



UNIVERSITAS INDONESIA

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
OBESITAS BERDASARKAN PERSEN LEMAK TUBUH
PADA PRIA (40 – 55 TAHUN)
DI KANTOR DIREKTORAT JENDERAL ZENI TNI-AD
TAHUN 2008**

SKRIPSI

**Oleh:
NIMAS AYU ARCE ROSELLY P.
0606061316**

**PROGRAM SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
2008**



UNIVERSITAS INDONESIA

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
OBESITAS BERDASARKAN PERSEN LEMAK TUBUH
PADA PRIA (40 – 55 TAHUN)
DI KANTOR DIREKTORAT JENDERAL ZENI TNI-AD
TAHUN 2008**

“Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat”

Oleh:

NIMAS AYU ARCE ROSELLY P.

0606061316

**PROGRAM SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN GIZI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
2008**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nimas Ayu Arce Roselly P.

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/tanggal Lahir : VENNISE, 07 Juni 1985

Agama : Islam

Alamat : MAW no. 30 – 32 Pondok Bambu, Duren Sawit Jakarta Timur 13430

Riwayat Pendidikan :

1. TK ISLAM DARUSSA' ADAH, JAKARTA Tahun 1990 – 1991
2. SDN 08 PAGI DUREN SAWIT, JAKARTA Tahun 1991 – 1997
3. SLTP NEGERI 51, JAKARTA Tahun 1997 – 2000
4. SMU NEGERI 71, JAKARTA Tahun 2000 – 2003
5. JURUAN GIZI, POLTEKKES JAKARTA II Tahun 2003 – 2006
6. FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UI Tahun 2006 – 2008

Riwayat Pekerjaan :

1. Manajemen Intervensi Gizi bekerjasama dengan Depkes, Pandeglang-Banten
2. Manajemen Intervensi Gizi, Bali-Lombok
3. RS. PGI Cikini "Manajemen Gizi Klinik"

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Nimas Ayu Ace Roselly P.

NPM : 0606061316

Program Studi : Gizi Kesehatan Masyarakat

Angkatan : 2006

Jenjang : Sarjana

menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

“Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Berdasarkan Persen Lemak Tubuh Pada Anggota ABRI/TNI (40-55 Tahun) Di Kantor Direktorat Jenderal Zeni TNI-AD Tahun 2008”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Depok, 14 Juli 2008

Nimas Ayu Arce Roselly P.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmannirrohim

Alhamdulillah Robbil' Alamin, puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat, taufik dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Berdasarkan Persen Lemak Tubuh Pada Pria (40 - 55 Tahun) Anggota ABRI/TNI Di Kantor Direktorat Jenderal Zeni TNI-AD Tahun 2008”**

Tanpa adanya pihak-pihak yang memberikan bantuan baik moril maupun materil skripsi ini mungkin tidak akan terselesaikan dengan baik. Dalam kesempatan ini perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua (Mom and Dad) yang sangat mendukung, dan tiada henti-hentinya memanjatkan doa, semangat dan senantiasa memberikan bantuan moril dan materil untuk menyelesaikan skripsi ini
2. Dr. Syafri Guricci, MSc., selaku pembimbing akademik dan sekaligus pembimbing skripsi yang dengan tulus ikhlas serta penuh pengertian dan kesabaran dalam memberikan bimbingan mulai dari awal sampai akhir studi di FKM UI dan semoga ketulusannya mendapat rahmat dan karunia yang lebih banyak dari Allah SWT.
3. Dr. dr. Kusharisupeni D. S., MSc, selaku Ketua Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat beserta staf yang dengan kesungguhan dan keikhlasan selalu memberikan ilmu-ilmu yang kami perlukan, semoga hal ini menjadi amal yang tak terlupakan.
4. Tim penguji skripsi, Dr. dr. Kusharisupeni D. S., MSc., dan Meylina Djafar MCN, MBA., penulis juga mengucapkan terima kasih atas kesediaan waktu dan tenaga demi terselesaikannya ujian skripsi ini. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat-Nya.
5. Kepala Gudang Pusat Zeni, Letnan Kolonel Herli Rusli S. S.IP., LetKol Ramses Limbong selaku Komandan Batalyon Zeni Konstruksi 14/SWC, LetKol Zainal selaku Komandan Batalyon Zeni Konstruksi 13/KE yang telah mengizinkan penulis untuk mengadakan penelitian.

