

# Perbedaan Proporsi Kejadian Overfat Berdasarkan Faktor Risikonya pada Mahasiswa Gizi Universitas Indonesia Tahun 2019 (Analisis Data Sekunder) = Proportion Differences in Overfat Based on Its Risk Factors Among Nutrition Undergraduate Students at Universitas Indonesia in 2019 (Secondary Data Analysis)

Nada Syifa Aldriani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20507235&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

### <b>ABSTRAK</b>

Kejadian overfat memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan, yaitu meningkatkan risiko seseorang terkena kondisi dan penyakit tidak menular kronis seperti resistansi insulin, diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, PJK, dan lainnya. Di Indonesia, diketahui sebanyak 35,4% orang dewasa mengalami kegemukan dan obesitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan perbedaan proporsi kejadian overfat berdasarkan faktor risikonya, seperti asupan energi, asupan zat gizi makro, aktivitas fisik, durasi tidur, dan kualitas tidur, serta hubungan antara IMT dengan PLT pada mahasiswa Gizi Universitas Indonesia tahun 2019. Penelitian dengan desain studi potong lintang ini menggunakan data sekunder dengan jumlah responden sebanyak 119 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 19,3% mahasiswa mengalami overfat. Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan, kuat, dan berarah positif antara IMT dengan PLT ( $r = 0,855$ ,  $p = 0,0001$ ). Ditemukan adanya perbedaan proporsi kejadian overfat yang signifikan berdasarkan asupan energi ( $p = 0,02$ ). Selain itu, terdapat kecenderungan bahwa kejadian overfat lebih tinggi pada mahasiswa yang aktivitas fisiknya kurang, durasi tidurnya tidak cukup, dan kualitas tidurnya sangat buruk dan buruk.