

Analisis Faktor Risiko Sindrom Metabolik Pada Pekerja Kantor Pusat Perusahaan Migas X Tahun 2019 = Analysis of Metabolic Syndrome Risk Factors on Head Office Workers of Oil and Gas Company X 2019

Rizqi Avrila Putri, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20490615&lokasi=lokal>

Abstrak

Sindrom metabolik adalah kumpulan dari beberapa faktor risiko berupa tingginya kadar gula darah, rendahnya kadar *High Density Lipid* (HDL), tingginya kadar trigliserida, obesitas sentral serta hipertensi. Seseorang yang mengidap sindrom metabolik memiliki risiko lebih tinggi untuk terserang penyakit kronik seperti kardiovaskuler dan diabetes melitus tipe 2 di kemudian hari. Berdasarkan hasil *Medical Check Up* pada pegawai Perusahaan Migas X Jakarta di tahun 2014, angka dislipidemia mencapai 69,4%, obesitas 14,8%, *overweight* 33,17%, diabetes 8,7%. Selain itu, berdasarkan pengamatan penulis, pegawai pusat Perusahaan Migas X memiliki gaya hidup yang cenderung *sedentary* karena lebih banyak duduk di kursi untuk mengerjakan pekerjaan administratif dan cukup sering mengonsumsi makanan yang tinggi lemak. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor risiko apa saja yang berhubungan dengan sindrom metabolik pada pekerja kantor pusat Perusahaan Migas X dengan menggunakan desain studi *cross sectional*. Hasil penelitian ditemukan bahwa prevalensi sindrom metabolik pada pekerja kantor pusat Perusahaan Migas X adalah 25%. Variabel independen yang berhubungan signifikan dengan kejadian sindrom metabolik adalah pola makan protein hewani (*p value* = 0,016), pola makan lemak (*p value* = 0,037), Indeks Masa Tubuh (*p value* = 0,001), aktivitas fisik (*p value* = 0,010), perilaku *sedentary* (*p value* = 0,030) dan merokok (*p value* = 0,037). Oleh karena itu, perlu adanya strategi untuk memberikan pengetahuan dan informasi terkait pola makan yang seimbang serta meningkatkan kemauan pekerja untuk senantiasa melakukan aktivitas fisik yang cukup dan teratur serta tidak merokok untuk menjaga berat badan yang ideal, memiliki gaya hidup yang sehat dan mencegah penyakit kronik akibat sindrom metabolik.

Metabolic syndrome is a cluster of some risk factors such as high level of glucose and triglyceride, low level of High Density Lipid (HDL), central obesity, and hypertension. Someone who suffers from metabolic syndrome has higher risk to get chronic disease like cardiovascular disease and diabetes melitus type 2 in the future. As per Medical Check Up result of Oil and Gas Company X workers in 2014, found that dyslipidemia up to 69,4%, obesity 14,8%, overweight 33,17%, diabetes 8,7%. Furthermore, based on observation, office workers of Oil and Gas Company X tend to have sedentary life style since they spent most of their time at office to sit for doing some administrative task and often consume high fat food. Thus, the objective of this study was to analyze the risk factors that associate with metabolik syndrome on Head Office Workers of Oil and Gas Company X using cross sectional design study. The result of this study foud that prevalence of metabolik syndrome on Head Office Workers of Oil and Gas Company X is 25%. The independent variables that were significant with metabolic syndrome were animal protein diet (*p value* = 0.016), fat diet (*p value* = 0.037), body mass index (*p value* = 0,001), physical activity (*p value* = 0.010), and sedentary lifestyle (*p value* = 0.030) and smoking (*p value* = 0,037). Therefore, it is necessary to create strategy in order to provide knowledge and information regarding a balanced diet and increase the willingness of workers to do

sufficient and regular physical activity and stop smoking to maintain ideal body weight, having a healthy life style and prevent chronic disase caused by metabolik syndrome.</p>