship of nutrition knowledge, energy intake, macronutrient intake, fiber intake, physical activity, and body fat percentage to nutritional status in police and dominant factors that influence it.

***Method:*** This research use quantitative method with cross sectional design with population 684 police and the sample calculation got 150 respondents. Bivariate analysis using Pearson and Spearman Rank. Multiple linier regression analysis was used for multivariable analysis .

***Result:*** Average of police nutritional status in this research is  $25,85 \pm 3,97 \text{ Kg/m}^2$ . Variables related to nutritional status were nutritional knowledge ( $p=0,036$ ), energy intake ( $p=0,0001$ ), carbohydrate intake ( $p=0,001$ ), fat intake ( $p=0,001$ ), protein intake ( $p=0,001$ ), physical activity ( $p=0,0001$ ) and body fat percentage ( $p=0,0001$ ). The most influential variable is energy intake.

***Conclusion:*** High energy intake, fat and protein intake, body fat percentage, low physical activity and fiber intake cause overweight. Motivation and self awareness is needed to achieve normal nutritional status.

***Keyword:*** body fat percentage, macro nutrient, nutritional status, police

***Reading List:*** 87 (2000-2017)