

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO (KARBOHIDRAT, PROTEIN, LEMAK) DENGAN KEJADIAN KEGEMUKAN PADA REMAJA DI SMAN I SALATIGA TAHUN 2004

ETI MURDANI -- E2A302074
(2004 - Skripsi)

Kegemukan (overweight) adalah keadaan patologi (tidak sehat) yang disebabkan adanya ketidakseimbangan antara porsi tinggi badan dan berat badan, dimana berat badan melebihi ukuran persentase tertentu. Kondisi ini sangat erat hubungannya dengan pola makan dan kebiasaan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dengan kejadian kegemukan (overweight). Desain penelitian yang digunakan adalah kasus kontrol, menggunakan pendekatan waktu retrospektif. Responden kelompok kasus adalah siswa yang mengalami kegemukan (overweight) dan tidak sebanyak 122 orang. Kriteria inklusinya yaitu terdaftar sebagai siswa SMAN I Salatiga tahun ajaran 2004/2005 dan bukan olahragawan. Analisis data memakai program SPSS versi 10.0 dengan uji statistik Chi Square dan tingkat kepercayaan 95%. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian kegemukan ($p=0,146$) dan ada hubungan antara konsumsi zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dengan kejadian kegemukan. Dari hasil didapatkan risiko terkena kegemukan pada kelompok yang mengkonsumsi zat gizi makro lebih dari AKG adalah: Karbohidrat 5,71; protein 6,22; lemak 10,56 lebih besar dari kelompok yang mengkonsumsi kurang dari atau sama dengan AKG.

Kata Kunci: Pengetahuan Gizi, Karbohidrat, Protein, Lemak, Kegemukan

THE CORELATION BETWEEN NUTRIENT KNOWLEDGE AND MACRO
NUTRIENT SUBSTANCE CUNSUMPTION (CARBOHYDRATE, PROTEIN,
FAT) AND OVERWEIGHT IN CIDENT IN TEENAGERS AT SMAN I
SALATIGA 2004

An overweight is a patology condition (unhealth) caused by the imbalance between body height and weight portion, in which body weight exceeds the particular percentage measurement. This condition has close correlation with eat pattern and daily habit. The clim of the research is to know the correlation between nutrient knowledge and macro nutrient substance consumption (carbohydrat, protein, fat) and overweight incident. The research used retospective time approach. The used research design was control case. The case group respondent were overweight student. Its inclusion criteria was registered as students of SMAN I Salatiga in the year of 2004/2005 and not atlets. Data analysis used SPSS program version 10.0 with Chi Square statiscical test and trust level of 95%. The analysis result demonstration that there is no corelation between nutrient knowledge and the overweight incident ($p=0,146$)and there is corelation between macro nutrient substance consumption (carbohydrat, protein, fat) and the incident of overweight. From the result it was obtained that the risk of overweight in a group which its carbohydrat consumption is more than AKG is 5,71 greater than a group which its carbohydrat consumption is less or same as AKG, protein has risk 6,22 greater meanwhile fat has risk 10,56 times bigger.

Keyword: Nutient Knowledge, Carbohydrat, Protein, Fat, Overweight