

SKIRIPSI
POLA KONSUMSI BERDASARKAN KEJADIAN OBESITAS PADA
PENDUDUK USIA DEWASA (19 – 50 TAHUN)
DI PULAU SULAWESI
BERDASARKAN DATA RISKESDAS 2010

Diajukan untuk melengkapi persyaratan mendapatkan gelar
Sarjana Gizi



DISUSUN OLEH

SLIFIANI

201132050

PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2012

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, SEPTEMBER 2012

SLIFIANI

**POLA KONSUMSI BERDASARKAN KEJADIAN OBESITAS PADA
PENDUDUK USIA DEWASA (19 – 50 TAHUN) DI PULAU SULAWESI
BERDASARKAN DATA RISKESDAS 2010**

VI Bab, 84 Halaman, 12 Tabel, 12 Grafik

Latar Belakang: Obesitas merupakan keadaan dimana lemak tubuh jumlahnya melebihi keadaan normal yaitu telah melebihi 25% berat badan pada pria dewasa dan 30% berat badan pada wanita dewasa. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas, diantaranya faktor budaya yang meliputi kebiasaan seseorang beraktivitas, faktor sosial seperti pola makan sejak kecil hingga dewasa, faktor psikis dan kegemukan yang diakibatkan penyakit tertentu.

Tujuan: Mengetahui Perbedaan Pola Konsumsi berdasarkan Kejadian Obesitas Pada Penduduk Usia Dewasa (19 – 50 Tahun) di Pulau Sulawesi.

Metode Penelitian: Data yang digunakan adalah data sekunder Riskesdas 2010 dengan pendekatan *cross – sectional* dan design survey analitik. Sampel yang didapat 10.166 orang. Pengujian statistik menggunakan uji T-test Independen.

Hasil: Rata-rata konsumsi sereal dan umbian (563.51±4.72) gram, kacang-kacangan (10.1±0.73) gram, daging dan unggas (12.34±0.96) gram, telur matang (9.04±0.5) gram, ikan / hasilnya (66.97±2) gram, sayuran (109.76±2.16) gram, buah-buahan (25.58±1.37) gram, susu dan hasil olahannya (1.33±0.18) gram, minyak dan lemak (1.05±0.11) gram, minuman, gula, dll (92.20±2.74) gram, dan makanan jajanan (23.75±1,30) gram. Ada perbedaan bermakna rata-rata konsumsi daging & unggas ($t = -2.042$), ikan / hasilnya ($t = -4.424$), buah-buahan ($t = -5.696$), lemak / minyak ($t = -4.265$), serta minuman, gula, dll ($t = -2.515$) pada kelompok obesitas dan tidak obesitas ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Perlu adanya sosialisasi kepada masyarakat mengenai pola konsumsi terhadap obesitas, dan dampaknya terhadap kesehatan.

Kata Kunci: Rata-rata konsumsi, Kejadian Obesitas, Dewasa 19-50 tahun

Daftar Bacaan: 35 (1986 – 2011)



PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui, diperiksa, dan dipertahankan didepan Penguji Skripsi
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Gizi dan diterima untuk
memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar

Sarjana Gizi

Jakarta, September 2012

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Idrus Jus'at, Ph. D

Syahmirza Indra L, SSt.Ft, MOR



PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini telah dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Gizi dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar

Sarjana Gizi

Jakarta, September 2012

Idrus Jus'at, Ph. D

Dekan

TIM PENGUJI SKRIPSI

| Jabatan | Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
|------------|--------------------------------|--------------|---------|
| Ketua | Idrus Jus'at, Ph. D | _____ | _____ |
| Sekretaris | Syahmirza Indra L, SSt.Ft, MOR | _____ | _____ |
| Anggota | Erry Yudha Mulyani M.Sc | _____ | _____ |



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Slifiani

NIM : 201132050

Program Studi : Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan-kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi yang berjudul :

POLA KONSUMSI BERDASARKAN KEJADIAN OBESITAS PADA
PENDUDUK USIA DEWASA (19 – 50 TAHUN) DI PULAU SULAWESI
BERDASARKAN DATA RISKESDAS 2010

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang akan ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, September 2012

Slifiani



RIWAYAT HIDUP PENULIS

Data Pribadi :

- Nama : Slifiani
- Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 17 Oktober 1989
- Alamat : Jalan V2 No. 1 B Rt 001 Rw 04 Slipi, Palmerah,
Jakarta Barat 11410
- Email : slifiani.gizi@gmail.com

Data Pendidikan :

- 1995 – 2001 : Sekolah di SD Negeri 03 Pagi Jakarta
- 2001 – 2004 : Sekolah di SMP Negeri 61 Jakarta
- 2004 – 2007 : Sekolah di SMA Negeri 16 Jakarta
- 2007 – 2010 : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan
Jakarta II Jurusan Gizi
- 2010 – 2011 : Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Pola Konsumsi Berdasarkan Kejadian Obesitas Pada Penduduk Usia Dewasa (19 – 50 Tahun) Di Pulau Sulawesi Berdasarkan Data Riskesdas 2010 sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul.

Penulis menyadari bahwasannya penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ayah, Mama, Kakak, dan Adik tercinta yang senantiasa memberikan dukungan moril dan materil, tulus ikhlas memberikan doa, semangat, kasih sayang, menemani dengan sabar serta pengorbanan yang begitu besar selama pembuatan skripsi ini.
2. Bapak Idrus Jus'at, Ph.D selaku dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul dan juga selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan-masukan yang sangat berharga sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
3. Bapak Syahmirza Indra L, SSt.Ft, MOR selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan-masukan yang sangat berharga sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Ibu Erry Yudhya Mulyani, M.Sc selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul dan juga selaku penguji skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan saran dan nasihat bagi penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen Universitas Esa Unggul yang telah memberikan ilmu, yang sangat berarti.
6. Teman-teman kelas Reguler dan Eksekutif 2011 yang telah menyemangati dan memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

7. Sahabat tercinta, Ka Pipit, Witry, Hesty, Eno, Natta, dan semuanya yang selalu meluangkan waktunya dalam membantu penulis.
8. Teman dari berbagai pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu, atas perhatian, bantuan dan doanya selama ini

Akhir kata, semoga Allah SWT yang membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat.