6. Komandan Batalyon Zeni Konstruksi Pasi-Pers dan Pasi-Ops yang turut membantu dalam melaksanakan proses penelitian ini...thanks for all...
7. Kakakku Ayang-Mas 'Dimas' dan Aa 'Herli' yang turut mendoakan dan membangun semangat hidup, meskipun jarak dan waktu kita selalu berbeda.
8. Je'Fina Jihanuna Z. B.' , Tyas n BenChong 'Benny R.' yang selalu ada dikala senang dan duka kala itu kita masih bersama, sekarang juga nanti tetap bersama, thanks telah mampu bertahan, suatu kesalahan yang pernah kulakukan jika kutinggalkan engkau he...he...he...
9. Teman-teman TMT kamu sangat berarti.. istimewa di hati.., jika nanti kita tlah hidup masing – masing “INGATLAH HARI INI” (k'Chit, k'Mitha, k'Sury, k'Uchee, k'Ocha, k'Ito) makasih bantuan, support, n kesabarannya sebagai sahabat-saudara-sekaligus kakak selama ini.
10. Teman – teman Anggota Zeni Konstruksi usia 40-55 tahun yang telah bersedia sebagai responden selama proses penelitian berlangsung.
11. Dan pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih atas doa, dukungan dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini, semoga Allah SWT membalas kebaikan kita semua, Amien.

Untaian Hati Seorang Penulis Tak Henti Tuk Mengartikan Sebuah Karya...

Yang merunut hidup dan memberikan kerinduan hati untuk mengUngkapkan Sesungguhnya...

Selalu ada Hati yang Tertunda untuk Bersabar

Selalu ada Kata yang Lugas untuk Mengeluh

Selalu ada Luka Untuk menggapai Suka

Selalu akan ada Kasih-Nya yang tak pernah Berpaling

Sebagaimana Cintanya yang tak pernah Pudar

"Jika Hidup Ini adalah Utang, Kepada Siapa-Nya, Terlalu Banyak sudah Untuk Dikutip"

Dalam segenap hati dan luapan emosi yang telah dikerahkan dalam proses pembuatan Skripsi ini, maka penulis ingin mengutarakan bahwa pada dasarnya Hidup untuk meraih kesuksesan itu

"Akan ada jatuh bangun yang tak sederhana

*Akan pula ada renungan manusia yang telah suntuk dan terjungkal -
jungkal*

Memedihkan mata dengan getir pasir

Mencari surga yang tak pernah diciptakan di telapak kaki, dan

Membaca ayat - ayat sunyi dengan telinga yang disumbat derita"

Renungkanlah...

*Dikemudian sarat tawa yang kau cari kan menyapa dan kau pun akhirnya
Berkata " **TAPI TUHAN TAK PERNAH MATI !!**"*

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun dan akan diterima dengan senang hati guna kemajuan dalam penulisan berikutnya. Akhir kata, penulis harapkan semoga skripsi ini bermanfaat dan berguna bagi pembaca sekalian.

Depok, Juli 2008

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	6
1.2. Rumusan Masalah Penelitian	6
1.3. Pertanyaan Penelitian	6
1.4. Tujuan Penelitian	8
1.4.1. Tujuan Umum	8
1.4.2. Tujuan Khusus	8
1.5. Manfaat Penelitian	10
1.5.1. Bagi Penelitian	10
1.5.2. Bagi Masyarakat	10
1.6. Ruang Lingkup Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1. Gizi Lebih	12
2.1.1. Definisi kelebihan berat badan dan kegemukan	12
2.1.2. Tipe-tipe kegemukan	13
2.1.2.1. Berdasarkan letak timbunan lemak	13
2.1.2.2. Berdasarkan Usia	14
2.1.3. Penyebab kegemukan	15
2.2. Persen Lemak Tubuh	18
2.3. Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas	20
2.3.1. Golongan kerja	20
2.3.2. Pola makan	20
2.3.2.1. Pengukuran konsumsi	21
2.3.2.2. Konsumsi Karbohidrat	22
2.3.2.3. Konsumsi Lemak	23
2.3.2.4. konsumsi Protein	24
2.3.3. Aktivitas Fisik	26
2.3.4. RLPP	27
2.3.5. Pendapatan Keluarga	27
2.3.6. Tingkat Pengetahuan Gizi	28
2.3.7. Kerangka Teori	29

