

## Asupan lemak sebagai faktor dominan obesitas pada Polisi Satuan Samapta Bhayangkara Polresta Depok tahun 2013 = Fat intake as the dominant factor of obesity in Policemen Samapta Bhayangkara unit station Depok year 2013

Ratu Tatya Rachman, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20345955&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Obesitas merupakan epidemi global yang terus meningkat setiap tahunnya dan faktor risiko dari berbagai penyakit degeneratif seperti penyakit jantung iskemik, diabetes, dan kanker. Penelitian ini bertujuan untuk mencari faktor dominan obesitas pada polisi Satuan Samapta Bhayangkara (Sabhara) Polresta Depok tahun 2013 dan juga mencari hubungan antara faktor risiko yang dapat diubah dengan obesitas.

Desain penelitian menggunakan desain cross sectional dengan sampel sebanyak 127 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei 2013. Pengumpulan data diambil dengan pengukuran primer tinggi badan dan berat badan, pengisian kuesioner mandiri, dan wawancara 2x24 hours food recall. Didapatkan sebanyak 34,6% polisi mengalami obesitas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara durasi tidur, asupan lemak, dan kebiasaan sarapan dengan kejadian obesitas serta ditemukan bahwa asupan lemak merupakan faktor dominan obesitas. Peneliti menyarankan agar polisi Satuan Sabhara Polresta Depok diberi edukasi dan penyuluhan mengenai konsumsi lemak yang baik dan diet gizi seimbang sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya obesitas.

*Obesity is global epidemic that continually increase every year and a risk factor for degenerative diseases. This study aimed to find the dominant factor of obesity in Samapta Bhayangkara (Sabhara) Unit in Police Station Depok year 2013, also to find the relationship between modifiable risk factors with obesity. This study used cross-sectional method with 127 respondents and held in April-May 2013. Data were collected with primary measuring height and weight, self-administered questionnaire, and 2x24-hours food recall. Thirty four point six percent policemen are obese.*

*The result show that there's a relationship between sleep duration, fat intake, and breakfast habit with obesity and fat intake is the dominant factor of obesity. The researcher suggests that policemen should be given education as well as counseling about the right way to consume fat in order to reduce the risk of obesity.*