



## ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, MARET 2012

HERA DWI KURNIAWATI

### **HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT GIZI, AKTIFITAS FISIK DAN OBESITAS PADA KARYAWAN RUMAH SAKIT PENYAKIT INFEKSI PROF. DR. SULIANTI SAROSO JAKARTA UTARA**

xii, VI Bab, 93 Halaman, 18 Tabel, 4 Gambar, 8 Lampiran

**Latar Belakang :** Di Indonesia, angka kejadian obesitas terus meningkat. Di Rumah Sakit Penyakit Infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso pada tahun 2010, karyawan obesitas sebanyak 27,13% (IMT > 27). Angka obesitas pada karyawan cukup tinggi sehingga diperlukan penelitian untuk mengetahui faktor penyebab terjadinya obesitas tersebut.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan antara asupan zat gizi, aktifitas fisik dan obesitas pada karyawan di Rumah Sakit Penyakit Infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* bersifat analitik dengan sampel sebanyak 53 orang yang memiliki IMT  $\geq$  27, tidak dalam kondisi sakit, bersedia menjadi sampel serta tidak hamil dan menyusui. Data karakteristik responden diperoleh melalui wawancara kemudian dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan responden. Data aktifitas fisik diperoleh dengan menggunakan kuesioner tentang jenis aktifitas dan durasinya dalam sehari. Peneliti menggunakan formulir *recall* 1x24 jam (selama 2 hari tidak berturut-turut) untuk memperoleh asupan zat gizi dan FFQ untuk mengetahui frekuensi makan responden. Analisa data menggunakan uji Chi-Square.

**Hasil :** Berdasarkan karakteristik responden didapatkan (75,5%) perempuan mengalami obesitas dengan usia dewasa (83%) dan jenis pekerjaan non medis (54,7%). Hasil penelitian bivariat menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dan obesitas ( $p < 0.05$ ). Sedangkan hubungan antara asupan protein, lemak, karbohidrat, frekuensi makan dan obesitas tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ( $p \geq 0.05$ ). Dan tidak ada hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dan obesitas ( $p \geq 0.05$ ).

**Kesimpulan :** Obesitas pada karyawan Rumah Sakit Penyakit Infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso terutama pada perempuan dewasa dipengaruhi oleh pola makan dengan asupan energi yang berlebih. Karenanya, diperlukan program peningkatan konseling gizi dari tenaga ahli gizi kepada karyawan.

Daftar Bacaan : 65 (1995-2011)