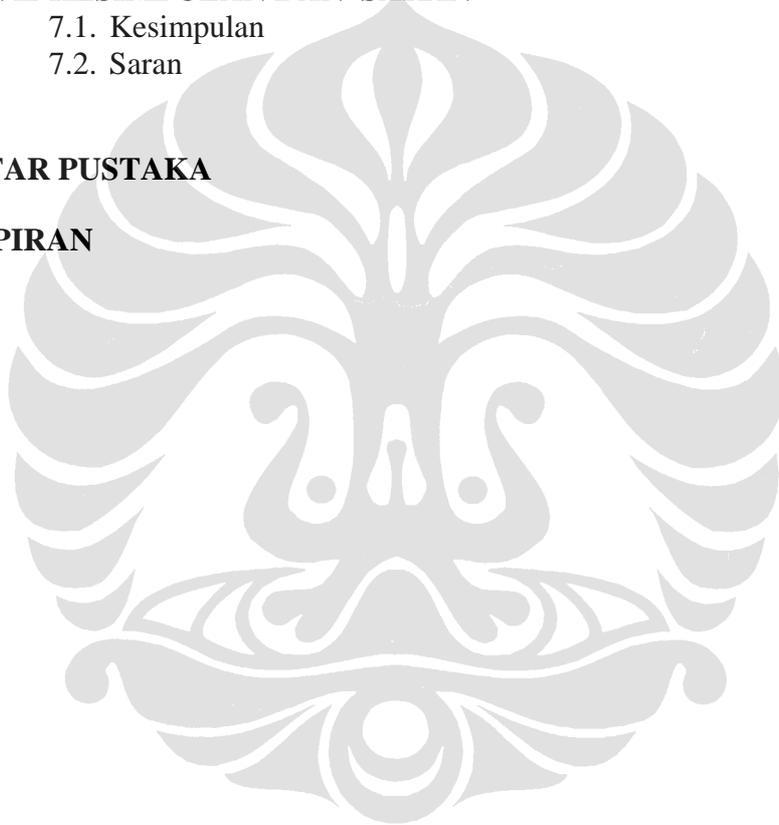
BAB III	KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS	31
	DEFINISI OPERASIONAL	
	3.1. Kerangka Konsep	31
	3.2. Hipotesis	32
	3.3. Definisi Operasional	34
BAB IV	METODOLOGI PENELITIAN	37
	4.1. Desain Penelitian	37
	4.2. Waktu dan Lokasi Penelitian	37
	4.3. Populasi dan Sampel	39
	4.4. Pengumpulan Data	39
	4.5. Cara Pengumpulan Data	40
	4.6. Pengolahan Data	41
	4.7. Manajemen Data	42
	4.8. Analisis Data	43
	4.8.1. Analisis Univariat	43
	4.8.2. Analisis Bivariat	43
BAB V	HASIL PENELITIAN	44
	5.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
	5.2. Analisis Univariat	45
	5.2.1. Obesitas	45
	5.2.2. Golongan kerja	46
	5.2.3. Konsumsi karbohidrat	47
	5.2.4. Konsumsi lemak	47
	5.2.5. Konsumsi protein	48
	5.2.6. Aktivitas fisik	49
	5.2.7. RLPP	49
	5.2.8. Pendapatan keluarga	50
	5.2.9. Tingkat pengetahuan gizi	51
	5.3. Analisis Bivariat	53
	5.3.1. Hubungan antara golongan kerja dengan obesitas	53
	5.3.2. Hubungan antara konsumsi karbohidrat dengan obesitas	54
	5.3.3. Hubungan antara konsumsi lemak dengan obesitas	55
	5.3.4. Hubungan antara konsumsi protein dengan obesitas	56
	5.3.5. Hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas	57
	5.3.6. Hubungan antara RLPP dengan obesitas	58
	5.3.7. Hubungan antara pendapatan keluarga dengan obesitas	59
	5.3.8. Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas	60
BAB VI	PEMBAHASAN	64
	6.1. Keterbatasan Penelitian	64
	6.2. Analisis Bivariat	64

6.2.1. Hubungan antara golongan kerja dengan obesitas	64
6.2.2. Hubungan antara konsumsi karbohidrat dengan obesitas	65
6.2.3. Hubungan antara konsumsi lemak dengan obesitas	66
6.2.4. Hubungan antara konsumsi protein dengan obesitas	67
6.2.5. Hubungan antara aktivitas fisik dengan obesitas	68
6.2.6. Hubungan antara RLPP dengan obesitas	69
6.2.7. Hubungan antara pendapatan keluarga dengan obesitas	70
6.2.8. Hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas	71