Jakarta, September 2012

Slifiani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

| | |
|---|------|
| ABSTRAK | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| SURAT PERNYATAAN | v |
| RIWAYAT HIDUP PENULIS | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR GRAFIK | xiii |

BAB I PENDAHULUAN

| | |
|-------------------------------|---|
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 6 |
| C. Pembatasan Masalah | 6 |
| D. Perumusan Masalah | 7 |
| E. Tujuan Penelitian | 7 |
| F. Manfaat Penelitian | 8 |

BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

| | |
|--|----|
| A. DESKRIPSI TEORITIS | 9 |
| 1. Pengertian Obesitas | 9 |
| 2. Tipe Obesitas | 10 |
| 3. Prevalensi Obesitas | 13 |
| 4. Faktor-faktor Penyebab Obesitas | 15 |
| 5. Dampak Obesitas | 17 |
| 6. Diagnosis Obesitas | 18 |
| 7. Patofisiologi Penyakit Obesitas | 22 |
| 8. Penilaian Konsumsi Makanan | 22 |
| 9. Faktor Makanan | 24 |
| 10. Usia Dewasa | 26 |
| B. Kerangka Berpikir Penelitian | 27 |
| C. Kerangka Konsep Penelitian..... | 28 |
| D. Hipotesis Penelitian | 29 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|--------------------------------------|----|
| A. Tempat dan Waktu Penelitian | 30 |
| B. Desain dan Jenis Penelitian | 30 |
| C. Populasi dan Sampel | 30 |
| D. Pengumpulan Data | 31 |
| E. Instrument Penelitian | 32 |
| F. Teknik Analisis Data | 34 |

BAB IV HASIL PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Gambaran Umum Tempat Penelitian | 38 |
| B. Karakteristik Responden | 39 |

BAB V PEMBAHASAN

| | |
|---|----|
| A. Karakteristik Responden | 58 |
| 1. Kejadian Obesitas | 58 |
| 2. Umur | 60 |
| 3. Pola Konsumsi Karbohidrat berdasarkan Kejadian Obesitas | 62 |
| 4. Pola Konsumsi Protein berdasarkan Kejadian Obesitas | 63 |
| 5. Pola Konsumsi Lemak berdasarkan Kejadian Obesitas | 66 |
| 6. Pola Konsumsi Serat berdasarkan Kejadian Obesitas | 67 |
| 7. Pola Konsumsi Makanan Jajanan, Minuman, Gula dan lainnya terhadap Status Gizi | 69 |
| B. Keterbatasan Penelitian | 71 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN | 72 |
|-----------------------------------|----|

| | |
|----------------------|----|
| DAFTAR PUSTAKA | 75 |
|----------------------|----|

| | |
|----------------|----|
| LAMPIRAN | 80 |
|----------------|----|

DAFTAR TABEL

| | | |
|----------|---|----|
| Tabel 1 | Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan Kejadian Obesitas..... | 39 |
| Tabel 2 | Pola Konsumsi Sereal dan Umbian berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 41 |
| Tabel 3 | Pola Konsumsi Kacang-Kacangan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 42 |
| Tabel 4 | Pola Konsumsi Daging & Unggas berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 44 |
| Tabel 5 | Pola Konsumsi Telur Matang berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 45 |
| Tabel 6 | Pola Konsumsi Ikan / Hasil Perikanan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 47 |
| Tabel 7 | Pola Konsumsi Sayuran berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 48 |
| Tabel 8 | Pola Konsumsi Buah-Buahan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 50 |
| Tabel 9 | Pola Konsumsi Susu & Hasil Olahannya berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 51 |
| Tabel 10 | Pola Konsumsi Minyak / Lemak berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 53 |
| Tabel 11 | Pola Konsumsi Minuman, Gula, dan lainnya berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 54 |
| Tabel 12 | Pola Konsumsi Makanan Jajanan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 56 |

DAFTAR GRAFIK

| | | |
|-----------|--|----|
| Grafik 1 | Distribusi Pola Konsumsi Makanan Orang Dewasa 19-50 tahun di Pulau Sulawesi..... | 40 |
| Grafik 2 | Pola Konsumsi Sereal dan Umbian berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 41 |
| Grafik 3 | Pola Konsumsi Kacang-kacangan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 43 |
| Grafik 4 | Pola Konsumsi Daging & Unggas berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 44 |
| Grafik 5 | Pola Konsumsi Telur Matang berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 46 |
| Grafik 6 | Pola Konsumsi Ikan / Hasil Perikanan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 47 |
| Grafik 7 | Pola Konsumsi Sayuran berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 49 |
| Grafik 8 | Pola Konsumsi Buah-buahan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 50 |
| Grafik 9 | Pola Konsumsi Susu & Hasil Olahannya berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 52 |
| Grafik 10 | Pola Konsumsi Minyak / Lemak berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 53 |
| Grafik 11 | Pola Konsumsi Minuman, Gula, & DII berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 55 |
| Grafik 12 | Pola Konsumsi Makanan Jajanan berdasarkan Kejadian Obesitas..... | 56 |