



ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2013

SHERLIN REGINA JAMI

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, LEMAK, KARBOHIDRAT DAN SERAT TERHADAP STATUS GIZI LEBIH REMAJA UMUR 13-15 TAHUN DI PULAU SUMATERA (Analisis Data Sekunder RISKESDAS 2010)
Sherlin Regina Jami, Herwanti Bahar, Iskari Ngadiarti

xii, VI Bab, 83 Halaman, 5 Tabel

Latar belakang : Status gizi lebih remaja merupakan salah satu prediktor obesitas pada usia dewasa nanti. Asupan energi dan zat gizi merupakan faktor langsung yang memengaruhi status gizi.

Tujuan : Mengetahui hubungan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat dan serat terhadap status gizi lebih remaja umur 13-15 tahun di Pulau Sumatera.

Metode penelitian : Bersifat deskriptif analitik *cross-sectional*, menggunakan data hasil Riskesdas 2010. Sampel adalah 272 remaja umur 13-15 tahun di Pulau Sumatera. Analisis data dilakukan dengan uji Korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil Penelitian: Prevalensi status gizi lebih remaja usia 13-15 tahun tertinggi terjadi pada usia 13 tahun (40,3 %). Rata-rata asupan energi (1550,0± 450,85)kcal atau 69 % AKG, rata-rata asupan protein (58,6557±27,39818)gr atau 105 % AKG, rata-rata asupan lemak (47,1576±29,926)gr atau 89 % AKG, rata-rata asupan karbohidrat (218,3653±65,27847)gr atau 73 % dan rata-rata asupan serat adalah (6,8722±4,23658)gr atau 36 %. Hasil analisa statistik tidak ada hubungan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan serat terhadap status gizi lebih.

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 : 46 (1995-2013)