



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

NANANG UTOMO

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, DAN SERAT BERDASARKAN  
TIPE DAERAH TERHADAP KEJADIAN STATUS GIZI LEBIH REMAJA  
UMUR 16-18 TAHUN DI PULAU JAWA (Analisis Data Sekunder  
RISKESDAS Tahun 2010)**

138 Halaman, 14 Tabel, 21 Grafik.

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Menurut WHO ada sekitar 1,6 milyar orang dewasa berumur  $\geq 15$  tahun kelebihan berat badan dan setidaknya sebanyak 400 juta orang dewasa gemuk pada tahun 2005, dan diperkirakan lebih dari 700 jiwa orang dewasa akan gemuk pada tahun 2015.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dan serat terhadap kejadian status gizi lebih remaja umur 16-18 tahun di Pulau Jawa.

**Metode Penelitian :** Bersifat deskriptif analitik *cross-sectional*, menggunakan data hasil Riskesdas 2010. Sampel adalah 3415 remaja umur 16-18 tahun di Pulau Jawa. Analisis data dilakukan dengan uji Korelasi *Pearson Product Moment*.

**Hasil Penelitian :** Responden remaja yang diteliti berusia 16 – 18 tahun dengan jenis kelamin perempuan 1621 dan laki – laki 1794 dan sebanyak 2146 tinggal di daerah perkotaan serta 1269 tinggal di pedesaan. Rata – rata energi (1483,4 $\pm$ 398,67) kkal, protein (48,44 $\pm$ 16,46) gr, Lemak (51,58 $\pm$ 22,58) gr, Karbohidrat (206,32 $\pm$ 69,78) gr dan serat (7,2 $\pm$ 3,76) gr. Hasil analisa statistik tidak ada hubungan asupan zat gizi makro dan serat terhadap status gizi lebih. Tidak terdapat perbedaan asupan zat gizi makro dan serat berdasarkan status gizi ( $p \geq 0,05$ ). Tidak terdapat perbedaan status gizi berdasarkan jenis kelamin pada remaja umur 16-18 tahun di Pulau Jawa ( $p \geq 0,05$ ). Terdapat perbedaan status gizi berdasarkan tipe daerah pada remaja umur 16-18 tahun di Pulau Jawa ( $p \geq 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Penggalakan pendidikan gizi dengan menekankan keseimbangan antara asupan gizi dan aktifitas fisik pada remaja perlu ditingkatkan dengan melalui berbagai jalur media komunikasi.

Kata Kunci :Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Serat, Status Gizi Lebih  
Daftar Bacaan : 70 (1989-2013)