

## Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40 - 55 tahun) di kantor Direktorat Jenderal Zeni TNI-AD tahun 2008

Nimas Ayu Arce Roselly P., author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=123964&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Obesitas merupakan keadaan penumpukan lemak tubuh yang erat kaitannya dengan penyakit sirkulasi. TNI merupakan golongan manusia yang berkualitas dan dipersiapkan dalam mempertahankan keamanan Negara, sehingga perlu diperhatikan keadaan status lemak tubuhnya yang dapat menghambat perannya dilapangan. Salah satu perubahan yang terjadi yakni gaya hidup yang konsumtif dan sedentaris. Hal tersebut menyebabkan energi yang diterima tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan. Salah satu cara yang dapat dipergunakan untuk mengetahui keadaan gizi seseorang dengan persen lemak tubuh.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan hubungan faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas berdasarkan persen lemak tubuh pada pria (40-55 tahun) anggota ABRI/TNI di Kantor Direktorat Jenderal Zeni TNIAD Tahun 2008. Penelitian ini dilakukan dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian ini berjumlah 105 orang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi. Data dianalisis secara univariat dan bivariat.

Dari hasil analisis univariat menunjukkan sebagian besar anggota TNI Zeni yang mengalami obesitas sebesar 25,7%. Mayoritas berstatus normal dengan lemak tubuh 22,37%. Selain itu hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara golongan kerja, konsumsi lemak, konsumsi protein, RLPP, tingkat pengetahuan gizi ( $P < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, sebaiknya anggota TNI Zeni yang mengalami obesitas perlu adanya perbaikan menu dalam penyediaan makanan, penggunaan RLPP untuk mengukur gambaran lemak perut dan pemasangan poster mengenai menu seimbang dan dampak dari obesitas. Selain itu, perlu diadakannya penyuluhan oleh berbagai pihak agar dampak dikemudian hari dapat diminimalisir sejak sekarang.