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	72
7.1. Kesimpulan	72
7.2. Saran	73

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

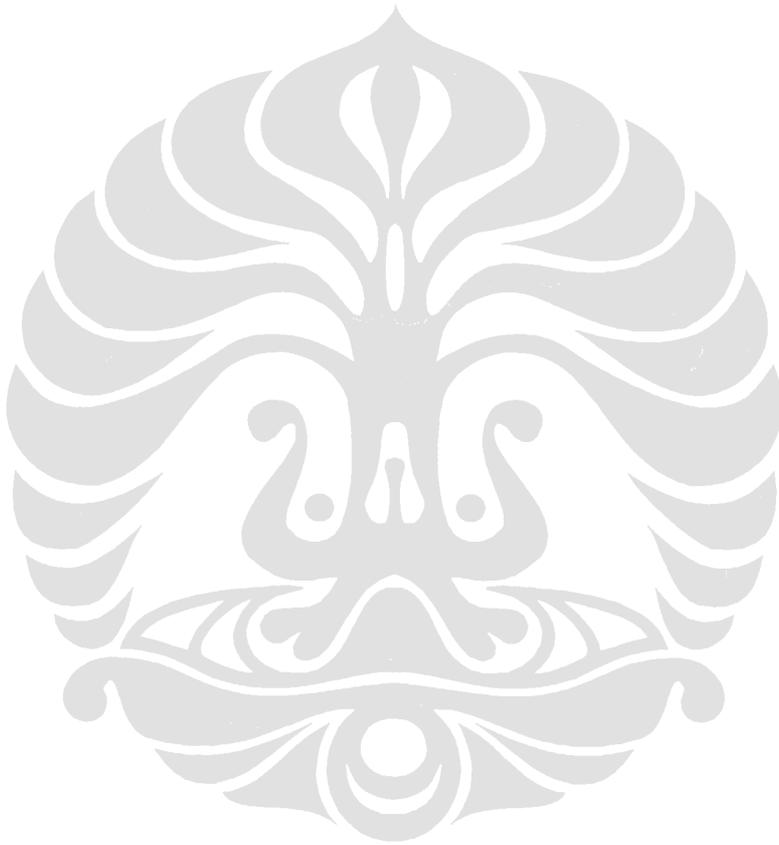
Tabel 5.2.1. Distribusi Frekuensi Obesitas Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	46
Tabel 5.2.2. Distribusi Frekuensi Golongan Kerja Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	46
Tabel 5.2.3. Distribusi Frekuensi Konsumsi Karbohidrat Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	47
Tabel 5.2.4. Distribusi Frekuensi Konsumsi Lemak Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	48
Tabel 5.2.5. Distribusi Frekuensi Konsumsi Protein Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	48
Tabel 5.2.6. Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	49
Tabel 5.2.7. Distribusi Frekuensi RLPP Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	50
Tabel 5.2.8. Distribusi Frekuensi Pendapatan Keluarga Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	50
Tabel 5.2.9. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	51
Tabel 5.2.10. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Analisis Univariat Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	52
Tabel 5.3.1. Hubungan antara Obesitas Menurut Golongan Kerja Pria (40-55 thn). anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	54
Tabel 5.3.2. Hubungan antara Obesitas Menurut Konsumsi Karbohidrat Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	55
Tabel 5.3.3. Hubungan antara Obesitas Menurut Konsumsi Lemak Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	56
Tabel 5.3.4. Hubungan antara Obesitas Menurut Konsumsi Protein Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	57
Tabel 5.3.5. Hubungan antara Obesitas Menurut Aktivitas Fisik Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	58

Tabel 5.3.6.	Hubungan antara Obesitas Menurut RLPP Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	59
Tabel 5.3.7.	Hubungan antara Obesitas Menurut Pendapatan Keluarga Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	60
Tabel 5.3.8.	Hubungan antara Obesitas Menurut Tingkat Pengetahuan Gizi Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	61
Tabel 5.3.9.	Hubungan antara Obesitas Berdasarkan Analisis Bivariat pada Pria (40-55 thn) anggota ABRI/TNI di Direktorat Zeni Tahun 2008	62



DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian
Penimbunan Lemak Tubuh 30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Contoh Kuesioner Penelitian

Lampiran 2. Contoh Kuesioner FFQ – Semi kuantitatif

Lampiran 3. Contoh Perhitungan Aktivitas Baecke

Lampiran 4. Hasil Uji Statistik Bivariat

